

### Legenda Legend

- 01 PR1
- 02 Termas de S. Jorge
- 03 Parque Amália Rodrigues
- 04 Açude
- 05 Ponte dos Candaídos
- 06 Ponte de Madeira
- 07 Moinho
- 08 Fábrica de Papel
- 09 Ponte Romana
- 10 Cascatas do Chouso
- 11 Moinho
- 12 Parque da Várzea
- 13 Moinho
- 14 Levadas
- 15 Açude
- 16 Moinho
- 17 Parque de Lazer de Nadais



O Trilho Rio Uíma é um percurso linear de pequena rota com cerca de 4 km. Este percurso localiza-se nas margens do Rio Uíma com passagem pelas freguesias de Caldas de S. Jorge, Pigeiros e Escapães. Leva-nos a descobrir a sua beleza natural, pela sua diversidade e riqueza em fauna e flora pelos trilhos ao longo do Rio Uíma.

### Contatos Úteis Useful Contacts

**Município de Santa Maria da Feira**  
Municipality of Santa Maria da Feira  
256 370 800

**Bombeiros Voluntários de Arrifana**  
Arrifana Fire Department  
256 822 822

**UF Caldas S. Jorge e Pigeiros**  
Parish Union Caldas S. Jorge and Pigeiros  
256 911 858

**JF de Escapães**  
Parish of Escapães  
256 302 136

**Proteção Civil de Santa Maria Feira**  
Civil Protection Santa Maria Feira  
800 207 708

**Serviço Distrital de Proteção Civil de Aveiro**  
Aveiro District Civil Protection Service  
234 403 742

**Centro de Saúde da UF Caldas S. Jorge e Pigeiros**  
Health Centre of the PU Caldas S. Jorge and Pigeiros  
256 915 007

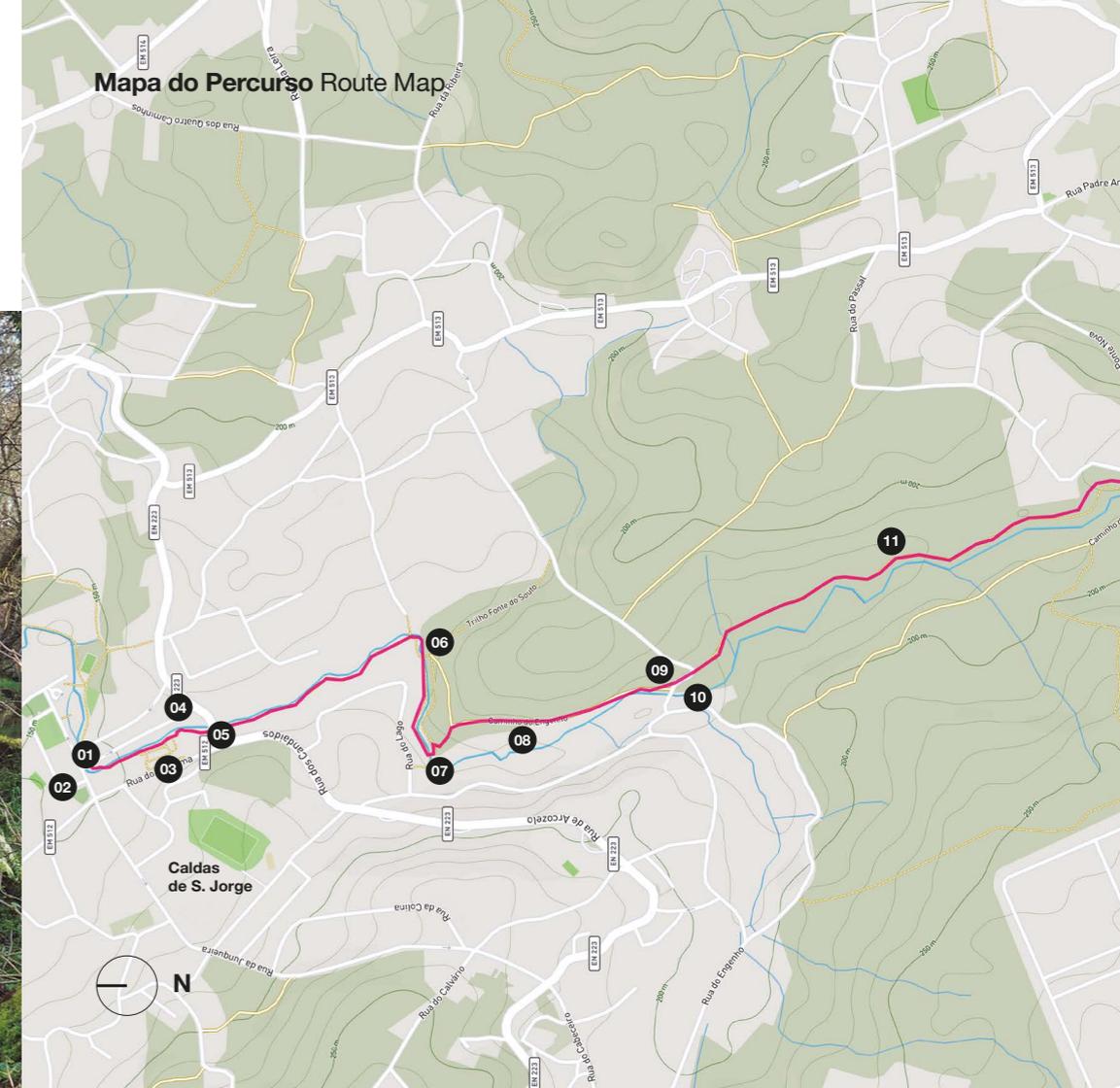
**Centro de Saúde de Escapães**  
Health Centre of Escapães  
256 302 103

**GNR Santa Maria Feira**  
Republican National Guard Santa Maria Feira  
256 377 260

**GNR Canedo**  
Republican National Guard Canedo  
227 650 474



## PR1 Trilho Rio Uíma SMF Uíma River Trail



## Em caso de acidente In case of accident

**1**

**Mantenha a calma**  
keep calm

**2**

**Ligue 112**  
Call

**3**

**Indique a sua posição utilizando os números inscritos no mapa**  
indicate your position using the numbers on the map

**4**

**Indique a gravidade do acidente**  
Indicate the severity of the accident

**5**

**Aguarde por auxílio**  
Wait for assistance

## Regulamento Regulation

**Não saia do percurso marcado e sinalizado**  
Do not leave the marked and signposted route

**Evite fazer ruídos e barulhos**  
Avoid making noise and clatter

**Respeite a propriedade privada**  
Respect private property

**Deixe a natureza intacta. Não recolha plantas, animais ou rochas**  
Leave nature intact. Do not collect plants, animals or rocks

**Evite andar sozinho. Leve água consigo. Preste atenção quando caminhe por estradas**  
Avoid walking alone. Take water with you. On public roads, always circulate with caution

**Utilize sempre calçado apropriado, impermeável e um chapéu**  
Always use appropriate footwear, raincoat, sunscreen and a hat

**Em caso de risco máximo de incêndio, por questões de segurança não caminhe na floresta**  
In case of maximum risk of fire, for safety reasons do not walk in the forest

## Marcação do percurso Signs and route marked

**Caminho certo**  
Right way



**Caminho errado**  
Wrong way



**Percurso Pedestre de Pequena Rota (PR) decorrendo temporariamente, pelo traçado de uma Grande Rota (GR)**  
Short Route Pedestrian Path (PR) temporarily passing through the route of a Large Route (GR)



**Mudança direção** Change direction

**Para a esquerda**  
To the left



**Para a direita**  
To the right



## Dados técnicos Technical Data



**Distância**  
Distance

**4 km**



**Desnível positivo**  
Positive difference

**131 m**



**Altitude máx./mín.**  
Altitude max./min.

**188 m / 144 m**



**Duração**  
Duration

**60 min.**



**Tipo de Percurso**  
Route type

**Linear**



**Perfil Altimétrico**  
Altimeter profile

**Época aconselhada – Todo ano**  
Suggested season – All year

**Sentido recomendado**  
Recommended direction  
**Caldas S. Jorge > Pigeiros > Nadais**



## Grau de dificuldade Grading

**Fácil** Easy

**O grau de dificuldade é representado por 4 ítems diferentes, sendo cada um deles avaliado numa escala de 1 a 5 (do mais fácil ao mais difícil)**  
The difficulty level is represented by 4 different symbols, each of them ranging from 1 (the easiest) to 5 (the most difficult)

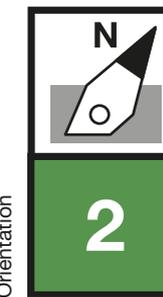
Calculado de acordo com MIDE (método de informação dos Excursionistas) Calculated according to MIDE

**Adversidade do meio**  
Environment adversity



**1**

**Orientação**  
Orientation



**2**

**Tipo de Piso**  
Ground type



**2**

**Esforço Físico**  
Physical effort



**2**