

143ª CE: Cachoeira do Mariozinho **

Local: Bairro do Macuco, Taubaté

Percurso: 25 km de van/carro (só ida) + 13 km de caminhada

Data: Dom, 05/01 - dia ensolarado

Número de participantes: 20

A partida ocorreu no horário previsto, do Horto Municipal. Seguiu-se pela Estrada Municipal Prof. Dr. José Luiz Cembranelli (Estrada da Agronomia) e pela Estrada Municipal das Sete Voltas que têm várias bifurcações conduzindo aos



diversos bairros da área rural, vários deles já conhecidos de outras CEs. A van parou no entroncamento entre os Bairros Goiabal e Macuco, onde foi iniciada a caminhada. Ficou acertado que, para o retorno, a van faria o resgate dos trilheiros na cachoeira. O Lauro, que foi com seu carro, fez uma logística um pouco diferente. No caminho, em meio a propriedades rurais, foram vistas capelas, muitas flores e uma bica d'água. Houve uma parada no Bar Amarelinho e foi acertado o almoço para mais tarde, no retorno da cachoeira. Mais à frente, havia uma bifurcação para Lagoinha e o Bairro Currealinho. Logo, depois de uma fazenda, alcançou-se a Cachoeira do Mariozinho. O local, de propriedade particular, está em obras com o cercamento da área, o alargamento do acesso à cachoeira, demarcação de estacionamento e a construção de um restaurante. Provavelmente a área será explorada comercialmente. Era mais tranquilo, mas atualmente anda mais movimentado. O local é muito bonito, a queda forma uma hidromassagem e uma pequena piscina natural e estava com bastante volume d'água. Infelizmente apenas a área circundante à cachoeira está preservada (foto), pois a região foi transformada em pasto e plantação de eucalipto. Após o banho revigorante e o almoço no Bar Amarelinho, foi realizado o retorno até o Horto Municipal encerrando assim mais uma CE da CamEcol.

** Informações gentilmente cedidas pelo atleta Lauro.

PROGRAMAÇÃO PARA FEVEREIRO

02 – Domingo, 7h

144ª CE: Cachoeira do Funil, Natividade da Serra *

Saída: Horto Municipal, Taubaté

Obs.: Trazer 1 kg de alimento

23 – Domingo, 5h

81ª Trilha: Floresta Encantada, Guaratinguetá *

Nível: Média

24 – Segunda, 20h

Reunião, Sede

* Nota: levar lanche e água

AVISOS e NOTÍCIAS:

- Foi realizada a pesquisa no Parque Nacional da Serra da Bocaina, em São José do Barreiro. A Cachoeira Santo Isidro já foi incluída na programação;

- Dia 25/01, no XVII Troféu Cidade de São Paulo 10 km, o grupo CamEcol foi representado mais uma vez pelo atleta Dídimo;

- Dia 27/01 foi realizada a reunião mensal, na qual foram discutidos os eventos já realizados e os do próximo mês.



Alinhamento – Balanceamento – Freios
Suspensão – Escapamentos – Som
Alarmes – Acessórios em geral
Conversão bi-combustível

Tel.: (12) 3624-3325 / Fax: (12) 3635-2778
Av. Granadeiro Guimarães, 505, Taubaté



MANUTENÇÃO AUTOMOTIVA

R. Condessa de Vimieiro, 400, Alto do Cardoso, Pindamonhangaba, (12) 3642-2688

ALUGA-SE

APARTAMENTO em Ubatuba, na Praia do Itaguá (próximo ao Shopping). Tratar com Lauro Natal
(12) 3426-4413 / 99143-9078

"Precisando conversar? Nós ouvimos você" - Samaritanos Taubaté, Praça Dr. Barbosa de Oliveira, s/n, sala 6, no piso superior da Rodoviária Velha, Centro, 141 / 3663-4111, das 15 às 03h. Trabalho orientado pelo CVV (Centro de Valorização da Vida) <http://www.cvv.org.br/>

80ª Trilha: Trindade ***

Local: Trindade, Paraty RJ

Percurso: 150 km de van (ida) + 5 km de trilha (total) ****

Data: Dom, 26/01 – dia ensolarado

Número de participantes: 45

Como usual, a primeira trilha do ano foi selecionada por ser fácil e oferecer belas paisagens na praia, o que possibilita incluir três vans com a integração de novos participantes. Também de praxe, foi feita a parada para o café da manhã em Ubatuba, em três diferentes padarias para não tumultuar e possibilitar que os nossos trilheiros pudessem ter um melhor atendimento. Prosseguindo viagem, seguiu-se até a Praia dos Ranchos, em Trindade. A primeira trilha seguiu margeando o rio, passando por algumas corredeiras até a Cachoeira Pedra



que Engole. Como o nome diz, tem um pequeno vão entre as pedras, por onde a pessoa entra e some debaixo de uma grande pedra, reaparecendo do outro lado. Depois de brincar um pouco na cachoeira, foi hora de retornar e seguir para a Praia do Caixa d’Aço (foto). A trilha é curta e tranquila, porém um pouco íngreme. A praia conta com dois quiosques e, ao final dela, há a trilha para a Piscina Natural, que é um pouco íngreme também e mais longa. Havia um inusitado barzinho no meio do mato, surgido do nada, no final da trilha, mas foi fechado. Depois de uma bica e um mirante, chega-se à piscina com águas límpidas e transparentes, sendo possível ver muitos peixes entre as enormes pedras que compõem um belo cenário. Um pouco mais distante, nas águas mais profundas, era possível observar uma fauna marinha mais rica em variedade. Toda essa área faz parte do Parque Nacional da Serra da Bocaina e está sinalizada com placas. As trilhas estavam demarcadas, limpas e sem lama, devido ao tempo seco que antecedeu o dia da trilha. Barqueiros no local oferecem para levar de volta para a Praia do Meio ou dos Ranchos e alguns participantes do nosso grupo retornaram com esse meio de transporte, mas a maioria voltou pela trilha mesmo. O nível de dificuldade baixo da trilha possibilitou que os grupos ficassem independentes e se dividissem entre curtir mais a praia ou a piscina do Caixa d’Aço. Para finalizar mais uma trilha da CamEcol, houve a premiação dos atletas exemplares e o retorno a Taubaté foi tranquilo, considerando-se o período de férias.

*** Informações gentilmente cedidas pelo atleta Lauro.

**** Distâncias aproximadas

Dicas de sustentabilidade para se aplicar todos os dias

7. Feche a torneira ao ensaboar as louças. Ensaboe começando pelos copos e louças menos engorduradas. Ensaboe certa quantidade de louça e depois enxague-os. Deixe panelas e louças engorduradas e “mais sujas” dentro da cuba da pia para que água do enxague das outras louças vá amolecendo e retirando os resíduos;
8. Instale uma válvula na sua descarga para regular a quantidade de água liberada no seu vaso sanitário: mais quantidade para o número 2, menos para o número 1;
9. Não use vaso sanitário como lixo;
10. Arrume as torneiras e descargas que vazam;
11. Regue jardins e plantas pela manhã ou no fim da tarde, para que o aproveitamento da água seja melhor e sol evapore menos a água;
12. Colete a água da chuva. Ela será útil para regar plantas, lavar o carro, a calçada, etc;
13. Reaproveite a água da lavagem do arroz para aguar plantas. É fertilizante também;
14. Reaproveite a água da lavagem de frutas e verduras para aguar plantas. Deixe uma bacia dentro da cuba da pia e colete a água;
15. Reutilize a água da máquina de lavar roupas para lavar o chão e/ou lavar panos de limpeza. Segundo estudos, a partir do 2o enxágue, a água pode ser reaproveitada para regar plantas ornamentais;
16. Varra quintais e calçadas com a vassoura e não com mangueira;

Parabéns aos ANIVERSARIANTES:

- 01 - Henrique Bonafé Takamori
- 02 - Beatriz Cristiane Zuim Monteiro
- 03 - Vagner Silva de Andrade
- 08 - Darneli Aparecida Menecucci
- 12 - Priscila Fernanda de Andrade
- 13 - Nanci Naomi Arai
- 14 - Débora da Silva Santos
- 16 - Plínio de Resende Abreu
- 19 - Ana Stella Ribeiro Medeiros Neves
- 22 - Mario Clarindo Andrade
- 26 - Tamires Lobato de França

EXPEDIENTE

Editor: Lauro Natal Monteiro
Redatora: Nanci Naomi Arai
Revisor: Daniel M. Katsurayama
Tiragem: 100 exemplares

Viaje Legal - Confira como evitar problemas e ter uma boa viagem:

www.viajelegal.turismo.gov.br

Outros links podem ser encontrados no site do Ministério do Turismo:

<http://www.turismo.gov.br/>