

## 148ª CE: Morro do Cruzeiro<sup>2</sup>

Local: Bairro Sete Voltas, Taubaté

Percurso: 21 km de carro (ida) + 6 km de caminhada (total)<sup>3</sup>

Data: Dom, 01/06 - dia ensolarado

Número de participantes: 13

Devido ao número de participantes e a logística, foi possível realizar o roteiro tradicional. Seguiu-se de van pela Estr. Municipal Prof. Dr. José Luiz Cembranelli, Estr. Municipal das Sete Voltas e Estr. Municipal João Pasin. Iniciou-se a caminhada por uma estrada de terra em meio à vegetação, que se torna uma trilha propriamente dita mais para o final, já



próximo ao Morro do Cruzeiro. Em alguns pontos escutava-se o barulho de água, provavelmente de pequenas corredeiras. A área abriga nascentes que abastecem o Ribeirão das Almas, afluente do Rio Una. Além das belezas naturais, outro atrativo nesse percurso, que já foi caminho dos bandeirantes que levavam ouro das minas a Paraty, é a Fazenda Pasto Grande (foto) que data do século XVIII. Entretanto, o ponto alto dessa trilha, literalmente, é o Morro do Cruzeiro, ponto culminante da cidade. A vista lá de cima é muito bonita, é possível ver a cidade de Taubaté e uma sucessão de morros. O local de devoção e fé tem uma cruz e uma pequena capela e é destino de procissões oriundas dos bairros circunvizinhos. Nas comunidades, é possível ver capelas singelas, na beira da estrada. Dessa forma, pode-se considerar que essa CE tem caráter ecológico, histórico, cultural e religioso. O retorno foi realizado pelo outro lado do morro. A descida curta, mas bem íngreme, é marcada por cruces de madeira pregadas nas árvores. A área tem pedras grandes escondidas pela mata que está em processo de recuperação após o incêndio ocorrido há alguns anos. A caminhada terminou praticamente no quintal da casa da Dona Fátima, que vende doces e queijos deliciosos. Depois, foi hora de ir ao encontro da van com destino ao Horto Municipal, para encerrar mais uma CE da CamEcol.

<sup>2</sup> Informações gentilmente cedidas pelos atletas Lauro e Genáina.

<sup>3</sup> Distâncias aproximadas.

### PROGRAMAÇÃO PARA JULHO

06 – Domingo, 7h

149ª CE: Serrinha<sup>1</sup>

Saída: Horto Municipal, Taubaté

Obs.: Trazer 1 kg de alimento

09 – Quarta, 5h

Pesquisa: Cachoeira em Silveiras<sup>1</sup>

19 – Sábado, 13h

TCL: 3º etapa "Os Melhores do Xadrez"

Local: Casa da Stella

27 – Domingo, 5h

86ª Trilha: Prateleiras, Itatiaia<sup>1</sup>

Nível: leve/difícil

28 – Segunda, 20h

Reunião, Sede

<sup>1</sup> Nota: levar lanche e água

### AVISOS e NOTÍCIAS:

- Dia 15/06 foi realizada a pesquisa de uma cachoeira (sucessão de corredeiras) no Bairro do Laranjal, em Natividade da Serra que será incluída na programação;

- Dia 30/06 foi realizada a reunião mensal, na qual foram discutidos os eventos já realizados e os do próximo mês.

**"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/>



**GLOBAL AUTO CENTER**

EXCELÊNCIA EM QUALIDADE

C.N.P.J. 04.970.951/0001-44 - I.E. 688.230.313.119

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

### ALUGA-SE

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

## 85ª Trilha: Pico do Itapeva ao Pico do Diamante

Local: Pindamonhangaba/Campos do Jordão

Percurso: 60 km de van (ida) + 8,5 km de trilha (ida e volta)<sup>4</sup>

Data: Dom, 29/06 - dia ensolarado

Número de participantes: 30

Partimos de Taubaté, com parada para café da manhã em Tremembé. Seguimos até as proximidades do Pico do Itapeva, onde se iniciou a trilha. Foi feita a concentração inicial para a apresentação e observações do Lauro e do guia Attila. Este mencionou que a região é habitat de diversas espécies como jaguatirica, gato-do-mato, esquilos, cobras, etc. A maior parte da trilha seguiu sombreada, dentro de mata fechada. A área parece se tratar de mata secundária em processo de recuperação com poucas araucárias, mas muitas bromélias e samambaias. No início, a trilha era estreita, mas depois surgiram alguns trechos largos, limpos e sem erosão, praticamente uma estrada. A parte inicial alternava, em sua



maioria, partes planas com subidas e descidas mais suaves. Quase todo o trajeto estava marcado por fitas listradas de branco e vermelho, provavelmente sinalizando a realização de algum evento esportivo, já que o local é muito utilizado por ciclistas e motociclistas. Uma subida conduziu ao topo de um morro com vegetação mais baixa e vista parcial das montanhas ao redor. Logo voltou a seguir por mata fechada, onde encontramos cogumelos, destacando-se uma espécie com píleo abaulado vermelho e pintas brancas, tal como é a imagem clássica que aparece em desenhos. Havia bifurcações, todas não sinalizadas, por isso o acompanhamento de um guia se faz essencial. Aos poucos a trilha ficava mais estreita e fechada, mas demarcada e sem mato obstruindo a passagem. Passamos por uma bica, em cujas proximidades a área úmida estava repleta de pés de framboesa silvestre. Vimos um plátano, cujas folhas caídas formavam um lindo tapete de coloração típica. Depois de uma pequena clareira, atravessamos dois rios estreitos com águas límpidas. Escutamos barulho de corredeiras e avistamos uma pequena queda d'água, às margens da trilha. O trecho final apresentou uma subida íngreme e longa com a presença de algumas voçorocas entre a vegetação rasteira com alguns arbustos floridos. À medida que subíamos, a vista panorâmica se ampliava (foto), de um lado montanhas, destacando-se o Pico do Itapeva, do outro lado o vale com os núcleos urbanos das cidades uma antena transmissora. No Pico do Diamante, é possível ver a parte superior da queda homônima, pois a parte final encontra-se encoberta pela mata. A queda bastante alta estava muito bonita, apesar do volume d'água reduzido, devido ao longo período de estiagem na região. Para encerrar, houve a premiação dos atletas exemplares e infelizmente, foi encontrado bastante lixo. Apesar do trânsito pesado, o nosso retorno foi tranquilo e chegamos cedo a Taubaté.

<sup>4</sup> Distâncias aproximadas.

## Dicas de sustentabilidade para se aplicar todos os dias

37. Pendure as roupas ao invés de usar a secadora, sempre que possível;
38. Evite água quente para lavar louça e roupa;
39. Configure seu computador para que o monitor desligue em caso de inatividade;
40. Use escadas para subir ou descer poucos (ou muitos) andares. Além de ecológico faz bem à saúde;
41. Ao procurar um imóvel, lembre-se: ambientes voltados para o norte são mais frios no verão e mais quentes no inverno. Instale-se de maneira a aproveitar melhor esses ambientes;
42. Se reformar ou construir uma nova casa, tire proveito da iluminação natural com telhas de vidro, cortinas claras, janelas amplas;
43. Lâmpadas fluorescentes iluminam mais e gastam menos;
44. Mantenha lâmpadas e luminárias limpas para melhor aproveitamento da luz;
45. Prefira ventilador a condicionador de ar. Pode-se combinar o uso dos dois também: regule seu condicionador de ar para o mínimo e ligue o ventilador de teto;
46. Faça manutenção do condicionador de ar. Filtros devem ser lavados periodicamente e trocados depois de certo tempo. Consulte os manuais;
47. No escritório, desligue o condicionador de ar uma hora antes do final do expediente;

### ***Parabéns aos ANIVERSARIANTES:***

- 02 - Pérsida Xavier de Abreu
- 03 - José Roberto Diogo
- 05 - Eliana Aparecida Gomes Nogueira
- 06 - Walter Augusto Santos Machado
- 12 - Olney Fontes
- 13 - Ana Cristina Mendes
- 14 - João Paulo de Oliveira
- 18 - Giovana Alves de Souza
- 22 - Nazaré Alves Machado
- 23 - Synara Raphaela Porfirio da Silva
- 25 - Felipe Santos Diogo
- 27 - Maiky Teperman dos Santos
- 29 - Márcia Banik de Pádua

### ***EXPEDIENTE***

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