



## Rota / Route Carmelita

Partindo do Carmelo de Santa Teresa em Coimbra, a Rota Carmelita é um convite para alcançar o Santuário de Fátima através de 111 km desenhados nos concelhos de Coimbra, Condeixa-a-Nova, Penela, Ansião, Alvaiázere e Ourém.

De inspiração Carmelita, esta rota promove o interesse religioso, patrimonial e natural do território percorrido. A fauna e flora, as serranias e os cursos de água atravessados, as capelas que adornam o caminho, o contacto com as gentes, os espaços históricos ou as iguarias de abrir o apetite... tudo são bons motivos para viver a Rota! Para os crentes, é um convite a peregrinar espiritualmente na companhia da Irmã Lúcia. Para todos, é um convite a fazer uma caminhada interior em comunhão com os elementos que nos rodeiam...

Demore-se... Aqui, o mais importante não é a chegada, mas a caminhada...

*The Carmelita Route, originating in Saint Teresa's Carmelo, in Coimbra, is an invitation to reach the Sanctuary of Fátima via a 111 km route laid out across the municipalities of Coimbra, Condeixa-a-Nova, Penela, Ansião, Alvaiázere and Ourém.*

*Inspired by the Carmelites, this route is an invitation to discover the territory, to enjoy the landscape and cultural heritage. The fauna and flora, the hills and the rivers, the chapels that embellish the path, the contact with the people, the historical heritage, the mouth-watering delicacies... all these are good reasons to experience the Route!*

*To believers, it is a Route inspired on the life and work of Sister Lucia. To all, this is an invitation to an inner journey in communion with the elements that surround us.*

*Take your time! Here, the most important thing is not the moment you arrive, but the journey itself...*

### Conselhos úteis / Useful advices

- Prepare-se! Planeie as suas etapas, reservando alojamento;
- Siga a sinalética da Rota e não saia do traçado. Evite o período noturno e faça a Rota acompanhado. Se o fizer sozinho, avise alguém antes de partir;
- Evite fazer a Rota em condições climáticas adversas;
- Respeite a natureza;
- Use vestuário e calçado confortável e adequado às condições do tempo;
- Faça-se sempre acompanhar de água e comida ajustadas à sua jornada;
- Se for acompanhado por viatura de apoio respeite as zonas de paragem;
- Registe a viagem. Temos a certeza de que será uma experiência que vai querer partilhar...

- *Prepare yourself! Plan each stage carefully and book accommodation in advance;*
- *Follow the Route signs and do not wander away from the trail;*
- *Avoid walking at night and do not go on your own. If you choose to go on your own, tell someone about it;*
- *Do not proceed under bad weather conditions;*
- *Respect nature;*
- *Wear comfortable clothes and shoes according to the weather;*
- *Make sure your water and food supplies are enough for your journey;*
- *If there is a support vehicle for you, do respect the appropriateresting areas identified;*
- *Keep a record of your journey. We are sure it will be an experience you will want to share...*

Para mais informações (onde comer/dormir)  
For further information (where to eat/to sleep)



[www.caminhosdefatima.com/rotacarmelita](http://www.caminhosdefatima.com/rotacarmelita)  
[www.pathsoffait.com](http://www.pathsoffait.com)

PROMOTORES:



COFINANCIADO POR:



CAMINHOS DE  
**FATIMA**

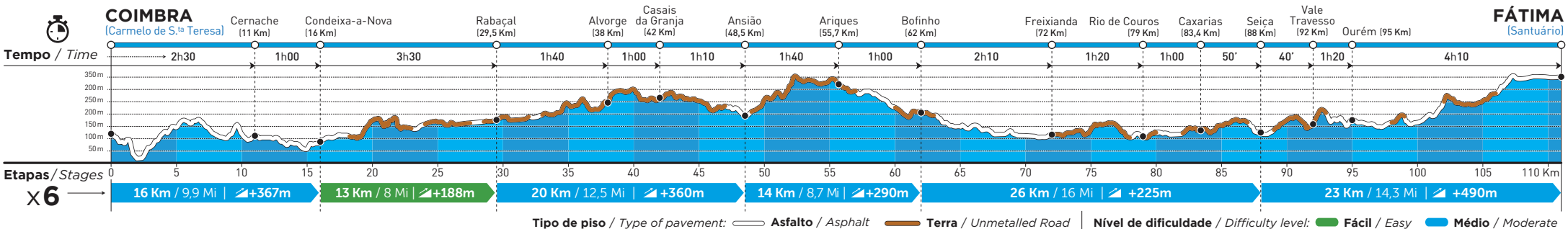
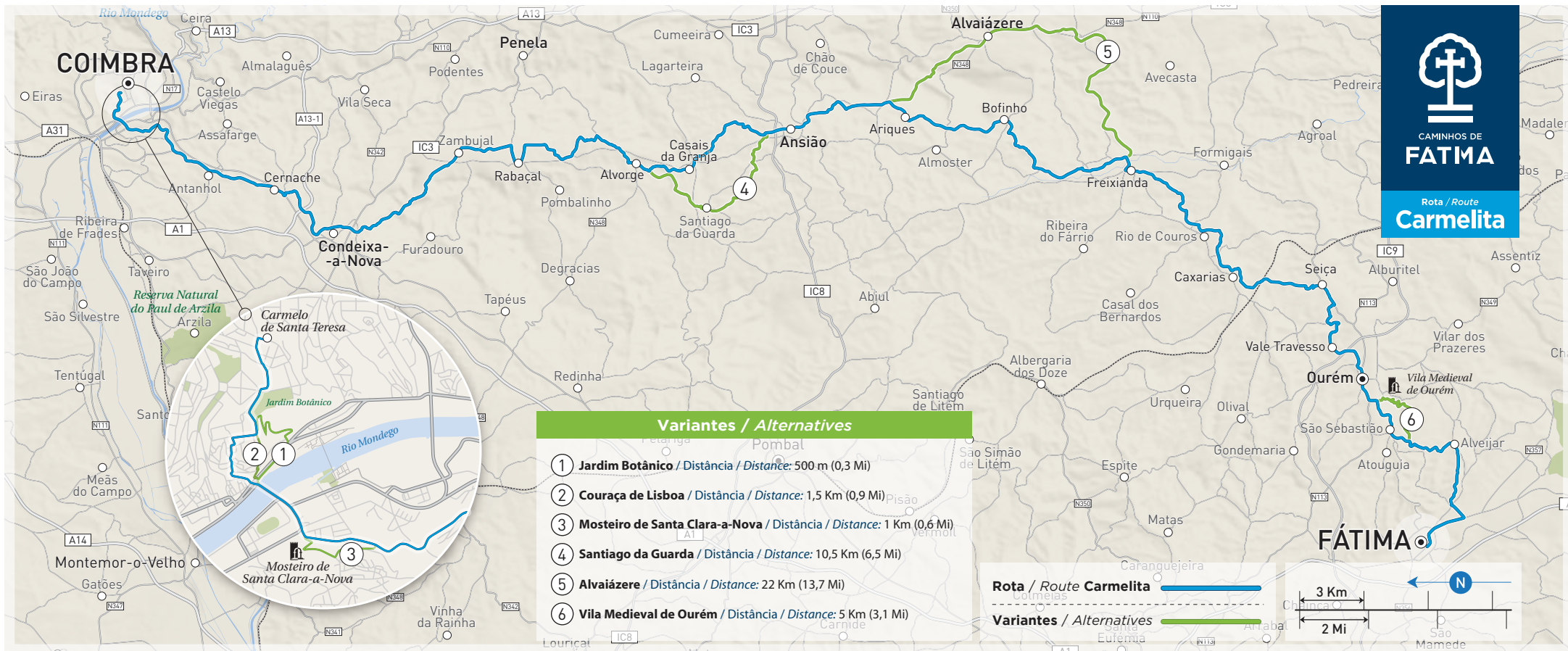
Rota / Route  
**Carmelita**



**Coimbra >> Fátima**

Início / Start: Carmelo de Santa Teresa  
Fim / Finish: Santuário de Fátima

**111 Km**



**VIAGEM INTERIOR / INNER JOURNEY**  
 Lúcia, pastorinha de Fátima, enquanto Carmelita em Coimbra, dedicou a sua vida à mensagem transmitida por Nossa Senhora. O apelo à viagem parte deste Memorial.  
*When Lucia, the little shepherdess of Fatima, was a Carmelite nun in Coimbra, she dedicated her life to the message transmitted by Our Lady. The call to the journey starts with this Memorial.*

**CULTURA / CULTURE**  
 Espaços patrimoniais de grande relevância pontuam este itinerário. Em Condeixa-a-Nova, é incontornável a visita a Conimbriga, hoje monumento nacional.  
*Heritage areas of great significance are found along this route. In Condeixa-a-Nova, you must visit Conimbriga, which is today a national monument.*

**GASTRONOMIA / GASTRONOMY**  
 Iguaria de Sicó, o queijo Rabaçal integra as sugestões gastronómicas que a Rota oferece em Penela. Porque a mesa reflete a identidade de um território...  
*A delicacy of Sicó, Rabaçal cheese is among the culinary delights the Route offers in Penela. Because cuisine reflects the identity of a region...*

**NATUREZA / NATURE**  
 Parcialmente coincidente com o Caminho de Santiago, esta Rota é sobretudo atravessada por troços naturais admiráveis. O Olho do Tordo, em Alvaiázere, é disso exemplo.  
*Partially coinciding with the Caminho de Santiago, this Route is often crossed by amazing natural features. Olho do Tordo, in Alvaiázere, is an example of this.*

**HISTÓRIA / HISTORY**  
 O território a percorrer foi ocupado sucessivamente na História. Santiago da Guarda, em Ansião, foi palco romano, muçulmano, cristão e Caminho que justifica a toponímia do lugar!  
*The land to be covered was occupied successively throughout history. Santiago da Guarda, in Ansião, was held by the Romans, Moors and Christians and the Route explains the toponymy of the place.*

**FÉ / FAITH**  
 O Santuário de Fátima eterniza as aparições de 1917. Local de peregrinação internacional no concelho de Ourém, este é o destino final da Rota Carmelita.  
*The Sanctuary of Fátima memorialises the visions of 1917. The site of international pilgrimage, in the municipality of Ourém, this is the final destination of the Carmelite Route.*