

## Lousã

### AU SUJET DE



Située au centre du Portugal, Lousã est une ville qui présente de nombreux intérêts, elle est bien connue par les pratiquants de sports d'aventure, dont la scène privilégiée est la montagne de Lousã, véritable ex-libris de la région.

À l'extrême sud ouest de la Cordillère Centrale, la Montagne de Lousã s'étend sur 4.200 ha, son point le plus élevé étant le Alto do Trevim, à 1202 mètres. C'est une zone principalement schisteuse, où subsistent les vestiges de la forêt toujours verte des climats tempérés, tels que le houx et le laurier. Des forêts feuillues se substituèrent aux précédentes, bien qu'il reste encore des chênaies et des châtaigneraies, en des taches éparses sur les vallées et les versants, qui entourent les villages. Les chênes liège et les chênes verts se trouvent sur les terres du Sud. Dans les zones plus élevées, en raison de la pauvreté des sols, il y a de la bruyère, de l'ajonc, du genêt et du joncier.

Parmi les lieux les plus intéressants s'illustrent le Cantão das Hortas, avec des chênes bouleau, des chênes d'Amérique et des châtaigniers, des cèdres et des pins Sylvestres ; la Mata do Sobral, avec des conditions microclimatiques et une végétation d'influence méditerranéenne ; le Vale da Ribeira de São João, qui s'étend le long du "Caminho da Levada", où les chemins sont entourés de murs de schiste et les terres couvertes de châtaigneraies, qui confèrent au paysage une coloration particulière.

Pour mieux connaître cette région montagneuse il existe de nombreux parcours à effectuer à pied ou avec des véhicules tout terrain.