

LA SIERRA DE GUADARRAMA SE CUIDA

14 pautas para un Turismo Responsable

Montaña
con cabeza

Senderos
seguros

Habla
con
nosotros

Cuida del
agua

Nuestro
mayor enemigo,
el fuego

Respira
mejor

Protege
la fauna y
la flora

Prepara
tu visita

Respetar
las
tradiciones

Pueblos
limpios,
mascotas
felices

Ciclistas y
conductores,
aliados

Escucha los
sonidos

Apoya el
comercio
local

Naturaleza
limpia

La sierra cercana que siempre sorprende
Ven, conoce, valora, disfruta y protege



Financiado por
la Unión Europea
NextGenerationEU



GOBIERNO DE ESPAÑA
MINISTERIO DE INDUSTRIA
Y TURISMO



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



Comunidad de Madrid



ADESGAM
Asociación de Empresas de Guadarrama

Romanos, visigodos y reyes ya supieron apreciar el valor de esta tierra escogida como lugar de recreo. Nuestros bosques y montañas han sido protagonistas de momentos decisivos, desde el paso de Napoleón al primer desarrollo del turismo madrileño de montaña.

Esta tierra lleva aquí, acogiéndonos, desde hace siglos. Hagamos que esto siga siendo así para que las generaciones futuras también puedan disfrutar de este lugar privilegiado.

Estás en un territorio único: Parque Nacional, Reserva de la Biosfera, con más de 30.000 hectáreas de espacios protegidos. Instituciones y vecinos hemos aunado fuerzas para preservar este espacio privilegiado. **Ayúdanos a cuidar de él.**

"Nuestros mayores supieron cuidar de toda esta riqueza para que nosotros ahora podamos disfrutarla. Aprendamos de ellos."

*"Quien a la Sierra viene a sentir,
deja huella... sin herir."*

1. CUIDA DEL AGUA, CUIDA DEL FUTURO

La Sierra de Guadarrama es agua. Aquí nace el río Manzanares y el río Guadarrama, disfrutamos de decenas de arroyos y tenemos paisajes tan bonitos como los **embalses de La Jarosa, Navacerrada, Santillana y Pedrezuela**. Todos nuestros pueblos cuentan con antiguas fuentes y caños, donde nuestras abuelas iban con cántaros. Nuestros antepasados no desperdiciaban ni una gota de agua y el **Pilancón de Guadalix** es un ejemplo del esfuerzo que supuso canalizarla hasta nuestros pueblos.

Tu contribución

- Sé responsable en duchas y baños, especialmente en verano, ¡duplicamos la población!
- Mantén limpias las calles para evitar que tengamos que regar con frecuencia
- Disfruta de nuestra agua, considerada de las mejores de España, con conciencia

*"Agua que hoy derrochas,
sed será la que recojas."*



2. PREPARA TU VISITA: DISFRUTA CON PLANIFICACIÓN

Los Canteros trabajaban con tiempo, con planificación, respetando el medio que les daba de comer. Escuchaban a las piedras y sabían leer su lenguaje. Mientras paseas por las calles de nuestros bonitos pueblos, disfrutando de las tradicionales casas de granito, aprende de nuestros canteros y **ven a visitarnos con calma y planificación.**

Tu contribución:

- Estamos muy cerca de Madrid. ¿Por qué no vienes en tren, o, bus?
- Usa nuestra información turística para planificar tu visita a medida.
- Ven a visitarnos todo el año y prepárate para disfrutar, pero también para respetar los espacios y el descanso de nuestros vecinos.

"Como el cantero a la piedra, ven tú a la sierra: con respeto, tiempo y la visita bien hecha."



3. RESPIRA MEJOR: MOVILIDAD SOSTENIBLE

En tiempos de nuestros abuelos y bisabuelos, viajar era una experiencia en sí misma. Esta bonita y antigua estación, de finales del siglo XIX, es testimonio de aquellos tiempos en los que la gente venía a la Sierra, despacio, disfrutando del viaje y con cero emisiones de CO2. Alpedrete, Collado Mediano, Los Molinos, Guadarrama cuentan con la línea de cercanías C-8b y desde Cercedilla podrás tomar la línea C-9, toda una proeza de ingeniería de principios del siglo XX que acercó **la Sierra de Guadarrama a Madrid de forma limpia y sostenible.**

Tu contribución:

- Elige opciones limpias: tren, bus, vehículo compartido
- Camina por nuestros pueblos una vez llegues
- Cada opción sostenible ayuda a conservar los paisajes que te trajeron aquí

"Si aire puro vienes a buscar, en tren lo has de respirar"



4. FIESTAS Y TRADICIONES CON RESPETO

Nuestros pueblos están llenos de fiestas que se llevan celebrando desde hace siglos: Los Perreros de Miraflores de la Sierra, La Caldereta de Hoyo de Manzanares, La Vaquilla de Los Molinos. Fiestas llenas de tradición como las Luminarias que también se celebran en El Boalo, Moralarzal y Becerril de la Sierra. Fiestas llenas de alegría y respeto desde hace décadas...No rompamos esa tradición y **ven a disfrutar con nosotros respetando nuestras tradiciones** y nuestros pueblos.

Tu contribución:

- Disfruta de nuestros festejos durante todo el año
- Respeta nuestras calles, plazas y el descanso vecinal
- Déjanos recuerdos de tu estancia...no cicatrices

*"En fiestas y romerías,
alegría sin porfías;
deja huella en la memoria,
no en la calle ni en la
historia."*



5. ESCUCHA LOS SONIDOS DE LA SIERRA

Hasta este apeadero llegaban los enfermos de tuberculosis que allá por 1917 venían al sanatorio de La Barranca a curarse. Buscaban respirar nuestro aire puro y disfrutar de nuestro silencio...Sánate con nosotros y **disfruta de los sonidos de la naturaleza** y deja atrás los ruidos de la gran ciudad.

Tu contribución:

- Aquí, el silencio también habla. Escucha cómo el viento peina las copas de los robles, cómo los pájaros conversan entre pinos, cómo los pasos resuenan sobre senderos centenarios.
- Este no es lugar para altavoces ni gritos. La Sierra tiene su propia banda sonora.
- Haz tus rutas disfrutando el sonido de la naturaleza, no del ruido de tu música. Respeta, escucha, siente...
- No vengas con motos ruidosas, ni aceleres bruscamente ni des bocinazos...aquí se vive a otro ritmo...no tengas tanta prisa...no vale la pena...
- Baja el volumen, sube la atención. Déjate envolver por la magia sonora de un territorio vivo

"El que oye el silencio, sana por dentro"



6. DISFRUTA DE LA MONTAÑA Y DE LA NIEVE CON CABEZA

La construcción de la línea ferroviaria hacia Segovia en 1888, con parada en Cercedilla, fomentó el excursionismo y el alpinismo, y la construcción de esta bonita estación catalogada por Patrimonio de la Comunidad de Madrid. Aquellos primeros montañeros no contaban con toda la equipación existente hoy en día, y, sin embargo, subían a la montaña con más responsabilidad de la que demostramos ahora...en la que todo nos parece fácil. Pero La Pedriza, la Bola del Mundo, la Cuerda Larga, o, La Maliciosa no son cumbres para venir con improvisación, sobre todo con nieve. **Aprende de aquellos primeros montañeros.**

Tu contribución:

- Equípate adecuadamente para alta montaña
- Planifica tu ruta y evita improvisaciones
- Haz caso de indicaciones de aforo completo en parkings

"Quien sube al monte sin tino, vuelve pronto...y torcido del camino."



7. SENDEROS SEGUROS, MONTAÑAS FELICES

Construidas a finales de siglo XIX, estas escuelas formaban parte de la campaña de escolarización llevada a cabo en toda la zona. Aquellos primeros maestros y maestras de pueblo compaginaban las cuentas y el abecedario, con excursiones a la montaña para aprender de ella. Hagamos lo mismo y **aprendamos de nuestros bosques y montañas, cuidándolas y respetándolas.**

Tu contribución:

- Sigue sendas señalizadas por seguridad y preservación
- Disfruta de la experiencia de una noche de vivac respetando las normas del Parque Nacional (consulta en su web)
- En una ruta es inevitable sentir "la llamada de la naturaleza". Por favor, no dejes restos.
- Respeta nuestros ríos y embalses, no son aptos para el baño. Por tu propia seguridad no te bañes...y recuerda que esa será el agua que beberás mañana.
- Pasea, respira, relájate...y no vengas en 4x4 o motocross...la multa no vale la pena...

"Quien sabe leer el viento y escucha al gorrión, aprende más que con cualquier lección."



8. CICLISTAS Y CONDUCTORES, ALIADOS

Este puente construido en el siglo XVI sobre el río Manzanares, es testigo de unos tiempos de caminos tranquilos y sin tráfico. Ya no disfrutamos de esas sendas serenas, pero **podemos hacer que nuestras carreteras sean seguras**, si todos vamos con respeto y empatía. Por la Sierra de Guadarrama transcurren 50 Kms del gran Tour Ciclamadrid que unen Guadalix de la Sierra al Escorial y más de 100 Kms de rutas habilitadas para BTT. **Circula por ellos con responsabilidad.**

Tu contribución:

- Conductores: respetad 1,5m de distancia con ciclistas
- Ciclistas: evitad horas punta, respetad señales
- Todos: empatía y paciencia en carretera

"Por el camino cabemos todos, si vamos sin prisas y con buenos modos."

9. MASCOTAS FELICES, PUEBLOS LIMPIOS

Los Perreros eran los encargados de educar a los perros de pastoreo. Ellos sabían que: **"El perro no es el problema, el problema es el dueño"**, "Ejercicio, disciplina y afecto, en ese orden". Ven a la Sierra con tu mascota y aprende de Los Perreros, que tienen su propia fiesta a principios de febrero, para recordar cómo fueron capaces de ahuyentar al mismísimo Napoleón.

Tu contribución:

- Recoge las necesidades de tu mascota
- Llévala atada para protegerla y proteger la fauna
- Intenta evitar que orinen en los pavimentos de los municipios, el agua aquí es un recurso vital y no se puede regar todos los días.

"Perro educado, pueblo respetado; que su rastro no lo pague el de al lado."



10. NATURALEZA LIMPIA, CONCIENCIA CLARA

Este bonito puente medieval que salva el arroyo Chozas recuerda tiempos de trashumancia, diligencias y bandoleros...y también de arcenes, campos y bosques limpios. **Aprendamos de nuestros antepasados, donde no se tiraban desechos ya que todo se aprovechaba.**

Tu contribución:

- Llévate mil recuerdos, no dejes huella de tu estancia
- Usa contenedores y recicla siempre que puedas
- No fumes en espacios naturales; si lo haces, nunca tires colillas

"La Sierra no tiene manos, pero sí memoria: no le dejes tu basura, que no olvidará la historia."



11. NUESTRO MAYOR ENEMIGO: EL FUEGO

Se calcula que esta magnífica Olma pueda tener más de 150 años...imagínate... y por ello está incluida en el Catálogo de Árboles Singulares de la Comunidad de Madrid. Nuestros bosques se formaron hace unos 15.000 años, tras la última glaciación...es un deber de todos cuidar de este legado y por todos los medios **evitar el fuego y su destrucción irreparable.**

Tu contribución:

- Ni una colilla: apágala y deposítala en papeleras
- Cristales solo en contenedores
- Nunca hagas fuego ni barbacoas
- Vehículos eléctricos: evita zonas sensibles al estacionar

"Lo que tardó siglos en crecer, no lo dejes arder"



12. APRENDE DE LA FAUNA Y LA FLORA: RESPETA Y PROTEGE

Este antiguo edificio quedaba antes a las afueras del municipio y en él se cobijaba a los animales, se guardaban los aperos de labranza, y se almacenaban piensos y agua. Las gentes de pueblo no han olvidado las enseñanzas de sus abuelos y saben **escuchar a los animales y a la naturaleza**. Saben lo que ellos necesitan, y lo que tienen que "tomar prestado" para mantener el equilibrio en el que llevan conviviendo desde hace siglos. Sigamos su ejemplo para disfrutar de la riqueza de la Sierra de Guadarrama.

Tu contribución:

- Observa animales con respeto, sin molestarlos
- No les des de comer, ni siquiera a las cabras montesas
- Visítanos entre semana para experiencias más auténticas

"La montaña se deja querer cuando vienes sin ruido y al amanecer"



13. HABLA CON NOSOTROS: EL ALMA DE LA SIERRA

Ya desde antiguo se conocían los manantiales de Moralarzal de aguas ferruginosas, nitrogenadas y arsenicales con propiedades medicinales y curativas y hasta aquí acudía la gente en busca de sus fuentes. Todos nuestros pueblos cuentan con sus típicas fuentes de las que mana el agua pura y fresca de la Sierra de Guadarrama. Son el alma de nuestros pueblos y **nuestros mayores y nuestra gente son también nuestra alma**, lo que da identidad y sentido a estos lugares que tanto te gusta visitar. **No te vayas sin conocernos.**

Tu contribución:

- Acércate con respeto y curiosidad, especialmente entre semana
- Escucha nuestras historias y comparte las tuyas
- El mejor recuerdo no cabe en una mochila: es la conexión humana

"Quien saluda y se para, se lleva más que una foto: se lleva el alma de la Sierra en cada rostro."



14. APOYA EL CONSUMO LOCAL: SABOR Y CALIDAD AUTÉNTICOS

La **Caldereta**, guiso típico de toro, tiene su propia fiesta y monumento en Hoyo de Manzanares. Aquí tienes de todo, disfruta de productos de primera calidad como la **Carne IGP Sierra de Guadarrama**.

Tu contribución:

- Compra en nuestras tahonas y tiendas locales
- Reserva en restaurantes de la zona para degustar nuestra gastronomía y las famosas Carnes de Vacuno con Indicación Geográfica Protegida (IGP)
- Descubre nuestro comercio único atendido por vecinos que te recibirán encantados

*"Lo que se cocina lento,
alimenta por dentro;
y lo que compras aquí,
cuida lo que hay aquí."*

365 días de experiencias responsables te esperan. Cada estación ofrece una Sierra distinta: colores de otoño, nieve y gastronomía de invierno, flores de primavera, senderos de verano.

En sintonía con la campaña de la Comunidad de Madrid **"El legado de tu viaje"**, entendemos que la Sierra de Guadarrama no es solo un destino: es un patrimonio común. Tu elección de viaje puede proteger sus paisajes, su biodiversidad y su vida local.

Porque ser responsable no es una limitación,
es la manera más auténtica de vivir
la **Sierra de Guadarrama**.

*"Quien escucha al pasado,
camina bien guiado"*

