

150ª CE: Parque Vale do Itaim *

Local: Bairro Bosque da Saúde, Taubaté

Percurso: 9 km de caminhada

Data: Sáb, 02/08 - dia ensolarado **

Houve mudança na programação e foi realizada a CE do Parque Vale do Itaim. Iniciou-se no Horto Municipal, passando pela passarela da Rod. Presidente Dutra e depois foi percorrida a Av. Oswaldo Aranha. A caminhada prosseguiu pela Av. São Pedro, onde foi realizada uma parada para café da manhã em uma padaria. Finalmente foi alcançada a entrada do Parque



Vale do Itaim que, bastante urbanizado, é cortado por estradas asfaltadas que conduzem aos pontos de interesse. Apresenta apenas uma pequena área de mata preservada, mas há áreas em recuperação com replantio de árvores. O pomar, instituído com a finalidade educativa para crianças, está em crescimento. Parte da mata é cortada pela Trilha Mata do Itaim – Morada da Cuca e do Saci, cujo percurso, embora curto, apresenta algumas placas informativas. Por exemplo, plantas são identificadas com o nome popular e científico e o tempo de decomposição de diferentes materiais pode ser verificado em placas indicativas. Foi realizada uma breve visita à sede do parque que opera como uma casa-museu do Sítio do Pica-pau Amarelo. Em frente à sede, estavam disponíveis painéis dos personagens de Monteiro Lobato. Estes também se encontram representados por estátuas espalhadas pelo parque que rendem fotos divertidas. Pequenos animais, como coelhos e galinhas d'angola podem ser vistos em um viveiro nas proximidades da sede. Infelizmente, um dos grandes atrativos do parque, o mirante (foto), estava fechado. Depois da caminhada pelo interior do parque, foi realizado o retorno até o Horto Municipal e o encerramento de mais uma CE da CamEcol.

* Informações gentilmente cedidas pelo atleta Lauro.

** Realizada excepcionalmente no sábado devido ao adiamento da trilha de julho

PROGRAMAÇÃO PARA SETEMBRO

07 – Domingo, 7h

151ª CE: Leite ao Pé da Vaca, Pinda ***

Saída: Horto Municipal, Taubaté

Obs.: Trazer 1 kg de alimento

21 – Domingo, 5h

89ª Trilha: Pico do Cume, Extrema ***

Nível: leve

22 – Segunda, 20h

Reunião, Sede

*** Nota: levar lanche e água

AVISOS e NOTÍCIAS:

- Dia 25/08 ocorreu a reunião mensal, na qual foram discutidos os eventos anteriores e os próximos.

"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/>

ALUGA-SE

APARTAMENTO em Ubatuba, na Praia do Itaguá (próximo ao Shopping). Tratar com Lauro Natal: (12) 3426-4413 / 99143-9078 (Vivo) / 99209-1818 (Claro)



GLOBAL AUTO CENTER

EXCELÊNCIA EM QUALIDADE

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

Pneus – 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

88ª Trilha: Pico Queixo D'Anta ****

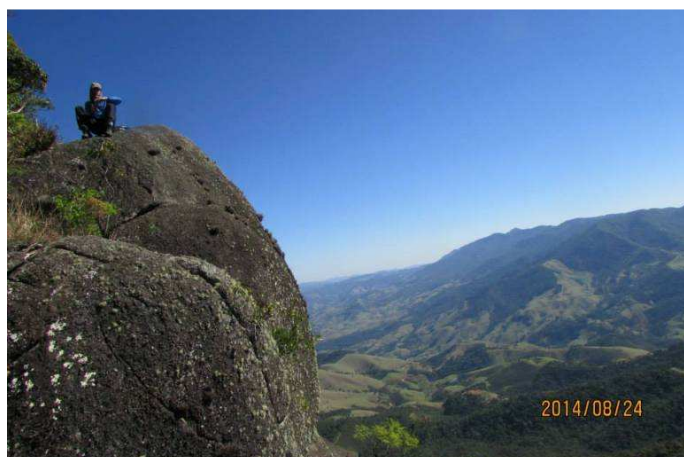
Local: São Francisco Xavier

Percurso: 90 km de van (ida) + 8 km de trilha (total)

Data: Dom, 24/08 – dia ensolarado

Número de participantes: 20

A partida ocorreu no horário previsto para São José dos Campos, onde se seguiu pela estrada para Monteiro Lobato que é estreita, mas está em bom estado de conservação. No centro dessa bucólica cidade, foi realizada a parada para café. Depois seguiu-se até o Bairro dos Remédios, já em São Francisco Xavier. Nesse ponto, o acesso foi feito por uma estrada de terra, precária e muito íngreme, mas foi possível seguir de van até a sede da fazenda. Ao longe já era possível avistar o imponente Pico Queixo D'Anta também conhecido por



Pico Focinho da Anta. Há cobrança de entrada por se tratar de uma área particular, mas por outro lado a fazenda oferece certa infraestrutura com sanitários e área de lazer com piscina e uma pequena cascata. Alguns visitantes acampavam na fazenda. Com o livro de visitantes assinado, foi iniciada a trilha que segue bastante íngreme em mata mais aberta, no começo, mas logo se torna mais fechada e sombreada com a presença de bromélias e outras espécies nativas. Um cachorro da fazenda resolveu acompanhar os nossos trilheiros. Pelo percurso há vislumbres da bela paisagem ao redor e do pico que vai ficando cada vez mais próximo. Demarcada e limpa, a trilha ainda ofereceu uma mina d'água no meio do percurso. Em um dos trechos mais íngremes foi usada uma corda para facilitar a passagem. Enfim, foi alcançado o pico que, com 1.740 m de altitude na divisa com o município de Sapucaí Mirim, oferece bela vista panorâmica das cidades do Vale do Paraíba. Uma grande pedra da formação rochosa se revela como o primeiro mirante. A seguir, uma corda auxilia a descida que conduz a mais um mirante e onde se localiza o livro a ser assinado pelos trilheiros que alcançaram o topo e desejam deixar registrada essa façanha. Do alto, é possível apreciar a bela paisagem que se descortina. A volta foi realizada pelo mesmo caminho. Felizmente havia pouco lixo na trilha. Na sede da fazenda, foi possível se refrescar na piscina. Foi realizada mais uma parada para lanche na cidade de Monteiro Lobato, antes de retornar e encerrar mais uma trilha da CamEcol.

**** Informações gentilmente cedidas pelo atleta Lauro.

Dicas de sustentabilidade para se aplicar todos os dias

Uso racional de Papel

53. Imprima apenas o estritamente necessário e imprima frente e verso, sempre que possível. Revise sempre qualquer documento antes de imprimir para evitar novas impressões;
54. Aproveite partes "limpas" de papéis impressos para fazer blocos de rascunhos;
55. Não jogue fora um papel antes que ele tenha sido completamente utilizado. Depois, separe-o para reciclagem;
56. Entre em contato com as empresas que enviam correspondências que não te interessam e peça para que retirem seu nome de suas listas;
57. Opte por receber contas e extratos por email. Pague suas contas online e não imprima os comprovantes, salve os dados em arquivos no computador;
58. No trabalho, para circulação interna, ou em casa, para mandar bilhetes, reutilize os envelopes de carta;

Reciclagem

59. Separe lixo reciclável no trabalho e em casa. Se sua cidade não tem coleta seletiva, combine com os vizinhos e uma cooperativa de catadores o dia da coleta de recicláveis em seu condomínio ou quarteirão. Certos supermercados também recebem lixo reciclável;
60. Não descarte remédios vencidos no lixo comum. Procure postos de coleta específicos. Faça o mesmo com baterias, pilhas, lâmpadas e eletrônicos;

ALUGA-SE - APARTAMENTO em Ubatuba, na Praia do Itaguá (próximo ao Shopping). Tratar com Lauro Natal: **(12) 3426-4413 / 99143-9078 (Vivo) / 99209-1818 (Claro)**

Parabéns aos ANIVERSARIANTES:

- 04 Ana Luiza Souza Andrade
- 05 Érica Shinozaki
- 05 Luiza Steffany Migotto dos Santos
- 06 Julia Helena Alves Ribeiro
- 10 Amanda Gabrielly de Castro Frade
- 11 Tiago Silvestre de Queiroz
- 14 Mariana Toledo Barbosa
- 15 Maria Valdevina Cardoso
- 19 Regina Célia Nepomuceno
- 24 José Carlos Monteiro Junior
- 28 Mauricio Oliveira Saton
- 28 Suely Nascimento de Souza
- 30 Irene Inagaki Anan Saiki

EXPEDIENTE

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