

---

## Áreas Protegidas

---

### Lisboa Região

---

#### Mafra

##### Centro de Recuperação do Lobo Ibérico

**E-mail:** [crloboiberico@ciencias.ulisboa.pt](mailto:crloboiberico@ciencias.ulisboa.pt) **Website:**

**<http://lobo.fc.ul.pt/>**

##### Contactos

Quinta da Murta - Picão

2665-150 Gradil (Mafra) Tel.: +351 261 785 037 /917 532 312

Fax: +351 261 788 047

##### Horários:

Aberto: Sábados, Domingos e Feriados Nacionais

Inverno (Outubro até Abril) - aberto das 14h30 às 18h30

Primeira visita - 15h00; Segunda visita - 16h30.

Verão (Maio até Setembro) - aberto das 15h30 às 20h00

Primeira visita - 16h00; Segunda visita - 18h00.

(As visitas são guiadas e têm uma duração de cerca de 1h30min)

NOTA: A Observação dos animais é mais difícil em dias de temperaturas elevadas.;

##### Caraterísticas e Serviços:

Visitas Guiadas; Parque de estacionamento; Instalações sanitárias;

O Centro de Recuperação do Lobo Ibérico (CRLI), criado em 1987 pelo Grupo Lobo, acolhe lobos que não podem viver em liberdade: vítimas de armadilhas, de maus tratos ou de cativeiro ilegal. Aqui os animais vivem em condições únicas e próximas do seu habitat natural.

O CRLI situa-se na freguesia do Gradil, no concelho de Mafra, a cerca de 30km de Lisboa, num vale arborizado. Sendo um local privilegiado para a observação de lobos, o CRLI já recebeu mais de 100.000 visitantes de todo o Mundo, que tiveram a oportunidade de conhecer este predador em condições semi-naturais. O Centro possui um Programa de Voluntariado acessível a pessoas maiores de 18 anos e interessadas na conservação da vida selvagem; e um Programa de Adopção que possibilita o apadrinhamento de um ou mais lobos.

Visite-nos e contribua para a conservação do último grande predador do nosso país!

Para mais informações sobre as condições de visita ou para integrar os programas mencionados consulte a página <http://lobo.fc.ul.pt> ou informe-se directamente no CRLI.

---

### Porto e Norte

---

## Arouca

### Arouca Geopark

**E-mail:** geral@aroucageopark.pt **Website:**

**http://aroucageopark.pt**

#### Contactos

AGA - Associação Geoparque Arouca  
Rua Alfredo Vaz Pinto - 4540-118 Arouca  
Tel.: +351 256 940 254

#### Caraterísticas e Serviços:

Roteiros sinalizados; Área do parque: 328 km<sup>2</sup>; Alojamento disponível; Visitas Guiadas; Parque de estacionamento; Instalações sanitárias; Restaurante;

Abrangendo toda a área do concelho que lhe dá nome, num total de 328 km<sup>2</sup>, o Geoparque de Arouca foi classificado em 2009 pela Rede Europeia de Geoparques sob os auspícios da UNESCO, em reconhecimento do valor do seu património geológico.

Encontram-se aqui **41 geossítios** com características singulares e notável valor científico, de que se destacam três com importância internacional - as **Pedras parideiras de Castanheira**, os **Trilobites gigantes de Canelas** e os **icnofósseis do Vale do Paiva**.

O Geoparque de Arouca insere-se num território montanhoso, encontrando-se os seus pontos mais altos nas **Serras da Freita** e de **Montemuro** com altitudes por vezes superiores a 1.000 metros. Esta área é atravessada por rios de água límpida, como **o Arda, o Paiva e o Paçô**, que correm em vales por vezes muito encaixados. Estas características naturais oferecem excelentes condições para diversas atividades como o canyoning, canoagem, escalada, ou o rafting, que nos rápidos do Rio Paiva tem um dos melhores locais de prática em Portugal.

Para desfrutar em pleno destas paisagens deslumbrantes, o Geoparque definiu uma densa **rede de percursos pedestres** (13 de pequena rota e um de grande rota). Para além da grande variedade de flora e fauna, é possível conhecer sítios únicos como a **Frecha da Mizarela**, uma queda de água em que o Rio Caima se precipita de uma altura de cerca de 75 metros, ou apreciar vestígios da atividade mineira na região - as minas de ouro romanas e a exploração de volfrâmio pelos ingleses e alemães durante a 2ª Guerra mundial. De referir, o percurso dos **Passadiços do Paiva** ao longo do vale, para observação de 5 geossítios e com 3 zonas balneares ideais para fazer uma pausa e refrescar.

No que se refere ao património cultural e histórico destaca-se o **Mosteiro de Arouca**, que teve grande influência no desenvolvimento destas terras, deixando as suas marcas até na gastronomia com receitas de doces ainda hoje muito apreciados como as barrigas de freira, castanhas e morcelas doces, ou as roscas e charutos de amêndoa. Já no que se refere aos pratos principais o destaque desta região vai para a vitela assada ou a posta de carne de raça autóctone, justamente designada por "arouquesa".

## Vila do Conde

### **Paisagem Protegida Regional do Litoral de Vila do Conde e ROM**

**E-mail:** [geral.naturconde@cm-viladoconde.pt](mailto:geral.naturconde@cm-viladoconde.pt) **Website:**  
<https://www.naturconde.pt/>

#### **Contactos**

##### **Sede:**

Câmara Municipal de Vila do Conde, Praça Vasco da Gama,  
4480-454 Vila do Conde  
Tel.: +351 252 248 400

##### **Centro de Receção:**

Estrada Velha, 4480 Vila do Conde

##### **Loja Interativa de Turismo:**

Rua Cais das Lavadeiras, 4480-789 Vila do Conde  
Tel.: +351 252 248 445

#### **Horários:**

##### **Loja interativa de Turismo:**

2.ª feira a domingo: 9:30-13:00 / 14:30-18:00

##### **Câmara Municipal de Vila do Conde:**

2.ª feira a 6.ª feira: 9:00-20:00;

#### **Caraterísticas e Serviços:**

Roteiros sinalizados; Área do parque: 380 ha; Altitude: 0 - 23 m  
(Marco geodésico do Castro de São Paio); Alojamento disponível;  
Visitas Guiadas; Parque de estacionamento; Instalações  
sanitárias; Bar; Restaurante;

#### **Acessos:**

Autocarro; Terminais ferroviários;

### **A Paisagem Protegida Regional do Litoral de Vila do Conde e Reserva Ornitológica de Mindelo**

- que adotou a marca **Naturconde**, integrada na Rede Nacional de Áreas Protegidas, é constituída por uma diversidade de habitats: dunas, praias, linhas de água, zonas húmidas, florestas, campos agrícolas, afloramentos rochosos e por um relevante património paisagístico, biológico, geológico, arqueológico e cultural.

Tem uma **biodiversidade riquíssima**: ocorrem aqui 145 espécies de aves, 14 das 17 espécies de anfíbios existentes em Portugal, mais de 300 espécies de invertebrados e 39 espécies de musgos, para além de três plantas angiospérmicas endémicas lusitanas (duas espécies e uma sub-espécie) únicas no mundo.

Para admirar toda esta vida, propomos-lhe **diferentes percursos exploratórios**, que lhe permitem uma total imersão na natureza. Em todos eles encontrará painéis interpretativos e estruturas de apoio e lazer que fornecem informação relevante e facilitam as suas caminhadas. Boa visita!