

FELGUEIRA: UMA ALDEIA, MIL CAMINHOS FELGUEIRA: ONE VILLAGE, A THOUSAND PATHS

Detentora do título de “Aldeia de Portugal”, Felgueira acolhe e é ponto de paragem obrigatória de uma série de percursos que divulgam a cultura e gastronomia locais, valorizam o património rural e promovem a descoberta da Serra da Freita. Atravessada pela GR60 – Grande Rota das Montanhas Mágicas, a aldeia é ponto de partida de duas pequenas rotas que se complementam, o PR1 VLC e o PR8 VLC, sendo que os visitantes podem optar por fazer apenas uma delas ou o trajeto em forma de 8 resultante das duas. No conjunto, são cerca de 20 km sinalizados e que podem servir de treino para as atividades pontuais realizadas pela Associação Desportiva e Cultural da Felgueira (ADCF), que contemplam diferentes graus de dificuldade e são referência no desporto de natureza: o FreitaTreking e o FreitaSkyrunning. Ainda assim, se preferir um ritmo mais descontraído, explore a Rota dos Moinhos ou a Rota dos Burros, seguindo os caminhos empedrados por entre casas tradicionais e canastros para conhecer espaços, dinâmicas e saberes desta que é uma aldeia viva.

Holder of the title of “Village of Portugal,” Felgueira is a mandatory stop in a series of routes that promote the local culture and gastronomy, enhance the rural heritage, and promote the discovery of the Freita Mountain.

Crossed by the GR60 – Great Magic Mountains Route, the village is the starting point of two supplementary small routes, the PR1 VLC and the PR8 VLC. Visitors can choose to do only one of them or the 8-shaped path resulting from both. Altogether, about 20 km of signposted paths can be used as training for the occasional activities held by the Felgueira Sports and Cultural Association (ADCF), which include different difficulty levels and are a reference in nature sports: FreitaTreking and FreitaSkyrunning. Nevertheless, if you prefer a more relaxed pace, explore the Mills Route or the Donkeys Route by following the cobbled paths through the traditional houses and canastros (granaries) to know the spaces, dynamics, and knowledge of this living village.



Felgueira - “Aldeia de Portugal” | Felgueira - “Village of Portugal”

COABITANDO A SERRA | SHARING THE MOUNTAIN

Desde tempos imemoriais, o pastoreio é modo de vida das gentes da Felgueira. Se na lavoura predominam os rebanhos de cabras/ovelhas, a Serra da Freita oferece fartas pastagens às vacas arouquesas, raça autóctone de elevado valor na gastronomia tradicional. Contudo, o monte é também habitat de outros animais, como o lobo-ibérico. Por isso, as vacas são geralmente acompanhadas pelos cães de gado, que tem um importante papel na sua proteção e coexistência da pastorícia com os predadores. Apesar de não serem perigosos para as pessoas, os cães reagem na presença de qualquer intruso. Sendo que o PR8 VLC atravessa a Serra da Freita e é grande a probabilidade de encontrar uma manada, recomenda-se pois a todos os caminhantes que guardem distância e sigam uma conduta que permita manter a harmonia entre todos os intervenientes neste território.

Since immemorial times, grazing has been a way of life for the people of Felgueira. The herds of goats/sheep predominate, and the Freita Mountain offers abundant pastures to the “Arouquesa” cows, a native breed of high value in traditional gastronomy. Nevertheless, the mountain is also the habitat of other animals, such as the Iberian wolf. Therefore, the cows are usually accompanied by cattle dogs, which play an important role in their protection and coexistence with predators. Although not dangerous to people, cattle dogs react to the presence of any intruder. Since the PR8 VLC crosses the Serra da Freita and the probability of encountering a herd is high, it is recommended that all hikers keep their distance and behave in a way that maintains harmony among all those living in this territory.

REGRAS DE CONDUTA DURANTE UM ENCONTRO COM CÃES DE GADO RULES OF CONDUCT DURING AN ENCOUNTER WITH CATTLE DOGS

- Não perturbe os animais e evite surpreender e assustar os cães de gado; | Do not disturb the animals and avoid surprising and frightening the cattle dogs;
- Mantenha a distância do rebanho ou manada; | Keep your distance from the flock or herd;
- Se os cães ladrarem ou correrem na sua direção, mantenha a calma e dê tempo para que eles avaliem a situação; | If dogs bark or run toward you, keep calm and allow time for them to assess the situation;
- Se se sentir ameaçado por um cão de gado, evite olhá-lo nos olhos e nunca lhe vire as costas; | If you feel threatened by cattle dogs, avoid looking them in the eye and never turn your back on them;
- Não ameace ou atire objectos, nem alimente os cães; | Do not threaten or throw objects or feed the dogs;
- Não corra e se estiver a caminhar diminua o ritmo. Se circular de bicicleta, desça e leve-a à mão; | Do not run, and if you are walking, slow down. If you are riding a bicycle, get down and carry it by hand;
- Evite passear com os animais de companhia - se o fizer, mantenha-os à trela; | Avoid taking your pets with you - if you do, keep them on a leash;
- Em caso de dúvida ou receio, contorne o rebanho ou manada, ou então retroceda; | In case of doubt or fear, go around the flock or herd or turn back;

Reações impensadas, especialmente forçando a passagem mais perto ou através da manada ou rebanho, podem, na pior das hipóteses, levar o cão a morder. Os cães de gado apenas pretendem proteger o gado: ajude-os a exercer a sua função. Careless reactions, especially forcing your way closer to or through the herd or flock, can cause the dogs to bite. Cattle dogs are merely protecting the cattle. Help them do their job.

CONTACTOS ÚTEIS | CONTACTS ÚTEIS

- SOS Emergência | Emergency: 112
- Informação Anti-Venenos | Antivenom hotline: +351 808 250 143
- Câmara Municipal de Vale de Cambra | Town Hall / Council of Vale de Cambra: +351 256 420 510
- Câmara Municipal (número verde) | Town Hall / Council (freephone): +351 256 420 510
- Hospital | Hospital: +351 256 410 660
- Centro de Saúde | Medical Centre: +351 256 423 664
- Bombeiros | Fire Station: +351 256 423 616
- G. N. R. | Police: +351 256 420 760
- Museu Municipal | municipal Museum: +351 256 422 016

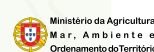
Promotor:



Percurso pedestre registado e homologado pela:



Cofinanciamento:



“Fundo Europeu de Desenvolvimento Agrícola Rural: A Europa investe nas zonas rurais”

PR8
VLC

VARANDAS DA FREITA PERCURSOS PEDESTRES DE VALE DE CAMBRA



Design: floema'


VALE DE CAMBRA
O VALE MÁGICO



PERCURSO | ROUTE

O percurso "Varandas da Freita" inicia-se na pitoresca aldeia da Felgueira e permite disfrutar de diferentes perspectivas a partir da Serra da Freita. Do ponto de partida, segue-se pelo antigo caminho de ligação à Castanheira, guiados pelos muros de pedra que rasgam a encosta vestida de urze e carqueja. A toada da água anuncia a travessia da Corga da Pena e pouco acima começa-se a avistar a norte a imponente Frecha da Mizarela. É possível fazer um desvio e conhecer o fenómeno geológico das pedras parideiras antes de virar à direita para o Radar Meteorológico e atingir a cota mais elevada da rota, com vista a 360°. Tendo as serras da Estrela e do Caramulo em frente, dirigimo-nos pelo território da vaca arouquesa até ao Miradouro do Cabeço do Gralheiro, uma varanda sobre o Vale do Teixeira.

Já no Centro Interpretativo da Serra da Freita inicia-se a descida para Felgueira, com um breve desvio para visitar o ponto de interpretação da Falha da Felgueira-Preguinho. O regresso ao ponto inicial faz-se de frente para a aldeia, que surge com o seu casarão de granito enquadrado entre o verde dos socacos agrícolas e o horizonte azul da Ria de Aveiro.

The route "Varandas da Freita" starts in the picturesque village of Felgueira and allows you to enjoy different perspectives from the Freita Mountain. From the starting point, you follow the old connection path to Castanheira, led by the stone walls that cross the hillsides clothed in heather and broom. The sound of the water announces the crossing of the Corga da Pena, and a little higher up, you can see the imposing Frecha da Mizarela to the north. It is possible to take a detour and see the geological phenomenon of the parideiras rocks before turning right to the Meteorological Radar and reaching the highest elevation of the route, with a 360° view. With the Estrela and Caramulo mountains in front, you head through the territory of the "Arouquesa" cow until reaching the Cabeço do Gralheiro viewpoint, a terrace over the Teixeira Valley.

Already at the Interpretive Center of the Freita Mountain, the descent to Felgueira begins with a brief detour to visit the interpretation point of Falha da Felgueira-Preguinho. The return to the starting point is made facing the village, which emerges with its typical granite houses framed between the green agricultural terraces and the blue horizon of the Ria de Aveiro.



Centro Interpretativo da Serra da Freita (CISF)
Interpretation Center of the Freita Mountain (CISF)

PONTOS DE INTERESSE | PLACES OF INTEREST


- 1 Felgueira - "Aldeia de Portugal" | Felgueira - "Village of Portugal"
- 2 Corga da Pena
- 3 Vista da Frecha da Mizarela | View over the Frecha da Mizarela Barragem
- 4 Radar Meteorológico | Meteorological Radar
- 5 Torre do Posto de Vigia | Watchtower
- 6 Miradouro do Cabeço do Gralheiro | Cabeço do Gralheiro Viewpoint
- 7 Centro Interpretativo da Serra da Freita (CISF) | Interpretation Center of the Freita Mountain (CISF)
- 8 Falha da Felgueira - Preguinho


FICHA TÉCNICA TECHNICAL SHEET


 **9,5km**
distância
distance

 **Circular**
tipo de percurso
type of route

 **3h 45**
duração
time

 **1047/757m**
altitude máx/min
altitude max/min

 **420m**
desnível acumulado
altitude variation

 **Algo difícil**
(Nível III) grau de dificuldade
Somewhat difficult
(Level 3) difficulty level

 **Todo o ano**
época aconselhada
All year round
recommended season

MIDE

 **2**
adversidade do meio
environmental adversity

 **2**
orientação
orientation

 **2**
tipo de piso
type of ground

 **3**
esforço físico
physical effort

SINALÉTICA | SIGNAGE

 **caminho certo**
right way

 **caminho errado**
wrong way

 **virar à esquerda**
turn left


 **virar à direita**
turn right


 Percurso Pedestre de Pequena Rota (PR)
 decorrendo, temporariamente, pelo traçado
de uma Grande Rota (GR). | Pedestrian path
belonging to a Short Path (PR) that temporarily
crosses a Long Distance Path (GR).

ALTIMETRIA | ALTIMETRY




LEGENDA | LEGEND

 **PR8 VLC**
Varandas da Freita

 **GR60**
Grande Rota das Montanhas Mágicas


Ocupação do solo / Soil occupation


 Edificado / Building


 Florestas / Forests


 Superfícies aquáticas / Water surfaces


Estradas / Roads


 Autoestradas / Highways

 Estradas principais / Primary roads

 Estradas secundária / Secondary roads

 Estradas em terra / Track

 Outras estradas / Other roads

 Caminhos / Paths

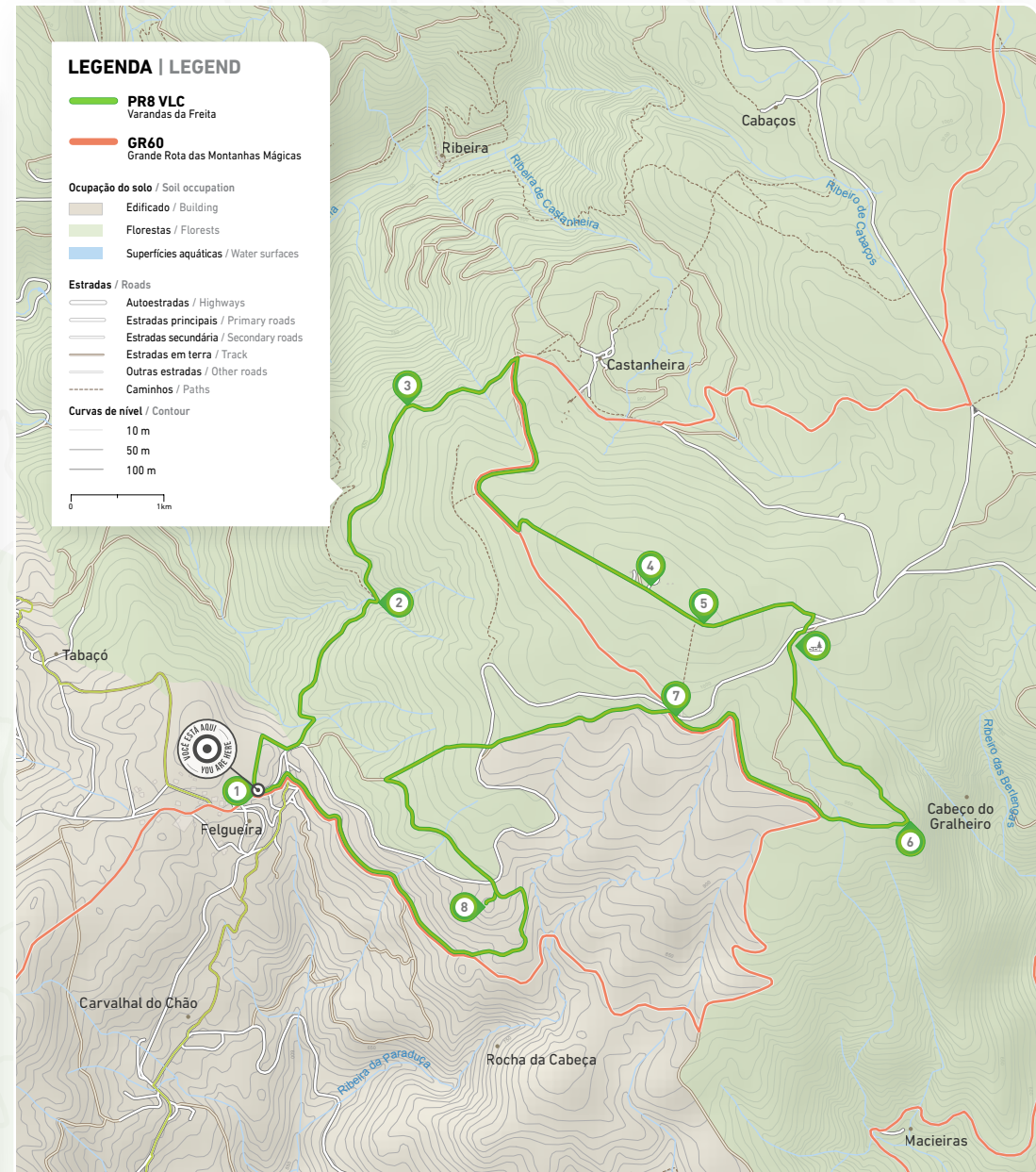
Curvas de nível / Contour

 10 m

 50 m

 100 m

0 1km



NORMAS DE CONDUTA | CODE OF CONDUCT

Seguir apenas pelo trilho sinalizado
Keep to the signposted track

Evitar fazer ruídos desnecessários
Avoid making unnecessary noise

Observar a fauna sem perturbar
Observe wildlife without disturbing it

Não danificar a flora
Do not damage the flora

Não deixar lixo ou outros vestígios de passagem
Do not leave rubbish or any other trace

Nã fazer lume
No naked flames

Não colher amostras de plantas ou rochas
Do not take samples of plants or rocks

Ser afável com as pessoas que encontrar no local
Be nice to the people you might meet along the way