

## **CONSEJOS Y RECOMENDACIONES PARA LA VISITA:**

Algunas de las actividades que pueden realizarse en el Parque Nacional de Cabañeros son senderismo, visitas guiadas a pie o en todo terreno, observación de fauna y flora, visita de los centros de información, etc. Es importante que tenga en cuenta las siguientes **recomendaciones**:

- Mantenga una actitud respetuosa y responsable, colaborando activamente en la preservación de este espacio natural, patrimonio de todos.
- Su seguridad es nuestra preocupación, pero es su responsabilidad. Tenga precaución, y, sobre todo si realiza un itinerario por libre, procure llevar algún medio de comunicación para pedir ayuda en caso de accidente, como un teléfono móvil (recuerde que el 112 es el número de las emergencias).
- Antes de realizar la visita, acuda a los centros o puntos de información del Parque, donde le proporcionarán información y le aconsejarán sobre las posibles actividades a realizar.
- Realice los itinerarios guiados que se ofrecen en el Parque, con los que conocerá acompañado por un guía-intérprete los principales valores de este espacio protegido.
- Trate de visitar los dos paisajes principales del Parque (la raña y las sierras) y de combinar los dos tipos de visitas (en todo-terreno y a pie).
- Por motivos de conservación, circule sólo por los caminos señalados.
- Atienda las instrucciones establecidas por la dirección del Parque y siga las indicaciones de los guardas, vigilantes y guías.
- Utilice calzado y ropa apropiada para cada época del año; el tiempo en verano es seco y con temperaturas elevadas, y en invierno es frío y húmedo.
- Procure beber abundantes líquidos, sobre todo en la época estival, y tampoco olvide elementos como gafas de sol, gorra y crema de protección solar.
- Lleve prismáticos para ver mejor la fauna, e incluso el paisaje y la vegetación.
- Las primeras y últimas horas de luz son las mejores para observar la fauna.
- Se recomienda visitar el Parque en las distintas épocas del año, ya que en cada temporada el campo ofrece distintos paisajes y sensaciones.
- Para conocer el parque en bicicleta hay dos rutas específicas: Castellar de los Bueyes en Horcajo de los Montes, y Colada del Navalrincón, que une los centros de visitantes Casa Palillos y Torre de Abraham. Por conservación del entorno y respeto al resto de los visitantes, no se permite la circulación en bicicleta en el resto de rutas.
- Además de la visita al Parque, en su entorno hay también rutas y lugares de interés que merece la pena visitar, para lo que es recomendable consultar en los distintos puntos de información, ayuntamientos, etc.

## **NORMATIVA DE VISITA:**

Para que la visita al Parque Nacional sea compatible con la conservación de sus valores naturales, dentro de sus límites es necesario cumplir una determinada **normativa**. Concretamente, no está permitido:

- ∅ Encender cualquier tipo de fuego, fogata o similar (en la época de alto riesgo de incendios, del 1 de junio al 30 de septiembre, también está prohibido fumar).
- ∅ Tirar o depositar cualquier tipo de basura o residuos sólidos o líquidos fuera de los lugares acondicionados a tal fin (es importante señalar que las colillas también son residuos)
- ∅ Acampar o pernoctar.
- ∅ Salirse de las sendas marcadas.
- ∅ Molestar, herir, capturar o matar a los animales silvestres.
- ∅ Arrancar, cortar o dañar la vegetación.
- ∅ Realizar cualquier actividad que destruya, deteriore o trastorne los elementos naturales singulares de la zona. No está permitido el baño en los ríos.
- ∅ Recolectar, destruir o alterar elementos de interés arqueológico, histórico o geológico.
- ∅ Instalar pancartas o anuncios publicitarios.
- ∅ Utilizar megafonía, ruidos o altavoces de sonido que puedan alterar la tranquilidad natural del lugar.
- ∅ Entrar en el Parque con especies animales o vegetales que no sean propias del lugar (en las rutas, los animales domésticos deben ir con correa).
- ∅ Utilizar vehículos a motor, salvo autorización expresa.

