



Portimão

sinta a
pura emoção





visitportimao.com



Propriedade: Município de Portimão - www.cm-portimao.pt **Edição:** Portimão Turis, EM **Coordenação:** Unidade de Turismo/Portimão Turis, EM, Gabinete de Informação e Relações Públicas e Divisão de Ambiente/Câmara Municipal de Portimão **Mapas:** Divisão de Informação Geográfica/Câmara Municipal de Portimão **Concepção, Grafismo e Design:** www.youmix.pt **Capa:** Revista Evasões/Constantino Leite **Fotografias:** VEDOISPRO, Miguel Veterano **Equipa Técnica:** Ruben Heleno (Marcação dos Percursos e Técnico Biologia), Vítor Simões (Textos), Leonor Ramalho (Geologia), Dália Lourenço e Ray Tipper (Fotografia) **Impressão:** Gráfica Comercial **Tiragem:** 3.000 exemplares (Março 2010) Distribuição gratuita **Informações:** Posto de Turismo de Portimão, Avenida Zeca Afonso - Tel: 282 470 717 - Fax: 282 410 445 - E-mail: info@visitportimao.com

sinta a pura emoção

A ria e o campo, o mar e a praia. Em Portimão há espaço para respirar ar puro. Enquanto faz um passeio pelas paisagens naturais da Ria de Alvor e observa espécies animais e vegetais únicas. Quando passeia pela Mexilhoeira Grande com a imponente Serra de Monchique ao fundo. Ou quando nada ao longo de uma praia de sonho. Venha respirar ar puro, venha conhecer melhor a natureza de Portimão com a ajuda dos 5 percursos que temos para lhe propor.

- 04. A Rocha Delicada (R.1)
- 06. Ao Sabor da Maré (R.2)
- 08. Varandas sobre o Mar (R.3)
- 10. Viagem Interior (P.4)
- 12. Caminhos do Tempo (P.5)
- 14. Recomendações
- 15. Mapa
- 16. A Rocha
- 18. Contactos Úteis



A Rocha Delicada

A área genericamente chamada Quinta da Rocha é na realidade uma península delineada pela ribeira de Odiáxere e pelo rio Alvor, que se juntam e dão origem à Ria de Alvor. Neste percurso poderá encontrar vários cenários bem distintos: campos agrícolas, matos mediterrânicos, sapais, antigas salinas, pisciculturas e o ecossistema aquático dos rios e da laguna de Alvor.

Em cada um destes locais poderá observar fauna e flora características. Contudo, é o mosaico formado por todas estas facetas em equilíbrio dinâmico que confere à Ria de Alvor a sua beleza e importância.

A Ria de Alvor é porto de abrigo para numerosas espécies, com destaque para as aves. Enquanto que na Primavera e Verão poderá encontrar chilretas e pernalongos a nidificar, no Inverno o sapal é utilizado por aves que fugiram ao rigor do Inverno das latitudes mais elevadas como os perna-vermelha, borrelhos-grandes-de-coleira, milherango, alfaíates e flamingos.



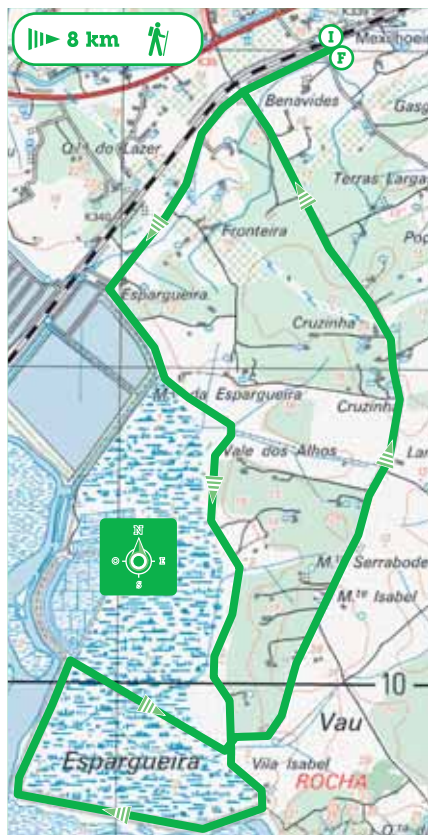
Flor da Amendoeira



Mariscadores



Pernilongo



Mapa do Percurso 1

P.1 Percurso a Rocha Delicada

Modalidade



Forma



Dificuldade



Distância

8 km



Notas:

Leve a bicicleta no comboio e saia na estação da Mexilhoeira Grande.

Ao Sabor da Maré

Os cordões dunares de Alvor e Meia-Praia formaram-se pela acção da areia e do vento. São as dunas que permitem a existência do sapal e da própria Ria, da qual dependem uma grande diversidade de espécies, bem como as comunidades de pescadores e de mariscadores locais.

Na parte mais desenvolvida da duna é possível observar uma vegetação semi-arbustiva de granza-da-praia, joina-dos-matos e cardo-rolador. A chilreta é uma das mais belas espécies de aves que frequentam as dunas e a laguna, com os seus voos picados sobre as águas, num estilo acrobático que é imitado no Inverno pelo garajau. O pilrito-da-areia dá o seu próprio espectáculo, fazendo rápidos *sprints* sobre a areia para se alimentar no intervalo da rebentação das ondas.

Além das aves, os animais mais comuns nas dunas são micro-mamíferos e os seus predadores raposa e ouriço-cacheiro. Existem também alguns répteis como o sardão, a lagartixa-de-dedos-denteados e a cobra-de-escada.



Quinta da Rocha



Cardo-rolador



Chilreta



Mapa do Percurso 2

P.2 Percurso ao Sabor da Maré

Notas:

Não se faça acompanhar por cães sem trela.

Modalidade



Forma



Dificuldade



Distância

8 km



Varandas sobre o Mar

Este itinerário percorre a mais espectacular secção de costa rochosa no concelho de Portimão. Andamos no topo de uma arriba constituída por rochas calcárias do Miocénico (23 a 5 milhões de anos), já bastante degradadas pelas águas do mar, da chuva e de escorrência, assim como pela acção do vento e das plantas. As tonalidades avermelhadas devem-se à oxidação do calcário.

As rochas esculpidas pela erosão acolhem numerosas espécies de aves, em particular as gralhas-de-nuca-cinzenta e os pombos-das-rochas, antepassados dos pombos-domésticos. No Verão, em vários pontos do percurso, somos surpreendidos pelo ruidoso bailado de bandos de andorinhões-reais, que nidificam nas saliências e fendas da arriba. No Inverno, sobre os leixões, corvos-marinhos patrulham a costa.

No decorrer desta caminhada encontrará matos mediterrânicos com lentiscos e pinheiros-mansos dispersos, onde poderá também travar conhecimento com diversas aves, como a toutinegra-dos-valados e o pisco-de-peito-ruivo.



Abarracamentos ou ravinas



Erva-abelha



Gaivota-de-patas-amarelas



Mapa do Percurso 3

P.3 Percurso Varandas Sobre o Mar

Notas:

O percurso decorre no topo de arribas e algares pelo que se aconselha muito cuidado e uma vigilância redobrada na progressão do mesmo.

Modalidade



Forma



Dificuldade



Distância total

5 km

Distância

2,5 km

2,5 km



Viagem Interior

Este percurso vai dar-lhe uma perspectiva invulgar do concelho de Portimão, mais virada para o seu interior. Numa paisagem rural diversificada, onde dominam sinais de ocupação humana, percebemos como esta conseguiu harmonizar-se com a natureza através de formas tradicionais de utilização do espaço.

Veremos pomares de citrinos, amendoais e terrenos agrícolas com lentiscos e belos exemplares de alfarrobeiras, cujo fruto é incluído na doçaria tradicional algarvia. O cenário é animado por bandos de pintassilgos, verdilhões, milheirinhas e tentilhões, pouco preocupados com a vigilância das rapinas que patrulham esta zona: águia-de-asa-redonda e peneireiro. Durante a Primavera poderá observar a perdiz-vermelha com a sua ninhada de perdigotos.

Nas encostas da estrada poderá apreciar duas comunidades vegetais com adaptações que lhes permitem ser bem sucedidas em zonas afectadas pelo fogo: a esteva e o eucalipto. Também se avistam muitos exemplares da única palmeira autóctone da Península Ibérica, a palmeira-anã.



Palmeira-anã



Pica pau-malhado-grande



Construção tradicional em taipa e adobe



Mapa do Percursos 4

P.4 Percursos Viagem Interior

Modalidade



Forma



Dificuldade



Distância

25 km



Notas:

Uma vez que a maioria do percurso decorre em estrada, deverá redobrar a sua atenção.

Caminhos do Tempo

Lançamo-nos ao rio Arade, durante milhares de anos a principal estrada do Barlavento Algarvio. Este percurso proporciona-nos uma visita à História da região, num contexto de grande beleza natural que liga Portimão a Silves.

Pelo rio Arade circularam, século após século, as mais diversas mercadorias e nas suas margens foram-se instalando sucessivamente as salinas, os moinhos de maré e as fábricas de conservas.

Nas estacas que se observam nos diques que marginam o rio encontram-se ora guinchos (Inverno) ora chilretas (Verão). Pode ainda observar várias aves limícolas como os perna-vermelha ou os maçaricos-das-rochas. É possível também observar garças-brancas, garças-reais e com um pouco mais de sorte a rara garça-vermelha, bem como águias-de-asa-redonda a voar em círculos para aproveitarem as correntes ascendentes de ar quente, enquanto procuram por presas no solo.



Ponte ferroviária (1915)



Gruta velha das castanhas



Cagado-mediterrâneo



P.5 Percurso Caminhos do Tempo

Modalidade



Forma



Dificuldade



Distância

24 km



16Km (ida e volta à ilha do Rosário) + 8Km (ida e volta até ao final)

Notas:

Antes de partir consulte a tabela das marés.

Recomendações

Procure respeitar as regras básicas de conduta cívica em todas as fases da sua visita aos espaços naturais da região. Só assim poderá desfrutar plenamente de tudo aquilo que eles têm para lhe oferecer, a si e a todos os futuros visitantes. Nesse sentido, procure:

- **Respeitar toda a sinalização existente;**
- **Seguir apenas os trilhos indicados;**
- **Evitar o pisoteio das dunas;**
- **Não fazer lume;**
- **Deitar lixo apenas nos locais apropriados;**
- **Não colher ou danificar plantas e material geológico;**
- **Não capturar ou perturbar animais;**
- **Evitar barulho e atitudes que afetem a tranquilidade do local.**

Para prevenir alguns incómodos, aconselhamos a realização dos percursos nas primeiras horas de luz ou ao crepúsculo.

- **Leve consigo guias de campo de identificação de fauna e flora;**
- **Utilize calçado e vestuário confortáveis. No Verão, leve chapéu, protetor solar e água potável;**
- **Faça os percursos acompanhado, levando consigo um meio de contacto.**

Simbologia

Início do percurso



Fim do percurso



Distância



Dificuldade

Fácil



Média



Elevada



Forma

Circular



Linear



Modalidade

ETT



Pedonal



Barco



LEGENDA:

- P.1 Início do percurso 1
- P.2 Início do percurso 2
- P.3 Início do percurso 3
- P.4 Início do percurso 4
- P.5 Início do percurso 5





A Rocha

A Rocha é uma associação ambiental, não governamental e sem fins lucrativos, de inspiração cristã. Fundada em 1983 e com o seu Centro de Estudos perto da Ria do Alvor, o seu objectivo é contribuir para a preservação e conservação da natureza.

Desenvolve projectos de investigação científica por todo o Barlavento Algarvio, em particular na Ria de Alvor e junta estudantes e cientistas de diversas universidades portuguesas e estrangeiras.

Aberto todo o ano, o centro A Rocha tem desenvolvido um programa de Educação Ambiental (*) sobretudo com crianças das escolas locais, disponibilizando uma série de actividades de acordo com os conteúdos curriculares de cada grau de escolaridade.

Todas as Quinta-feiras o Centro está aberto ao público, com actividades científicas, educacionais e lúdicas, nomeadamente identificação de borboletas nocturnas e demonstração de anilhagem de aves.

Centro de Estudos “A Rocha”

Cruzinha - Quinta da Rocha
Mexilhoeira Grande
Tel./Fax: 282 968 380
portugal@arocha.org
www.arocha.org

(*) Reservar antecipadamente
para: isabel.soares@arocha.org



contactos úteis

Todos os contactos que precisa para usufruir da natureza de emoções que Portimão lhe proporciona.

ENTIDADES

Centro de Acolhimento e Interpretação de Alcalar

Tel.: 282 471 410
www.ippar.pt

Instituto Conservação da Natureza e da Biodiversidade

Tel.: 213 507 900
www.icnb.pt

EMERGÊNCIA E SAÚDE

Emergência Médica

112

Emergência Florestal

117

Bombeiros Voluntários de Portimão

Tel.: 282 422 122

Hospital do Barlavento Algarvio

Tel.: 282 450 300

Hospital Particular do Algarve

Tel.: 282 420 400

Polícia Marítima

Tel.: 282 417 714

Polícia de Segurança Pública

Tel.: 282 417 717

Protecção Civil Municipal de Portimão

Tel.: 282 470 734

SAC - Serviço de Atendimento Complementar

Tel.: 282 418 498

Serviço de Protecção da Natureza e Ambiente

Guarda Nacional Republicana

Tel.: 282 420 750

POSTO DE INFORMAÇÃO TURÍSTICA

PORTIMÃO

Tel.: 282 470 717

www.visitportimao.com / www.cm-portimao.pt

PARA SUBIR O RIO ARADE...

Clube Naval de Portimão

Tel.: 282 417 529
www.clubenavaldeportimao.pt

Barca Arade (24 pax)

Contacto: João Venâncio
Tlm.: 966 143 483

Cegonha do Arade (28 pax)

Contacto: Adriano Jesus
Tlm.: 914 983 967

Rio Arade (22 pax)

Contacto: João Venâncio
Tlm.: 966 143 483

TRANSPORTES

Aeroporto Internacional de Faro

Tel.: 289 800 800

Aeródromo Municipal de Portimão

Tel.: 282 495 942

Estação de Caminhos-de-Ferro

Tel.: 282 415 473

Terminal de Autocarros

Tel.: 282 418 120

TÁXIS

Arade

Tel.: 282 460 610

Rocha T

Tel.: 282 418 871





Posto de Turismo de Portimão
Tel.: 282 470 717 / Fax: 282 410 445
E-mail: info@visitportimao.com

no centro das suas emoções