



AGAMFEC
ASOCIACIÓN GALEGA DE MEDICINA
FAMILIAR E COMUNITARIA

AGAMFEC
Residentes

XVIII Roteiro AGAMFEC

Ruta da Pedra e da Auga

20 de Xuño de 2021



A esta actividade poden vir nenos/as e amizades. O único requisito son ganas de camiñar e de desfrutar da natureza en compañía

Data: 20 de Xuño 2021

Hora de encontro: 10:00 horas

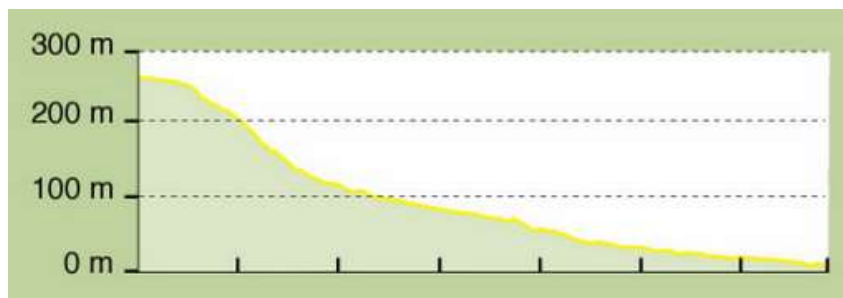
Punto de encontro: Rotonda VG-4.2 (Concello de Ribadumia). UTM 29T X:518566 Y:4704559 (<https://goo.gl/maps/uwd2wurjuDmMfZU46>). Hai aparcamento

Recorrido: O roteiro é ida e volta. Rotonda VG-4.2 --> Muíños do Concello de Ribadumia --> Área recreativa dos Muíños de Meis (onde comeremos á volta) --> Aldea Labrega --> Serradoiro do Souto --> Muíños do Concello de Meis --> Mosteiro de Santa María da Armenteira

Distancia: 13 km

Perfil altitudinal

- Altura sobre o nivel do mar: 11 m de mínima e 263 m de máxima
- Desnivel acumulado: 334 m baixando e 82 m subindo



Grado de dificultad: Fácil

Imprescindibles:

- Calzado cómodo
- Auga ou líquidos abundantes
- Bocata ou comida

Tamén se pode traer bañador para unha mergullada no río.

Sobre a ruta

A ruta da Pedra e da Auga é unha vella senda de peregrinaxe entre o mosteiro de Armenteira e os Muíños de Barrantes. Un vello camiño que se recorría tradicionalmente os Luns de Pascua e seguían os devotos da Virxe das Cabezas buscando remedio aos seus males.

Aproveitando a gran cantidade de ríos e regatos que existen na comarca do Salnés atopamos un dos elementos máis



característicos da arquitectura da auga: os muíños. Empregábanse fundamentalmente para moer millo e , en menor medida, trigo e centeo. Son de pequenas dimensións, de uns 6-7 m x4.5 m, con base de cachotería de paredes dobres de ata 65 cm e con cuberta de tella a unha auga. O único oco que teñen é a porta de entrada, que se situaba habitualmente no lado curto. Tamén constan de un pousadoiro, unha pedra introducida no muro, cerca da porta, para pousar os sacos. Nalgunhas ocasións hai unha pequena fiestra que ventila e ilumina o tremiñado.

Os muíños non só forman parte do paisaxe e da historia, senón da cultura popular, como se recolle no folclore, con cántigas e bailes, e da literatura, con refráns e lendas.

A ruta comeza na senda dos Muíños de Barrantes, de 1,5 km, consta de 6 muíños restaurados: o de Chantada, o de Cob, o de Rivas, o de aponte Dos Carros, o de Leiro e o de Quintáns, que forman parte da Rede Cultural Galaico-Portuguesa. O muíño de Chantada é tamén un centro de interpretación.



A continuación atoparemos os 18 muíños do Xerén, un espazo perfectamente rehabilitado nas abas do monte Cabeza de Boi. Comeremos na área recreativa dos Muíños de Meis ao finalizar a ruta

Os muíños lévannos ata a aldea de pedra, unha representación en grantito da vida rural galega de comezos do século, con

todos os elementos tradicionais: igrexa, hórreo, forno e cruceiro; todo feito polos alumnos da escola de Canteiros de Poio

Neste primeiro tramo atoparemos un total de 25 muíños restaurados, co seu nome orixinal.

A senda ata o mosteiro de Armenteira ofrece unha paisaxe natural sorprendente seguindo o curso do río Armenteira.

O mosteiro cisterciense foi erixido no século XII, por San Fructuoso segundo algúns e por Raimundo de Borgoña segundo outros, aínda que a crenza popular atribúe esta honra ao Abade Ero.



Hoxe viven aquí dende fai 19 anos, 9 irmás da orde cisterciense. A igrexa conserva a súa fachada primitiva, adornada con unha porta con 6 arquivoltas de medio punto e un impresionante rosetón de círculos concéntricos tallados en granito. Dentro da igrexa, recíbenos a Virxe das Cabezas, que da fama ao lugar.