

Consejos prácticos

El guía adopta un ritmo de marcha según el nivel de recorrido y las circunstancias. No sobrepases al guía. Si te sitúas delante irás imponiendo un ritmo mayor y crearás confusión en los demás, cansarás a los menos preparados y puedes provocar la dispersión del grupo, lo que puede ocasionar posibles pérdidas. Si vas detrás, no te retrases innecesariamente.



Permanece atento al recorrido y mantén siempre a la vista a la persona que vaya delante de ti, asegurándote de que sea del grupo. Es la mejor manera de no perdernos. Nunca te quedes detrás del compañero que cierra el grupo.

Aprender a disfrutar de la naturaleza sin dañarla es un objetivo del Taller.

Te rogamos que no produzcas ningún tipo de contaminación medioambiental: No dejes restos inorgánicos (latas, plásticos, etc.) ni orgánicos (restos de fruta o comida). Procura no gritar, cantar o hablar en voz alta y no asustar a los animales.

Lleva ropa y calzado adecuado, previendo que el tiempo puede cambiar, sobre todo en la montaña, chubasquero o impermeable, agua y algo de comida.



tallermedioambiente@usmr.ccoo.es

[Inscripciones pincha aquí](#)



Acebeda de Prádena

27 de abril
2024

Un bosque de acebos en la
Sierra de Guadarrama

Salida: Atocha 8:30 h.

Precio: 30€ personas afiliadas
35€ personas no afiliadas

Incluye: autobús, comida y seguro

Salida del Taller de Medio Ambiente de CCOO - Madrid



Acebeda de Prádena

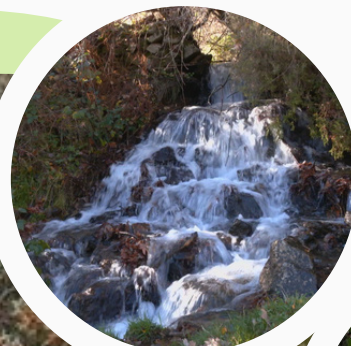
La acebeda o acebal de Prádena es el mayor bosque de acebos del Sistema Central y uno de los más grandes de España. Está formado por 60 hectáreas de estos árboles, que surgieron en Europa hace 40 millones de años y que han quedado, como otros bosques singulares de la sierra, como testigos del pasado. Ahora es una especie que se refugia en entornos húmedos y de sombra.

En la sierra, el acebo ha tenido numerosos usos: se aprovechaba la madera, los brotes tiernos (como forraje) o la corteza para elaborar liga para cazar.

En la actualidad, el acebo es un árbol protegido en Castilla y León.

contacto:

tallermedioambiente@usmr.ccoo.es



Un bosque de acebos

La Acebeda se encuentra en el Parque Natural de la Sierra Norte de Guadarrama, en la parte segoviana de la Sierra y en concreto en los Montes Carpetanos. Recibe agua del arroyo del Cuarto Perdido, afluente del río Duratón.

Los acebos forman paisajes que parecen salidos de cuento por sus hojas siempre verdes y brillantes, y por sus troncos cercanos, que forman bosques cerrados. Pero en la zona se encuentran también enebro, robles y melojos centenarios, singulares por sus troncos retorcidos.