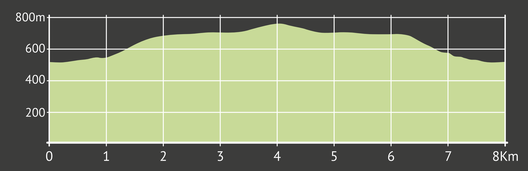
alentejo
feel nature

PR4 PTG PERCURSO PEDESTRE DA RIBEIRA DE NISA

circular	8 Km	3.00 H	SUBIDA / UPHILL 275 m	III algo difícil ●●●○○ moderate	763 m / 515 m
tipo de percurso *trail type*	distância / *distance*	duração / *duration*	desnível acumulado *altitude variation*	dificuldade / *grading*	altitude máx/mín

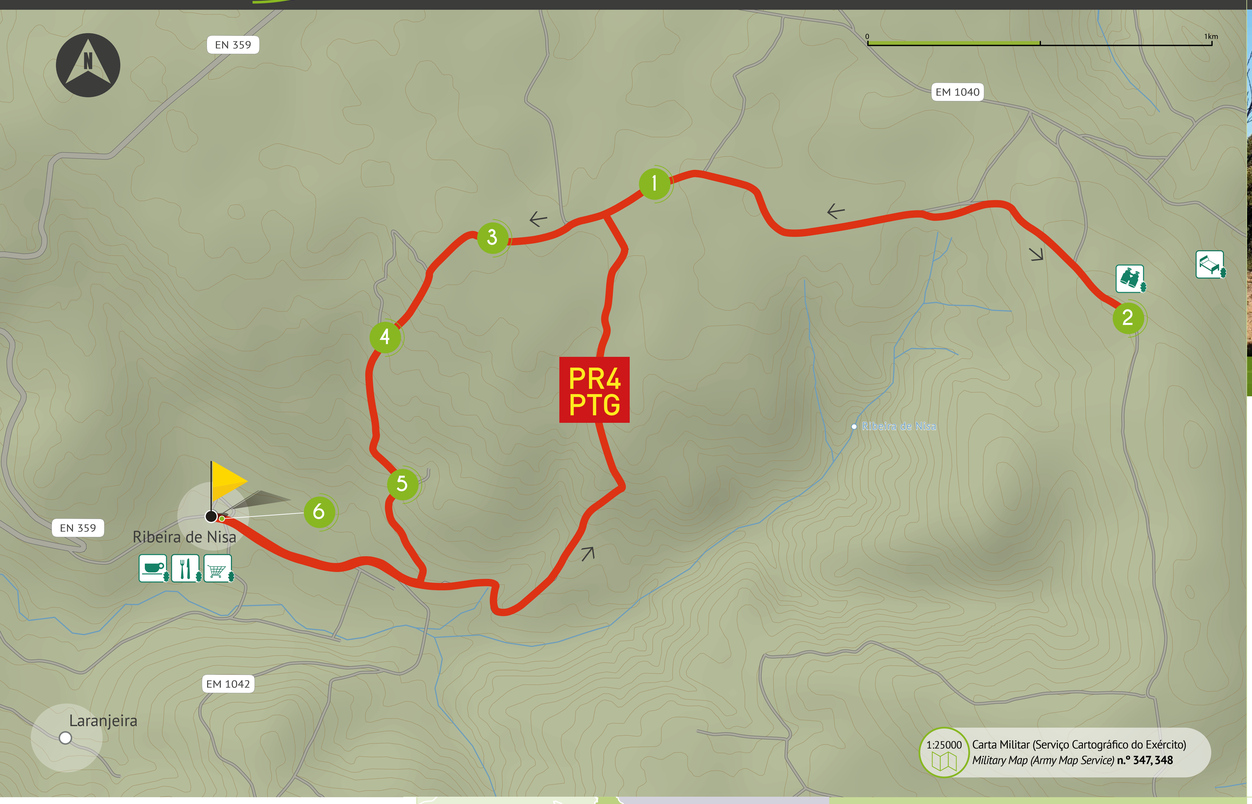


perfil de altimetria / *gradient profile*

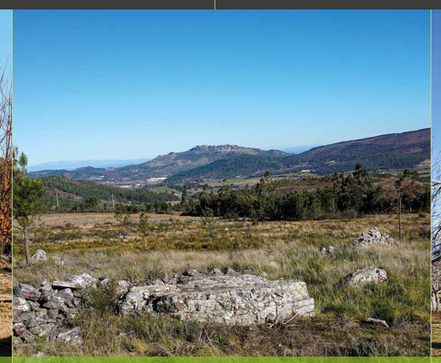
adversidade do meio *environmental adversity* 2 · orientação *orientation* 2 · tipo de piso *type of ground* 2 · esforço físico *physical effort* 2

Grau de dificuldade: O grau de dificuldade é representado segundo 4 itens diferentes, sendo cada um deles avaliado numa escala de 1 a 5 (do mais fácil ao mais difícil). *The difficulty level is determined according to 4 different factors, each of which is assessed on a scale of 1 to 5 (from easiest to most difficult).*

nível de dificuldade / *grading*



Choça / *Portuguese Hut*



Crista Quartzítica – vista para Marvão
Quartzitic scarpments – Landscape through Marvão

Souto / *Field of Chestnut trees*

Descrição do percurso

O percurso da Ribeira de Nisa é circular, inicia-se e termina no Monte de Carvalho e é envolvido por unidades de paisagem de beleza relevante, com enfoque nos magníficos recursos naturais presentes e na intervenção do homem no território, ao longo das suas diferentes ocupações, destacando-se a modesta agricultura de subsistência e as suas eiras associadas, a apicultura, a estrutura fundiária com uma compartimentação de pequenas propriedades, os muros apiários, os ambientes aprazíveis das zonas ribeirinhas, os soutos centenários e os vestígios de velhos carvalhais, a biodiversidade faunística e florística, e as vistas panorâmicas nos pontos de maior altitude e de onde se pode admirar um conjunto de vistas variadas, ora abertas, ora contidas.

A arqueologia da paisagem de que se pode desfrutar ao caminharmos por entre estas veredas refrescantes é uma das mais-valias deste velho caminho.

A destacar ao longo do percurso: crista quartzítica, montes (agricultura e pecuária), vale, vistas panorâmicas sobre o velho souto, montados de sobro, carvalhos, abrigo de granito e prática de observação de aves.

Walking path description

The walkingpath of Ribeira de Nisa is circular, begginning and ending at Monte de Carvalho which is envolved by unities of beauty landscapes, highlighing the magnificent present natural resources and the man intervention on the territory, during their many occupancy, highlighting the modest subsistence agriculture and its associated threshing floors, beekeeping, the land structure with a subdivision of small properties, the apiary walls, the pleasant environments of the riverside areas, the centenary groves and the vestiges of old oak groves, the faunal and floristic biodiversity, and the panoramic views in the points of higher altitude and from where you can admire a set of varied views, sometimes open, sometimes contained.

The archeology of the landscape that can be enjoyed while walking along these refreshing paths is one of the assets of this old path.

Highlights along the way: quartzite ridge, mounds (agriculture and livestock), valley, panoramic views over the old chestnut grove, montados of cork oak, oaks, granite shelter and birdwatching.

Parque Natural da Serra de São Mamede / *Serra de São Mamede Nature Park*

A Serra de São Mamede, que dá o nome a este Parque Natural, é a formação montanhosa de mais significativa dimensão a sul do Tejo. Pela sua localização geográfica e pelo facto de se erguer acima dos 1000m, possui aspetos microclimáticos exclusivos que permitiram a fixação e sobrevivência de algumas comunidades animais e vegetais que aqui ocorrem de uma forma quase isolada. A águia-de-bonelli está representada no símbolo desta Área Protegida. É, atualmente, uma das aves de rapina mais raras que ocorre no nosso país.

The Serra de São Mamede, which gives name to this Nature Park, is the largest mountainous formation south of the Tagus River. Due to its geographical location and the fact that it rises above 1000m, it has distinctive microclimate aspects that have allowed the establishment and survival of some animal and vegetal communities that occur here in an almost isolated manner. The Bonelli's eagle is represented in the symbol of this Protected Area. It is currently one of the rarest birds of prey found in our country.

Legenda / *Caption*

- Percurso pedestre / *Walking path*
- Estrada asfaltada / *Asphalt road*
- Curso de água / *Watercourse*
- **Sentido recomendado do percurso:** contrário aos ponteiros do relógio
  Recommended direction of the walking path: *counter clockwise*
- **Início/ Fim:** Largo de Monte Carvalho
  Starting / Ending: *Monte Carvalho Wide*
  (GPS: 39°19'35.30"N, 7°24'57.04"W)
- Alojamento / *Accommodation*
- Restauração / *Restaurant*
- Café / *Coffee shop*
- Minimercado / *Market*
- Mirante / *Viewpoint*

Pontos de interesse / *Places of interest*

1. Choça / *Choça*
2. Crista Quartzítica - Afloramentos Rochosos / *Quartzite Crest - Rocky Outcrops*
3. Souto / *Field of Chestnut trees*
4. Sobreiral e Carvalhal / *Cork Oak and Oak*
5. Fonte / *Fountain*
6. Largo de Monte Carvalho / *Monte Carvalho's Wide*

Afloramento rochoso – mirante sobre Marvão
Rocky Outcrops - viewpoint through Marvão

Destaques / *Highlights*

NATUREZA: Fauna: Ocorrem inúmeras espécies de elevada importância ecológica ao longo deste percurso, citando-se a título de exemplo, o sapo-parteiro-ibérico, a víbora-cornuda, o melro-das-rochas, o picanço-barreteiro, o rato-de-Cabrera, o gato-bravo, a lebre, entre muitas outras.

Flora: Sobreirais e carvalhais, soutos, pinhais, matos, espécies hortícolas diversas, etc..

PATRIMÓNIO: Povoação de Monte Carvalho, Convento da Provença, Igreja de Nossa Senhora da Esperança/Convento de S. Francisco.

ARTESANATO: arte pastoril e canastras em madeira de castanho

GASTRONOMIA: sopa de tomate, sopa de batata, sopa de feijão com couve, alhada de cação, sarapatel, sopa de cachola, migas de pão e de batata com carne de porco frita e ensopado de borrego. Boleima e bolo finto.

PRODUTOS TRADICIONAIS: vinho, castanha, groselha, noz, avelã, ervas aromáticas, mel, azeite e queijo.

NATURE: *Fauna: Exists inumerous species of high ecological importance through this path, quoting for exemple, the Iberian midget frog, the cordoned viper, the rock blackle, the barret-stumine scoot, the Cabrera rat, the wild cat, the hare, among many others.*

Flora: Superirais and oaktrees, soutos, pine forests, forests, various horticultural species, etc..

PATRIMONY: *Monte de Carvalho Povoation, Provença Convent, Nossa Senhora da Esperança Church/S. Francisco Convent.*

HANDCRAFT: *pastoral craft and Chestnut wood canastras.*

GASTRONOMY: *tomato soup, potato soup, bean soup with cabbage, dogfish garlic, sarapatel, cachola soup, bread and potato migas with fried pork and lamb stew. Boleima and bolo finto.*

TRADITIONAL PRODUCTS: *wine, Chestnut, cranberry, walnut, hazelnut, aromathic herbs, honey, olive oil and cheese.*

NATURAL PT
WWW.NATURAL.PT
REDE NACIONAL DE ÁREAS PROTEGIDAS

Código de conduta / *Walking code*

Siga apenas pelo trilho sinalizado. / Respeite a propriedade privada. / Evite fazer ruídos desnecessários. / Observe a fauna à distância. / Não danifique nem recolha amostras de plantas ou rochas. / Não deixe lixo ou outros vestígios da sua passagem. / Não faça lume e tenha cuidado com as beatas dos cigarros. / Seja afável com os habitantes locais. / Cuidado com o gado. Embora manso, não gosta da aproximação de estranhos às suas crias. / Deixe as cancelas como as encontrou. Se estiverem fechadas, confirme que ficam bem fechadas.

Follow sign-posted trails only. / Respect private property. / Avoid making unnecessary noise. / Do not disturb the animals. / Do not collect or damage plants or rocks. / Do not litter and leave no trace of your visit. / Do not light fire and do not throw cigarettes on the ground. / Be kind to local people. / Beware of cattle. Although gentle, they do not like strangers approaching their young. / Leave the gates as you found them. If they are closed, be sure they remain well shut.

Março 2022

Sinalética / *Trail Signage*

caminho certo / *right way*

caminho errado / *wrong way*

virar à esquerda / *turn left*

virar à direita / *turn right*

Contactos úteis / *Useful contacts*

Câmara Municipal de Portalegre: / *Town Hall:* +351 245 307 400/1
Posto Municipal de Turismo / *Municipal Tourist Office:* +351 245 307 445
SOS Emergência / *SOS Emergency:* 112
SOS Floresta / *SOS Forest:* 117
Centro de Saúde / *Medical Center:* +351 245 302 050
Hospital: +351 245 301 000
Informação anti-venenos / *Anti Poisoning Information:* +351 217 950 143
GNR / *Republican National Guard:* +351 245 609 320
PSP / *Public Security Police:* +351 245 300 620
Bombeiros Voluntários / *Fire Department:* +351 245 307 000
União das Freguesias de Reguengo e São Julião / *Village Hall:* +351 245 208 954 / 245 964 918

Época aconselhada / *Recommended season*

O percurso pode ser efetuado em qualquer época do ano, tendo os seus utilizadores que tomar algumas precauções com as elevadas temperaturas que se podem fazer sentir durante o verão e ao piso escorregadio no inverno.

This walking path can be done throughout the year. Nevertheless, users must be aware of high temperatures during summer time and to the slippery floor during winter.

Promotor:

Câmara Municipal de Portalegre
Portalegre além do alentejo
www.cm-portalegre.pt/en/turismo/turismo-de-natureza

Co-Financiamento:

ALENTEJO 2020
PORTUGAL 2020
UNIÃO EUROPEIA Fundo Europeu de Desenvolvimento Regional

Parceiros institucionais:

ICNF Instituto da Conservação da Natureza e das Florestas
CIMAA comunidade intermunicipal Alto Alentejo

Percurso pedestre registado e homologado pela:

EW ERA FERP FÉDÉRATION EUROPÉENNE DE LA RANDONNÉE PÉDESTRE