

A apenas a meia hora de Coimbra, em **Terras de Sicó**, encontramos uma paisagem bela, agreste, rural, marcadamente calcária, com vales profundos, vertentes íngremes e rochosas.

O território **Terras de Sicó** integra os municípios em torno do maciço das Serras de Sicó e Alvaiázere: Alvaiázere, Ansião, Condeixa-a-Nova, Penela, Pombal e Soure. Engloba uma área proposta para integrar a Rede Natura 2000, com uma flora rica e protegida, que pretendemos dar a conhecer divulgar no âmbito do projecto **Flora de Sicó ... Naturalmente!**

Promovidos neste contexto, os **Dias de Sicó** são passeios temáticos, pedestres, ao ar livre, para gente de todas as idades. São pequenas expedições científicas em busca de espécies raras ou expedições gastronómicas de descoberta de produtos tradicionais de provar e chorar por mais. **Deixe-se tentar, venha passear!**



Para mais informações e inscrições contacte:

Terras de Sicó - Associação de Desenvolvimento

Largo dos Celeiros, 3

3105-326 REDINHA

Telefone: 236912113/4

Email: geral@terrasdesico.pt

URL: www.terrasdesico.pt



Apoios



Organização



Dias de **SICÓ**



> Orquídeas de Sicó, 21 de Março

(Penela)

Em Portugal, conhecem-se cerca de 60 espécies de orquídeas, encontrando-se a maioria delas ameaçadas em termos de conservação. As Serras de Sicó e Alvaiázere são um território privilegiado para observar e aprender a conhecer algumas destas espécies, que procuraremos descobrir neste passeio.



> A erva-de-santa-maria e o Queijo Rabaçal, 16 de Maio (Soure)

O Queijo Rabaçal, quando genuíno, apresenta um travo característico que ase diz que a erva-de-santa-maria transmite ao leite. Esta planta é um tomilho, de flores brancas ou rosadas, muito aromático. Percorrendo caminhos de pastores, iremos observar a erva-de-santa-maria e outras plantas dos pastos da região. O passeio completa-se com uma visita à Feira do Queijo do Rabaçal, em Tapeus.



> Carvalhais e Morcegos, 18 de Julho

(Ansião)

Próximo de Santiago da Guarda, onde decorre nesta altura a Feira anual de Artesanato, e ao longo de uma área relativamente extensa, surgem numerosos bosques de carvalho-cerquinho, um dos maiores valores desta região. Esta paisagem constitui um importante habitat para diversas espécies de morcegos que, com apoio de um detector de ultrasons, vamos poder ouvir e com sorte observar!



> Tesouros do Espinhal, 5 de Setembro

(Penela)

Em percurso ribeirinho, que se desenvolve ao longo da Ribeira da Azenha e nos leva à espectacular cascata da Pedra Ferida, autêntico tesouro que aqui partilhamos. Iremos conhecer e descobrir um lourçal, relíquia de outros tempos, e as numerosas espécies de fetos e musgos que alberga. No regresso, ainda haverá tempo para conhecer a Feira do Mel, e degustar esse e outros tesouros do Espinhal.



> As cucas e a Senhora do Circo, 25 de Abril

(Condeixa-a-Nova)

Tradicionalmente, nas festa da Senhora do Circo, os rapazes ofereciam cucas às namoradas. A cuca não é mais do que a rosa-albardeira, espécie rara da nossa flora que ainda se observa em Sicó. Neste caminho, em torno da Serra do Circo (ou Círculo), poderemos contemplar a vastíssima paisagem que se estende ao longo do Vale do Mondego até à Figueira da Foz.



> Fetos do Vale do Poio, 6 de Junho

(Pombal)

A paisagem do vale do Poio, profundamente encaixado, é impressionante. A quase ausência de vegetação confere-lhe um aspecto lunar e os vestígios arqueológicos um interesse acrescido. Nas zonas mais sombrias e húmidas, podemos observar enormes fetos, num passeio cheio de frescura, às portas do Verão!



> À luz da Lua, 8 de Agosto

(Alvaiázere)

Partindo da Mata de Baixo, em plena Serra de Alvaiázere, este percurso nocturno desenvolve-se ao longo de cerca de 4.5 Km, que iremos percorrer à luz da lua, numa área com elevado interesse geomorfológico. Escutando os sons da noite e observando ocasionalmente a fauna nocturna, não deixe de nos acompanhar nesta experiência singular.



> O chícharo e a gastronomia, 3 de Outubro

(Alvaiázere)

O chícharo é uma daquelas leguminosas que só alguns conhecem e que se dá bem nos calcários de Alvaiázere. De cultivo fácil, elevado valor nutritivo e com paladar suave e agradável, é utilizado para sopas e muitos outros pratos, que se poderão degustar no Festival Gastronómico do Chícharo, ponto de partida para mais um passeio.

Ficha de Inscrição

Nome: _____

Telefone: _____ Email: _____

Pretendo inscrever-me no(s) seguinte(s) passeio(s):

- Orquídeas de Sicó
- As Cucas e a Sra. do Circo
- A erva-de-santa-maria e o Queijo do Rabaçal
- Fetos do Vale do Poio
- Carvalhais e Morcegos
- À luz da Lua
- Tesouros do Espinhal
- O chícharo e a gastronomia

Para se inscrever, **assinale em cada círculo o número de participantes, destaque e envie para a morada no verso** deste desdobrável. **Inscrições limitadas a 20 participantes.** Previamente à realização do passeio, a "Terras de Sicó" promoverá um contacto no sentido de informar sobre o local e hora de encontro.