

DECÁLOGO DEL VISITANTE CONSCIENTE

Ser parte de la solución es más sencillo de lo que crees. Aquí tienes cómo proteger lo que has venido a disfrutar:



TU BASURA ES TUYA

Si el contenedor correcto está lleno, no la dejes fuera. Llévala contigo. El viento y la fauna no entienden de "luego la recoges".



APARCA CON CABEZA

No bloques caminos ni accesos. Una mala decisión tuya puede impedir el paso de una ambulancia o de un tractor.



COMPRA LOCAL

Cada euro en un comercio del pueblo es una semilla para que Rascafría siga viva.



CÍÑETE AL CAMINO

Los senderos marcados protegen el suelo y la flora. Salirse de la ruta es acelerar la erosión y, créeme, el impacto se está notando.



EL AGUA ES VIDA

En las presillas y ríos, usa protectores solares biodegradables. No alteres el ecosistema acuático.



MASCOTAS BAJO CONTROL

Asegúrate de que tu perro no moleste al ganado ni a la fauna silvestre.



EL BOSQUE NO ES UN BAÑO PÚBLICO

Los pañuelos de papel o peor aún las toallitas no desaparecen al momento; se quedan ahí, degradando el paisaje. Lleva siempre una bolsa para tus desechos personales. No permitas que tu higiene sea el decorado de otros.



LOS MUROS SON CULTURA VIVA.

La piedra seca es patrimonio esculpido a mano, no un escalón para tu foto. Si te subes, los destruyes. Si cae una piedra, ayúdanos y recolócala: mantener este paisaje cuesta muchas horas de trabajo a tus vecinos.



EL MONTE NO OLVIDA

Un solo descuido puede borrar siglos de bosque en una tarde. Ni fuego, ni colillas: el aire que respiras depende de que mantengas tu mano lejos de cualquier chispa.



SÈ UN EMBAJADOR

Coméntalo, díselo a todo tu grupo. Cuidar Rascafría es una responsabilidad compartida.

EXPLORA RASCAFRÍA A TU RITMO

- **Paseo por el Casco Urbano y Puente del Perdón:** Recorrido de **2 km** (30 min) para sumergirse en la historia local y la arquitectura tradicional.
- **Camino Natural del Valle del Lozoya (Tramo Monasterio):** Paseo llano de **4 km** (ida y vuelta) entre fresnos centenarios con vistas al macizo de Peñalara. (Adaptado)
- **Camino Natural (Tramo Rascafría - Oteruelo):** Trayecto de **5 km** (ida y vuelta, 1,5 h). Un camino cómodo y llano que une ambos núcleos, ideal para disfrutar del paisaje agrario y la tranquilidad del valle. (Accesible)
- **Bosque de Finlandia:** Circuito de **6 km** (2 h) a través de un paisaje de cuento junto al cauce del río Lozoya. (Accesible)
- **Senda del Río Lozoya:** Trayecto de **6 km** (2 h) que bordea el cauce del río desde Las Presillas hasta la Isla, ideal para disfrutar del sonido del agua.
- **Senda al Mirador de los Robledos:** Recorrido de **7 km** (2 h) que culmina en uno de los mejores balcones naturales para contemplar todo el valle y el Monasterio.
- **Camino de la Angostura:** Trayecto de **8 km** (2,5 h) para descubrir puentes históricos y pinos centenarios.
- **Camino Natural del Valle del Lozoya (Tramo Rascafría Pinilla):** Paseo llano de **11 km** (ida y vuelta) entre pueblos, fresnos, embalses y vistas al pico Peñalara.
- **Cascada del Purgatorio:** Ruta de **12 km** (3-4 h) que sigue el arroyo del Aguilón hasta sus famosos saltos de agua.
- **Subida al Puerto del Reventón:** Ruta de **20 km** (7-8 h) ida y vuelta. Ofrece una de las mejores panorámicas aéreas de todo el Valle del Lozoya.



EN ESTOS CÓDIGOS PODRÁS AMPLIAR INFORMACIÓN

Plan de Sostenibilidad Turística en Destino Rascafría "Las Presillas".
Actuación financiada por el

Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia
Financiado por la Unión Europea – NextGenerationEU

RASCAFRÍA

TU HUELLA IMPORTA

RASCAFRÍA, ESENCIA DE LA SIERRA

Mira a tu alrededor. Lo que ves no ha aparecido por arte de magia. Rascafría no es un decorado diseñado para el fin de semana; es un equilibrio frágil que ha tardado milenios en perfeccionarse.

Cada vez que caminas por este entorno, estás pisando una enciclopedia viva de biodiversidad. Estás bajo la mirada de las cumbres del Parque Nacional de la Sierra de Guadarrama, un refugio donde el aire todavía sabe a lo que debe saber. Pero este patrimonio no es sólo roca y pino silvestre. Es cultura esculpida a mano. Es el silencio de los muros del Monasterio de El Paular, que llevan desde 1390 recordándonos que la paz es un recurso natural que debemos proteger. Es la arquitectura de piedra y teja que susurra historias de ganaderos y artesanos que entendieron, mucho antes que nosotros, que no se puede sacar de la tierra más de lo que ella puede dar.

Rascafría es un lugar donde el pasado todavía se puede tocar. Es un legado que ha sobrevivido a siglos de historia, pero que hoy se enfrenta a su desafío más difícil: **nuestra propia presencia**.

No eres un simple observador. Eres la última pieza de este ecosistema. Lo que hoy disfrutas es un regalo de quienes nos precedieron. La pregunta no es qué puede darte este pueblo a ti, sino qué vas a dejarle tú a él. Porque en este rincón de la Sierra, **tu huella importa**.

EL DILEMA DEL VISITANTE

Hablemos claro: el turismo es un arma de doble filo. Puede ser la medicina que revive nuestros pueblos o el veneno que los asfixia. No hay término medio.

Existe un turismo que **CONSTRUYE**. Es el que llega con curiosidad y se va con respeto. El que entiende que comprar un producto artesano o chocolate local no es solo una compra; es el sueldo de una familia que custodia este paisaje. Es el que aparca donde debe para no bloquear una emergencia o el paso del ganado. Este turismo trae **prosperidad** y mantiene las escuelas abiertas.

Pero hay otro turismo que solo **CONSUME**. El que busca la foto ignorando que el silencio es un derecho de los vecinos y la fauna. El que deja basura junto a un contenedor lleno sin saber que el viento la llevará al río en minutos. El que trata Rascafría como un parque de atracciones de usar y tirar. Este turismo trae **agotamiento**.

La diferencia no es el dinero que gastas, sino la consciencia que traes. Al cruzar el Puente del Perdón, decides: ¿eres el visitante que nutre este valle o el que lo desgasta? Tu presencia aquí ya está inclinando la balanza. **Asegúrate de que sea hacia el lado correcto.**

EL TURISMO QUE NOS HACE CRECER

¿Sabías que al elegir Rascafría participas en algo mucho más grande que una escapada? Tu consumo aquí es una inversión directa en la biodiversidad que te rodea.

Cada vez que eliges un restaurante local o un alojamiento del valle, inviertes en la biodiversidad que te rodea. Permites que el ganadero siga limpiando el monte con su rebaño, previniendo incendios. Logras que el artesano no cierre su taller y que nuestras tradiciones no sean sólo un recuerdo del pasado.

Gracias a tu respeto, mantenemos rutas señalizadas, ríos limpios y el patrimonio en pie. Nos ayudas a demostrar que el mundo rural no es un museo del pasado, sino un laboratorio de futuro. Aquí no vienes solo a disfrutar del paraíso; vienes a protegerlo.

Gracias por ser parte de la solución.

¿SUMAS O RESTAS?