

## Visita de estudo SPEA à região Centro de Portugal (da costa até à alta montanha)

Datas: 13 a 16 de junho de 2024 (4 dias, 3 noites)

Grupo: 5 a 14 participantes, com um ou dois guias



Esta é uma visita de estudo ornitológico à região Centro de Portugal Continental, uma das regiões mais diversas em termos de altitude, habitat e ocupação humana. Por essa razão, apresenta uma avifauna rica e diversificada, e em muitos casos ameaçada, quer pela pressão sobre a costa e zonas húmidas, quer pela plantação extensa de eucaliptos. Em quatro dias vamos percorrer a costa desde o vale do Mondego até à ria de Aveiro e subir as montanhas até ao ponto mais alto de Portugal Continental na serra da Estrela.

No vale do baixo Mondego vamos visitar os pauis do Taipal e da Madriz, um testemunho vivo da enorme zona húmida que foi todo o vale, antes da drenagem e regularização do rio para a agricultura. Nestes pauis vamos encontrar boas populações nidificantes de várias espécies de **garças, garçote, colhereiro e ibis-preta**, bem como outras aves aquáticas, como o **camão, o guarda-rios e os rouxinóis-dos-caniços**. Junto à foz do Mondego vamos visitar o complexo de antigas salinas da ilha da Murraceira, uma oportunidade para observar **flamingos, chilretas e várias espécies de limícolas nidificantes e migradoras de passagem**, como alfaiate, pernilongo, borrelho-de-coleira-interrompida, o borrelho-grande-de-coleira, o perna-vermelha e pilrito-de-peito-preto.

Ao longo da costa arenosa entra a Figueira da Foz e Aveiro vamos explorar vários sistemas lagunares pouco conhecidos, com as lagoas das Braças, da Vela e dos Teixoeiros. Nestes habitats encontraremos maioritariamente aves aquáticas nidificantes, como patos, galeirões, **camões** e mergulhões-pequenos. Mas será sempre possível encontrar surpresas, como o **papa-ratos, a ógea ou o chasco-ruivo**. Já na ria de Aveiro, vamos visitar o complexo de canais, arrozais e caniçais da BioRia,

em Salreu. Esta área é um paraíso para as aves aquáticas, e aqui podemos encontrar a maior população de **garça-vermelha** de Portugal, com mais de 100 casais, e uma enorme densidade de passeriformes de caniçal, que incluem rouxinol-dos-caniços, **rouxinol-grande-dos-caniços**, **a enigmática cigarrinha-ruiva**, e **as últimas escrevedeiras-dos-caniços**. As águias-sapeiras e os milhafres-pretos serão muito comuns e é possível encontrar o **peneireiro-cinzento e a ógea**.

Ao afastamo-nos da costa, subimos rapidamente para o complexo serrano da Freita e da Arada, de onde é oriunda a saborosa raça bovina arouquesa. Aqui, entre matos rasteiros e turfeiras, teremos o nosso primeiro encontro ornitológico com a montanha, sob a forma de **laverças, tordoveias, chascos-cinzentos, felosas-do-mato, papa-amoras, ferreirinhas, petinhas-dos-campos e cias**, por entre belas borboletas e flores serranas. Mais a norte, na serra de Montemuro, poderemos adicionar o **picanço-de-dorso-ruivo e a sombria**. Este será um aperitivo para o último dia na rainha das serras portuguesas, a Estrela. No vale do Zêzere e no planalto da Torre iremos procurar espécies que só podem ser encontradas em altitude, com o **melro-das-rochas, o melro-d'água e a sombria**, entre inúmeras laverças, chascos-cinzentos e ferreirinhas. Entre as aves de rapina, será possível observar o grifo, a águia-cobreira, o **bútio-vespeiro** e o raro **tartaranhão-caçador**.

Cobrir uma região tão vasta em apenas 4 dias, obriga à mudança de hotel todos os dias. Por isso, este programa inclui estadias em três hotéis diferentes (Figueira da Foz, Estarreja e Gouveia). **A carrinha da SPEA sairá de Lisboa, e poderá apanhar participantes pelo caminho ou na Figueira da Foz.**

#### **Programa:**

*Dia 1 – quinta-feira, dia 13 – Lisboa – Figueira da Foz*

- Observação de aves no paul do Taipal
- Observação de aves no paul da Madriz
- Observação de aves na ilha da Murraceira
- Jantar e noite na Figueira da Foz (ou Montemor-o-Velho).

*Dia 2 – sexta-feira, dia 14 – Figueira da Foz - Estarreja*

- Observação de aves nas lagoas de Quiaios.
- Observação de aves na ria de Aveiro
- Observação de aves em Salreu e BioRia
- Jantar e noite em Estarreja (ou Aveiro).

*Dia 3 – sábado, dia 15 – Aveiro – Gouveia*

- Observação de aves nas serras da Arada e da Freita
- Observação de aves na serra de Montemuro
- Jantar e noite em Gouveia (ou Viseu).

*Dia 4 – domingo, dia 16 – Gouveia - Lisboa*

- Observação de aves no vale superior do Zêzere.
- Observação de aves no planalto da Estrela
- Viagem para Lisboa, e fim da visita ornitológica

**Preço (atividade exclusiva para sócios):** 700€ por pessoa (suplemento quarto individual 70€)

**Data limite de inscrição:** 1 maio de 2024

**Pagamento:** 100% até dia 1 de maio

**Esta atividade inclui:** deslocações em carrinha de 9 lugares, alojamento em regime de meia-pensão em hotel 3\*\*\*, ou equivalente (três noites, quartos com WC privativo) e seguro de acidentes pessoais. Serviço de guia monitor e relatório final, com lista de espécies de aves observadas.

**Não inclui:** piqueniques (serão adquiridos no supermercado a cada dois dias), almoços, bebidas alcoólicas e outras despesas de natureza pessoal.

**Material recomendado:** impermeável; roupa prática e confortável; calçado adequado a caminhada em terreno acidentado; chapéu, protector solar; óculos escuros; binóculos; guia de aves e máquina fotográfica.

**Recomendação especial:** Recomendamos aos participantes a contratação, por conta própria, de um seguro de cancelamento de viagem. De igual modo, existem outras coberturas que podem contratar-se, como perda ou roubo de bagagem, mas há que ter em conta que podem não ser suficientes no caso de perdas do material óptico.

