

Guía para descubrir o río Anllóns e a enseada da Insua



Edita: Concello de Ponteceso

Deseño e realización: cem, s.coop.galega

Fotografías: cem,s.coop.galega

Ilustracións: Suso Cubeiro

Imprime: Lugami, artes gráficas

Depósito legal: C xxxx - 2015

Impreso en papel reciclado, libre de cloro e certificado

INTRODUCCIÓN

O Concello de Ponteceso, enclavado na comarca natural de Bergantiños, posúe un rico patrimonio natural, cultural e etnográfico, -que foi fonte de inspiración do noso gran escritor Eduardo Pondal, quedando reflectidos para sempre na súa obra poética.

Unha parte importante do territorio do noso concello forma parte da Rede Natura 2000, unha rede de espazos naturais que procura a protección dos hábitats e as especies máis ameazadas de Europa.

Estes espazos son a Zona Especial de Conservación Costa da Morte que engloba boa parte do noso litoral, a Zona de Especial Protección para as Aves Costa da Morte Norte que engloba a enseada da Insua e parte dos cantís de punta Roncudo e a enseada da Barda; e por último a Zona Especial de Conservación Río Anllóns que protexe o río e as súas ribeiras case desde o seu nacemento ata O Xuncal de Anllóns.

O río Anllóns, que no noso concello remata a súa viaxe despois de bañar boa parte da Comarca de Bergantiños é o que vertebra en gran medida esta pequena rede de espazos naturais de gran importancia no noso concello.

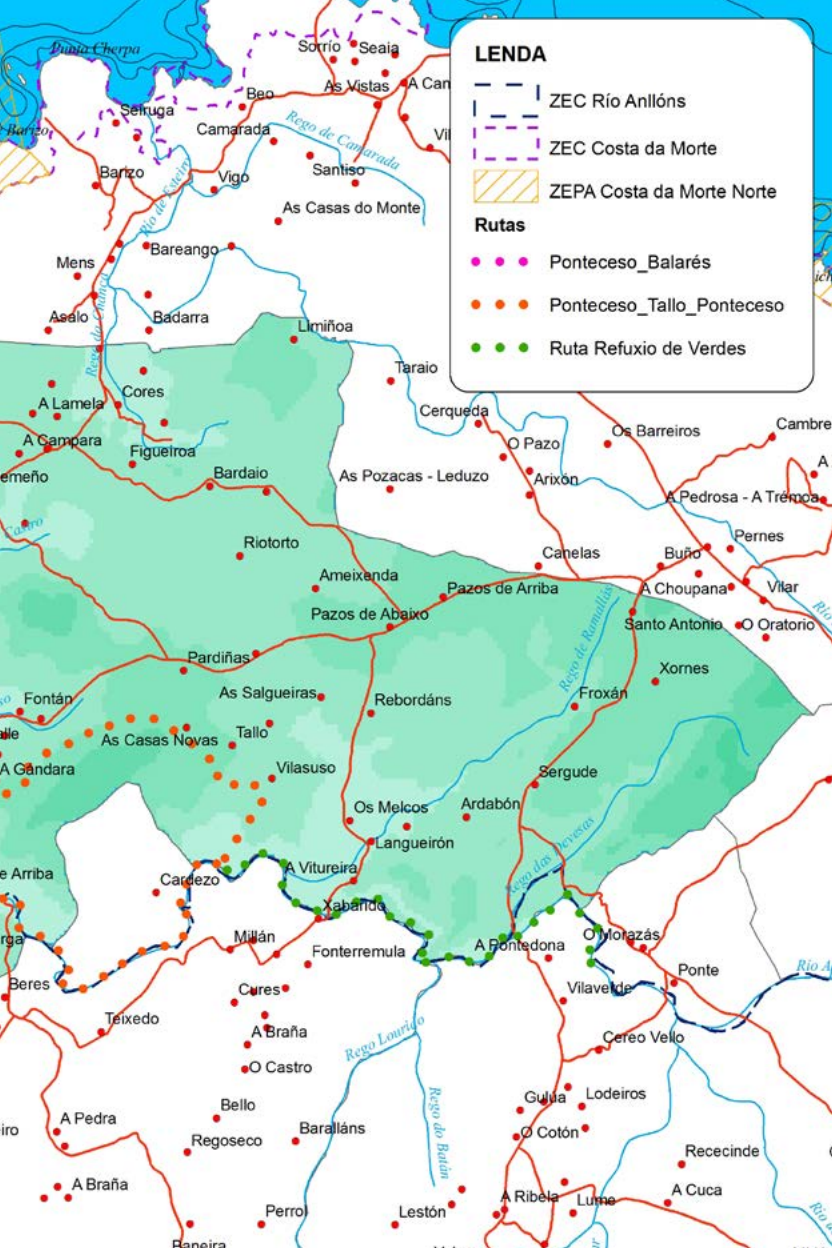
Un río que condicionou a vida ao longo dos séculos e que non só adquire o nome dunha das parroquias do noso concello senón que foi quen lle deu o seu nome, cando se chamaba río Ceso.

A través desta guía queremos darvos a coñecer os importantes valores naturais destes espazos, mais tamén os seus valores culturais e etnográficos, conscientes de que o seu coñecemento é fundamental para axudar á súa conservación para as próximas xeracións.

A guía ofrece varias rutas que nos axudarán a coñecer algúns destes valores. Unha delas que discorre polo esteiro de Anllóns e a enseada da Insua, achéganos ata a praia de Balarés pola ZEPA Costa da Morte Norte e ZEC Costa da Morte. A outra lévanos augas arriba polas ribeiras do noso emblemático río pola ZEC Río Anllóns.

Agardamos que lle gusten estas rutas!.





LEENDA

— ZEC Río Anllóns

— ZEC Costa da Morte

▨ ZEPa Costa da Morte Norte

Rutas

●● Ponteceso_Balarés

●● Ponteceso_Tallo_Ponteceso

●● Ruta Refuxio de Verdes

ESTEIRO DE ANLLÓNS: UNHA DESEMBOCADURA ONDE FERVE A VIDA

Presentámosche un itinerario que discorre polo esteiro de Anllóns e o litoral da enseada da Insua nos que poderás descubrir e admirar a grande importancia ecolóxica e paisaxística deste complexo.

Este conxunto de desembocadura, de máis de 1.000 hectáreas de superficie, conta cunha zona de marisma, un estuario, dunas, praias, illas, montes... e cunha gran barra de area que conforman un espazo incluído na Rede Natura 2000, unha rede europea para a conservación da biodiversidade.

A enseada da Insua é un dos espazos naturais protexidos incluídos dentro da **Zona Especial de Conservación** chamada **ZEC Costa da Morte**, o cal conta cun total de 12 094 ha de superficie protexida, e da Zona de Especial Protección para as Aves coñecida como **ZEPA Costa da Morte Norte**.

Na desembocadura do río Anllóns formouse pola acumulación de sedimentos fluviais e mariños un esteiro parcialmente pechado por unha barra de area. Esta barra separa claramente unha parte exterior de influencia oceánica, aberta á ría de Corme e Laxe, e unha parte interior formada por un gran areal con vexetación de marisma.

Sobre a barra asentáronse co tempo sistemas dunares que constitúen o máis destacable de todo este complexo debido á elevada biodiversidade que acollen e á extensión que ocupan. Neles viven varias especies de plantas incluídas no catálogo galego de especies ameazadas, algunhas delas en perigo de extinción, como a ***Omphalodes littoralis subsp. gallaecica***, que é endémica da provincia da Coruña e está moi ameazada pola destrución do seu hábitat, e os **paxariños amarelos** que aparece na costa desde Cabo Vilán a Estaca de Bares. Nas ribeiras abundan **os ameneiros**, as ramificadas **tamargueiras** e as **figueiras**.



Paxariños amarelos

Entre a fauna destacan as aves, sobre todo as migratorias, como son varias especies de parrulos que visitan o esteiro no inverno:



Asubiador

o **asubiador**, a **cerceta**, o **pato rabilongo**, o **cullerete**, o **pato frisado**... Son moi importantes pola súa variedade as aves limícolas, que son aquelas que enterran o peteiro na lama buscando pequenos invertebrados e moluscos, como por exemplo a mimética

becacina, a contrastada **gabita** de cor branca e negra e peteiro e patas vermellos, e os **marazicos real** e **chiador**. A escasa e ameazada **píllara das dunas** cría nestes areais.

Neste espazo habitan ademais mamíferos, como a **lontra** que se mergulla para capturar as súas presas,



Sapo corriqueiro

o **esquío** e o **raposo**; anfibios, como o **sapo corriqueiro** e a **píntega**, de cor amarela e negra característica; e réptiles como o **lagarto das silvas** e o **lagarto arnal**.

E nas súas augas

nadan peixes como

o **reo**, a **anguía**, o **muxo**, a **lamprea** e a **troita**.



Lamprea

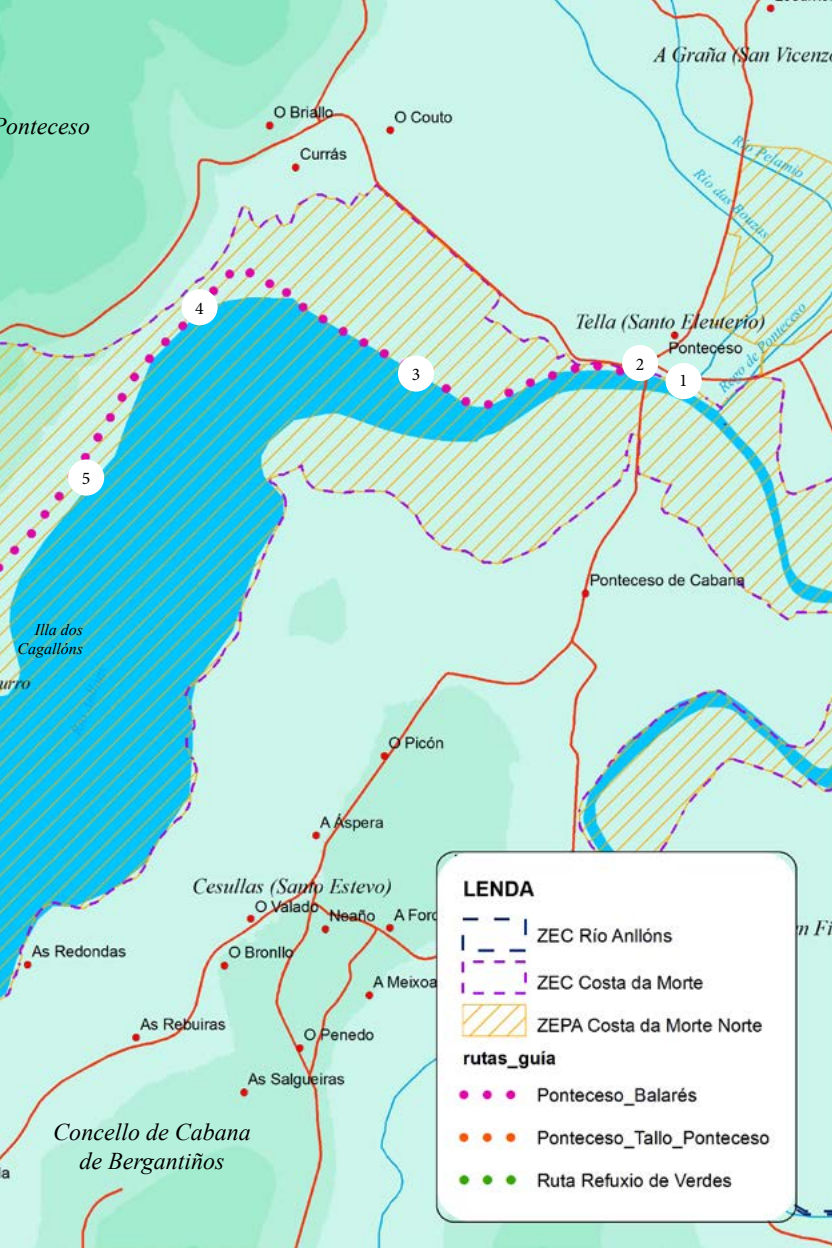
A tradición ten unha gran cabida na Insua. Un dos oficios tradicionais que perdura na enseada é a pesca con caña, de **robaliza** sobre todo. Antigamente tamén se pescaba **angula** e **solla** con métodos tradicionais como a estacada e a fisga. Ademais a gran riqueza biolóxica deste espazo natural é aproveitada polas mariscadoras



Berberecho

que extraen fundamentalmente **berberecho**, chegando anualmente ás 100 Tm, aínda que noutros anos tamén teñen capturado **ameixa fina**, **ameixa xaponesa** e **ostra rizada** aínda que moitos menos kilos.





A Graña (San Vicenzo)

Ponteceso

O Briallo
O Couto
Currás

Río Polajumbo
Río das Fontes
Río de Ponteceso

4
3
2
1

Tella (Santo Eleuterio)
Ponteceso

Ponteceso de Cabana

Illa dos Cagallóns

O Picón

A Áspera

Cesullas (Santo Estevo)

As Redondas

O Valado
Neaño
A Forda

A Meixoa

As Rebuiras

O Bronllo
O Penedo

As Salgueiras

Concello de Cabana de Bergantiños

LEENDA

- ZEC Rio Anllóns
- ZEC Costa da Morte
- ZEPA Costa da Morte Norte

rotas_guía

- Ponteceso_Balarés
- Ponteceso_Tallo_Ponteceso
- Ruta Refugio de Verdes

CAMIÑANDO POLO ESTEIRO DE ANLLÓNS

O esteiro de Anllóns forma parte da enseada da Insua, un enclave único, grazas aos valores da súa fauna, flora e paisaxes e tamén á historia e tradicións deste lugar. Propóñense dúas pequenas rutas, para realizar a pé, que nos guiarán ao longo da desembocadura do río Anllóns nesta enseada.

1

Itinerario de Ponteceso á praia de Balarés

Este itinerario condúcenos dende Ponteceso ata a praia de Balarés. Camiñaremos polo paseo fluvial do río Anllóns, polo dique de terra do malecón do Couto e seguiremos o borde litoral para logo ascender un pouco o monte Branco e admirar a beleza da paisaxe. Finalmente remataremos o noso percorrido no piñeiral e praia de Balarés.

Este itinerario coincide na súa primeira parte cunha ruta de sendeirismo homologada pola Federación Galega de Montañismo: o Pequeno Recorrido Galego PR-G 148, denominado “Ruta do mar de Corme e ribeira do Anllóns” que desde Ponteceso chega ata Corme bordeando o litoral ponteceso.

A ruta está pintada con distintos símbolos que nos informan do seu percorrido.



Ponte de Ponteceso



Continuidade de sendeiro



Cambio de dirección



Dirección equivocada



Baliza

Distancia: 5,6 km

Dificultade: baixa pero non é accesible en todo o seu percorrido a persoas con mobilidade reducida

Duración: 2 horas

Inicio: Praza do recheo (Ponteceso)

Fin: Praia de Balarés

UN POETA CON SONA

Esta fermosa casa á beira do Anllóns foi berce e morada do gran poeta de Bergantiños, Eduardo Pondal, nacido en 1835 no seo dunha familia de rango. Foi, xunto con Curros Enríquez e Rosalía de Castro, un dos artífices do Rexurdimento da literatura galega e o principal responsable da creación do mito celta en Galicia.

Pondal forxou unha lingua literaria culta coa que enzalzou a natureza e as paisaxes agrestes das terras de Bergantiños e do Xallas, sempre presentes na súa obra.

A letra do himno galego é un anaco da súa obra poética *Feros corvos de Xallas*, *Monte Branco*, *Penedos da Pasarela*, *carballeira de Verdes*, *fror da caramiña*, *areosa Laxe*, *salvaxe val de Brantoa*, *pinal de Tella espeso*, *garrido castro Nemenzo*, *dolmen de Dombate*, *río da Ponte-Ceso...* son pezas reais e maravillosas, unha valiosa herdanza que Pondal amosou ao mundo enteiro e que nós debemos conservar.



Eduardo Pondal



Casa natal de Eduardo Pondal

O noso himno está conformado polos versos de varias estrofas do poema pondaliano “Os Pinos” e a música do compositor mindoñado Pascual Veiga. O himno lembra o glorioso pasado celta de Galicia, chamándoa para que esperte do seu sono e emprenda o camiño cara á liberdade.

Os emigrantes galegos en Cuba elixen o seu poema “Os Pinos” para a letra do himno nacional, interpretado por primeira vez en 1907 no teatro Tacón da Habana.

3

AUGAS REPLETAS DE VIDA

Tras afastarnos da estrada camiñamos polo malecón de area do Couto á beira do río Anllóns. Por entre as tamarxeiras da nosa esquerda podemos ver moitos peixes na auga, como os muxos. Con frecuencia ao noso paso uns breves pitidos (“tititiii”) delatan ao picapeixe, unha fermosa ave que reclama ao abandonar voando o seu pousadeiro de pesca, situado xeralmente nunha póla sobre o río.



Picapeixe

4

AO RITMO DA MAREA

Á nosa dereita esténdese a xunqueira repleta de multitude de canais que se enchen e baleiran alternativamente cada seis horas coas mareas. Coa baixada da marea as **gaivotas choronas** e **gaviotas patiamarelas** ocupan os lameiros ao descuberto. Mentres, as **garzas reais** vixían como estatuas as beiras dos canais na procura de peixes e pequenos vertebrados que ensartar cos seus fortes peteiros.

Os importantes recursos pesqueiros e marisqueiros desta ría foron aproveitados desde sempre. Nesta parte máis interna da ría, as mariscadoras a pé explotan os bancos marisqueiros para capturar fundamentalmente berberecho.

Tamén se capturan diversos vermes mariños que logo son empregados como cebo polos pescadores deportivos como o **mangón** ou **xenrrada** entre outros.

Todos estes recursos tamén son aproveitados por aves limícolas que coas súas longas patas e os seus longos bicos buscan, entre a lama, os pequenos invertebrados dos que se alimentan.



Mangón (*Arenicola marina*)

UN MIRADOIRO PRIVILEXIADO PARA VER AS AVES

Desde o observatorio de aves Eduardo Pondal podemos contemplar o bulle das aves no esteiro do Anllóns. Este espazo natural é escollido por moitas especies de aves para pasar o inverno. Outras descansan aquí e repoñen



Observatorio de aves Eduardo Pondal

forzas durante os seus pasos migratorios camiño do norte en primavera e do sur no verán, como é o caso dos **mazaricos**. E outras, como os **lavancos**, **corvos mariños grandes**, **gaivotas patiamarelas** e **corvos mariños cristados**, viven aquí todo o ano. Estamos nun lugar privilexiado para observar aves!.

AVES VIAXEIRAS VISITAN AO ESTEIRO DE ANLLÓNS

Este espazo inclúese dentro deste espazo natural a **Zona de Especial Protección para as Aves da Costa da Morte Norte** onde poderemos gozar da observación de milleiros de aves acuáticas especialmente limícolas que aquí encontran refuxio e alimento: **gabitas**, **pilros**, o **mazarico rubio** ou o **mazarico real** e o **mazarico galego**, alcanzan importancia rexional polas súas poboacións invernantes. Na época de cría, destaca a presenza da **píllara das dunas** nos areais máis extensos e a **garza pequena** nas marismas, ou os núcleos reprodutores da **escribenta das canaveiras iberoccidental**, endemismo ibérico considerado en perigo que viven nas carriceiras.

Destaca tamén pola presenza ocasional de aves divagantes que proceden do continente americano e que son arrastradas ata aquí polos fortes borrascas do outono do Atlántico Norte, como o **bilurico pectoral** ou o **parrulo asubiión americano**.

Os mellores momentos para gozar das aves neste espazo natural son o paso migratorio postnupcial desde agosto a xaneiro e na invernada ata maio.



Mazarico común (*Numenius arquata*)
O longo bico curvado do mazarico común é inconfundible e sérvelle para detectar as súas presas baixo a lama.



Gabita (*Haematopus ostralegus*)
A gabita emprega o seu longo bico, que está estreitado, para abrir, entre outros, mexillóns dos que se alimenta.



Cullerete (*Anas clypeata*)
O nome do cullerete venlle do seu longo bico con forma de culler, que emprega para filtrar o alimento: plantas acuáticas, insectos, caracois...

Lavanco (*Anas platyrhynchos*)
O lavanco é a especie de pato que máis abunda en Gailica e da que derivaron os patos domésticos.



Cerceta (*Anas crecca*)

A cerceta é o pato máis pequeno da fauna europea, e soe visitarnos nos meses de inverno.



Garzota (*Egretta garzetta*)

Da garzota son inconfundibles os seus andares cos seus característicos pés amarelos na procura de alimento na beiramar.



Garza real (*Ardea cinerea*)

A garza real camiña lentamente pola beira e lanza o seu peteiro a xeito de arpón para capturar as súas presas.



Corvo mariño grande (*Phalacrocorax carbo*)

O corvo mariño grande pasa gran parte do tempo mergullándose e despois ten que secar as plumas polo que é frecuente velo pousado coas ás abertas.

6

A ILLA DOS CAGALLÓNS: RESERVA NATURAL

Tras deixar atrás un terreo chan comezamos a ascender polas abas do Monte Branco.

Se observamos cara o río destaca á vista un promontorio areoso moi rico en vexetación, con piñeiros e plantas costeiras, é a chamada Illa dos Cagallóns. A comunidade vexetal de duna gris (duna xa fixada) existente nela presenta un estado óptimo e conserva un núcleo moi importante da ameazada *Omphalodes littoralis subsp. gallaecica* polo que non debemos camiñar ata ela.



Omphalodes littoralis

7

A MAXIA DO VENTO

Neste punto seguimos á esquerda na bifurcación e podemos contemplar a gran barra de area e as dunas. A forza dos ventos, que sopran cunha dirección predominante NL-SL, levanta grandes cantidades de area da duna formando depósitos que agatuñan polo monte, de aí o nome de Monte Branco. Este substrato areoso é colonizado por especies típicas de zonas máis baixas, como a fermosa *Iberis procumbens* de pétalos rosados e brancos asimétricos, endémica das costas de Galicia e Portugal, e o amarelo carrasco bravo.



A PÍLLARA DAS DUNAS: UNHA ESPECIE MOI AMEAZADA QUE NIDIFICA NA ENSEADA DA INSUA

A Barra acolle unha das poboacións nidificantes máis importantes de Galicia da píllara das dunas, unha pequena ave que está incluída no Catálogo Galego de Especies Ameazadas.

Constrúen os seus niños nas dunas e praias, moitas veces coincidindo coa época estival polo que son moi sensibles ao pisoteo e tamén aos cans soltos que acaban matando os seus polos.



Parella de píllara das dunas cos polos e os ovos no niño

8

AS PLANTAS DUNARES,

ADAPTADAS A VIVIR NUN PEQUENO DESERTO

A vida nas dunas non é fácil, pois a auga é escasa, xa que se infiltra rapidamente, e ademais o vento constante vén cargado de areas que erosionan a planta ou de salitre que aumenta a perda da xa escasa auga.

Unha das características de moitas destas plantas é que son anuais, é dicir, que nas épocas máis duras do ano só permanecen as súas raíces baixo a area até que cheguen mellores tempos.

- O **feo de praia** é unha planta que vive na parte alta das dunas.

Posúe longas e profundas raíces que lle permiten aferrarse á duna. As súas follas, que son como fíos, impiden que sexa tombada polo vento. Esta planta cumpre unha función moi importante na fixación das dunas.



- A **cebola das gaivotas** posúe un bulbo onde almacena gran cantidade de auga. As súas follas, crasas, son delgadas, longas e dunha cor verde mate, reducindo, así, a perda de auga.



- O **cardo de ribeira** presenta as follas dotadas con espiñas para evitar a perda de auga. A súa cor é verde mate e a súa dureza protéxeas da erosión producida polas areas arrastradas polo vento.



- A **leiteiriña** ten follas pequeniñas para evitar a excesiva perda de auga. Ademais, teñen no seu interior un látex branco moi rico en sales que axuda a reducir a que se acumule máis auga no interior, e que soltan cando son cortadas, de aí o seu nome popular



Ao fronte esténdese a praia do Medio ou da Barra e un pouco á dereita a Illa da Tiñosa á que se pode acceder a pé coa marea baixa.



9

O EMBATE DO MAR

Tras deixar atrás unha costa calma camiñamos agora pola beira do litoral rochoso, onde a forza da mar aberto vai erosionando as rochas formando pequenas puntas rochosas, acantilados e furnas. Sobre as rocas medra a herba de namorar e o pirixel de mar.

Este tramo é excelente para observar a fauna. As aves, como os liñaceiros e a lavandeira verdeal (esta última só no estío), comen pequenos insectos e sementes entre a vexetación, mentres os réptiles, como a lagartixa galega e o gran lagarto arnal toman o sol sobre as rochas.



Lagartixa galega

10

CHEGAMOS Á PRAIA DE BALARÉS!

Neste fermoso areal, de area branca e fina e ondas moderadas, situado ao abrigo da ría remata o noso percorrido.

Tras atravesar o recoñecido piñeiral de **piñeiro marítimo**, que conta cun amplo merendeiro, chegamos ao extremo da praia no que se atopan os restos do antigo embarcadoiro desde o que se exportaba volframio para os alemáns durante a Segunda Guerra Mundial, que empregaban para reforzar os seus canóns.

Tamén nesta zona houbo unha antiga mina que foi das primeiras de España en extraer titanio, de grande importancia industrial.

Agardamos que esta ruta che permitise descubrir a riqueza natural e paisaxística desta paraxe única.



Piñeiro marítimo

O RÍO ANLLÓNS, UN ESPAZO NATURAL DE GRANDE IMPORTANCIA ECOLÓXICA

O río Anllóns é un espazo natural de alto valor que axuda a protexer a nosa natureza

A **Zona Especial de Conservación Río Anllóns**, é un espazo natural pertencente á Rede Natura 2000, unha rede europea de espazos naturais que procura a protección dos hábitats e as especies máis ameazadas de Europa. As súas 162 ha inclúen os principais leitos fluviais dos tramos medio e baixo da cunca do río Anllóns. O noso río que nace no Monte Xalo, tras recorrer 54,4 km, desemboca no Océano Atlántico a través do esteiro do Anllóns, outro espazo natural de alto valor ecolóxico.

Este espazo natural acolle hábitats moi importantes para a conservación, dos que salientan os propios ríos e regatos con **vexetación acuática mergullada ou flotante**, os **bosques de ribeira de ameneiros e freixos**, as **carballeiras galaico-portuguesas de carballos e cerquiños** e os prados de sega. Tamén destacan as importantes formacións de **carriceiras** no seu leito máis baixo.



Carballo



Vacaloura

Nestes hábitats encontran refuxio moitas especies de interese comunitario para a conservación como a **lesma galaico-irlandesa** e a **vacaloura**, o máis grande escaravello europeo ameazado,

peixes como a **lamprea** e a **boga de río**, anfíbios como a **píntega rabilonga**, ameazado endemismo do noroeste ibérico, e o **sapo raxado**, réptiles como o **lagarto das silvas** e mamíferos acuáticos como a **lontra** e o **auganeiro**. E tamén aves como o **picapeixe**, a **papuxa do mato** ou a **rapiña cincenta**.



Píntega rabilonga

1

CAMIÑANDO POLAS RIBEIRAS DO RÍO ANLLÓNS

A través desta ruta poderemos descubrir unha parte do rico patrimonio ambiental e cultural que esconde o río Anllóns e as súas ribeiras.

Este roteiro nos dá dúas posibilidades a partir de Ferreirós, ou ben seguir río arriba para achegarnos ata a Ponte Dona e o Refuxio de Verdes ou ben volver a Ponteceso por Tallo e A Gándara.

Distancia:

Opción 1 ata Verdes: 6,0 km

Opción 2 ata Ponteceso: 17,1 km

Dificultade: baixa

Accesibilidade: non é accesible a persoas con mobilidade reducida

Punto de inicio: Ponte de Ponteceso

Punto final:

Opción 1: Verdes

Opción 2: Ponteceso

2

PONDAL INMORTALIZOU AS CAMPÁS DE ANLLÓNS

A igrexa de San Fins de Anllóns é de estilo barroco, aínda que a súa orixe é románica, da que conserva a sinxela portada con capiteis corintios, os canzorriños, o pavimento do adro e o presbiterio que gocece un retablo barroco. Tamén é barroca a espadana que acolle as sonadas campás de Anllóns. A estas campás referíase o poeta de Bergantiños no seu poema “A campana d’Anllóns”, publicado en 1862, no que suspira pola patria perdida.

Durante séculos o tanxer das campás escoitouse nas agras anunciando os acontecementos relixiosos (misa, Angelus, defunto...) e sociais (festas, traballos comunitarios...) mais tamén axudaron a apagar os lumes, convocando os veciños co toque a rebato.

Porén a campá que inspirou a Pondal foi esnaquizada por un lóstrego a finais do XIX.







LENDA

-  ZEC Río Anllóns
-  ZEC Costa da Morte
-  ZEPA Costa da Morte Norte
- Rutas**
-  Ponteceso_Tallo_Ponteceso
-  Ruta Refuxio de Verdes

12

9

10

11

PONTE GARGA, COMUNICANDO AS DÚAS RIBEIRAS

Parte a nosa ruta do merendeiro –area recreativa, situado nun entorno natural, a carón do río Anllóns e da ponte da Garga-declarada Ben de Interese Cultural, moi importante pois por aquí discorría o camiño da Baneira que ía ata a recoñecida feira que se celebraba neste lugar e a onde se levaban moitas producións, destacando a pesca que ía desde o porto de Corme. O camiño continuaba ata a estrada que unía A Coruña con Corcubión.

O MUIÑO DE SAIMIA FOI UNHA PEQUENA INDUSTRIA QUE ALIMENTOU Á COMARCA

O muiño fariñeiro da Saimia foi construído en 1858 como así aparece gravado no lintel da súa porta. Tradicionalmente os muiños podían pertencer a varios veciños, os chamados muiños de herdeiros, ou podían ser propiedade dun muiñeiro; o cal cobraba por moer, ben en especie, a maquiá, ou ben directamente en cartos, como no caso deste muiño.

Aquí viñan moer as xentes de Corme, Mens ou de Barizo e doutras parroquias próximas, xa que tiña gran fama polo bo pan que se facía coa fariña moída aquí e por que moía todo o ano.

Na planta terrea ten varias estancias. Unha dedicada á moenda, con 6 moas, e outra parte dedicada á vivenda familiar.

Cada moa da Saimia producía uns cinco ferrados cada hora, uns 70 kg de fariña. Esta pedra, albeira francesa, utilizábase para moer o trigo, xa que, ao ser máis dura precisaba menos picado da moa para o seu mantemento.

En 1950 o muiñeiro cobraba 2 ptas por cada ferrado de trigo (13 kg) e 2,5 por cada ferrado de millo (17 kg).

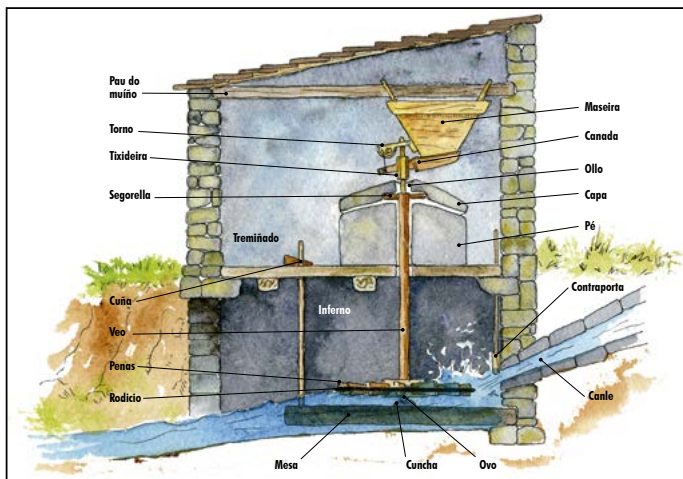


Muiño da Saimia

O MUÍÑO: PEZAS DE GRAN PRECISIÓN

A enerxía da auga, limpa e renovable, move todo este mecanismo, feito con perfección polas mans artesáns . O rodicio móvese coa forza da auga e transmítelle o xiro á capa. Esta tritura o cereal que vai caendo desde a maseira. No tremiñado, a fariña métese no saco.

Hoxe en día moitos muíños están abandonados pola transformación e abandono do agro. Resulta necesario conservar estes importantes valores culturais, arquitectónicos e etnográficos para ter presente a nosa cultura e tradicións.



6

O BOSQUE DE RIBEIRA CONSERVA A RIQUEZA DO RÍO ANLLÓNS

Nas ribeiras do Anllóns medra unha estreita banda de árbores que forma os bosques de ribeira. Cumpren un papel ecolóxico fundamental para axudar a conservar os nosos ríos e a súa diversa flora e fauna.

Estes bosques cumpren un papel fundamental para axudar a conservar os nosos ríos, asegurando a calidade das súas augas e o mantemento da biodiversidade, o que nos garante unha mellor calidade de vida:

- Axudan a manter a calidade da auga doce que nos fornece o río
- Ofrécennos lugares para gozar do tempo de lecer
- As súas raíces fixan as marxes, evitando a erosión
- Filtran determinadas augas contaminantes.
- Axudan a regular a temperatura das augas do río, manténdoa case constante, especialmente no verán.
- Ofrecen refuxio e alimento a unha variada fauna
- Actúan como corredores ecolóxicos de vida, facilitando a dispersión das especies, comunicando os distintos lugares do territorio e diversificando a paisaxe.

No río, as árbores autóctonas e de folla caduca, están adaptadas á presenza case permanente de auga nas súas raíces, sustentando moita diversidade de vida e asegurando o seu equilibrio.

Ameneiro (*Alnus glutinosa*)

As súas raíces están en contacto coa auga e cumpren un papel de grande importancia na fixación das ribeiras dos ríos, pois evitan a súa erosión nas enchentes.



Abeleira (*Corylus avellana*)

As follas e os froitos convértense en refuxio e en alimento enerxético para unha grande diversidade de animais.



Freixo (*Fraxinus angustifolia*)

A súa madeira, doada de traballar, usábase para facer os mangos das ferramentas e tamén para os eixos dos carros.



Salgueiro (*Salix atrocinerea*)

Da súa casca extraíase a salicina para elaborar o ácido acetil-salicílico e ademais as súas longas e flexibles polas serven para facer cestas tradicionais.



Mais neste bosque non todo son árbores e baixo a súa cuberta numerosas plantas tinguen de cor o bosque:

Menta de auga (*Mentha aquatica*)

A menta de auga ole moi ben. Emprégase en infusión para facilitar a dixestión e alivia as picaduras das estrugas.



7

O RÍO AGOCHA MOITA FAUNA NAS SÚAS AUGAS

O río acolle numerosos vertebrados que cumpren unha función importante xa que son parte das relacións alimentarias e axudan a establecer o equilibrio no ecosistema.

Moitos deles contribúen á expansión de sementes e por tanto á rexeneración dos bosques, controlan as pragas de insectos ... e son bioindicadores da boa saúde do río.

Tritón común (*Lissotriton boscai*)

Ten outros nomes populares, pintafontes ou limpafontes, que fan referencia á súa querenza polas fontes e pías de augas limpas, e que só vive no noroeste da península Ibérica.



Reo (*Salmo trutta trutta*)

No río Anllóns viven varios peixes como a troita común e o reo ou troita mariña, que se alimenta de insectos acuáticos, migra ao mar e volve ao río a reproducirse.

Merlo rieiro (*Cinclus cinclus*)

Mergúllase e camiña polo fondo do leito do río en busca dos invertebrados (larvas de efémeras, moscas de auga ou tricópteros ...) que constitúen o seu alimento. Son uns excelentes indicadores da boa saúde dos ríos.



Lontra (*Lutra lutra*)

Adaptada á vida acuática, co seu corpo en forma de fuso, patas traseiras palmeadas e cola aplanada pode nadar a unha velocidade de 11 Km/h. Dedicada unha parte considerable da súa vida ao xogo.

INTRUSOS NO RÍO

As especies exóticas pódense converter nunha grande ameaza que desprace ás nativas: o sapoconcho de Florida, o peixe vermello, o visón americano ou o cangrexo americano ameazan a biodiversidade dos nosos ríos.

8

OS INVERTEBRADOS DE AUGA DOCE SON IMPRESCINDIBLES PARA O EQUILIBRIO ECOLÓXICO DO RÍO

O leito e a ribeira do río acollen unha fauna, descoñecida e moi diversa, de pequenos e numerosos invertebrados que pasan inadvertidos polo seu pequeno tamaño. Insectos, anélidos, crustáceos, moluscos ... todos eles tecen unha importante e delicada rede e comparten un medio acuático ao que se adaptan de distintas e curiosas formas.

Os ríos son medios en constante movemento, polo que estes animais teñen que desenvolver distintas estratexias para evitaren ser arrastrados pola corrente e sobrevivir. Debaixo das pedras, na superficie da auga, enterrados na area, voando... e

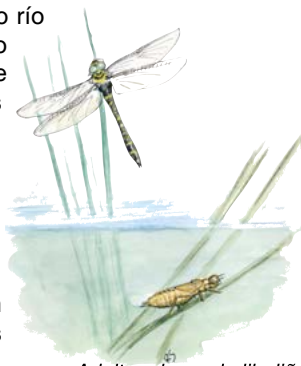
en calquera recuncho do río, bole a vida de centos de especies imprescindíbeis para o equilibrio do río.



A DOBRE VIDA DAS LIBELIÑAS E DOS CABALIÑOS DO DEMO

Algúns insectos do río como as libeliñas e os cabaliños do demo teñen unha dobre vida. A primeira parte do seu ciclo vital pásana no interior do río podendo chegar a durar ata catro anos. Cando remata esta fase mudan e transfórmanse en adultos que voan nas proximidades do río onde cazan outros insectos, coa súa aguda visión e rapidez e se reproducen.

Os besbellos son voraces depredadores capaces de devorar pequenos cágados. Son empregados como cebo polos pescadores nos nosos ríos.



Adulto e larva de libeliña

Continuamos o noso percorrido e chegando a Ferreirós temos dúas opcións.

9 **Opción 1: Camiño de Verdes**

Podemos continuar augas arriba e o camiño polo río nos vai achegar despois de pasar a ponte de Xavarido ata a da Pontedona, onde unha antiga e preciosa ponte de pedra declarada Ben de Interese Cultural nos permite atravesar as augas do Anllóns. A ponte delimita os concellos de Ponteceso e Coristanco e foi fundamental para a comunicación entre as parroquias de Xornes e de Cereo.

10 Esta ponte tamén foi cantada polo poeta Eduardo Pondal que nos seu paseos por este lugar buscaba inspiración. Destacan os seus potentes tallamares que nos permiten intuír a forza que pode ter o caudal do Anllóns nas épocas máis chuviosas.



Ponte da Pontedona

Pasando a ponte podemos continuar a camiñar polo outra beira do río e a ruta nos leva case na súa totalidade baixo un ben conservado bosque de ribeira onde abundan ameneiros, freixos, salgueiros, sanguíños... e carballos e castiñeiros xa máis afastados do río.



Refuxio de Verdes

Remataremos na área recreativa do Refuxio de Verdes onde podemos gozar dun conxunto de muíños restaurados para o uso público e que se situaron aquí aproveitando o encaixonamento do río Anllóns.

12 **Opción 2: Camiño de regreso a Ponteceso por Tallo**

Nesta ruta abandonamos o río e achegámonos por unha pista ata o lugar de Vilasuso e desde este seguimos, pasando por Bouzacova, ata Tallo.

En Tallo se conservan varias mostras de arquitectura tradicional moi ben conservadas como os seus cabaceiros ou hórreos.

13

Estes hórreos son de tipo “Coristanco”, que son anchos e baixos e de planta rectangular. A cámara vai, polo xeral, sostida sobre un celeiro, pero abundan os que van sobre esteos.

A cámara é totalmente de pedra con fieiras horizontais de perpiaños de pouca altura, entre

as cales se intercalan forras formando as fendas de ventilación. Os hórreos son construcións agrícolas propias do norte e noroeste ibérico para gardar e secar o millo antes de debullalo e moelo.

A aparente sinxeleza do seu deseño é o contrapunto da súa gran funcionalidade. A súa cámara está separada do chan, lonxe da humidade, e ventilada por múltiples ocos a través dos que pasa o aire. Non teñen escaleira de acceso directo á cámara e está franqueada por unha sinxela e eficiente estrutura, o tornarratos, para evitar que suban os ratos a comer o millo.

Os hórreos, símbolo de prestixio da casa, adoitan ter poucos elementos decorativos, destacando os remates dos penais. Poden ser dúas cruces ou dous pináculos pero o máis común é unha cruz e un pináculo, ambos símbolos de protección e agradecemento pola colleita, no caso da cruz ao Deus cristián e no caso do pináculo a algunha deidade pagá ancestral.

14

Tamén en Tallo podemos pararnos a admirar a súa igrexa e o seu cruceiro, e o pazo das Torres de Tallo, o único exemplo que encontramos no concello no que aínda se conservan as torres

orixinais, aínda que desvirtuadas polos diversos engadidos que se realizaron.

Desde aquí continuamos ata que chegamos ás Pedras do Rei desde onde teremos unha boa vistas sobre o río Anllóns.

Desde aquí xa só nos queda pasar polo Alto da Feira e o Campo da Feira en Trabe, e xa desde aí remataremos en Ponteceso.



Hórreo ou cabaceiro

15



Cruceiro en Tallo

CÓDIGO DA NATUREZA PARA CONSERVALA

Para axudar a conservar estes espazos que nos acollen, segue estes consellos e procura causar o menor impacto posible.

1.- Coida das fontes e os ríos. A auga é un recurso vital para todos os seres vivos.

2.- Ten coidado co lume, é o principal inimigo dos nosos montes. Non tires cabichas nin prendas fogueiras.

3.- Leva o lixo de volta a túa casa ou a un colector onde se poida reciclar.

4.- escoita os sons cos que a natureza te agasalla. Evita o ruído. Pode molestar aos animais e a outros visitantes.

5.- Non cortes flores nin arrinques plantas. Hai especies en perigo de extinción. Evita pisar os cultivos e terras de labor.

6.- Observa os animais salvaxes e domésticos con coidado e respecto. Este espazo é a súa casa. Se traes can, ten conta del.

7.- Os camiños nos levan pola natureza. Evita saír fora deles para non pisar as plantas nin molestar os animais.

8.- Colabora coa conservación deste espazo. Se ves algunha agresión, denuncia; e se encontras un animal ferido, comunícao chamando ao 112.

9.- Non liberes mascotas nin animais exóticos nin axudes a expandir plantas invasoras. Causan un forte impacto.

10.- Non fagas marcas nin pintadas nas árbores, rochas e outros elementos da natureza. Son patrimonio de todos.

11.- Para coñecer mellor este lugar e lembralo busca información nos paneis informativos, toma notas e fai fotos e debuxos, pero non recollas ningún elemento da natureza. Todos son importantes e forman parte desta paisaxe.

12.- Fala cos veciños e veciñas. Eles axudaron a conservalo e gardan na memoria historias e formas de facer moi valiosas.

