ESCADARIA CUCAMACUCA *CUCAMACUCA STAIRWAY*

SERRAS DE VALONGO

A origem das Serras de Valongo perde-se na imensidão do tempo, mas perduram aqui memórias e riquezas que merecem ser lembradas e desfrutadas por todos.
Conta a lenda que os mouros que por cá andaram, quando fugiam dos reis cristãos choravam a sua desgraça, dizendo: "(...) Fica-te para aí, Serra de CucaMacuca, onde os pastores atiram com o ouro a suas cabras, julgando ser pedras!"
Partir à descoberta da Escadaria da CucaMacuca, através deste percurso que interliga o sopé da Serra de Santa Justa e a cumeada, leva-nos a uma imersão na natureza e a locais com vistas singulares para o vale de Valongo, o mar e a cidade do Porto.
Ao longo de 2km, através de passadiços, antigos caminhos e miradouros, revela-se um espaço de pura descoberta! Lugares cheios de história, valores geológicos, fauna e flora com estatuto de conservação, mas também, bosques de grande beleza, onde são sempre bem-vindos as famílias e os convívios de amigos.
Ao percorrer a Escadaria da CucaMacuca encontra manchas onde foram desenvolvidas intervenções de restauro ecológico como o controlo de plantas invasoras e plantação de espécies autóctones, para as quais muito contribuem projetos como o FUTURO - projeto das 100.000 árvores na Área Metropolitana do Porto do CRE. Porto e do Programa Metro Quadrado - Programa de Manutenção de Árvores de Floresta Nativa, da LIPOR.

Desfrute desta infraestrutura, em segurança, não descurando as recomendações e normas de conduta. Boa caminhada!

Serra de Cuca-Ma-Cuca,
Grande pena me deixaes;
Atiraes com o ouro às cabras?
Não sabeis com qu'atiraes.

In A Villa de Vallongo, 1904

RECOMENDAÇÕES E NORMAS DE CONDUTA

MUITO IMPORTANTE: Por razões de segurança DEVE seguir sempre pelos caminhos sinalizados, não se afastando das marcações.
No território ocorrem antigas cavidades mineiras - fojos e respiros - que poderão estar camufladas pela vegetação.
Antes de se aventurar pelos percursos pedestres deve recolher informação útil sobre os mesmos, seja nos painéis interpretativos, seja na Loja Interativa de Turismo de Valongo ou noutros espaços de apoio ao visitante.
Avalie previamente se a sua condição física se adapta às carateristicas do percurso a realizar. Opte por calçado adequado, vestuário confortável e adaptado às condições meteorológicas. Use sempre protetor solar.
Leve sempre água e alimentos para repor a hidratação e a energia ao longo do percurso. Acondicione e leve consigo os resíduos que produzir, depositando-os em local adequado, assegurando sempre a sua separação.
Passeie o seu cão sempre com trela e recolha os dejetos produzidos pelo seu animal.
Não ateie fogo nem faça fogueiras, pois pode provocar incêndios florestais.
Não capture animais nem danifique os seus ninhos ou outros abrigos, assim como não recolha nem danifique plantas, fósseis, vestígios arqueológicos ou outros valores.
Junto a espaços religiosos e habitacionais, respeite os costumes e bens da comunidade. Não entre em propriedade privada sem prévia autorização.
Respeite a Natureza e a tranquilidade dos locais, não perturbe a vida selvagem produzindo ruído excessivo.
Tenha atenção ao que o rodeia e registe o que vai observando, através de fotografia e ou desenho. Contribua para projetos de ciência cidadã como o **biodiversity4all.org** ou o **invasoras.pt.**

Lembre-se: da natureza nada se tira além de fotos, nada se deixa além de pegadas e se leva além de lembranças. RODRIGO MILLA

A preservação deste refúgio também depende Si!

CONTACTOS ÚTEIS | *USEFUL CONTACTS*

SOS Número Europeu de Emergência / Emergency: **112**
Linha SOS Ambiente e Território | *SOS Environment and Territory Line*: **808 200 520**
Loja Interativa de Turismo | *Interactive Tourism Office:* (+351) **222 426 490** | (+351) **911 042 398** | turismo@**cm-valongo.pt**
Proteção Civil | *Civil Protection* (+351) **939 030 398**
PSP Valongo | *Police*: (+351) **224 219 800**

Foto: Gaio | **Photo:** Jay - *Paulo Ferreira*

Foto: Esquilo-vermelho | **Photo:** *The red squirrel* - *João Ferreira*

THE VALONGO MOUNTAINS

The origins of the Valongo Mountains are lost in the immensity of time, but memories and treasures remain here that deserve to be remembered and enjoyed by all.
Legend has it that the Moors who travelled here, when fleeing from the Christian kings, wept at their misfortune, saying: "(...) Stay there, Serra de Cuca Macuca, where the shepherds throw gold at their goats, thinking they are stones!"
Setting off to discover the Escadaria da CucaMacuca (CucaMacuca Stairway), along this route that connects the foot of the Serra de Santa Justa and the ridge, leads to an immersion in nature and to places with unique views of the Valongo valley, the sea and the city of Porto.
Over the course of 2 kilometers, through passageways, old paths and viewpoints, it's a place of pure discovery! Places full of history, geological values, fauna and flora with conservation status, but also woods of great beauty, where families and friends are always welcome.
As you walk along the CucaMacuca stairway, you'll find areas where ecological restoration work has been carried out, such as controlling invasive plants and planting native species, to which projects such as FUTURO - the 100,000 trees in Porto Metropolitan Area project by CRE. Porto and LIPOR's Metro Quadrado - Native Forest Tree Maintenance Programme.

Enjoy this infrastructure in safety, without neglecting the recommendations and rules of conduct. Have a good hike!

Foto: Miradouro do Paleozóico - *Vista Panorâmica* | **Photo:** ***Paleozóico Viewpoint*** - *Panoramic View*

RECOMMENDATIONS AND RULES OF BEHAVIOUR

VERY IMPORTANT: *For safety reasons, you MUST always follow the marked paths and never stray from the trail. There are old mining cavities in the area - "fojos" and vents - which may be hidden by undergrowth.*
Before venturing out on the footpaths, you should gather useful information about them, either from the interpretive panels or from the Valongo Interactive Tourism Shop or other visitor support centers.
Assess beforehand whether your physical condition is suited to the characteristics of the route. Choose suitable footwear and comfortable clothing adapted to the weather conditions. Always wear sun block.
Always carry water and food to replenish your hydration and energy along the route. Take any waste you produce with you and dispose of it in a suitable place, always ensuring that it is separated.
Don't set fires or make bonfires, as this can cause forest fires.
Don't capture animals or damage their nests or other shelters, or collect or damage plants, fossils, archaeological remains or other valuables.
Respect the community's customs and property near religious and residential centers. Do not enter private property without prior authorization.
Respect nature and the tranquility of the area, do not disturb wildlife by making excessive noise.
Be aware of your surroundings and record what you observe by taking photographs or drawing pictures. Contribute to citizen science projects such as ***biodiversity4all.org*** *or* ***invasoras.pt.***

Remember: From nature nothing is taken but photos, nothing is left but footprints and nothing is taken but memories. RODRIGO MILLA

The preservation of this refuge also depends on YOU!

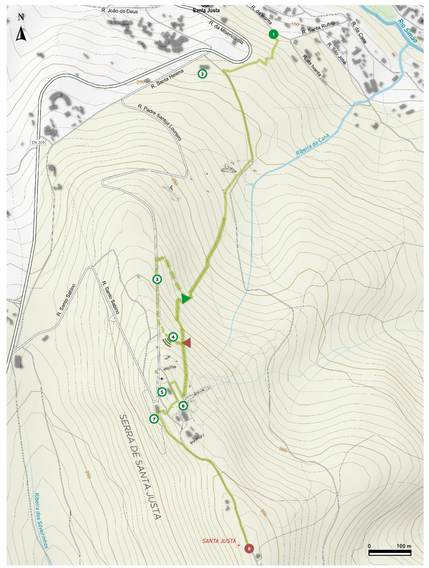
INTERDIÇÕES | *INTERDICTIONS*

www.cm-valongo.pt

Foto: Lagartixa-ibérica (*Podarcis hispanica*) | **Photo:** Iberian wall lizard (*Podarcis hispanica*) - *João Ferreira*

Foto: Pinheiro-baboso (*Drosophyllum lusitanicum*) | **Photo:** Dewy pine (*Drosophyllum lusitanicum*) - *Paulo Ferreira*

Foto: Filão de quartzo | **Photo:** Quartz vein


N
R. João de Deus
Santa Justa
R. Santa Justa
R. Santa Justa
R.