

CUADERNOS DEL CENTRO DE EDUCACIÓN
AMBIENTAL EL CUADRÓN Nº0-bis

Turismo responsable y patrimonio ecocultural



Desarrollo local responsable en la Sierra Norte:

El Centro de educación ambiental (CEA) El Cuadrón forma parte de la Red de Centros de educación ambiental de la Consejería de Medio Ambiente, Administración Local y Ordenación del Territorio de la Comunidad de Madrid.

Está situado en un lugar estratégico de paso de visitantes hacia el Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama y gran parte de la Sierra Norte madrileña. Su localización es clave para promocionar el patrimonio y las iniciativas locales que lo dinamizan e interpretan, contribuyendo al **desarrollo sostenible** de la zona.

El objetivo del proyecto educativo del CEA El Cuadrón es poner en valor el territorio y el patrimonio natural y ecocultural de la Sierra Norte de Madrid a través de la dinamización local. Trabajando de manera coordinada con la Administración, población, comunidad educativa, visitantes e iniciativas privadas, se facilita una interacción responsable con el territorio y el equilibrio entre uso y conservación, a la vez que se persigue que las personas que aquí viven puedan desarrollar su actividad y mantener los pueblos vivos.

Esto requiere llevar a cabo actuaciones con suficiente peso, amplitud y profundidad, para dar respuesta a los cambios que está experimentando la Sierra Norte y conseguir una buena adaptación a los mismos por parte de la población local y visitante. La **educación ambiental** es una buena herramienta para promover una adecuada conciencia social, un turismo comprometido y solidario, un desarrollo económico razonable, el protagonismo de las comunidades locales y el respeto ante las diferencias culturales.



Autora: Ana Algar Villa



Autora: Ana Algar Villa

Autora de la foto de portada: Carolina Ozaeta Arrese

nuestra seña de identidad



Autora: María Julián de Prados

El paisaje de la Sierra Norte es el resultado de la convivencia entre la sociedad rural y su entorno, del que podemos disfrutar gracias al trabajo que durante siglos han realizado sus pobladores, con el manejo de los recursos naturales a su alcance, contribuyendo en muchos casos a conservar la biodiversidad. Esta sinergia entre sociedad y naturaleza nos ha legado un destacado patrimonio, que dota de identidad a la Comarca representando un reclamo turístico de gran valor: preciados ecosistemas, arquitectura tradicional, vías pecuarias, puentes medievales, yacimientos arqueológicos y otros monumentos culturales.

La conservación del entorno precisa de una adecuada intervención de la Administración junto con la implicación de la sociedad. Con el objetivo de mantener y revalorizar este patrimonio, el CEA El Cuadrón desarrolla y colabora en programas participativos y actuaciones centradas en la identificación, dinamización y rehabilitación de algunos de los bienes, conocimientos y técnicas que han ayudado a preservar y enriquecer el entorno y la cultura de la Sierra Norte de Madrid.

El flujo turístico actual en la Comarca se nutre del **patrimonio ecocultural** que ofrece, por lo que **turismo y patrimonio** se ven estrechamente unidos.

Programa educativo

Algunas de las líneas de actuación son:

Sendas y Caminos de nuestra Sierra

Con la intención de poner en práctica un modelo de turismo más responsable, se ofertan una serie de actividades y recorridos por lugares concretos o senderos de unión entre poblaciones en todo el área de influencia, tanto guiados como autoguiados. Con ellos se pretende dar a conocer el gran valor del patrimonio ecocultural de la zona, y cómo esto puede conseguirse con el mínimo impacto medioambiental posible.

Banco de Saberes

El primer paso para el diseño de rutas y destinos turísticos, es conocer en profundidad el medio natural, el patrimonio cultural, y la sociedad que articula ambos. Esta variada y abundante información se recoge a través de entrevistas, talleres, reuniones temáticas, paseos con vecinos y vecinas... y se engloba en el llamado Banco de Saberes Populares, un compendio de información sobre la cultura popular serrana que sirve para comprender el pasado, mejorar el presente y diseñar el futuro, basándonos en criterios de sostenibilidad.

Desarrollo local responsable

Las entidades locales públicas y privadas son un pilar fundamental de la economía de la zona. Buscando resaltar aquellas iniciativas más sostenibles, el proyecto del CEA El Cuadrón trabaja en Mesas Participativas de turismo, que ofrecen formación y apoyan el trabajo en red de empresarios y emprendedores de la Sierra Norte, de manera que el tejido social pueda impulsar la economía local.



Autora: Isabel Gómez Núñez



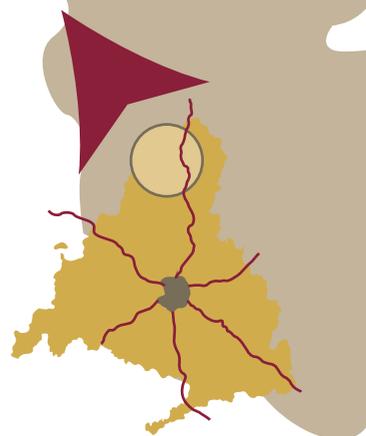
Autora: Tatiana Litch Gómez del Castillo

Programa de sendas guiadas del CEA El Cuadrón



En el CEA El Cuadrón se puede reservar plaza para realizar estos recorridos guiados e interpretados por educadores ambientales.

-  Inicio
-  Casamata
-  Trinchera
-  Dehesa
-  Potro de herrar
-  Fragua
-  Quesería tradicional

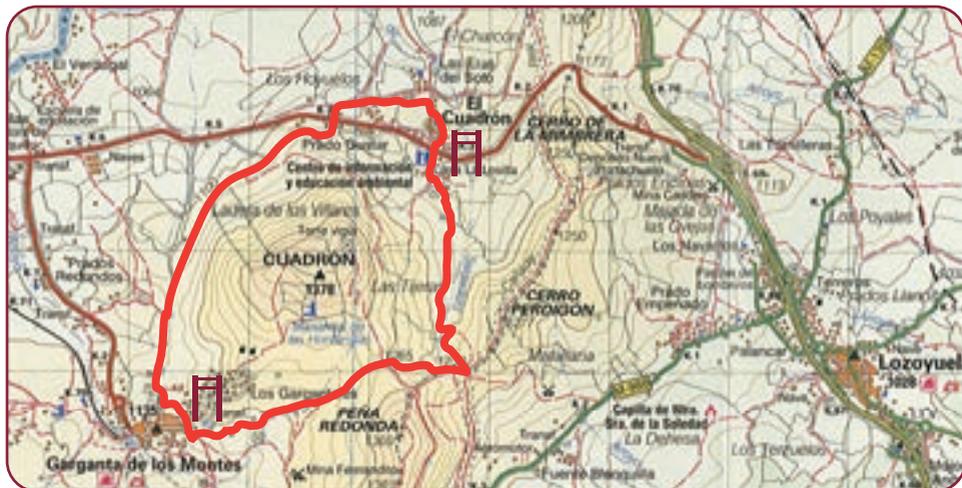


El Cuadrón y Garganta de los Montes

| | | | |
|---------------|--|--------------|---------|
| LOCALIDADES | Garganta de los Montes y El Cuadrón | | |
| ÉPOCA | Primavera, otoño e invierno | DIFICULTAD | Baja |
| INICIO | Centro de Educación Ambiental El Cuadrón. Ctra. M-640, km. 3 | | |
| RECORRIDO | Circular | DESNIVEL | 160 m |
| SEÑALIZACIÓN | Algunos mojones con una marca naranja hasta Garganta de los Montes y azul desde Garganta de los Montes a El Cuadrón. Se recomienda visita guiada. | | |
| LONGITUD | 10 km | TIEMPO A PIE | 4 h |
| COTA MÍNIMA | 1.140 m | COTA MÁXIMA | 1.300 m |
| VISITA GUIADA | <i>"Caminando entre Garganta y El Cuadrón"</i> Consultar calendario de sendas guiadas y reservas en el Centro de educación ambiental El Cuadrón, Teléfono: 91 869 42 79 | | |



Autora: Carolina López Zapatero



Autora: Carolina López Zapatero

Desde el CEA El Cuadrón, tomaremos la pista forestal hacia Garganta de los Montes, rodeando así la Cabeza del Cuadrón (1.378 m). Al bordear este cerro se va consiguiendo altura y visibilidad para observar el Valle del Lozoya, descendiendo después hasta llegar al pueblo de Garganta de los Montes. Una vez allí hay que dirigirse hacia el potrero de herrar, desde donde cogemos el camino de regreso a El Cuadrón, observando el paisaje típico ganadero del Valle.

qué se puede ver

Paisaje típico ganadero del Valle del Lozoya y arquitectura tradicional.

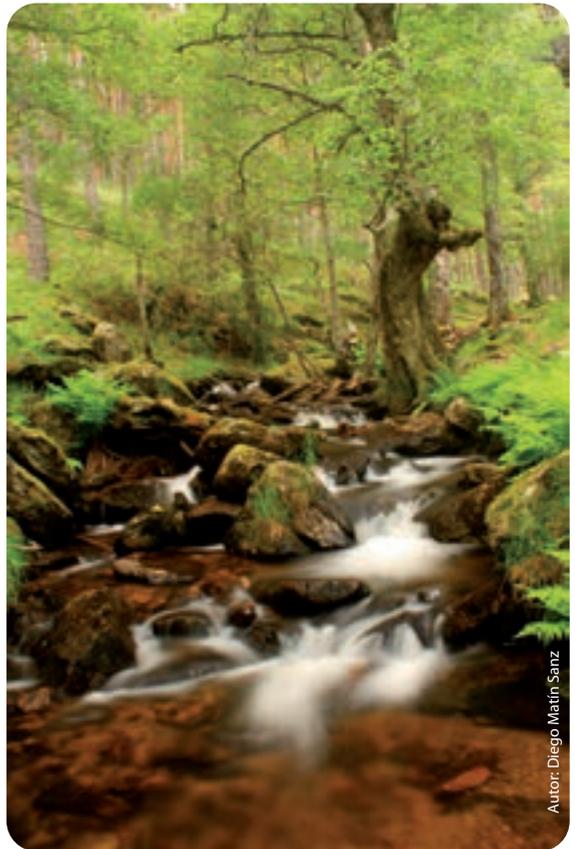
Canencia de la Sierra

| | | | |
|---------------|---|--------------|-----------|
| LOCALIDAD | Canencia de la Sierra | | |
| ÉPOCA | Primavera, verano y otoño | DIFICULTAD | Baja |
| INICIO | Aparcamiento del área recreativa del Puerto de Canencia, Ctra. M-629, km 8 | | |
| RECORRIDO | Circular | DESNIVEL | 170 m |
| SEÑALIZACIÓN | Algunas balizas de madera. Se recomienda visita guiada. | | |
| LONGITUD | 6,5 km | TIEMPO A PIE | 2h 30 min |
| COTA MÍNIMA | 1.400 m | COTA MÁXIMA | 1.570 m |
| VISITA GUIADA | <i>"Árboles de leyenda en Canencia"</i> Consultar calendario de sendas guiadas y reservas en el Centro de educación ambiental El Cuadrón, Teléfono: 91 869 42 79 | | |



Autor: Diego Matín Sanz

Durante este recorrido nos adentraremos en un espeso pinar de pino silvestre, donde podremos además observar otras especies que crecen en la umbría de Canencia. Éste es un lugar especial con unas condiciones de temperatura y humedad que permiten la existencia de abedules, tejos y acebos. En nuestro recorrido por este bosque relicto disfrutaremos además del sonido del arroyo del Sestil del Maillo y de la Chorrera de Mojonavalle. Se recorre un tramo de 300 m de la carretera M-629.



Autor: Diego Matín Sanz



Autor: Diego Matín Sanz

qué se puede ver

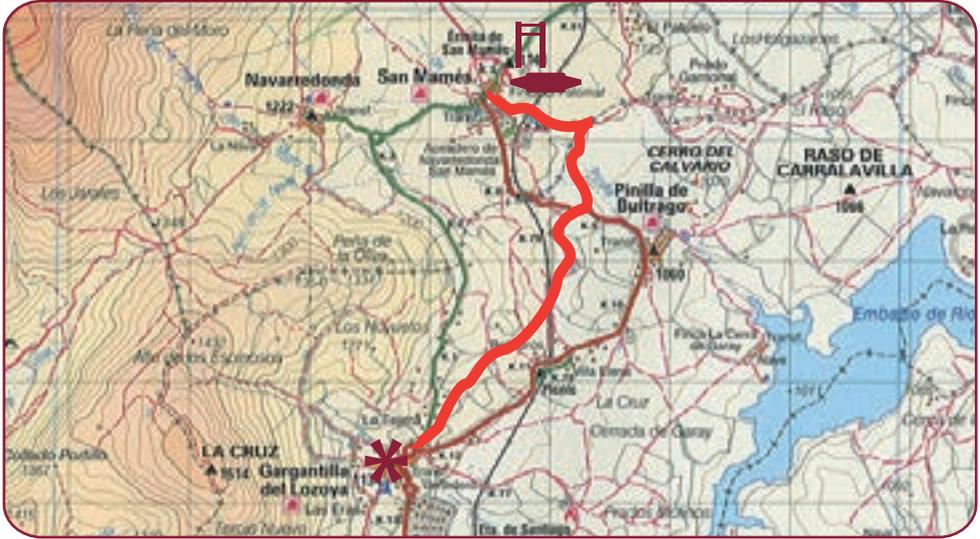
Pinar de pino silvestre, chozo pastoril, chorrera de Mojonavalle, abedular de Canencia, tejos, acebos...

Gargantilla del Lozoya y San Mamés

| | | | |
|---------------|---|--------------|------------|
| LOCALIDADES | Gargantilla del Lozoya y San Mamés | | |
| ÉPOCA | Primavera, otoño e invierno | DIFICULTAD | Baja |
| INICIO | Gargantilla del Lozoya | | |
| RECORRIDO | Lineal | DESNIVEL | 65 m |
| SEÑALIZACIÓN | Flechas y marcas de color marrón. Se recomienda visita guiada. | | |
| LONGITUD | 8 km (ida y vuelta) | TIEMPO A PIE | 1 h 15 min |
| COTA MÍNIMA | 1.071 m | COTA MÁXIMA | 1.136 m |
| VISITA GUIADA | <i>"Comunicando pueblos y gentes"</i> Consultar calendario de sendas guiadas y reservas en el Centro de educación ambiental El Cuadrón, Teléfono: 91 869 42 79 | | |

Comunicando Gargantilla del Lozoya y San Mamés, el embalse de Pinilla de Buitrago nos acompaña en el horizonte durante nuestro recorrido. A través del paso entre muros de piedra seca, aparecen los robles intercalados con los fresnos que han dado de comer al ganado durante tanto tiempo. Los abrevaderos son otro elemento más del paisaje que nos confirma el uso ganadero de estas tierras. Esta ruta puede enlazar con la ruta 4, la Chorrera de San Mamés, realizando un recorrido total de 16 km ida y vuelta.





Autora: Ana Martí Martínez



Autora: Ana Martí Martínez

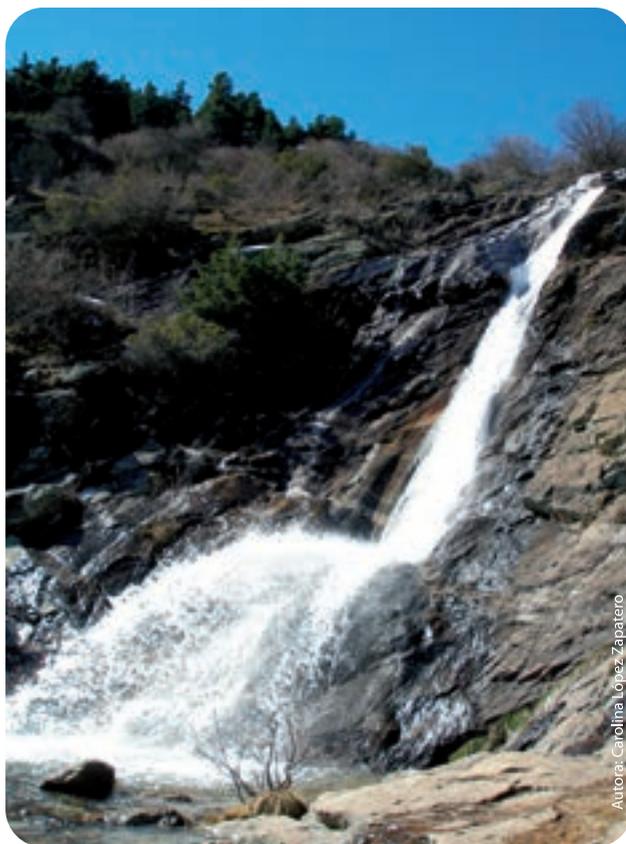
qué se puede ver

Arquitectura tradicional, muros de piedra seca, paisaje típico ganadero, panorámicas del Valle Medio del Lozoya.

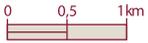
San Mamés

| | | | |
|---------------|--|--------------|---------|
| LOCALIDAD | San Mamés | | |
| ÉPOCA | Primavera, otoño e invierno | DIFICULTAD | Baja |
| INICIO | Iglesia de San Mamés | | |
| RECORRIDO | Lineal | DESNIVEL | 340 m |
| SEÑALIZACIÓN | Flechas y marcas de color negro. Se recomienda visita guiada. | | |
| LONGITUD | 8 km (ida y vuelta) | TIEMPO A PIE | 4 h |
| COTA MÍNIMA | 1.140 m | COTA MÁXIMA | 1.480 m |
| VISITA GUIADA | <i>"La chorrera de San Mamés, paisajes de piedra seca"</i> Consultar calendario de sendas guiadas y reservas en el Centro de educación ambiental El Cuadrón, Teléfono: 91 869 42 79 | | |

Tomando el camino que nace frente a la Iglesia del pueblo nos adentraremos, entre callejas y paredes de piedra, en las laderas de los Montes Carpetanos. Siguiendo antiguos caminos de trashumancia, llegaremos hasta uno de los saltos de agua más populares de la Sierra Norte de Madrid, la Chorrera de San Mamés. Observaremos un paisaje modelado por el manejo ganadero y agrícola que han llevado a cabo los pobladores del Valle Medio del Lozoya a lo largo de los siglos. Las construcciones tradicionales de piedra seca, los robles melojos y los pinos silvestres son los protagonistas en este recorrido.



Autoría: Carolina Lopez Zapatero



Autora: Carolina López Zapatero



Autora: Carolina López Zapatero

qué se puede ver

Chorrera, paisaje típico ganadero del Valle del Lozoya, chozo pastoril, muros de piedra seca, quesería tradicional.

Villavieja del Lozoya

| | | | |
|---------------|---|--------------|-----------|
| LOCALIDAD | Villavieja del Lozoya | | |
| ÉPOCA | Primavera, verano y otoño | DIFICULTAD | Baja |
| INICIO | Antiguo lavadero de Villavieja del Lozoya | | |
| RECORRIDO | Ruta de trazado libre por el interior de la dehesa | | |
| SEÑALIZACIÓN | No. Se recomienda visita guiada. | DESNIVEL | 40 m |
| LONGITUD | Variable, en torno a 4 km | TIEMPO A PIE | 1h 30 min |
| COTA MÍNIMA | 1.040 m | COTA MÁXIMA | 1.080 m |
| VISITA GUIADA | <i>"Fresnedas de la Sierra Norte"</i> Consultar calendario de sendas guiadas y reservas en el Centro de educación ambiental El Cuadrón, Teléfono: 91 869 42 79 | | |



Autora: Carolina López Zapatero



En esta senda descubriremos una bella dehesa de fresnos, uno de los paisajes tradicionales protagonistas en el Valle del Lozoya. Su importancia no es sólo pastoral, sino también ecológica, cultural, social y económica. Las hojas y ramas del fresno son de una magnífica calidad nutritiva para el ganado, así como los pastos que lo acompañan. Durante nuestro paseo podremos observar cómo los habitantes del pueblo han convivido de forma tradicional con este recurso.



Autora: Carolina López Zapatero

qué se puede ver

El antiguo lavadero, la fragua, paredes de piedra seca, dehesa de fresnos trasmochados, cigüeña blanca.

Gascones

| | | | |
|---------------|--|--------------|---------|
| LOCALIDAD | Gascones | | |
| ÉPOCA | Primavera, otoño e invierno | DIFICULTAD | Media |
| INICIO | Iglesia de Gascones | | |
| RECORRIDO | Circular | DESNIVEL | 180 m |
| SEÑALIZACIÓN | No. Se recomienda visita guiada. | | |
| LONGITUD | 9 km | TIEMPO A PIE | 4 h |
| COTA MÍNIMA | 1.020 m | COTA MÁXIMA | 1.200 m |
| VISITA GUIADA | <i>"Cordeles y callejas"</i> Consultar calendario de sendas guiadas y reservas en el Centro de educación ambiental El Cuadrón, Teléfono: 91 869 42 79 | | |



Autora: Carolina López Zapatero



Autora: Carolina López Zapatero

0 0,5 1km



Autora: Carolina López Zapatero

Partiendo del pueblo de Gascones, recorreremos antiguos caminos de trashumancia y callejas entre tradicionales paredes de piedra seca, mientras disfrutamos de amplias panorámicas de la Sierra Norte de Madrid. En este paisaje ganadero encontraremos encinas, robles y fresnos. Este recorrido también nos ofrece la oportunidad de acercarnos a restos de la Guerra Civil, como antiguas trincheras y casamatas.

qué se puede ver

Casamatas y trincheras, restos de núcleo despoblado, laguna de Gascones, vías pecuarias, callejas y paredes de piedra seca.

Lozoyuela, Las Navas de Buitrago y Sieteiglesias

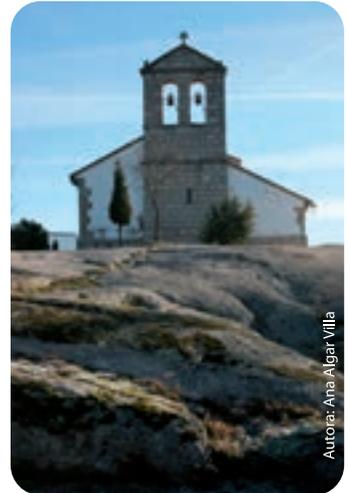
| | | | |
|---------------|--|--------------|------------|
| LOCALIDADES | Lozoyuela, Las Navas de Buitrago y Sieteiglesias | | |
| ÉPOCA | Primavera, otoño e invierno | DIFICULTAD | Media |
| INICIO | Lozoyuela (carretera M-131, de Lozoyuela a las Navas de Buitrago) | | |
| RECORRIDO | Circular | DESNIVEL | 90 m |
| SEÑALIZACIÓN | No. Se recomienda visita guiada. | | |
| LONGITUD | 10 km | TIEMPO A PIE | 3 h 30 min |
| COTA MÍNIMA | 940 m | COTA MÁXIMA | 1.030 m |
| VISITA GUIADA | <i>"Las piedras nos cuentan"</i> Consultar calendario de sendas guiadas y reservas en el Centro de educación ambiental El Cuadrón, Teléfono: 91 869 42 79 | | |

Desde la localidad de Lozoyuela, tomando un camino que sale de la carretera hacia Las Navas, recorreremos antiguas vías pecuarias, conectando los tres pueblos. Pasaremos al lado del famoso Puente del Cura de Lozoyuela, las singulares setas de granito de Las Navas y los numerosos potros de herrar de Sieteiglesias. A lo largo del paseo disfrutaremos de amplias panorámicas de la Sierra del Rincón. A la llegada a Sieteiglesias se puede visitar el puente románico conocido como el "Puente Romano" añadiendo 4 km a nuestro recorrido (ida y vuelta).





Autora: Ana Algar Villa



Autora: Ana Algar Villa

qué se puede ver

Puente del Cura, rocas de granito con forma de seta, necrópolis visigótico-medieval y arquitectura tradicional.

La Cabrera

| | | | |
|---------------|---|--------------|------------|
| LOCALIDAD | La Cabrera | | |
| ÉPOCA | Todo el año | DIFICULTAD | Baja |
| INICIO | Dehesa de Roblellano | | |
| RECORRIDO | Circular | DESNIVEL | 40 m |
| SEÑALIZACIÓN | Balizas y paneles interpretativos. Se recomienda visita guiada. | | |
| LONGITUD | 3 km | TIEMPO A PIE | 1 h 30 min |
| COTA MÍNIMA | 1.040 m | COTA MÁXIMA | 1.080 m |
| VISITA GUIADA | <i>"El origen de la Sierra de la Cabrera"</i> Consultar calendario de sendas guiadas y reservas en el Centro de educación ambiental El Cuadrón, Teléfono: 91 869 42 79 | | |



Autora: Carolina López Zapatero

A lo largo de un paseo por la Dehesa de Roblellano observaremos la impresionante Sierra de La Cabrera. En este bosque adeshado disfrutaremos de un paisaje rocoso compuesto por crestas, berrocales, pilancones, setas o piedras caballeras. Las bellas lagunas temporales de Matatorejo, aparecen en primavera tras el deshielo y albergan gran biodiversidad. Veremos además que las encinas se encuentran a mayor altitud que los robles, curioso fenómeno de inversión botánica.



Autora: Carolina López Zapatero



Autora: Carolina López Zapatero

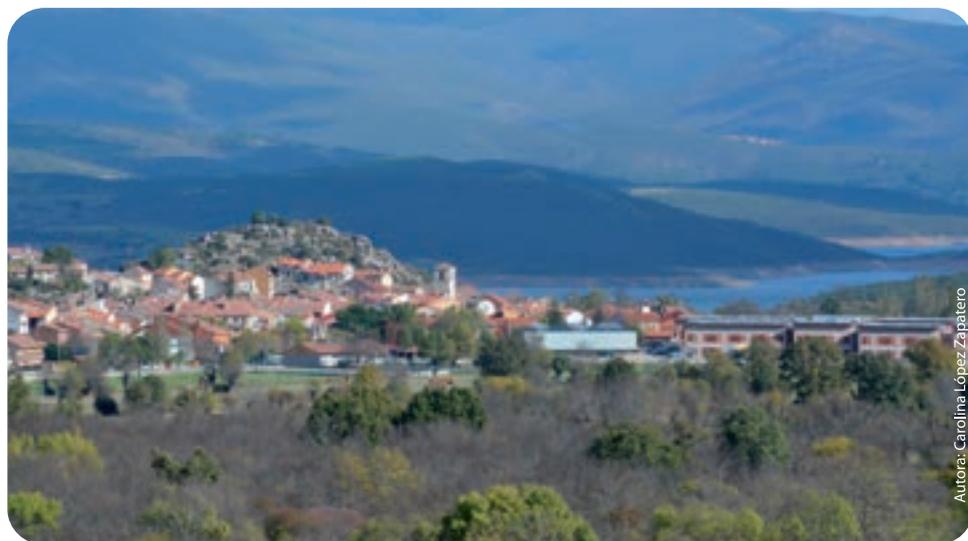
qué se puede ver

Lagunas temporales, panorámicas de la Sierra de La Cabrera, formas graníticas, robles, encinas, enebros y alcornoques.

El Berrueco

| | | | |
|---------------|---|--------------|-----------|
| LOCALIDAD | El Berrueco | | |
| ÉPOCA | Otoño, invierno y primavera | DIFICULTAD | Baja |
| INICIO | Plaza de la Picota de El Berrueco | | |
| RECORRIDO | Circular | DESNIVEL | 66 m |
| SEÑALIZACIÓN | No | | |
| LONGITUD | 6,5 km | TIEMPO A PIE | 2h 30 min |
| COTA MÍNIMA | 934 m | COTA MÁXIMA | 1.000 m |
| VISITA GUIADA | <i>"La dehesa de El Berrueco"</i> Consultar calendario de sendas guiadas y reservas en el Centro de educación ambiental El Cuadrón, Teléfono: 91 869 42 79 | | |

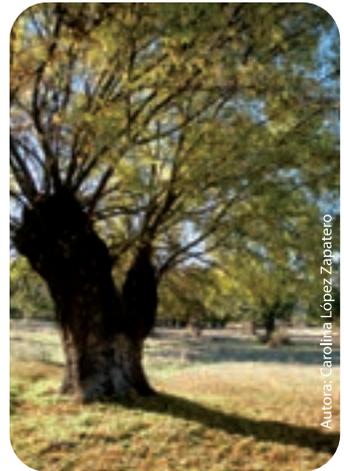
Durante este recorrido, rodearemos la dehesa boyal de El Berrueco, descubriendo su biodiversidad y disfrutando de espléndidas vistas panorámicas del Valle Bajo del Lozoya y del embalse del Atazar, desde el paraje rocoso de La Atalaya. Esta dehesa de fresnos trasmochados, encinas, robles, arces de Montpellier y enebros, es un magnífico ejemplo, tanto por su belleza, como por su estado de conservación, de una formación fruto de las actividades agrosilvopastorales.



Autora: Caroljina López Zapatero



Autora: Carolina López Zapatero



Autora: Carolina López Zapatero

qué se puede ver

Dehesa de fresnos, paredes de piedra seca, enebros, arces de Montpellier, panorámicas del Valle Bajo del Lozoya.

Buitrago del Lozoya

| | | | |
|---------------|--|--------------|---------|
| LOCALIDAD | Buitrago del Lozoya | | |
| ÉPOCA | Primavera, verano y otoño | DIFICULTAD | Baja |
| INICIO | Aparcamiento de los pisos tutelados para personas mayores de la Comunidad de Madrid de Buitrago del Lozoya (C/Cotos 2-4-6) | | |
| RECORRIDO | Circular | DESNIVEL | 50 m |
| SEÑALIZACIÓN | No | | |
| LONGITUD | 7,3 km | TIEMPO A PIE | 2h |
| COTA MÍNIMA | 950 m | COTA MÁXIMA | 1.000 m |
| VISITA GUIADA | <i>"Paseo por el pinar de Gariñas"</i> Consultar calendario de sendas guiadas y reservas en el Centro de educación ambiental El Cuadrón, Teléfono: 91 869 42 79 | | |

Senda que transcurre por el pinar de Gariñas de Buitrago del Lozoya. Nos adentraremos en un bosque de pino resinero que al llegar a la orilla del embalse de Puentes Viejas da paso a especies de vegetación de ribera como el fresno o el arce de Montpellier. Desde el borde del embalse podremos contemplar el palacio de la familia de Osuna, construido a finales del siglo XVI.





Autora: Carolina Ozaeta Arrese



Autora: Carolina Ozaeta Arrese

qué se puede ver

Pinar de pino resinero, embalse de Puentes Viejas, vegetación de ribera, Palacio de Osuna.

Paredes de Buitrago

| | | | |
|---------------|---|--|-----------|
| LOCALIDAD | Paredes de Buitrago | | |
| ÉPOCA | Todo el año menos en época de lluvia | DIFICULTAD | |
| INICIO | Paredes de Buitrago, en las proximidades de la presa de Puentes Viejas | Baja (70% pista forestal, 30% senda irregular) | |
| RECORRIDO | Lineal | DESNIVEL | 50 m |
| SEÑALIZACIÓN | Sí, balizas y paneles interpretativos. | | |
| LONGITUD | 8,2 km (ida y vuelta) | TIEMPO A PIE | 2h 30 min |
| COTA MÍNIMA | 961 m | COTA MÁXIMA | 1.180 m |
| VISITA GUIADA | <p><i>"La Batalla del Agua"</i></p> <p>Consultar calendario de sendas guiadas y reservas en el Centro de educación ambiental El Cuadrón, Teléfono: 91 869 42 79</p> | | |



Autora: Maite García de la Hija



Recorrido histórico, cultural y medioambiental, que forma parte del Plan de Yacimientos Visitables de la Comunidad de Madrid. Trascurre por la zona fortificada del denominado Frente del Agua, que conserva una variada tipología de construcciones militares de ambos bandos de la Guerra Civil. Este frente tuvo una gran importancia estratégica para el control de los embalses de Puentes Viejas y El Villar, que abastecían de agua a la capital.



Autora: Maite García de la Hija

qué se puede ver

Patrimonio histórico bélico de la Guerra Civil, pinar de repoblación de pino resinero y pino laricio.

Braojos de la Sierra

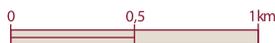
| | | | |
|---------------|--|--------------|---------|
| LOCALIDAD | Braojos | | |
| ÉPOCA | Primavera, otoño e invierno | | |
| INICIO | Plaza del Ayuntamiento de Braojos | DIFICULTAD | Baja |
| RECORRIDO | Circular | DESNIVEL | 46 m |
| SEÑALIZACIÓN | Balizas y paneles interpretativos, pero sólo en el casco urbano. | | |
| LONGITUD | 4,5 km | TIEMPO A PIE | 1,5h |
| COTA MÍNIMA | 1.194 m | COTA MÁXIMA | 1.240 m |
| VISITA GUIADA | <i>"A las faldas de los Montes Carpetanos"</i> Consultar calendario de sendas guiadas y reservas en el Centro de educación ambiental El Cuadrón, Teléfono: 91 869 42 79 | | |



Autora: Ana Martí Martínez



Autora: Ana Martí Martínez



Autora: Ana Mari Martínez

Al iniciar este recorrido daremos cuenta de la arquitectura tradicional serrana: viviendas, pajares, cortes y huertos familiares. Saliendo ya del casco urbano, entre callejas de piedra, encontraremos las eras y los linars, antiguos lugares de trabajo que hoy ofrecen un mosaico vegetal de gran belleza. Nos encontramos a las faldas de los Montes Carpetanos y desde algunos puntos del recorrido pueden divisarse cumbres como Peña de La Cabra o el Pico de la Miel.

qué se puede ver

Arquitectura rural tradicional, dehesas, eras, linars, nogales, robles, fresnos, arces, arroyo Cigüeñuela y su vegetación de ribera, embalse de Riosequillo, Montes Carpetanos, Cancho Gordo, Peña Cebollera.

Ideas prácticas sobre turismo responsable para diseñar tus visitas, rutas y paseos

Todos los lugares que se visitan conservan una cultura y unos valores naturales propios: conócelos y respétalos.

Al planificar tu visita **utiliza el transporte público** o **minimiza tus desplazamientos en coche**, compartiéndolo con amigos o conocidos. En zonas rurales es más fácil olvidarse del vehículo y se puede optar por **conocer el entorno a pie, en bicicleta o a caballo**.

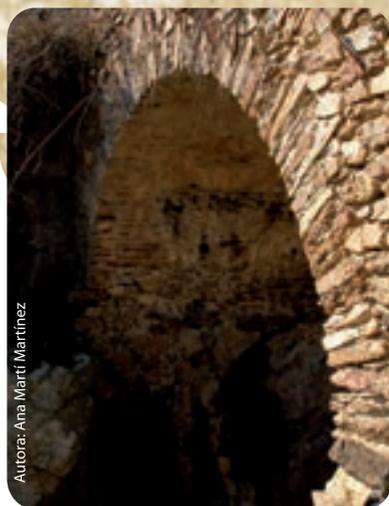
Pasea siempre por caminos ya trazados. Nuestro pisoteo contribuye a la erosión. Deja los portones y zarzos tal como te los encuentre.

Observa a los animales de lejos y minimiza ruidos exagerados. Aunque no los veas, están ahí. Compórtate como un "buen invitado".

Elige sitios permitidos para el baño a la hora de darte un chapuzón. Las zonas en las que no está permitido bañarse cuentan con medidas de protección importantes para la conservación del medio.

Durante tu recorrido puedes encontrarte con otros usuarios que estén practicando el deporte de la caza, en ese caso, **usa otros caminos públicos alternativos**.





Desahzate de los residuos de una manera responsable, sin dejar basura a tu paso. Los restos de comida, las servilletas de papel y las colillas también son residuos. Separa los envoltorios para que puedan reciclarse todo lo que sea posible.

No te llesves "recuerdos" de zonas naturales o lugares históricos. Forman parte del entorno y es donde deben permanecer.

Si consumes productos de la zona, además de disfrutar de la gastronomía y la artesanía locales, contribuyes a las economías familiares y a la supervivencia de un auténtico turismo rural.

Elige establecimientos turísticos responsables, que tengan en cuenta el ahorro de energía y agua, la reducción de los desplazamientos y el respeto al patrimonio ecocultural. Así puedes contribuir a incentivar este tipo de iniciativas.

Difunde la belleza e interés del lugar que visites con la intención de que un turismo responsable en la zona contribuya a su mantenimiento a lo largo del tiempo.

Participa en las actividades de los centros de interpretación y educación ambiental, ya que proporcionan las orientaciones necesarias para valorar la importancia del entorno y disfrutar más de la visita.

*Caminante, son tus huellas
el camino y nada más (.)*

Antonio Machado

PARTICIPAN Y COLABORAN:



FINANCIADO POR:



PROGRAMA DE DESARROLLO RURAL DE LA COMUNIDAD DE MADRID 2014-2020