

UMA MONTANHA, MUITOS MUNDOS

Os caminhos de Montanha são uma rede de percursos pedestres, que pela abrangência e diversidade de locais percorridos, representam uma das formas mais enriquecedoras de conhecer a região e as Aldeias de Montanha.

A Rota da Cabeça Alta, com início na Aldeia de Montanha de Videmonte, que integra a rede de percursos pedestres da Guarda, atravessa campos de centeio, matos e povoamentos florestais onde predominam pinheiros e castanheiros.

A partir do miradouro da Cabeça Alta avistam-se o Planalto Superior da Serra e os Cântaros. Por fim temos a Necrópole Rupestre do Souto da Caravela em bom estado de conservação.

CONTACTOS DE EMERGÊNCIA

SOS Número Europeu de Emergência

112

SOS Ambiente e Território

808 200 520

Guarda Nacional Republicana
(Comando Territorial da Guarda) - Tel.: 271 210 630
Hospital Sousa Martins - Tel.: 271 200 200

OUTROS CONTACTOS

Município da Guarda – 271 220 220
Welcome Center da Guarda – 271 205 530
Junta de Freguesia de Videmonte – 271 011 627
Bombeiros Voluntários da Guarda – 271 222 115
Informação Meteorológica – 218 447 000

ONDE FICAR E ONDE COMER

www.mun-guarda.pt
www.aldeiasdemontanha.pt

PROMOTOR:



PARCÉRIOS:



CO-FINANCIAMENTO:



Créditos fotográficos: José Conde, Pedro Ribeiro, Município da Guarda | Edição: 2020 | Pt



PR2
GRD

CAMINHOS
DE MONTANHA

ROTA DA CABEÇA ALTA - VIDEMONTE

aldeias de
montanha

f /aldeiasmontanha

REDE DE PERCURSOS PEDESTRES DA GUARDA

ROTA DA CABEÇA ALTA VIDEMONTE

Este é um percurso circular que se desenvolve em ambiente maioritariamente rural e natural e que lhe irá permitir descobrir as dinâmicas da agricultura de montanha. Na paisagem predominam os campos de centeio e o Vale do Rio Mondego, sendo o maciço central da Serra da Estrela, uma presença constante no horizonte visual. É um percurso fácil, mas que pela sua duração exige uma razoável condição física. Tem início e final em Videmonte com passagem pelo ponto mais alto do concelho da Guarda, o marco geodésico da Cabeça Alta (1287 m). Já na parte final poderá observar a Necrópole Rupestre do Souto da Caravela.



Nível de dificuldade: MÉDIO



Duração média do percurso: 5h50



Tipo de percurso: PEQUENA ROTA CIRCULAR

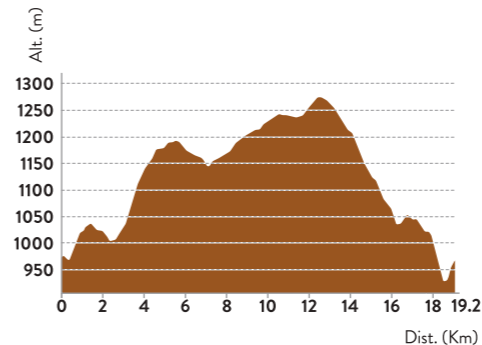
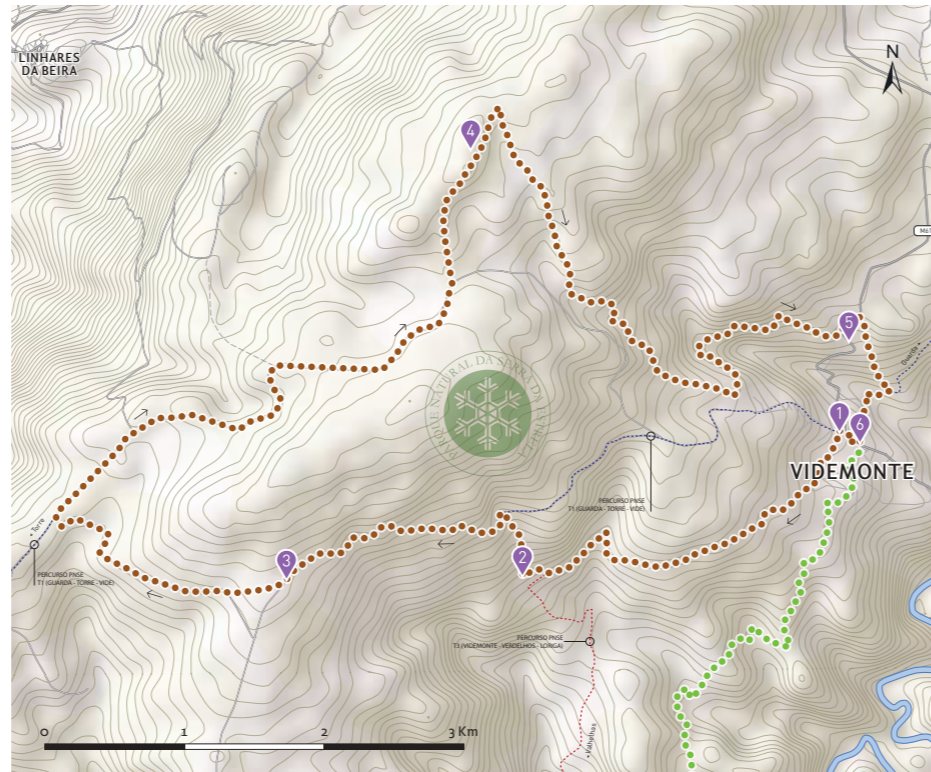
ROTA DA CABEÇA ALTA VIDEMONTE

PATRIMÓNIO NATURAL

- > Maciço Central da Serra da Estrela [2]
- > Cabeça Alta - Ponto mais alto do concelho da Guarda [4]

PATRIMÓNIO HISTÓRICO-CULTURAL

- > Igreja Matriz [1]
- > Necrópole Rupestre do Souto da Caravela [3]
- > Capela de Santo Antão [5]
- > Capela de Santo António [6]
- > Património Arquitetónico Civil



FICHA TÉCNICA

Tipo de percurso: Pequena Rota circular
 Sentido recomendado: Ponteiros do relógio
 Início / Fim do percurso: Videmonte
 Coordenadas do início: 40.515111, -7.393278
 Distância: 19,12 km
 Desníveis acumulados: +540 / - 540
 Altitudes: mín. 924 m / máx. 1276 m
 Duração aproximada: 5h50
 Grau de dificuldade: Médio
 Época recomendada: todo o ano
 Carta militar (IGEOE / 1:25000) n.º: 212

NORMAS DE CONDUTA

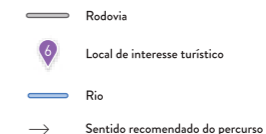
- > Planifique o percurso que pretende realizar: reúna previamente a informação disponível necessária e certifique-se que termina a caminhada antes do anoitecer.
- > Não faça fogo.
- > Circule pelos trilhos sinalizados e respeite a sinalização existente.
- > Seja cortês com os habitantes locais e respeite os seus costumes e tradições.
- > Respeite a propriedade privada: feche portões e cancelas.
- > Não perturbe o gado e não danifique as culturas agrícolas.
- > Respeite a natureza: não recolha e/ou perturbe animais, plantas ou danifique formações geológicas.
- > Se encontrar um animal selvagem ferido ou debilitado, procure reencaminhá-lo para um centro de recuperação de fauna selvagem.
- > Não deixe lixo ou vestígios da sua passagem.
- > Leve sempre água, mantimentos, protetor solar, roupa e calçado adequados e estajo básico de primeiros socorros.
- > Em algumas situações terá que transpor estradas asfaltadas, faça-o com atenção.

SINALÉTICA



●●●●●
 ROTA DA CABEÇA ALTA / VIDEMONTE

●●●●●
 ROTA DE BARRELAS FAMILIÇÃO DA SERRA - VIDEMONTE



As condições do tempo podem mudar repentinamente: consulte as previsões meteorológicas previamente e leve agasalho, impermeável e botas de montanha.

