



GUIA

SETE CIDADES

Tourist Guide



**CR
AS**

COOPERATIVA
REGIONAL
DE ECONOMIA
SOLIDÁRIA

GUIA

SETE CIDADES

CRESAÇOR – Azores For All

EDIÇÃO

CRESAÇOR – Cooperativa Regional Economia Solidária CRL

TEXTOS

Dulce Pacheco, João Nunes, Maria Manuela Albergaria,
Manuela Soeiro, Paulo Garcia

REVISÃO DO TEXTO

Manuela Soeiro, Michael Ross, Samanta Fontes

FOTOGRAFIAS

Azoresphotos (Associação Turismo dos Açores), CRESAÇOR,
Direção Regional da Cultura, Eduardo Miranda,
Nuno Fonseca, Paulo Garcia, SIARAM

PROJETO GRÁFICO E PAGINAÇÃO

CRESAÇOR – Criações Periféricas
Elisabete Ross

Índice

1 A Ilha de São Miguel	4
2 Contextualização Sócio-Histórica	6
3 Morfologia	12
4 Geologia	15
5 Flora e Fauna	19
6 Área de Paisagem Protegida	23
7 Trilhos	25
8 O que fazer – Atividades de Natureza	28
9 Código de Conduta	32

1 A Ilha de São Miguel



São Miguel, a maior das nove ilhas vulcânicas que constituem o arquipélago dos Açores, tem uma área de 745km², um comprimento de 62km e largura mínima de 8km e máxima de 15km.

Tal como outras ilhas dos Açores, a formação da ilha de São Miguel deveu-se a diversas fases e erupções vulcânicas, que foram aumentando a área

da ilha, um processo que teve início na zona de Nordeste, há cerca de 4 milhões de anos. A ilha ganhou a forma atual com a união, nos últimos 50 mil anos, do vulcão das Sete Cidades à restante ilha.

Em qualquer altura do ano a ocorrência de nuvens e chuva é frequente, o que permite a manutenção de extensas áreas



– Miradouro do Pico do Carvão

verdes e contribui para a exuberância vegetal e valor paisagístico das mesmas.

De Junho a Outubro os períodos de Sol são maiores e as temperaturas são mais altas, sendo que o clima em São Miguel é moderado durante todo o ano, com valores médios de 16°C na Primavera, 21°C no Verão, 18°C no Outono e 14°C no Inverno.

A ilha de São Miguel conta com 6 concelhos e 64 freguesias onde vivem 137 699 habitantes, de acordo com os Censos de 2011. A zona das Sete Cidades tem como pontos mais altos o Pico das Éguas, com 873m e o Pico da Cruz, com 856m.

2 Contextualização Sócio-Histórica



Sete Cidades é uma freguesia, com 793 habitantes (2011), do concelho de Ponta Delgada, cujo nome evoca histórias e lendas ligadas às suas duas maiores lagoas, uma azul e outra verde.

No século XVIII, J. J. A. Albuquerque Bettencourt (1762 - 1808), proprietário de grande parte da zona ocidental da ilha de S. Miguel, promoveu a fixação de pessoas no “vale” cedendo-lhes terrenos por baixos arrendamentos. As primeiras famílias fixaram-se no Cerrado das Freiras. O povo de Sete Cidades continua refém deste antigo sistema de propriedade, 90% da população não é dona do “chão” das suas casas, pertencendo este aos atuais herdeiros daquele antigo proprietário.

Com poucas parcelas de terra para cultivo, pluviosidade

– Ilhéus dos Mosteiros

elevada, constantes inundações e difíceis acessos, a população tinha uma vida muito dura, vivia sobretudo da agricultura e da pastorícia, completando os seus rendimentos com a produção de carvão, com a lavagem de roupa e com a venda de musgo e de amoras.

Até meados do séc. XX, as lavadeiras das Sete Cidades permaneciam muitas horas nas lagoas esfregando e batendo a roupa em lavadouros de pedra e estendendo os panos nas suas margens.

Todas as semanas iam a pé, com as trouxas em cima de burros, até à “cidade” para entregarem a roupa lavada e trazerem nova carga.

Para produzir carvão, apanhavam lenha, que era colocada em covas, atado e abafado o lume.



– Freguesia das Sete Cidades



– Freguesia: Sete Cidades

O carvão era transportado em burros e carroças até à “cidade”.

Ao longo do século XX muita gente emigrou, principalmente, para os E.U.A. e para o Canadá.

Tradicionalmente a criação de gado ovino e caprino era o maior recurso económico, hoje é a criação de gado bovino.

A dieta tradicional era feita à base de inhame, pão, pimenta, ovos, peixe, ocasionalmente carne de porco, feijão e queijo fresco. Hoje a alimentação é

muito variada, os bens alimentares vêm, em grande parte, de “fora”. Com o leite produz-se queijo fresco. Nos quintais das casas criam-se animais domésticos e cultivam-se frutos e legumes. As colheitas e os utensílios são armazenados nos granéis e nas arribanas.

No início do século XX, no lugar da Seara, existiu uma unidade fabril de chá preto, o Chá Seara. No Centro Experimental de Agricultura Biológica cultivam-se árvores de fruto, plantas aromáticas e chá variedade Índia,



– Transporte de Burro

para a produção de chá branco. A população, maioritariamente católica, é muito devota e empenhada nos seus rituais. O grupo de romeiros todos os anos realiza a peregrinação quaresmal. Celebra-se o Natal e a Páscoa, entre outras festividades. As Festas do Divino Espírito Santo com os Impérios *da* Trindade, de São João e de São Pedro, envolvem a participação de toda a comunidade e uma complexa organização de irmandades e mordomos. Há recolha coletiva

de lenha, refeições comunitárias, enfeite de gado e de carros de bois, montagem de quartos do Espírito Santo, *coroações*, distribuição de *pensões* e atuação da *folia*, entre outros eventos.

A Igreja de S. Nicolau foi erguida em 1857. A festa do padroeiro ocorre no segundo domingo de agosto. O cemitério dos rosais data de 1858 e o atual cemitério funciona desde 1978.

A Banda Filarmónica *Lira das Sete Cidades* foi fundada em 1948, pelo padre José

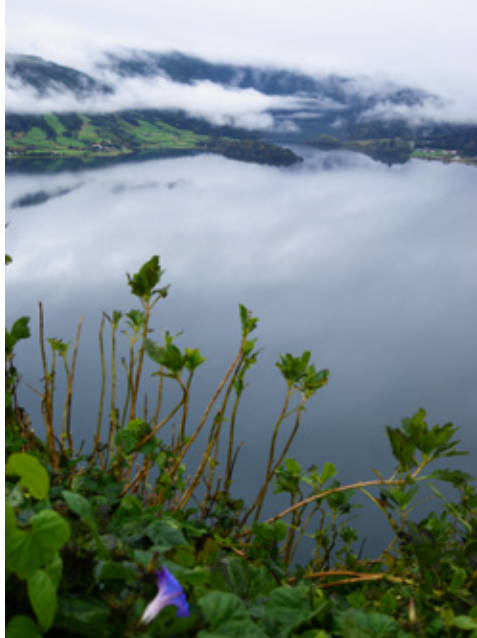
2 Contextualização Sócio-Histórica

Cabral Lindo (1879 - 1956), e pelo maestro José Velho Quintanilha (1897 - 1978).

A Escola Pública foi criada em finais do século XIX. Em 1958 foi construído o edifício «Plano dos Centenários». Nos finais do século XX, a Escola Padre José Cabral Lindo foi ampliada. Hoje a escola funciona com o ensino pré escolar e o 1º ciclo. Os jovens continuam estudos na EBI de Ginetes, até ao 9º ano e o ES em Ponta Delgada.

As primeiras habitações das Sete Cidades eram construídas em madeira ou em alvenaria de pedra e cobertas de palha.

Em 1937, concluiu-se a obra do túnel subterrâneo, projeto do eng. Francisco Pacheco de Castro (1884-1980), no terreno esteve Manuel de Oliveira Júnior (1884-1962). O túnel tem 1 200 m de comprimento e veio resolver o drama das cheias e inundações provocadas pelas chuvas.



Em 1971 o lugar de Sete Cidades foi elevado a freguesia. Em 1981 chegou a luz elétrica. Em 1982, por iniciativa do Padre Eduardo da Costa Tavares (1928 - 1995), construiu-se o edifício da Casa do Povo, o sector terciário é reduzido, a Padaria Tavares abriu em 1970, há um estabelecimento que vende um pouco de “tudo”, duas pequenas mercearias, restaurantes e bares.

Na Junta de Freguesia funcionam os CTT. Na Casa do Povo funciona a unidade de saúde, o centro de convívio de idosos, entre outros serviços.

A Associação 7 Maravilhas organiza trilhos pedestres, entre outros eventos.

A loja **Azores For All/Eco-Atlântida**, que disponibiliza informação turística, aluga bicicletas e canoas e vende produtos de economia solidária.

Existe um centro informativo e educativo sobre o Parque Natural.

A freguesia já oferece um número significativo de alojamento turístico.

Às Sete Cidades atualmente chegam muitos visitantes, este fenómeno é recente e vai ter consequências económicas e sociais neste território que é *Paisagem Protegida*.



– Lagoa do Canário

3 Morfologia



– Ferraraia

A característica geomorfológica mais marcante da zona oeste da ilha de São Miguel é a presença de uma grande depressão, de afundamento, no topo do maciço das Sete Cidades, com cerca de 5 km de diâmetro, no seio da qual está implantado o povoado com o mesmo nome.

Com efeito, a freguesia de Sete Cidades ocupa uma

grande depressão – chamada de caldeira pelos vulcanólogos, existindo igualmente depressões de menor dimensão nesta zona (como é o caso das crateras da Lagoa de Santiago, Lagoa Rasa, Caldeira do Alferes e Caldeira Seca), ou nos flancos do vulcão das Sete Cidades, nomeadamente no Pico das Camarinhas e nos cabeços da Lagoa do Pilar ou do Escalvado.

Elementos paisagísticos fundamentais nesta caldeira são o povoado de Sete Cidades e a vasta massa de água das lagoas Verde e Azul, o primeiro implantado a oeste da Lagoa Azul, com o seu casario de edifícios maioritariamente isolados, de arquitectura tradicional e os típicos anexos rurais, como cafuões, granéis e arribanas.

O caminho das Cumeeiras — que circunda quase toda a depressão vulcânica, com as suas “fantabulosas” panorâmicas — e a Península, são dois outros elementos morfológicos relevantes das Sete Cidades, esta última como a ponta de uma seta apontada a nor-noroeste em plena Lagoa Azul!

Contudo, o mais marcante elemento da paisagem das Sete Cidades é sem dúvida a massa de água da Lagoa das Sete Cidades, que o Homem “separou” pelas suas

lendas e “estórias” e baptizou de Lagoa Verde e de Lagoa Azul. Implantada a uma altitude de cerca de 259 m e com uma profundidade máxima de 33 m, a Lagoa das Sete Cidades apresenta um comprimento Noroeste-Sudeste de 4 225 m, uma largura máxima de 2 030 m e ocupa uma área de cerca de 4,35 km². A bacia hidrográfica da Lagoa das Sete Cidades, com 19,3 km², abrange a quase totalidade da caldeira do vulcão das Sete Cidades, e inclui cursos de água intermitentes como a Grota do Inferno e a Vala das Sete Cidades.

Duas outras lagoas pontuam o interior da caldeira do vulcão das Sete Cidades, com enquadramentos geomorfológicos distintos. A Lagoa de Santiado está encaixada numa cratera alongada segundo Noroeste-Sudeste e com 1 150 x 850 m de dimensão. Pelo contrário, a Lagoa Rasa, como o seu



– Lagoa Azul

nome indicia, tem pouco mais de 4 m de profundidade.

Nos flancos do vulcão das Sete Cidades desenvolve-se uma rede hidrográfica importante, cujos cursos de água, de trajecto usualmente curto e declivoso, constituem-se frequentemente como torrentes, daí a designação popular de “grotas” usualmente atribuída a estes cursos de água torrenciais.

A morfologia do vulcão das Sete Cidades é marcada, ainda, pela presença das fajãs lávicas da Ponta da Ferraria e dos Mosteiros, testemunhos eloquentes da vitória do elemento “fogo” sobre o elemento “água”, ou seja, do crescimento da ilha de São Miguel na dependência directa do vulcanismo e, mais especificamente, da emissão, avanço e conquista ao mar por parte de escoadas lávicas emitidas de terra firme.

4 Geologia



– Mosteiros

O vulcão das Sete Cidades ocupa toda a zona ocidental da ilha de São Miguel, estendendo-se desde o interior da ilha até ao litoral na Rocha da Relva e Ginetes, até Mosteiros, Bretanha e Capelas. Tal como os outros grandes vulcões da ilha (Fogo, Furnas e Povoação), o topo do vulcão das Sete Cidades está truncado por uma grande depressão vulcânica — a caldeira das Sete Cidades — onde está aninhado, aconchegado, o casario

desta freguesia micaelense.

No vulcão das Sete Cidades — que ocupa uma área de 110 km^2 e um volume de 40 km^3 — estão datadas rochas com cerca de 210 mil anos, mas, certamente, as rochas mais antigas deste vulcão central terão várias centenas de milhares de anos, uma vez que este edifício vulcânico ergue-se desde os fundos marinhos envolventes a cerca de 2 700 m de profundidade.



– Sete Cidades

Do mesmo modo, este aparelho vulcânico terá constituído uma ilha separada da restante ilha de São Miguel — existindo entre as duas um canal, tal como acontece actualmente entre as ilhas Faial e Pico — que progressivamente foi reduzido e colmatado pelo vulcanismo basáltico associado ao designado Complexo Vulcânico dos Picos, de idade significativamente mais recente.

A caldeira do vulcão das Sete Cidades — importante

geossítio do Geoparque Açores, Geoparque Mundial da UNESCO — apresenta um contorno quase circular, com 5,3 km de diâmetro médio e tem uma profundidade da ordem de 625 m.

A formação desta caldeira vulcânica — um processo que ter-se-á iniciado há cerca de 36.000 anos — está associada a grandes e violentas erupções vulcânicas que, durando apenas algumas horas ou dias, foram responsáveis por expelir grandes

quantidades de materiais vulcânicos (sobretudo materiais pomíticos) e que, esvaziando a câmara magmática do vulcão das Sete Cidades existente em profundidade, causaram o colapso do topo do vulcão e a formação desta grande depressão vulcânica.

A última erupção associada ao vulcão das Sete Cidades corresponde à erupção da Ilha Sabrina, que ocorreu em 1811 no mar, ao largo da Ponta da Ferraria e nos flancos sudoeste

submersos deste vulcão central, e de que actualmente resta apenas um baixio submarino.

Dada a natureza predominantemente explosiva e siliciosa do vulcanismo ocorrente após a formação da caldeira do vulcão das Sete Cidades — ou seja, nos últimos cerca de 16.000 anos — é a pedra pomes e os depósitos de natureza pomítica que mais frequentemente se observam nesta zona da ilha de São Miguel, os quais contrastam



– Lagoa Azul

com os depósitos de escórias (vulgo “cascalho” ou “bagacina”) ocorrentes, por exemplo na zona da Serra Devassa.

A geologia do vulcão das Sete Cidades é marcada, ainda, pela presença nos seus flancos noroeste do designado “*graben* dos Mosteiros”, isto é, uma estrutura morfo-tectónica caracterizada por um sector abatido da superfície do vulcão entre falhas normais.

5 Flora e Fauna



– Queiró (*Calluna vulgaris*)

Devido às suas características morfológicas, edafo - climáticas e à abundância de água, as Sete Cidades representam um importante biótopo para muitas espécies zoológicas e botânicas.

Apesar de profundamente alterada no que diz respeito à flora natural dos Açores, devido à sobre-exploração dos recursos florestais naturais, tanto para a utilização da madeira como matéria-prima, como para o fabrico de carvão; à transformação do terreno em pastagens;

à extração de leivas utilizadas para as camas quentes de estufas de ananases; e à introdução de espécies exóticas, quer para floresta de produção, como a Criptoméria (*Cryptomeria japonica*), quer para ornamentação de estradas e jardins, como as Hortênsias (*Hydrangea macrophylla*), Azáleas (*Rhododendron indicum*) e Cameleiras (*Camellia japonica*), na área de paisagem protegida das Sete Cidades, ainda existem algumas áreas individualizadas,



— Turfeiras (*Deschampia foliosam*)

com ecossistemas originais, como as turfeiras de *Sphagnum* sp. na Grota do Inferno, os prados naturais de *Deschampia foliosa* e de *Festuca* e os matos arbórescentes de Queiró (*Calluna vulgaris*) na Serra Devassa.

Em relação à flora merece especial destaque a grande variedade de musgos — com cerca de 250 espécies diferentes — e pela sua raridade, que lhes confere uma situação especial em termos de conservação da natureza, as espécies endémicas: Alfacinha (*Lactuca watsoniana*); Angélica (*Angelica lignescens*); Labaça-das-ilhas (*Rumex azoricus*), Trovisco-macho (*Euphorbya stygiana*), *Caerophyllum azoricum*;

Conchelo-do-mato (*Platanthera pollosthanta*), que ocorrem em pequenas populações especialmente nas zonas mais acidentadas e de difícil acesso, como é o caso da Grota do Inferno.

Relativamente à flora aquática, destaca-se a presença da *Egeria densa*, *Potamogeton lucens*, *Potamogeton polygonifolius*, *Littorella uniflora*, *Mentha aquatica*, *Elatine hexandra*, *Myriophyllum alterniflorum*, entre outras.

Ao nível da avifauna as lagoas das Sete Cidades assumem particular importância como ponto de passagem na rota de aves migratórias, das quais se destacam várias espécies de garças: Garça Branca Pequena



– Pisco de Peito Ruivo (*Erithacus rubecula*)

(*Egretta garzetta*); Garça-real (*Ardea cinerea*); e patos bravos: Caturro (*Aythya collaris*), Pato-real (*Anas platyrhynchos*), Piadeira-comum (*Ana penelope*), Perna-verde (*Aythya ferina*).

As margens da lagoa das Sete Cidades constituem, ainda, um dos poucos locais do arquipélago onde se reproduz a Galinha-d'Água dos Açores (*Gallinula chloropus correiana*) e onde se verifica a nidificação de garajaus-comuns (*Sterna-hirundo*), numa ilhota artificial, instalada nas margens da lagoa azul, num projeto de conservação, promovido pelo Governo Regional dos Açores, nomeadamente, Direção Regional do Ambiente, com o objetivo de promover a reprodução desta espécie.



– Garça Real (*Ardea cinerea*)

5 Flora e Fauna

Da avifauna residente destacam-se as subespécies endémicas, o Pombo-torcaz-dos-Açores (*Columba palumbus azorica*), o Melro-negro (*Turdus merula azorensis*), Estrelinha (*Regulus regulus azoricus*), a Alvéola-cinzenta (*Motacilla cinerea patriciae*) e o Milhafre (*Buteo buteo rothschildi*).

As águas da Lagoa das Sete Cidades foram alvo de inúmeras introduções de peixes como a Carpa (*Cyprinus carpio*),

o Lúcio (*Esox lucius*), a Perca (*Perca fluviatilis*), o Ruivo (*Rutilus rutilus*); o crustáceo Lagostim-vermelho (*Procambarus clarkii*) e o anfíbio Rã-verde (*Rana perezi*).

De referir ainda ao nível da fauna, a presença do único mamífero endémico do arquipélago dos Açores, o morcego *Nyctalus azoreum*.



6 Área de Paisagem Protegida



– Lagoa Azul

A Área de Paisagem Protegida das Sete Cidades situa-se no extremo oeste da ilha de São Miguel e compreende uma área de 2173,43 ha, apresentando uma interessante diversidade paisagística que reflete a perfeita harmonia entre os valores naturais e as atividades humanas.

Esta área protegida inclui terrenos agrícolas, maciços

florestais e integra ainda uma área urbana, a freguesia de Sete Cidades. Aqui, a relação Homem-Ambiente assume um papel de extraordinária importância e a gestão adequada dos recursos é indispensável à manutenção deste equilíbrio.

A elevada riqueza hídrica do local, a presença de flora e fauna protegida e habitats

6 Área de Paisagem Protegida

prioritários, levou a que esta área protegida fosse classificada também como sítio Ramsar, ao abrigo da Convenção das Zonas Húmidas e integrada no projeto ambiental Biótopo CORINE.

A Lagoa das Sete Cidades encontra-se classificada como massa de água protegida, através do Plano de Ordenamento da Bacia Hidrográfica da Lagoa das Sete Cidades (POBHLSC), que tem como objetivo a melhoria da qualidade de água e a preservação dos recursos naturais, compatibilizando os

usos e as atividades humanas com a proteção valorização ambiental da bacia hidrográfica.

A 11 de Setembro de 2010, a Lagoa das Sete Cidades foi eleita como uma das Sete Maravilhas de Portugal, na categoria Zonas Aquáticas não Marinhas.

Para conhecer um pouco mais sobre os valores naturais desta área protegida e o Parque Natural de São Miguel visite a Loja do Parque da Lagoa das Sete Cidades.

7 Trilhos

Vista do Rei Sete Cidades

PR3 SMI



Dificuldade: fácil | Extensão: 7 km | Tempo: 2h00

Este percurso tem início no miradouro da Vista do Rei, assim conhecido pelo facto de ali terem estado o Rei D. Carlos e a Rainha D. Amélia, a 6 de Julho de 1901.

O trilho é feito por um caminho de terra batida que contorna a vertente sudoeste da cumeeira das Sete Cidades. Ao longo do trilho podemos observar amplas vistas, onde se destacam no interior da caldeira, as Lagoas Verde e Azul, a freguesia de Sete Cidades, a Caldeira Seca e a Caldeira do Alferes (um cone de pedra-pomes que, por vezes, apresenta no seu interior um pequeno lagoeiro). Também

poderá observar a partir do Miradouro do Vasco a costa nor-noroeste da ilha de São Miguel, com destaque para as freguesias dos Ginetes, Várzea e Mosteiros, com os seus 4 ilhéus.

Ao chegar à estrada regional que liga a freguesia de Sete Cidades à Várzea, deverá tomar o caminho à direita e depois virar à esquerda por um caminho de terra batida. Ao avistar a “Casa da Seara” existe um entroncamento, onde deverá voltar novamente à esquerda pelo caminho dos *Arrebentões*, em direção ao centro da freguesia de Sete Cidades, onde termina o percurso.

Mata do Canário Sete Cidades PR4 SMI



Dificuldade: fácil | Extensão: 12 km | Tempo: 3h00

O percurso tem início junto ao “Muro das Nove Janelas”, um aqueduto de pedra com nove arcadas que se destinava ao abastecimento de água, dos fontanários públicos da cidade de Ponta Delgada.

Após passagem por uma mata de Criptomérias (*Cryptomeria japonica*) e uma subida íngreme de cimento chegará ao cume do Pico da Cruz, onde é possível observar amplas panorâmicas sobre a costa norte e sul da ilha de São Miguel, em primeiro plano, com a Serra de Água de Pau como pano de fundo. A partir deste ponto o percurso segue a linha da cumeeira norte

da Lagoa Azul, onde podemos apreciar, ao longo deste trajeto, magníficas vistas sobre a Lagoa das Sete Cidades e a Lagoa de Santiago. O Miradouro da Lomba oferece uma vista deslumbrante da caldeira das Sete Cidades, onde se destaca no seu interior a Lagoa Azul, em primeiro plano, e ao fundo a Lagoa Verde, na margem oeste a freguesia de Sete Cidades e a este a Península e o Cerrado das Freiras.

Ao chegar à “Casa da Seara” existe um cruzamento, onde deverá voltar à esquerda pelo caminho dos *Arrebentões*, em direção ao centro da freguesia de Sete Cidades, onde termina o percurso.

Serra Devassa

PRC5 SMI



Dificuldade: fácil | Extensão: 4,2 km | Tempo: 2h00

Este trilho tem início e término junto à Mata de Recreio da Lagoa do Canário, onde se localiza a lagoa com o mesmo nome.

O percurso faz-se por um caminho de terra batida, que atravessa toda a Serra Devassa (zona montanhosa que se desenvolve para sudeste da caldeira do Vulcão das Sete Cidades). Ao longo da subida ao cume do Pico das Éguas é possível observar um pequeno cone vulcânico, com uma lagoa no seu interior, a Lagoa do Pau-Pique, que se encontra ladeada pelas ruínas de um antigo aqueduto de pedra, conhecido por “Muro das Nove Janelas”.

O ponto mais alto deste percurso é o Pico das Éguas, com 873 m

de altitude, onde é possível observar no interior das suas crateras as lagoas das Éguas Norte e Sul.

Aqui existe um “pequeno miradouro” que oferece uma excelente panorâmica sobre a Lagoa Rasa, em primeiro plano, ao fundo as lagoas Caldeirão Pequeno Norte e Caldeirão Pequeno Sul.

O trilho prossegue em direção à Lagoa Rasa, uma pequena lagoa que abastecia a antiga fábrica do álcool em Santa Clara (1884-1905).

Circundando a Lagoa Rasa deverá prosseguir o caminho que contorna o Pico das Éguas, de volta novamente à Lagoa do Canário.

8 O que fazer – Atividades de Natureza

Consideram-me atividades de natureza todas as que sejam praticadas em ambiente natural e que valorizam aspetos ambientais e culturais, mantendo, contudo, preocupações ao nível do seu impacto nos recursos naturais e nas populações locais.

Devido à sua beleza natural, a Paisagem Protegida das Sete Cidades constitui um local de excelência para prática de atividade de natureza, nomeadamente:

Trilhos / Passeios Pedestres

No capítulo 7 deste guia poderá ver informações dos trilhos classificados. Para mais informações sobre os percursos pedestres classificados, visite o sítio oficial da rede de trilhos classificados dos Açores *trails.visitazores.com*.

Observação de aves

As Sete Cidades representam uma importante zona de passagem de aves migratórias.

A ponte que divide as lagoas

azul e verde é um local excelente para, com a ajuda de telescópio ou apenas com binóculos, observar alguns patos, galeirões ou galinhas-d'água.

As Sete Cidades são também um dos poucos habitats do arquipélago onde se reproduz a galinha-d'água dos Açores. A Lagoa de Santiago ou a Caldeira do Alferes são também outros dos locais muito procurados para prática desta modalidade.

Pesca Desportiva

Nas águas das lagoas das Sete Cidades encontram-se várias espécies de peixes como a Carpa comum (*Cyprinus carpio*), a Carpa espelho (*Cyprinus specularis*), o lúcio (*Esox lucius*), a perca (*Perca fluviatilis*), o ruivo (*Rutilus rutilus*) e a truta (*Salmo iridens gibbons*). A prática da pesca desportiva carece de licença do departamento do Governo Regional



– Trilhos / Passeios pedestres

com competência em matéria de florestas. Poderá obter a licença junto dos Serviços Florestais de Ponta Delgada.

Passeios de Canoa e Paddle

Junto do complexo ambiental das Sete Cidades existem diversas empresas de animação turística que alugam canoas e pranchas de paddle.



– Canoagem

Passeios de Bicicleta

Existem vários caminhos que circundam a lagoa, como a Baía do Silêncio, o Canto dos Carneiros e o túnel que constituem excelentes locais para a prática desta modalidade. De acordo com o percurso recomendado no mapa geral das Sete Cidades poderá percorrer uma distância de 16 km.

Passeio de Cavalo/Charrete

A zona envolvente à lagoa das Sete Cidades (Baía do Silêncio ou Península) e a própria freguesia são zonas muito procuradas para passeios de charrete, sendo uma agradável experiência.



– Passeios de Bicicleta

Geocaching

Existem imensas tesouros (*caches*) escondidas ao longo da freguesia de Sete Cidades e nos arredores. Para mais informações visite o sítio da internet www.geocaching.com.

Miradouros e outros locais de interesse

Ainda em passeio pela natureza, a pé, de carro, de jipe ou de bicicleta pode visitar miradouros como o da Vista do Rei, Cerrado das Freiras, Lagoa de Santiago, da Lomba do Vasco e da Grot

do Inferno. Pode apreciar ainda, em passeio, belezas como a da Lagoa das Empadadas, o aqueduto, o túnel, a Ponte dos Regos, o lugar de merendas, o Fontenário, a Igreja de São Nicolau, o Coreto, o Jardim Pitoresco, a antiga oficina de chá e a mata da Casa.

Para informações de empresas que desenvolvam as várias atividades acima descritas consultar a página oficial do turismo dos Açores www.visitazores.com.



– Joelette

9 Código de Conduta

Ao visitar as Sete Cidades tenha em especial atenção a um conjunto de normas de conduta essenciais não só para a sua segurança, mas também para a conservação do património natural, histórico-cultural destas áreas protegidas.

- Respeite os habitantes, os modos de vida e as tradições locais;
- Evite barulhos e atitudes que perturbem a tranquilidade do local;
- Mantenha-se à distância dos animais, não os alimente;
- Não apanhe plantas, nem amostras geológicas: deixe que os outros visitantes também as possam contemplar;
- Não abandone lixo: deposite-o nos locais próprios ou leve-o até um local onde haja serviço de recolha;
- Não faça lume;
- Pratique as atividades de natureza nos locais autorizados e com todas as condições de segurança;
- Sempre que possível faça-se acompanhar por monitores devidamente credenciados;
- Não se esqueça que, por vezes, o mesmo percurso pode estar a ser utilizado por visitantes que se deslocam a pé, a cavalo, de bicicleta ou em veículos motorizados: apelamos ao respeito mútuo e ao bom senso;
- Os percursos existentes deverão ser utilizados por pequenos grupos de cada vez: o excesso de visitantes pode causar danos e a destruição dos elementos naturais em presença;
- Respeite a propriedade privada, feche os portões e cancelas caso surjam durante o percurso;
- Os picnics deverão ser feitos nos parques de merendas disponíveis nas áreas a visitar: informe-se acerca da sua localização antes de iniciar a sua visita;
- Contacte as autoridades competentes sempre que detete alguma irregularidade ou em caso de acidente ou emergência.



– Sete Cidades

ENTIDADE FINANCIADORA



Fundo Europeu Agrícola de
Desenvolvimento Rural
A Europa investe nas zonas
rurais

União Europeia

ENTIDADES PARCEIRAS



UNIVERSIDADE
DOS AÇORES

CRESAÇOR POSTO DE TURISMO CULTURAL

Rua de Santa Bárbara, nº 18
9500-104 Ponta Delgada

(+351) 296 098 866

(+351) 919 538 214

turismoinclusivo@cresacor.pt

www.azoresforall.com
www.cresacor.pt