

## Parque Natural de Sintra-Cascais

### SOBRE



No ponto mais ocidental do continente europeu, que os antigos acreditavam ser o local “onde a terra acaba e o mar começa”, o Cabo da Roca é um dos locais mais espetaculares do Parque Natural de Sintra-Cascais. As suas arribas verticais elevam-se a cerca de cem metros acima do oceano, proporcionando paisagens grandiosas. Quando aqui estiver, peça o diploma que comprova a sua presença.

Se se interessa por geologia, não deixe de visitar outras formações notáveis como as dunas fósseis consolidadas no Magoito e em Oitavos, os campos de lapiás junto ao Cabo Raso (Cascais) e a arriba “viva” das Azenhas do Mar, sobre a qual o engenho humano construiu uma aldeia pitoresca. Os dinossáurios também deixaram a sua marca, na camada de calcário quase vertical da arriba sul da Praia Grande onde se encontra uma importante jazida de 11 trilhos e de pegadas isoladas.

A Praia Grande é uma das muitas que se sucedem na orla marítima do Parque como a Adraga, a Samarra, a Praia das Maças ou o Guincho, integrado num característico sistema de dunas. Aqui encontra boas condições para a prática de windsurf, surf e bodyboard ou simplesmente para uns momentos de lazer à beira-mar.

No interior, a Norte da Serra, subsiste uma zona rural com pequenas aldeias em que a paisagem é marcada pelos muros de pedra-seca, que delimitam os campos agrícolas protegendo-os dos ventos marítimos, e onde ainda se produz o vinho de Colares.

Mas é a Serra de Sintra coberta de vegetação luxuriante que domina a paisagem e dá origem ao microclima que torna este Parque um lugar tão especial. Os aromas frescos e variados que aqui se respiram fazem de um passeio a pé pela Serra uma experiência inesquecível. Aventure-se por sua conta mas com pouco risco, ou siga os percursos propostos pelo Parque visitando locais como o Convento dos Capuchos, um modesto abrigo de frades do séc. XVI, ou a Ermida da Peninha, erigida num ponto alto perto da costa de onde se avista um panorama vastíssimo.

Sintra, eleita como local de veraneio por reis, nobres e burgueses endinheirados, conserva um notável património arquitetónico que, pela forma como se harmoniza com a natureza, levou a UNESCO a classificá-la como património da Humanidade na categoria de paisagem cultural.

### Contactos

#### Sede:

Rua Gago Coutinho, 1 - 2710-566 SINTRA  
Tel.: +351 21 924 72 00 - Fax: +351 21 924 72 27  
E-mail: [pncs@icnf.pt](mailto:pncs@icnf.pt)

Website: <http://www.natural.pt/portal/pt/AreaProtegida/Item/10>  
<http://www.natural.pt/portal/en/AreaProtegida/Item/10>

---

### **Caraterísticas e Serviços**

Roteiros sinalizados

Área do parque: 14.583 ha

Altitude: Máx: 528 m; min: 0 m

---