

**PR2  
PBL**

# TRILHO DAS DUAS ALDEIAS



O Trilho das Duas Aldeias é um percurso circular de pequena rota, que faz a ligação entre as aldeias serranas de Pousadas Vedras e Ereiras, numa extensão de 14,5 km's. Conjuga a ímpar paisagem natural de Sicó, rica em biodiversidade, com a paisagem rural, assente na arquitetura vernácula, no património religioso, nos saberes e nas tradições, que expressam a adaptação e as vivências da comunidade local.

Trilho das Duas Aldeias is a short circular trail that connects mountain villages Pousadas Vedras and Ereiras, with a 14,5km length. We can observe in the natural landscape of Sicó, a rich biodiversity, a rural landscape settled in vernacular architecture, a religious heritage, knowledge and traditions through which we can see how the life of local community was at that time.

Com início e fim na zona sul da aldeia de Pousadas Vedras, próximo do recinto desportivo, o percurso segue para norte por um caminho que circunda a aldeia. Depois de a contornar, segue em direção a este por trilhos, entre muros de pedra seca, ladeados de olivais antigos, património distintivo desta região que marca a paisagem cultural de Sicó. Deixando a linha de cumeeada, começa-se a descer para a aldeia de Ereiras, no extremo do percurso. Este contorna a aldeia pelo lado nascente e segue um pouco mais para sul, até à Cova do Vale da Fonte. Segue-se pelo sopé da Serra de Sicó, em direção a este, até ao monte da Lomba. Após esta passagem chega-se próximo da aldeia de Vérego. O regresso a Pousadas Vedras é feito pelo Vale Paio, contornando o Cabeço Leital.

The route starts and ends on the south of Pousadas Vedras village next to the sports facilities. After that, the trail continues to the north surrounding the village. Then it goes on, in the direction of the village, through the paths between dry stonewalls surrounded by the old olive groves, that are a distinct part of the heritage of this region and a highlight of the cultural landscape of Sicó. From the hilltops, the trail goes down to Ereiras village, in the limit of the trail. It surrounds the village on its east-side and continues a little further to the south until Cova do Vale da Fonte. It follows the foothills of Serra de Sicó, towards East, until Monte da Lomba. After this scenery you are next to Verigo village. The way back to Pousada Vedras goes through Vale Paio, around Cabeço Leital.



## NORMAS DE CONDUTA CODE OF CONDUCT

Seguir apenas pelo trilho sinalizado | Keep to the signposted track;  
Evitar fazer ruídos desnecessários | Avoid making unnecessary noise;  
Observar a fauna sem perturbar | Observe wildlife without disturbing it;  
Não danificar a flora | Do not damage the flora;  
Não deixar lixo ou outros vestígios de passagem | Do not leave rubbish or any other trace;  
Não fazer lume | No naked flames;  
Não colher amostras de plantas ou rochas | Do not take samples of plants or rocks;  
Ser afável com as pessoas que encontre no local | Be nice to the people you might meet along the way.

## CONTACTOS ÚTEIS USEFUL CONTACTS

SOS Emergência | SOS Emergency: 112  
Bombeiros | Firefighters: (+351) 236 212 122  
G.N.R. | Police Force: (+351) 236 212 011  
Proteção Civil | Civil Protection: (+351) 236 210 512  
Hospital Distrital de Pombal: (+351) 236 210 000  
Taxis | Taxis: (+351) 236 212 915  
Posto de Turismo | Tourist Office: (+351) 236 210 556  
Município de Pombal | Municipality of Pombal: (+351) 236 210 500  
Junta de Freguesia de Abiúl | Parish Council of Abiúl: (+351) 236 921 206  
Junta de Freguesia de Pelariga | Parish Council of Pelariga: (+351) 236 244 642  
Junta de Freguesia de Redinha | Parish Council of Redinha: (+351) 236 911 116  
Junta de Freguesia de Vila Cã | Parish Council of Vila Cã: (+351) 236 922 424

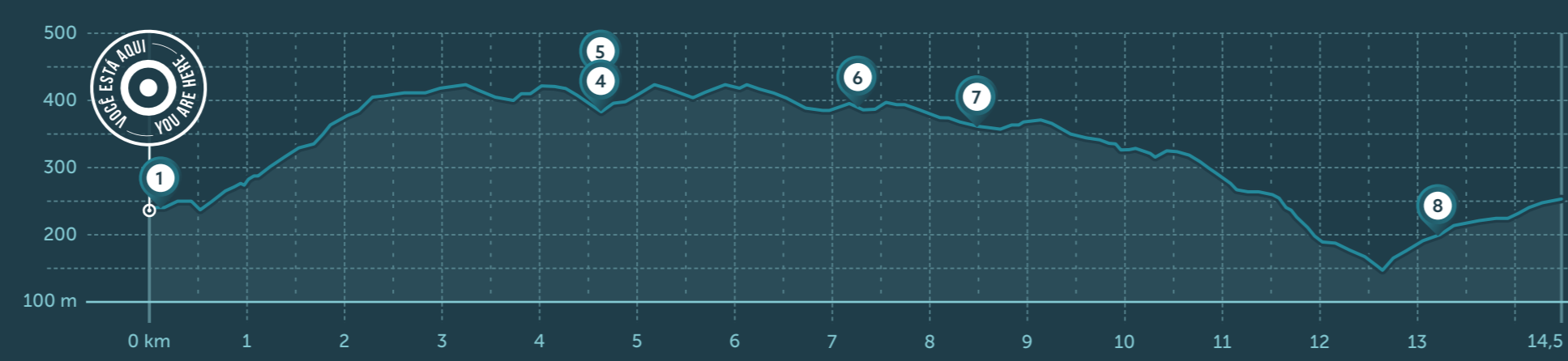
## FICHA TÉCNICA | TECHNICAL SHEET

	<b>14,5 km</b> Distância Distance		<b>Circular</b> Sentido dos ponteiros do relógio Sentido recomendado <b>Clockwise</b> Recommended direction
	<b>429/152 m</b> Altitude máx./mín Altitude max./min		<b>4 h 25 min</b> Duração (aproximada) Duration (approximate)
	<b>399 m</b> Desnível acumulado Altitude variation		<b>Todo o ano</b> Época aconselhada <b>All year round</b> Recommended season

## GRAU DE DIFICULDADE | DIFFICULTY LEVEL

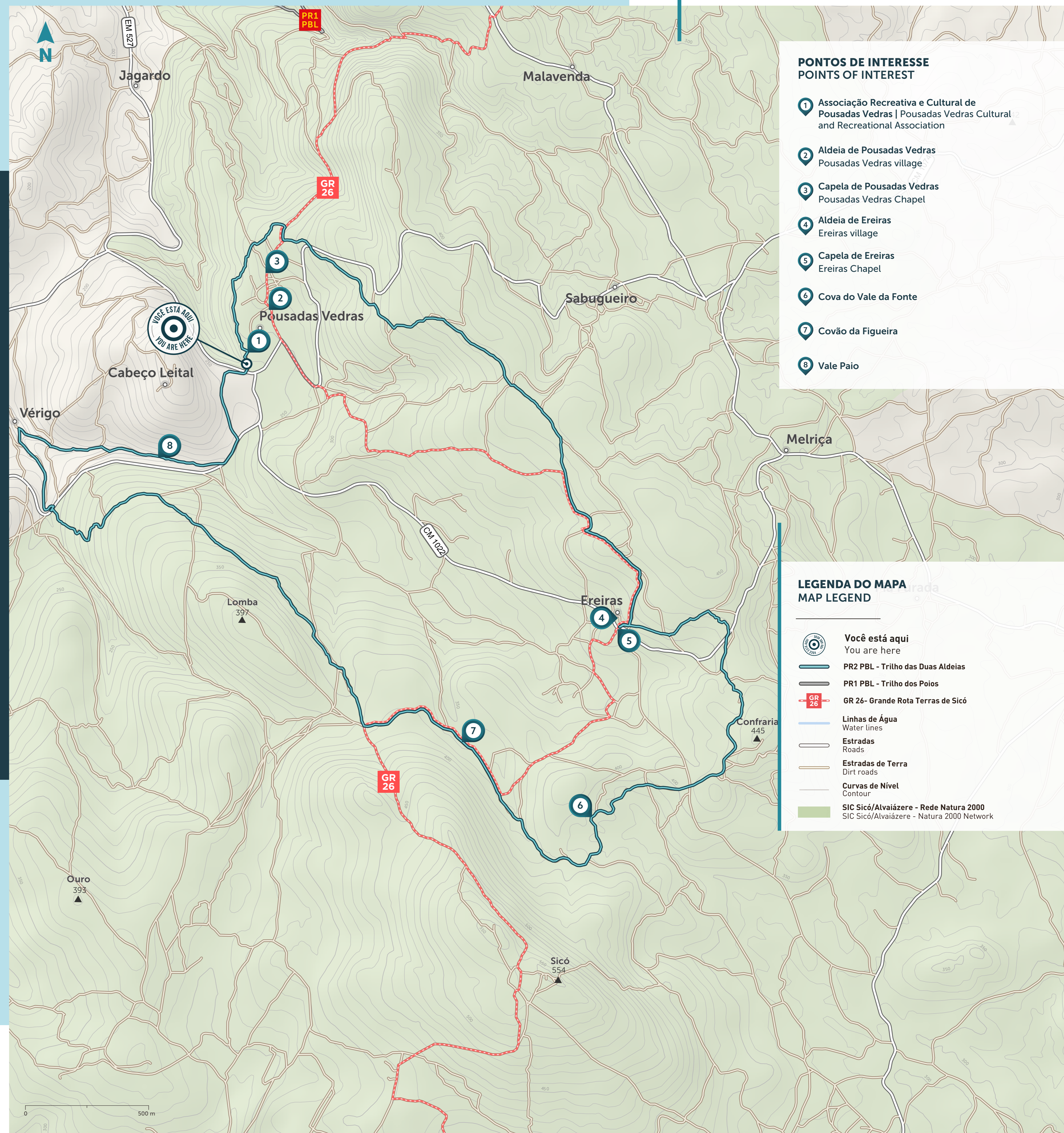
**MÉDIO (NÍVEL III)**  
Grau de dificuldade  
**MEDIUM (LEVEL 3)**  
Difficulty level

## PERFIL DE ALTIMETRIA | GAENT PROFILE



## SINALÉTICA | SIGNAGE

caminho certo right way	caminho errado wrong way	virar à esquerda turn left	virar à direita turn right
	Percurso Pedestre de Pequena Rota (PR) decorrendo, temporariamente, pelo traçado de uma Grande Rota (GR). Pedestrian path belonging to a Short Distance Path (PR) that temporarily crosses a Long Distance Path (GR).		
PERCURSO PEDESTRE REGISTRADO E HOMOLOGADO POR PATH REGISTERED AND HOMOLOGATED BY			



## PONTOS DE INTERESSE POINTS OF INTEREST

- 1 Associação Recreativa e Cultural de Pousadas Vedras | Pousadas Vedras Cultural and Recreational Association
- 2 Aldeia de Pousadas Vedras  
Pousadas Vedras village
- 3 Capela de Pousadas Vedras  
Pousadas Vedras Chapel
- 4 Aldeia de Ereiras  
Ereiras village
- 5 Capela de Ereiras  
Ereiras Chapel
- 6 Cova do Vale da Fonte
- 7 Covão da Figueira
- 8 Vale Paio

## LEGENDA DO MAPA MAP LEGEND

- Você está aqui  
You are here
- PR2 PBL - Trilho das Duas Aldeias
- PR1 PBL - Trilho dos Poios
- GR 26 - Grande Rota Terras de Sicó
- Linhas de Água  
Water lines
- Estradas  
Roads
- Estradas de Terra  
Dirt roads
- Curvas de Nivel  
Contour
- SIC Sicó/Alvaiázere - Rede Natura 2000  
SIC Sicó/Alvaiázere - Natura 2000 Network

Mais informações:  
More information:



Cofinanciado por:

