



PORTUGAL



Guia
de **apoio**
a agentes
de viagens



visit
Portugal





Portugal tão perto

Brasil e Portugal têm uma atração mútua, em diversos aspectos. Um brasileiro tem a sensação de redescobrir as suas próprias raízes ao visitar Portugal, e não falo apenas de Lisboa ou Porto, mas de todas as regiões do país, incluindo as ilhas. Além de desfrutar de um país moderno e seguro, os brasileiros encontram um pedaço do Brasil em cada canto por onde passam. A diversidade de Portugal faz com que o país pareça interminável e provoca nos turistas um sabor de “quero mais”. É isso o que nos coloca verdadeiramente no topo das principais premiações de turismo do mundo e dá a dimensão do que temos a oferecer enquanto destino.

O prazer de receber quem nos visita está no nosso DNA, e a presença do escritório de Turismo de Portugal no Brasil é uma prova de que a relação com os brasileiros é especial. O objetivo é estreitar cada vez mais os laços que unem os dois povos e, incentivar esse fluxo de turistas é a nossa grande missão. Ou seja, trabalhar para que mais e mais pessoas sintam e descubram Portugal.

Bernardo Barreiros Cardoso

Diretor do Turismo de Portugal no Brasil.

✉ bernardo.cardoso@turismodeportugal.pt

☎ +551130841830

Porquê Portugal

Há bons motivos para os brasileiros redescobrirem Portugal.

Novas atrações turísticas, novas unidades de alojamento, uma intensa vida noturna, uma grande diversidade de lojas de *design* e marcas internacionais, uma oferta rica de festivais de música, excelentes condições para a prática do surfe, golfe, *cycling* e *walkings* são apenas alguns exemplos, a juntar à excelente acessibilidade aérea que aproxima geograficamente os dois países.

Achámos, por isso, que tinha chegado a altura de produzir um guia de apoio a agentes de viagens no Brasil, onde são destacados os principais motivos de visita às 7 regiões turísticas do país e sugeridos diversos percursos em cada uma delas.

A história que une Portugal e Brasil apresenta pois, velhos e novos motivos de descoberta, que damos a conhecer ao longo do guia. Esperamos que se revele um instrumento de trabalho útil na preparação de mais e melhores viagens de brasileiros para Portugal.

Luís Araújo

Presidente do Turismo de Portugal

Informações úteis

Requisitos de entrada no país

- É necessário:
- Um **passaporte** com validade igual ou superior a 6 meses a partir da data de entrada em Portugal ou no Espaço Schengen;
 - **Seguro de viagem** internacional;
 - Bilhete de **ida e volta** em qualquer aeroporto do espaço Schengen.

O viajante brasileiro está isento de visto para estadias até 90 dias.

Você sabia que...

- ... **os portugueses** foram o primeiro povo europeu a chegar ao Japão? E que mais de 800 palavras japonesas são de origem portuguesa?
- ... **o famoso chá das cinco** foi introduzido na Inglaterra por uma monarca portuguesa, Dona Catarina de Bragança?
- ... **as primeiras caixas automáticas bancárias** em rede, adotadas por quase todo o mundo, por sua tecnologia e amplitude de serviços, é resultante de tecnologia portuguesa?
- ... **o “Sem Parar”** (em Portugal, Via Verde (Sistema Sem Parar)) foi criado por portugueses na Universidade de Aveiro?
- ... **a primeira e mais antiga região demarcada** para a produção de vinhos no mundo é a do DOURO? Demarcada em 1756 e famosa no mundo inteiro pelo seu único e exclusivo Vinho do Porto.
- ... **os portugueses** inventaram o *chip* pré-pago para os celulares?
- ... **os portugueses introduziram no Japão** um dos principais conceitos da gastronomia japonesa: a tempura?

... **Portugal é o terceiro país mais pacífico do mundo**, de acordo com o Global Peace Index?

Expressões diferentes

Portugal	Brasil
Eléctrico	Bonde
Camisola	Camiseta
Autocarro	Ônibus
Gelado	Sorvete
Comboio	Trem
Casa de banho	Banheiro
Telemóvel	Celular
Sumo	Suco

CONVENTO DE TOMAR

Transportes em Portugal

Em Portugal existe uma rede de transportes nacional com uma cobertura eficiente e e uma larga diversidade de destinos.

Trens portugueses:
www.cp.pt
Linha de Atendimento
+351 707 210 220
Para efetuar a compra de passagem têm de possuir cartão de crédito, Visa ou MasterCard.

Rede nacional de ônibus:
www.rede-expressos.pt
Para viajar entre cidades portuguesas existem diversos serviços de ônibus. A empresa que cobre a maior parte do país é a Rede Expressos, com mais de 300 localidades.

Transportes Aéreos

Aeroportos Internacionais de Portugal Continental
Lisboa, Porto e Faro.
Arquipélago dos Açores
Aeroporto de Ponta delgada
Arquipélago da Madeira
Aeroporto do Funchal.
Consulta de partidas e chegadas: **www.ana.pt**

Dirigir em Portugal

Estradas

Portugal possui uma boa rede viária composta de Autoestradas (AE), Itinerários Principais (IP), Itinerários Complementares (IC), Estradas nacionais (EN) e Estradas Municipais.

Existem dois tipos de Autoestradas:

- **as tradicionais** com cabines de pedágio, em que o pagamento é feito em dinheiro ou por cartão bancário. Estas autoestradas dispõem ainda de uma Via Verde (Sistema Sem Parar).
- e as de **pedágio eletrônico**, em que o sistema de cobrança é exclusivamente eletrônico, sendo a passagem dos veículos detectada através dos pórticos existentes no início dessas vias, que estão identificadas com a referência “Electronic toll only”.

Acesso

Há duas companhias aéreas que efetuam voos diretos entre Brasil e Portugal: **a TAP e a AZUL.**

AZUL

Aeroporto Internacional de Viracopos / Campinas (SP)

TAP

- 1 – **Belém** (Aeroporto Internacional de Belém – Val de Cans)
- 2 – **Belo Horizonte** (Aeroporto Internacional de Belo Horizonte – Confins)
- 3 – **Brasília** (Aeroporto Internacional de Brasília – Presidente Juscelino Kubitschek)
- 4 – **Fortaleza** (Aeroporto Internacional de Fortaleza – Pinto Martins)
- 5 – **Natal** (Aeroporto Internacional de Natal – Aluizio Alves)
- 6 – **Porto Alegre** (Aeroporto Internacional de Porto Alegre)
- 7 – **Recife** (Aeroporto Internacional do Recife – Guararapes/Gilberto Freyre)
- 8 – **Rio de Janeiro** (Aeroporto Internacional do Rio de Janeiro – Galeão)
- 9 – **Salvador** (Aeroporto Internacional de Salvador – Deputado Luís Eduardo Magalhães)
- 10 – **São Paulo** (Aeroporto Internacional de São Paulo – Guarulhos)

O **Stopover** (programa da TAP Portugal) oferece a possibilidade, num voo de longa duração, ou se o destino final da sua viagem for os Açores, a Madeira ou o Algarve, fazer uma parada de 1, 2, 3, 4 ou 5 noites em Lisboa ou no Porto, e aproveitar cada minuto da sua viagem.

Convém saber

O uso de cinto de segurança é sempre obrigatório e é proibida a utilização de celular ao dirigir. Os limites máximos de velocidade para os automóveis leves sem reboque e motocicletas são de 50 km/hora dentro das localidades, 90 km/hora nas vias normais, 100 km/hora nas vias reservadas para automóveis e 120 km/hora nas autoestradas.

Distâncias

Lisboa – Porto
Automóvel: cerca de 3h00
Ônibus: 3h30
Trem Alfa Pendular (alta velocidade): 2h30
Avião: 40 min.

Lisboa – Faro
Automóvel: cerca de 3h00
Ônibus: 3h45
Trem: 3h00
Avião: 30 min.

Açores

Avião
Lisboa, Porto e Faro - São Miguel (Aeroporto de Ponta Delgada), Terceira (Aerogare de Lajes) e Faial (Aeroporto da Horta).
A distância entre Lisboa e os Açores – tempo de voo – é de 2h30, em média. Entre ilhas é possível viajar de avião e barco:
Avião: cerca de 30/40 minutos
SATA- www.sata.pt
Barco: cerca de 4/5 horas
Atlânticoline - www.atlanticoline.pt.

Madeira

Avião
Lisboa, Porto e Faro - Madeira (Funchal) e Porto Santo
Entre ilhas é possível viajar de avião e barco
Avião: cerca de 15 min - www.aerovip.pt
Barco: cerca de 2h30 - Porto Santo Line
www.portosantoline.pt

Viajar com animais

Entrada em Portugal de animais provenientes de países fora da união europeia

É necessário apresentar um Certificado Sanitário emitido/validado pela Autoridade Veterinária Oficial do país de proveniência.

Para mais informações, consulte as autoridades do seu país e/ou o website da Direção Geral de Veterinária: www.dgv.min-agricultura.pt ou da Comissão Europeia: <http://ec.europa.eu/>

Circulação de animais de estimação

A entrada de animais não é permitida em restaurantes, lojas, supermercados e algumas praias. Nos transportes públicos é permitida a entrada de animais desde que estejam em bom estado de saúde e higiene e sejam transportados em caixas limpas e em bom estado de conservação, ou de cães-guia que acompanhem portadores de deficiência visual.

Feriados

Feriados Nacionais

Dia de Ano Novo - 1 de janeiro
Dia da Liberdade - 25 de abril
Dia do Trabalhador - 1 de maio
Dia de Portugal - 10 de junho
Assunção de Nossa Senhora - 15 de agosto
Implantação da República - 5 de outubro
Dia de Todos os Santos - 1 de novembro
Restauração da Independência - 1 de dezembro
Imaculada Conceição - 8 de dezembro
Natal - 25 de dezembro

Feriados Nacionais em data móvel

Sexta-feira Santa
Corpo de Deus

Horários

Comércio de rua: 10h00–20h00 (dias úteis e sábados)
Shoppings: 10h00–23h00
Refeições (indicativo):
pequeno-almoço: 7h30–10h00;
almoço: 12h00–15h00;
jantar: 19h00–23h00.

Eletricidade

A corrente elétrica é de 220/400 volts, na frequência de 50 hertz e as tomadas de corrente seguem as normas europeias.

Alojamento

Hotelaria

A vasta oferta de estabelecimentos hoteleiros existente em todo o país, proporciona alojamento, com ou sem fornecimento de refeições e outros serviços acessórios.

Hotéis (H)

Hotéis-apartamentos (HA)

Pousadas

Aldeamentos Turísticos (A)

Apartamentos Turísticos (AT).

Conjuntos Turísticos / Resorts (CT)

Turismo de Habitação (TH)

Turismo no Espaço Rural (TER)

Campismo

Turismo de Natureza

Pousadas da Juventude

Compras

Moeda

O Euro é a moeda oficial. O câmbio pode ser efetuado nos bancos, casas de câmbio e nas máquinas automáticas.

Reembolso do iva / tax free

Os visitantes brasileiros podem obter o reembolso do IVA (Imposto sobre o Valor Acrescentado) sobre as compras efetuadas em lojas aderentes ao sistema Tax Free e transportadas na sua bagagem pessoal, desde que cumpram valores mínimos de compras. O Tax Free é reembolsado para todas as pessoas com residência fiscal num país fora da União Europeia.

Clima

Temperatura média às 12h00

Portugal continental

O país apresenta uma média de 300 dias de sol e um clima ameno durante todo o ano. No entanto, pode haver variações significativas de região para região.

Açores

Influenciado pela latitude e pela ação reguladora da Corrente do Golfo, o clima dos Açores é caracterizado por temperaturas amenas ao longo de todo o ano.

Madeira

O clima no arquipélago da Madeira é excepcionalmente ameno.



Verão Inverno

25° 16°

23° 17°

24° 19°

Porto e Norte



RIO DOURO, PORTO



Porto e Norte



A região que viu nascer Portugal conserva uma grande riqueza patrimonial, artística e cultural. A cidade do Porto simboliza o rosto principal da região. A riqueza do seu patrimônio monumental e artístico, a sua vida cultural, o Vinho do Porto e a variedade de atrações e de locais de lazer são apenas alguns dos motivos que tornam fundamental a visita a essa cidade. O Norte inclui também o Parque Nacional da Peneda-Gerês, que constitui uma das maiores atrações naturais do país. Na área mais interior encontra-se Trás-os-Montes, uma região que conta com uma forte relação com o Brasil.

Razões para visitar a região

Porto. Com uma longa história, apresenta o melhor da vida contemporânea em arte e *design*, numa sábia aliança entre tradição e modernidade.

Patrimônio. Destacam-se os locais classificados Patrimônio Mundial pela UNESCO – no Porto, o Centro Histórico, a Ponte D. Luís e o Mosteiro da Serra do Pilar; o Centro Histórico de Guimarães, o Vale do Douro e as Gravuras de Foz Côa.

Natureza. O Parque Nacional da Peneda-Gerês e os Parques Naturais do Douro Internacional, Montesinho, Alvão e Litoral Norte, bem como o Geoparque de Arouca, com grande riqueza em fauna e flora, e as aldeias preservadas que conservam tradições seculares, são também lugares de excelência para a prática de atividades como *rafting*, *canyoning* e *rappel*.

Arquitetura contemporânea. Entre os muitos exemplos da excelência da arquitetura contemporânea, destacam-se os arquitetos da Escola do Porto como Siza Vieira e Souto de Moura, ambos Prêmios Pritzker, que aqui construíram algumas das suas obras principais.

Eventos. Eventos que atraem milhares de pessoas, como festas e romarias animadas: Senhora da Agonia em Viana do Castelo, São João do Porto ou a Nossa Senhora dos Remédios em Lamego, a solenidade da Semana Santa em Braga e Festivais de Música como o NOS Primavera Sound (Porto) e o Paredes de Coura.

Gastronomia e Vinhos. Destacam-se os vinhos do Porto e Douro e os Vinhos Verdes, que acompanham à perfeição os pratos regionais e a doçaria tradicional.

Termas. A região do Porto e Norte é particularmente rica em águas termais, cujos efeitos terapêuticos são reconhecidos. Algumas já eram conhecidas no tempo dos Romanos, como as de Chaves, e outras, com edifícios centenários, foram remodeladas seguindo as mais modernas técnicas, como Vidago e Pedras Salgadas.

Curiosidade. O vinho do Porto é produzido no Douro e depois transportado de barco até à cidade do Porto e Gaia onde é armazenado.



Fazer Compras



A região do Porto e Norte é caracterizada pela criatividade do comércio de rua em diversas áreas, como a ourivesaria tradicional ou filigrana, a fabricação de calçados ou o mundo dos produtos *gourmet* e dos vinhos. Na área histórica da cidade do Porto, é possível encontrar um grande número de lojas de rua com uma oferta distinta, bem como *shoppings* e mercados. Nos arredores do Porto, em Vila do Conde e em Vila Nova de Gaia, você encontrará também vários *outlets* de grande amplitude e variedade.

Outras cidades da região, como Braga, Viana do Castelo, Vila Real e Bragança, também oferecem ótimas oportunidades para compras.



Levar para casa

• **Vinhos** – Vinho do Porto e Douro, vinhos verdes, com destaque para o Alvarinho, os vinhos da região Távora-Varosa e Moscatel

• **Calçado** – Portugal tem algumas marcas de sapatos reconhecidas internacionalmente pela sua qualidade e *design*

• **Bordados e louça** de Viana do Castelo

• **Filigrana** de ouro ou prata

• Artigos de **barro preto de Bisalhães** (Vila Real), cujo fabricação foi classificada como Patrimônio Imaterial da Unesco

• Peças de **barro figurado de Barcelos**

• **Enchidos** – por exemplo, provenientes de Mirandela, Vinhais, Valpaços ou Montalegre, que você poderá adquirir em mercearias e em feiras regionais

• **Bordados de Guimarães**

• **Cortiça** – inúmeros artigos produzidos com cortiça



Porto e Norte

Para colocar na agenda

Durante o ano inteiro, a região do Porto e Norte apresenta um leque variado de eventos. **Eis alguns dos eventos que você não pode perder:**

- **Semana Santa de Braga** (março/abril, Braga)
- **Festival NOS Primavera Sound** (junho, Porto)
- **Festas de São João** (junho, Porto)
- **Viagem Medieval** (julho/agosto, Santa Maria da Feira)
- **Festival Vodafone Paredes de Coura** (agosto, Paredes de Coura)
- **Festas da Nossa Senhora da Agonia** (agosto, Viana do Castelo)
- **Festas da Nossa Senhora dos Remédios** (agosto/setembro, Lamego)

Sair à noite

O Porto oferece uma diversão noturna variada, desde os incontáveis bares e baladas na área histórica até aos shows nas diversas salas de espetáculo existentes, como o Coliseu ou a Casa da Música, uma referência fundamental da arquitetura contemporânea.

Nas restantes cidades da região, principalmente naquelas onde existem universidades, como Braga, Guimarães e Vila Real, você poderá encontrar um ambiente jovem, com uma oferta diversificada de bares e restaurantes.



Viajar em família



- Fazer um passeio pelo Parque Nacional da Peneda-Gerês.
- Visitar o Santuário do Bom Jesus de Braga, tentar contar os degraus da longa escadaria ou subir no emblemático elevador do Bom Jesus.
- Em Vila Nova de Foz Côa, visitar o Museu do Parque Arqueológico, onde poderá ver as gravuras de arte rupestre.
- Visitar parques temáticos como o SeaLife (Porto), World of Discoveries (Porto) e a Magikland (Penafiel).

- Divertir-se em parques aquáticos, como o Parque Aquático de Amarante e o NaturWaterPark.
- Conhecer os parques biológicos de Gaia e Vinhais.
- Explorar os conhecimentos sobre ciência no Visionarium.
- Dar um passeio num barco rabelo ou num bonde no Porto.
- Passear pelos passadiços do Paiva.

Curiosidade: Nesta região, em Miranda do Douro, fala-se a segunda língua oficial de Portugal, o Mirandês.

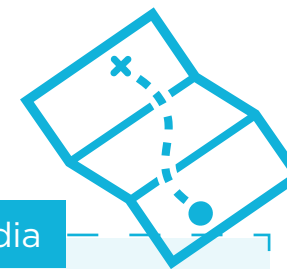
Dicas

- Fazer um cruzeiro no rio Douro.
- Realizar um passeio no trem histórico.
- Seguir o Caminho Português de Santiago.
- Conhecer o Parque Nacional da Peneda-Gerês com as suas aldeias comunitárias e espécies únicas de fauna e flora.
- Observar o belíssimo espetáculo das amendoeiras em flor no nordeste transmontano (fevereiro/março).
- Conhecer a Rota do Românico.
- Visitar as Caves do Vinho do Porto e apreciar este delicioso néctar.
- Participar nas Festas de São João no Porto ou em Braga

de 23 para 24 de junho.

- Experimentar atividades radicais como o *rafting* nos Rios Paiva e Tâmega ou o *canyoning* nos Rios Minho e Olo.
- Conhecer os grandes Santuários como Bom Jesus do Monte, Nossa Senhora dos Remédios ou Senhora da Peneda.
- Apreciar as vistas dos miradouros do Rio Douro e a vista sobre o Porto a partir da Serra do Pilar.
- Dar um passeio de barco no Parque Natural do Douro Internacional entre ribanceiras impressionantes.
- Assistir às danças tradicionais dos pauliteiros de Miranda do Douro.

Itinerários



Conhecer o Porto | 1 dia

Manhã

- **Sé Catedral.** Igreja-fortaleza séc. XII;
- **Igreja de São Francisco.** Decoração em talha dourada séc. XVII-XVIII;
- **Palácio da Bolsa.** Séc. XIX, estilo neoclássico.

Tarde

- **Almoço na Ribeira** com vista para o Rio Douro;
- Igreja e **Torre dos Clérigos** *ex-libris* da cidade;
- **Museu Nacional Soares dos Reis.** Coleção de pintura e escultura portuguesa dos séculos XIX-XX; destaque também para as artes decorativas;
- **Museu de Arte Contemporânea de Serralves.** Projetado por Siza Vieira, um dos mais importantes arquitetos portugueses da atualidade;
- **Casa da Música.** De arquitetura arrojada é o mais recente espaço cultural do Porto;
- **Gaia – Mosteiro da Serra do Pilar.** Planta e claustro circulares; apreciar uma das melhores vistas sobre a cidade do Porto.

Noite

- **Jantar no Cais de Gaia.** Zona de animação noturna para apreciar a cidade do Porto sob outra perspetiva.

Porto Card

O Porto Card é um cartão que assegura entrada gratuita em diversos museus, descontos em restaurantes, monumentos e atrações turísticas, como cruzeiros no Douro, ônibus panorâmicos, aluguel de bicicletas e veículos.



Percurso Minho | 2 dias

Dia 1

Porto – São Miguel de Seide – Guimarães – Braga

A não perder:

- **São Miguel de Seide.** Casa Museu Camilo Castelo Branco;
- **Guimarães.** Centro histórico, Castelo, Paço dos Duques de Bragança, Praça de Santiago, Igreja de Nossa Senhora da Oliveira;
- **Braga.** Sé Catedral (a mais antiga do país), Mosteiro de São Martinho de Tibães, Santuário do Bom Jesus.

DICA



Esta é uma região de belos solares, muitos deles convertidos em Turismo de Habitação e excelentes opções de alojamento.

Dia 2

Ponte da Barca – Ponte de Lima – Viana do Castelo – Esposende – Póvoa do Varzim – Vila do Conde – Matosinhos – Leça da Palmeira

A não perder:

- **Parque Nacional da Peneda-Gerês.**
- **Viana do Castelo.** Santuário de Santa Luzia, Praça da República, Igreja da Misericórdia;
- **Esposende.** Parque Natural do Litoral Norte.

Sugestão: Em Leça da Palmeira, ver uma das obras de arquitetura mais referenciadas de Siza Vieira, a Casa de Chá da Boa Nova e as piscinas naturais de Leça da Palmeira.

Porto e Norte

Percurso Douro e Trás-os-Montes | 3 dias

Dia 1

Porto – Amarante – Marco de Canaveses – Lamego – Tarouca – Salzedas – Peso da Régua

A não perder:

- **Amarante.** Convento de São Gonçalo e Museu Amadeo de Souza Cardoso;
- **Marco de Canaveses.** Igreja de Santa Maria, obra de Siza Vieira;
- **Lamego.** Sé de Lamego, Santuário da Senhora dos Remédios;
- **Ponte Medieval de Torre de Ucanha.**
- **Mosteiro de São João de Tarouca.**
- **Mosteiro de Salzedas.**
- **Peso da Régua.** Museu do Douro.

Atravessar rio Douro pela EN221 e seguir pela EN 222 à beira do rio e apreciar paisagem do Alto Douro Vinhateiro passando por Cinfães e Resende.

Curiosidade: Carmen Miranda nasceu em Marco de Canaveses, em 1909.

Dia 2

Vila Real - Pedras Salgadas - Vidago - Chaves

- **Vila Real.** Jardim da Carreira, Casa de Mateus;
- **Chaves.** Centro histórico de traça medieval, ponte romana.

Sugestão: Escolher umas das três estâncias termais para uma estadia de repouso: Pedras Salgadas, Vidago ou Chaves.

Curiosidade: As termas de Chaves eram já conhecidas pelos Romanos, no tempo do Imperador Flávio. As suas águas brotam naturalmente a 73º C, num fenómeno único na Europa.



DOURO, VILA REAL

© Filipe Rebelo

Dia 3

Bragança – Miranda do Douro – Mogadouro – Freixo de Espada à Cinta – Vila Nova de Foz Côa

A não perder:

- **Bragança.** Domus Municipalis, Castelo, Centro de Arte Contemporânea Graça Morais;
- **Miranda do Douro.** Centro histórico;
- **Parque Natural do Douro Internacional.**
- **Vila Nova de Foz Côa.** Parque Arqueológico e Museu; visitar as gravuras rupestres.

Curiosidade: As danças dos pauliteiros de Miranda do Douro têm origem celta.

Sugestão: Fazer um passeio de barco no rio, no Parque Natural do Douro Internacional, com partida do Mogadouro.



IGREJA SANTA LUZIA

© Filipe Rebelo

UNIVERSIDADE DE COIMBRA



Centro de Portugal



Centro de Portugal



O Centro de Portugal conta com uma grande riqueza de cenários. No interior, é possível encontrar aldeias tradicionais e cadeias montanhosas, entre as quais está o pico mais elevado de Portugal Continental, a Serra da Estrela. No litoral, de referir as povoações de pescadores, onde ainda se pratica a técnica de pesca artesanal, e as praias, algumas delas referências mundiais para a prática de surfe. Por toda parte, o patrimônio milenar exhibe orgulhosamente a história da região.

SURFE, NAZARÉ

© André Carvalho



Razões para visitar a região

Monumentos. Classificados pela Unesco como patrimônio mundial, tiveram um papel fundamental na origem e consolidação do território nacional: o Convento de Cristo fundado pelos Templários, o Mosteiro de Alcobaça da Ordem de Cister e o Mosteiro da Batalha, erguido para comemorar a vitória na Batalha de Aljubarrota em que Portugal assegurou a independência face à Espanha.

Cidades e Vilas. Coimbra, que tem uma das mais antigas Universidades do mundo, classificada como patrimônio da humanidade; Aveiro, conhecida pela Ria e seus canais, Viseu onde o cinzento do granito e o verde dos jardins se harmonizam, Castelo Branco que tem nos jardins do Paço Episcopal o seu *ex-libris*, Guarda, a cidade mais alta do país, Leiria dominada pelo seu castelo medieval ou Óbidos, uma pequena povoação encantadora aninhada entre muralhas.

Aldeias. Alinhadas ao longo da fronteira, as Aldeias Históricas desempenharam um papel importante na defesa do território e conservam histórias de conquistas e um patrimônio muito antigo. Já as Aldeias do Xisto escondem-se entre serras de vegetação frondosa e mantêm a sua identidade e saberes que vão passando de geração em geração.

Surfe. No Centro de Portugal encontram-se algumas das melhores praias de surfe do país, como por exemplo, a Praia de Supertubos

(Peniche), conhecida pelas suas ondas tubulares, a Praia do Norte (Nazaré), famosa pelas maiores ondas surfadas do mundo, e a Praia de Buarcos (Figueira da Foz), com a onda mais longa da Europa (com 200 metros).

Natureza. A Serra da Estrela, a mais alta de Portugal continental, oferece excelentes condições para diversas atividades, sendo o único local do país onde se praticam esportes de inverno, mas nas Serras do Caramulo, Lousã e Açor os esportes radicais também têm um lugar de destaque. Vale a pena ainda conhecer a Mata do Buçaco, uma floresta luxuriante ideal para passeios, ou o Parque Natural do Tejo Internacional e o Geoparque Naturtejo, que têm excelentes locais para observação de aves.

Fátima. Uma das maiores referências mundiais do culto mariano, é um lugar de paz e espiritualidade, que não deixa ninguém indiferente, sejam quais forem as suas crenças. Em 2017, assinalou-se o centenário das Aparições de Nossa Senhora.

Termas. Curia, Luso, Unhais da Serra, Monfortinho e São Pedro do Sul são algumas das estâncias termais desta região, que tem nas suas nascentes uma das maiores riquezas.

Vinhos. Também se produzem aqui vinhos de excelente qualidade: Dão, Bairrada e Beira interior são nomes a reter.

Para colocar na agenda

A diversidade de contextos culturais e paisagísticos no Centro de Portugal se reflete na riqueza de eventos que a região apresenta. **Alguns eventos que você não deve perder:**

- **Festival Internacional de Chocolate de Óbidos** (março)
- **Queima das Fitas** (maio, Coimbra)
- **Etapa do Circuito Mundial de Surfe** (outubro, Peniche)
- **Festas dos Tabuleiros** (julho, de 4 em 4 anos, Tomar)
- **FOLIO – Festival Literário Internacional de Óbidos** (setembro)
- **Campeonato Mundial de Ondas Grandes** (Big Waves) (novembro a janeiro, Nazaré)
- **AgitÁgueda Art Festival** (julho, Águeda)
- **Boom Festival** (agosto, Idanha-a-Nova)
- **Feira de São Mateus** (agosto/setembro, Viseu)
- **Mercado Medieval de Óbidos** (julho)

Centro de Portugal



Levar para casa

- **Porcelana** nas zonas de Ílhavo e de Alcobaça
- **Cerâmica e louça típica:** Caldas da Rainha, Alcobaça e Coimbra
- **Artesanato** das Aldeias do Xisto – tradicional e contemporâneo, inclui peças únicas de autor
- **Colchas de Castelo Branco**, bordadas a fio de seda
- **Rendas** de bilros de Peniche
- **Adufes** ou as **marafonas** de Monsanto

Para saborear

- Ensopado de Enguias
- Caldeiradas de Peixe
- Leitão Assado no Forno (Bairrada)
- Vitela Assada à Moda de Lafões
- Maranhos e Bucho Recheado
- Enchidos
- Cabrito Assado no Forno
- Queijo da Serra da Estrela e de Castelo Branco
- Ovos Moles
- Pão-de-Ló de Ovar e Alfeizerão
- Pastéis de Tentúgal
- Tigeladas e Palha de Abrantes
- Chanfana
- Cerejas da Região da Beira Interior

ÓBIDOS



Centro de Portugal

Viajar em família



Dicas

- Apreciar as vistas sobre Coimbra do topo da torre da Universidade, onde está o sino que chama os estudantes para as aulas.
- Fazer um passeio num barco moliceiro pelos canais da Ria de Aveiro.
- Descobrir as origens glaciares da Serra da Estrela seguindo um percurso pedestre e provar o Queijo que aqui se produz e que se destaca entre todos os queijos nacionais.
- Passear pelas ruas de Óbidos e apreciar o licor de ginja servido em copo de chocolate.
- Experimentar os percursos de bicicleta (btt) entre as Aldeias do Xisto ou na Serra do Açor.
- Assistir à procissão das velas em Fátima, um momento único de fé e espetacularidade.
- Conhecer Monsanto, com as suas casas incrustadas nas rochas.
- Admirar testemunhos da antiguidade da região e que atravessam épocas: como os icnofósseis de Penha Garcia ou as Ruínas Romanas de Conímbriga.
- Visitar o Farol da Nazaré e surpreenda-se com as ondas gigantes

- **Portugal dos Pequenitos**, parque temático inteiramente dedicado às crianças com miniaturas de casas típicas e monumentos portugueses.
- Visitar a **Serra d’Aire**, descer às profundezas da terra, visitar as grutas e fazer um passeio de burro.
- Passear na **Serra da Estrela**, onde é possível praticar esportes de inverno; visitar o Museu do Brinquedo e ao Museu do Pão, em Seia, onde as crianças podem amassar o pão e fazer bolachas para levar para casa.
- Descer o Rio Zêzere ou o Rio Mondego de canoa.
- Visitar o Centro de Interpretação da Batalha de Aljubarrota.
- Passear de bicicleta nas ciclovias da região.
- Descobrir a Rota dos Dinossauros na Lourinhã.

Sugestão: Experimentar o turismo no espaço rural e sentir o espírito bucólico da aldeia.

PIÓDÃO

Itinerários



Conhecer Coimbra | 1 dia

Manhã

- **Igreja de Santa Clara-a-Velha.** Fundada no séc. XII, esteve durante séculos parcialmente submersa pelo rio;
- **Igreja de Santa Cruz.** Fundada no séc. XII, ponto de paragem obrigatória dos romeiros que se dirigiam a Santiago de Compostela; túmulo do 1º Rei de Portugal, D. Afonso Henriques;
- Passar pelo **Arco de Almedina** para entrar na cidade antiga, **Palácio de Sub-ripas, Torre de Anto. Sé Velha** – um dos mais belos monumentos do românico português, Claustros góticos.

Tarde

- **Museu Nacional Machado de Castro.** (criptopórtico romano); **Universidade** – uma das mais antigas da Europa; Salas dos Capelos e dos Exames privados, Torre; Biblioteca Joanina – riquíssima decoração em estilo barroco com talha dourada e madeiras exóticas, com mais de 250.000 livros. Capela de São Miguel, no estilo manuelino.

Noite

- Explorar os restaurantes e bares no centro histórico da cidade, onde você poderá jantar e ouvir o **famoso fado de Coimbra**.

Curiosidade: Você sabe como é assegurada a proteção dos livros da Biblioteca Joanina contra insetos e traças? É feita de forma natural por morcegos.

Centro de Portugal

A norte de Coimbra | 2 dias

DIA 1

Coimbra – Lervão – Penacova – Buçaco – Luso – Curia – Santa Comba Dão – Barragem da Aguieira – Viseu – São Pedro do Sul

A não perder:

- **Lervão.** Mosteiro do Lervão;
- **Buçaco.** Mata Nacional;
- **Luso e Curia.** Duas estâncias termais do início do século XX;
- **Viseu.** Sé, Museu Grão Vasco, Igreja da Misericórdia.

DICA



Provar o leitão assado à Bairrada, acompanhado de espumante.

DIA 2

Viseu – Aveiro – Ílhavo – Costa Nova – Praia da Barra – Praia de Mira – Figueira da Foz – Montemor-o-Velho

A não perder:

- **Aveiro.** Museu de Aveiro, casas Arte Nova;
- **Ílhavo.** Museu Marítimo, Museu e Fábrica de Porcelana Vista Alegre;
- **Costa Nova.** Palheiros de riscas coloridas;
- **Praia da Barra.** Farol da Barra, o mais alto de Portugal;
- **Praia de Mira.** Palheiros da Tocha;
- **Montemor-o-Velho.** Castelo.

Curiosidade: Muitas das casas em estilo Arte Nova, em Aveiro, foram construídas por emigrantes regressados do Brasil na primeira metade do século XX.

Centro de Portugal



A sul de Coimbra | 2 dias

DIA 1

Coimbra – Condeixa-a-Nova – Conímbriga – Leiria – Batalha – Alcobaça – Nazaré – Caldas da Rainha – Peniche

A não perder:

- **Conímbriga.** Ruínas Romanas e Museu Monográfico;
- **Leiria.** Castelo medieval;
- **Batalha.** Mosteiro de Santa Maria da Vitória;
- **Alcobaça.** Mosteiro de Alcobaça;
- **Nazaré.** Sítio, Ermida de Nossa Senhora, Praia do Norte (conhecida pelas ondas gigantes);
- **Caldas da Rainha.** Parque D. Carlos I, Museu Malhoa.

Sugestão: Perto das Caldas da Rainha, visitar a pequena vila amuralhada de Óbidos.

Curiosidade: O Mosteiro de Alcobaça, onde se encontram os túmulos de D. Pedro e D. Inês de Castro, foi uma das primeiras igrejas em estilo gótico construídas em Portugal, pela Ordem de Cister.

DIA 2

Peniche – Porto de Mós – Mira de Aire – Fátima – Ourém – Tomar

A não perder:

- **Porto de Mós.** Castelo, Parque Natural das Serras de Aire e Candeeiros;
- **Mira de Aire.** Visita às grutas;
- **Fátima.** Santuário;
- **Ourém.** Castelo;
- **Tomar.** Convento de Cristo.

Castelo Branco / Serras da Estrela e Açor (Aldeias Históricas) | 3 dias

DIA 1

Castelo Branco – Idanha-a-Velha* – Monsanto* – Penha – Garcia – Castelo Novo* – Belmonte* – Sortelha*

A não perder:

- **Castelo Branco.** Jardim do Paço Episcopal, Museu Francisco Tavares Proença Júnior;
- **Idanha-a-Velha.** Catedral Visigótica;
- **Monsanto.** Castelo, casas incrustadas nas rochas;
- **Belmonte.** Museu dos Descobrimentos, Museu Judaico e Judiaria.

Curiosidade: Pedro Álvares Cabral, que chegou ao Brasil em 1500, nasceu em Belmonte em 1467.

DIA 1

Sortelha* – Guarda – Castelo Mendo* – Almeida* – Castelo Rodrigo* – Pinhel – Marialva*

A não perder:

- **Guarda.** Catedral.

Curiosidade: Guarda é a cidade mais alta de Portugal. As muralhas de Almeida, vistas do ar parecem uma estrela de 12 pontas.

DIA 3

Marialva* – Trancoso* – Celorico da Beira* – Linhares da Beira* – Folgoso – Gouveia – Penhas Douradas – Seia – Piodão*

A não perder:

- **Linhares da Beira.** Castelo;
- **Seia.** Museu do Pão, Museu do Brinquedo, Centro Interpretativo da Serra da Estrela;
- **Piodão.** Casas de xisto.

***Aldeias Históricas.** São aldeias medievais, feitas de granito e xisto, estrategicamente alinhadas ao longo da fronteira.

Lisboa Região



Lisboa Região



A região de Lisboa tem um vasto patrimônio cultural e insere-se numa região diversificada, que permite desfrutar de uma multiplicidade de atividades ao ar livre, como o surfe e o golfe.

Lisboa, capital de Portugal, é a única da Europa em que o sol se põe no mar. A característica luz natural de Lisboa, considerada única e especial, é realçada pela cor da calçada portuguesa e pelos materiais utilizados na arquitetura. Uma cidade autêntica, onde hábitos antigos e uma história milenar se cruzam com a animação cultural e a inovação tecnológica, encantando todos os dias portugueses e estrangeiros. Lisboa não tem idade.

Razões para visitar a região

Lisboa. A capital do país junto ao Rio Tejo é conhecida pela luminosidade, pelo encanto das suas sete colinas a descobrir num passeio de bonde pelos bairros históricos ou de preferência a pé, para sentir uma cidade que vibra do Chiado ao Castelo, ou de Belém ao Parque das Nações.

Sintra. A vila romântica por excelência, é paisagem cultural classificada pela UNESCO e um Parque Natural de beleza deslumbrante. Uma visita inesquecível, onde não podem faltar os Palácios da Vila, da Pena, de Monserrate ou a Quinta da Regaleira, o Cabo da Roca, ponto mais ocidental do continente europeu, e um pouco mais ao norte, Mafra e o seu convento imponente.

De Belém ao Guincho. A estrada acompanha o rio Tejo e o mar com vistas belíssimas de monumentos que são patrimônio mundial (Mosteiro dos Jerónimos e Torre de Belém), uma sucessão de praias (como Carcavelos e Guincho, locais privilegiados para surfe e windsurfe) e as vilas de Oeiras, Estoril e Cascais, que conservam uma aura aristocrática.

O Parque Natural da Arrábida. A sul de Lisboa, é um espetáculo exuberante da natureza num misto de serra e mar, com espécies raras de flora e fauna. Bem perto, a imperdível Reserva Natural do Estuário do Sado, habitat de golfinhos e cegonhas, e um pouco mais ao norte, o Estuário do Tejo, onde se avistam flamingos. Mas há também praias espetaculares, da Costa de Caparica a Sesimbra, que

são espaços privilegiados para lazer e esportes.

Cultura e lazer. Na música destaca-se o fado, que também é patrimônio imaterial da Humanidade e pode ser escutado em restaurantes tradicionais ou nas pequenas tascas dos bairros típicos. Mas há muito mais para ver e fazer – dos espetáculos musicais de todos os gêneros e com nomes marcantes do panorama internacional, às exposições e inúmeros Museus e Monumentos com coleções valiosas para descobrir e apreciar.

Esportes. Com um clima ameno ao longo de todo o ano, esta região oferece excelentes condições para a prática de atividades ao ar livre. Destacam-se os esportes de ondas, sendo a Ericeira a 1ª Reserva de Surfe da Europa, e as Praias de Carcavelos e Guincho, pontos bem conhecidos para surfe e windsurfe. O Golfe também ocupa um lugar especial, já que a região de Lisboa foi classificada como melhor destino europeu por várias vezes, possuindo diversos campos para todos os níveis de praticantes.

Arquitetura e arte urbana. Além do patrimônio secular que atravessa vários estilos arquitetônicos, com destaque para o manuelino e o barroco, há diversos edifícios do século XX e XXI de grande qualidade arquitetônica. E um pouco por toda a parte é preciso estar atento para apreciar verdadeiras obras de arte moderna que cobrem paredes e empenas de edifícios nos locais mais improváveis.

LISBOA



DICA



Leve consigo o Diploma do Cabo da Roca, um documento lacrado que comprova que o visitante esteve no ponto mais ocidental do continente europeu.

Para colocar na agenda

Da ópera aos grandes shows internacionais, exposições e competições esportivas, a oferta é vasta para preencher o tempo livre, mas há eventos que se destacam ao longo do ano, como por exemplo:

- **Meia Maratona** (abril, Lisboa)
- **Peixe em Lisboa** (abril, Lisboa)
- **Indie Festival** (maio, Lisboa)
- **Festas de Lisboa** em homenagem a Santo António (junho, Lisboa)
- **Maratona de Lisboa** (outubro, Cascais/Lisboa)
- **Doclisboa** (novembro, Lisboa)
- **Lisbon & Estoril Film Festival** (novembro, Lisboa/Estoril)
- **Festas de Final de Ano** (dezembro, Lisboa)

Vários festivais de música:

- **Dias da Música em Belém** (abril, Lisboa)
- **Rock in Rio** (junho, Lisboa)
- **NOS Alive, Super Bock Super Rock, EDP Cool Jazz** (julho, Lisboa)
- **Jazz em Agosto** (agosto, Lisboa)

Lisboa Região



Fazer compras

Na região de Lisboa não faltam lojas com tradição, mercados de rua ou modernos *shoppings*, sendo muitos os locais que oferecem um pouco de tudo. Em Lisboa destaca-se a Avenida da Liberdade com marcas internacionais, a Baixa pombalina com lojas centenárias, o Chiado, o Bairro Alto e o Príncipe Real, dedicados ao *design* e aos criadores de moda.

Para saborear

• Bacalhau à Brás

• Pastéis de Bacalhau

• Sardinhas Assadas

• Peixes e Mariscos

• Bife à Marrare

• Choco Frito (zona de Setúbal)

• Peixinhos da Horta

• Queijo de Azeitão

• Tortas de Azeitão

• Queijadas e Travesseiros de Sintra

• Nozes de Cascais

• Pastéis de Belém

• Castanha Assadas

• Ginjinha

• Vinho Moscatel de Setúbal

• Vinhos de Carcavelos

• Vinhos de Colares





Sair à noite

Lisboa é uma das capitais europeias mais seguras, e sair à noite é uma atividade que pode ser desfrutada sem preocupações. Você pode começar a noite apreciando as vistas da cidade a partir dos miradouros e seus quiosques (São Pedro de Alcântara ou o Miradouro de Santa Catarina). Para jantar, há muitas opções por toda a cidade, e a animação noturna, embora diversificada, tem especial protagonismo na zona do Bairro Alto, do Cais do Sodré, com a famosa Rua Cor de Rosa, exclusivamente para pedestres, a Lx Factory, a zona 24 de Julho / Docas, uma antiga zona portuária da cidade frequentada por um público jovem, apreciador de restaurantes, bares e baladas de referência.

Sugestão: Marcar um jantar numa casa de fado e assistir a uma das principais heranças culturais do país.

Nos arredores de Lisboa, alguns dos melhores locais para sair à noite estão do lado do rio ou do mar. **Oeiras, Carcavelos, Estoril e Cascais** possuem bares animados com vista para a água, que em muitos casos dão acesso ao areal da praia. Em **Cascais**, o centro da vila, os bares da Praça de Camões, a Marina de Cascais e o Casino Estoril são também pontos imperdíveis.

Viajar em família

Garanta a diversão de toda a família com atividades culturais e interessantes para todos:

- Em Lisboa, uma visita ao **Jardim Zoológico**, ao **Oceanário**, que é um dos maiores da Europa, ou ao **Aquário Vasco da Gama**.

- Um passeio de bonde por Lisboa, nos elevadores, no **Elevador de Santa Justa** ou no bonde que liga **Sintra à Praia das Maças**.

- Uma viagem pela História visitando a **Torre de Belém**, o **Castelo de São Jorge** em Lisboa ou o **Castelo dos Mouros** em Sintra.

- Explorar os museus da cidade: conhecer os transportes que antigamente se usavam no **Museu dos Coches**, ver como as pessoas se vestiam no **Museu do Traje**, conhecer o **Museu da Marioneta**.

- Os que gostam de brincar de cientista podem fazer experiências



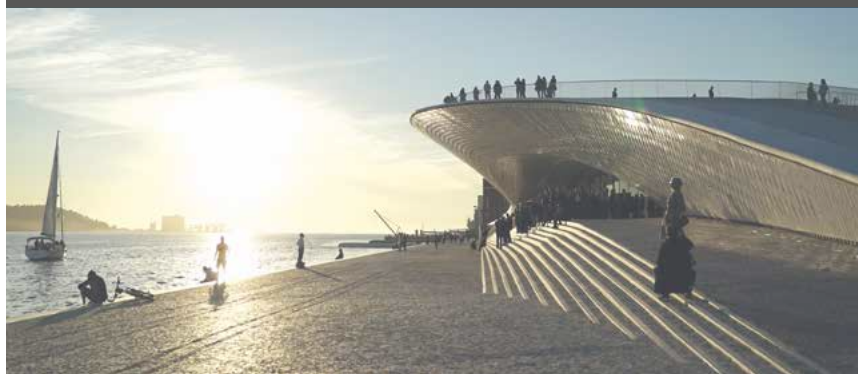
no **Pavilhão do Conhecimento** no Parque das Nações, visitar o **Museu de Marinha** e apreciar maquetes de navios, instrumentos náuticos e algumas embarcações em tamanho natural, ou conhecer o **Museu da Eletricidade**, a antiga usina que produzia e distribuía eletricidade para esta região.

- Nas redondezas, em **Mafra**: a Tapada Nacional, onde cervos e javalis vivem em liberdade, e que é possível conhecer num passeio de minitrem, o **Centro de Recuperação do Lobo Ibérico** para conhecer de perto essa espécie, ou a **Aldeia de José Franco** no Sobreiro.

- No Rio Sado, junto a Setúbal, um passeio de barco para ver **golfinhos**, ou no estuário do Tejo, uma visita aos **Moinhos de Maré**.

- Passar um dia na **Kidzania**, nos arredores de Lisboa.

O MAAT – Museu de Arte, Arquitetura e Tecnologia, é um museu situado na zona de Belém, que coloca em comunicação um novo edifício, desenhado pelo atelier de arquitetura Amanda Levete Architects, e a Central Tejo, um dos exemplos nacionais de arquitetura industrial da primeira metade do século XX, e um dos polos museológicos mais visitados do país.



Dicas

- Apreciar as vistas sobre Lisboa do Castelo de São Jorge, dos Miradouros da Graça e de Nossa Senhora do Monte, ou do Cristo Rei em Almada.

- A região de Lisboa e a Península de Setúbal são regiões com longa história dos vinhos de Portugal. Aqui é produzida uma enorme variedade de vinhos. Explore as várias áreas vinícolas que existem na região.

- Saboreiar o famoso Queijo de Azeitão. A sua origem remonta ao século XIX, quando um queijeiro da Serra da Estrela se estabeleceu em Azeitão e ensinou aos pastores da região os segredos da fabricação. Prove-o acompanhado com um dos vinhos da região.

- Fazer um passeio de bonde pelas colinas de Lisboa.

- Saborear um pastel de nata com canela acompanhado com um café.

- Visitar o Museu Nacional dos Coches, uma coleção de carruagens dos séculos XVII e XVIII única no mundo que está instalada em Belém, num edifício desenhado pelo arquiteto brasileiro Paulo Mendes da Rocha.

- Passear ao longo do Rio Tejo – no Parque das Nações, na Ribeira das Naus ou em Belém.

- Conhecer a história do Fado em Alfama no Museu que lhe é dedicado ou nas ruas desse bairro típico onde a sua expressão é mais genuína.

- Visitar a Reserva Natural do Estuário do Tejo em Alcochete para observar a colônia de flamingos que ali reside.

- Fazer a travessia do Rio Sado entre Setúbal e Troia e admirar os golfinhos que habitualmente vêm acompanhar os barcos.

- No Parque Natural da Arrábida, admirar todos os tons de azul e verde do mar e da vegetação, seguindo até Sesimbra para degustar o peixe fresco e terminar o dia com uma visita ao Cabo Espichel.

- Percorrer a estrada marginal de automóvel ou de trem com passagem pelas vilas cosmopolitas do Estoril e Cascais e admirar as vistas sobre o Rio Tejo e o mar.

- Passar um dia em Sintra para visitar os parques e os palácios e saborear a doçaria em que se destacam as queijadas e os travesseiros.

Curiosidade: D. Pedro IV de Portugal e I Imperador do Brasil nasceu e morreu no Palácio Nacional de Queluz.

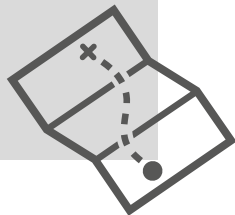


CONVENTO DE MAFRA

- Visitar o conjunto monumental constituído pelo Convento e o Palácio Nacional de Mafra e conhecer a sua belíssima biblioteca e se possível assistir a um concerto executado pelos 2 carrilhões de 98 sinos ou pelos 6 órgãos da Basílica, um conjunto único no mundo.

- Passear pelas ruas da vila de pescadores da Ericeira, de onde D. João VI partiu para o seu exílio no Brasil.

Lisboa Região



Itinerários

Conhecer Lisboa | 1 dia (imperdível)

Manhã

• Passeio pela **Baixa**. Tradicional bairro de compras onde se encontram várias lojas centenárias; **Terreiro do Paço-Arco da Rua Augusta**: vista sobre uma das mais bonitas praças da Europa. Seguir a pé ou de bonde para visitar a **Sé de Lisboa** e o Miradouro de Santa Luzia e o **Castelo de São Jorge** para outras vistas sobre a cidade. **Museu Nacional de Arte Antiga** – um dos mais importantes do país.

Tarde

• **Belém – Museu dos Coches**. Possui uma das mais importantes coleções do gênero no mundo; **Mosteiro dos Jerónimos** (estilo manuelino) e o **Museu de Marinha** (onde se encontra o hidroavião em que Gago Coutinho e Sacadura Cabral realizaram em 1922 a primeira travessia aérea do Atlântico Sul entre Lisboa e o Rio de Janeiro, e o bergantim real que transportou D. João VI, pai de D. Pedro, até o navio que levou a família real ao Brasil); a visitar também o moderno **Centro Cultural de Belém** e **Museu Berardo** (arte contemporânea).

Noite

• Finalizar o dia vendo o pôr do sol na **Torre de Belém**.

Lisboa | 3 dias (para conhecer bem a cidade)

DIA 1 – Colinas de Lisboa

Manhã

• **Miradouro do Centro Comercial das Amoreiras**. Vista de 360° sobre a cidade a partir da Torre 1; **Fundação Arpad Szènes – Vieira da Silva**, junto ao Jardim das Amoreiras e à Mãe d'Água, reúne uma coleção de obras desses dois grandes pintores do séc. XX;

• **Miradouro de São Pedro de Alcântara**. Para admirar a vista sobre Lisboa; **Igreja de São Roque** – a fachada austera não permite imaginar a riqueza do interior em mármore e talha dourada, que tem o seu expoente máximo na Capela de São João Batista, com paredes cobertas de materiais preciosos; **Café Brasileira** – estátua de Fernando Pessoa; **Igreja dos Mártires**;

• **Museu do Chiado**. Museu de arte contemporânea que reúne importante coleção de pintura dos meados do séc. XIX até a atualidade.

Tarde

• Zona do **Chiado**.
• **Elevador de Santa Justa**; **Baixa**; **Terreiro do Paço – Arco da Rua Augusta**; **Sé**. Construída em estilo românico, séc. XII, sobre antiga mesquita; vistas de Lisboa dos Miradouros de Santa Luzia e das Portas do Sol; **Museu-Escola de Artes Decorativas** – no ambiente de uma casa fidalga portuguesa do séc. XVIII uma coleção de arte que reúne peças de mobiliário, tapeçaria, pintura e ourivesaria de valor excepcional; **Mosteiro de São Vicente de Fora** – arquitetura maneirista e barroca, construído entre os sécs. XVI e XVIII, possui 81 conjuntos de painéis de azulejaria onde são narradas as fábulas de La Fontaine; muito perto a **Igreja de Santa Engrácia** – arquitetura maneirista e barroca e Panteão Nacional, onde estão sepultados vários presidentes da República e figuras como Amália Rodrigues e Eusébio; **Miradouro da Graça** – vistas deslumbrantes sobre a cidade e o castelo.

DIA 2 — Grandes espaços

Manhã

• **Palácio Nacional da Ajuda**. Estilo neoclássico, residência da família real no séc. XIX, importante coleção. de artes decorativas; Belém – **Museu dos Coches** – coleção única no mundo de viaturas utilizadas pela corte portuguesa do séc. XVII ao XIX, exposta em dois edifícios: o antigo Picadeiro junto ao Palácio de Belém e um edifício moderno de autoria do arquiteto brasileiro Paulo Mendes da Rocha. **MAAT – Museu de Arte Arquitetura e Tecnologia**, que integra a Central Tejo, antiga usina elétrica que abastecia a área de Lisboa.

Tarde

• Área de **Belém**.

• **Mosteiro dos Jerónimos**. Expoente do estilo manuelino, **Torre de Belém**; **CCB — Centro Cultural de Belém**, não deixe de provar os pastéis de Belem e de visitar a pastelaria onde são fabricados;

• **Museu do Oriente**; **Basílica da Estrela**. Em estilo barroco, com fachada neoclássica; interior imponente, se destaca o presépio esculpido por Machado de Castro; **Museu Nacional de Arte Antiga** – notável coleção de pintura portuguesa e europeia dos sécs. XIV-XIX, escultura e ourivesaria.

DIA 3 – Passado recente

Manhã

• **Casa-Museu Dr. Anastácio Gonçalves**. Num edifício Arte Nova, coleções de mobiliário, porcelanas e pintura (sécs. XVIII-XIX);

• **Fundação Calouste Gulbenkian**. Um jardim no meio da cidade, onde se pode visitar o museu da coleção particular de Calouste Gulbenkian, constituída por arte egípcia, islâmica, greco-romana e pintura europeia, e o **Centro de Arte Moderna José Azeredo Perdigão**, dedicado à pintura portuguesa contemporânea; **Igreja de Nossa Senhora de Fátima** – construída nos anos 30, é um exemplar do Modernismo português; os vitrais de Almada Negreiros, importante pintor da primeira metade do séc. XX; **Museu da Cidade**.

Tarde

• **Parque das Nações**. Espaço industrial reconvertido para a Expo 98 e reaproveitado como área urbana onde é possível apreciar obras de arquitetura moderna como a **Estação do Oriente** do arquiteto espanhol Santiago de Calatrava, o **Pavilhão de Portugal** de do arquiteto Siza Vieira com colaboração do arquiteto Souto de Moura, e o **Pavilhão Atlântico** projetado por Regino Cruz; visitar o **Oceanário**, com cenários, ambientes e espécies marinhas das várias partes do mundo, e o **Pavilhão do Conhecimento**, um centro interpretativo dedicado à ciência.

Noite

• No **Parque das Nações** existe uma diversidade de restaurantes onde se pode jantar com uma deslumbrante vista para o rio, que por ser tão largo nessa área, é conhecido como Mar da Palha.

CASTELO DE S. JORGE, LISBOA

© Francisco Prata



Lisboa Região

De Sintra até ao mar | 1 dia

Lisboa – Queluz – Sintra – Colares – Cabo da Roca – Guincho – Cascais

A não perder:

- **Queluz.** Palácio e jardins;
- **Sintra.** Palácio Nacional da Vila, Quinta da Regaleira, Palácio e Parque da Pena, Castelo dos Mouros, Parque e Palácio de Monserrate;
- **Cabo da Roca.** O ponto mais ocidental do continente europeu;
- **Guincho.** Praia;
- **Cascais.** Marina, Museu dos Condes de Castro Guimarães, Casa das Histórias de Paula Rego.

Sugestão: Passear de carro pela Marginal, junto ao mar, entre Cascais e Lisboa.



Entre dois rios, o Tejo e o Sado | 1 dia

Lisboa – Cabo Espichel – Sesimbra – Vila Nogueira de Azeitão – Palmela – Setúbal

A não perder:

- **Cabo Espichel.** Santuário; vista sobre a Arriba Fóssil da Costa de Caparica;
- **Sesimbra.** Castelo;
- **Vila Nogueira de Azeitão.** Visita a adega e prova de vinhos;
- **Palmela.** Castelo;
- **Setúbal.** Castelo, vista sobre a Reserva Natural do Estuário do Sado.

Sugestões: Almoçar em Sesimbra, num dos restaurantes com vista para o mar.
Fazer um passeio pelas praias do Portinho da Arrábida, Galapos ou Figueirinha, que fazem parte do Parque Natural da Serra da Arrábida.



ARRÁBIDA

© José Manuel

PRAÇA DO GIRALDO, ÉVORA

Alentejo



Alentejo



O Alentejo apresenta cenários tão diversos como as típicas planícies, uma longa costa com praias de tirar o fôlego, cidades centenárias e aldeias pitorescas ainda intactas.

Com vestígios arqueológicos um pouco por toda a parte, a região alentejana é um lugar de eleição para quem aprecia a paz e a tranquilidade.



PASSEIO DE BALÃO, ALJUSTREL

Razões para visitar a região

Patrimônio mundial. A UNESCO distinguiu o centro histórico de Évora, onde se encontram todas as épocas da História, e as fortificações de Elvas. Reconheceu também o valor das tradições e saberes regionais classificando como patrimônio imaterial o cante alentejano e a fabricação de chocalhos.

Arqueologia e História. Esta região possui uma história muito antiga, como o testemunham os muitos cromlechs, antas e dolmens, ou as ruínas de origem romana e islâmica. Mais “recentes” são os castelos erguidos para defender as fronteiras e que hoje em dia são pontos privilegiados para admirar a paisagem, como em Marvão ou Santarém, e os conventos, muitos deles convertidos em unidades de alojamento onde se pode descansar viajando no tempo.

Rotas e percursos. Além do grande número de percursos para pedestres e estradas para excelentes passeios de bicicleta, destacam-se rotas dedicadas aos frescos que decoram as paredes internas de muitas igrejas, ao mármore extraído na região e utilizado como revestimento em muitos monumentos, ou ao vinho que aqui é produzido e que pode ser saboreado nas fazendas e quintas onde tem origem.

Natureza. Os Parques Naturais da Serra de São Mamede, do Vale do Guadiana e do Sudoeste Alentejano são áreas protegidas, bem como muitos outros locais para atividades ao ar livre como a observação de aves e a prática de esportes variados.

Litoral alentejano. Das praias de grandes areais às menores, aninhadas entre rochas, encontra-se aqui uma grande variedade de opções, para os que gostam de atividades radicais e de praticar esportes como o surfe ou simplesmente para uns banhos de mar e sol.

Alqueva. O grande lago formado pela laguna da barragem é ideal para esportes náuticos ou para passeios de barco, e as suas condições naturais proporcionam um ambiente de placidez e serenidade, sendo uma área protegida e certificada internacionalmente, registrada como Reserva Dark Sky Alqueva.

Gastronomia e vinhos. Com uma base muito simples (pão e água) a que se juntam ervas aromáticas e outros ingredientes, criaram-se iguarias deliciosas como a sopa de cação e diversas açordas, migas e ensopados. Mas também há pratos de peixe fresco e combinações de carne com mariscos, como a carne de porco à alentejana, os queijos de Nisa, Serpa e Évora, e os doces conventuais de que são exemplo a Sericaia, o Pão de Rala e a Encharcada. Quanto aos vinhos, sendo o Alentejo uma região vinícola de grande tradição, possui vinhos de excelência nas oito áreas de Denominação de Origem controlada – Portalegre, Borba, Redondo, Reguengos, Vidigueira, Évora, Amareleja/Granja e Moura.

Para colocar na agenda

- **Festival Terras Sem Sombra** (fevereiro a junho, várias localidades)
- **Festival Islâmico de Mértola** (maio em anos ímpares, Mértola)
- **Festival Músicas do Mundo** (julho, Sines)
- **Festival MEO Sudoeste** (agosto, Zambujeira do Mar)
- **Feira da Castanha** (novembro, Marvão)



MARVÃO



Levar para casa

- **Produtos em cortiça**, couro, pelo, chifre, olaria
- **Tapeçaria** de Portalegre
- **Tapetes** de Arraiolos
- **Bonecos** de Estremoz
- **Chocalhos**
- **Barros** de S. Pedro do Corval
- **Peças de mármore**



Alentejo

Para saborear

- Sopa de Cação
- Sopa de Tomate
- Sopa de Beldroegas
- Gaspacho à Alentejana
- Açorda
- Migas
- Tibornas
- Enchidos
- Ensopado de Borrego
- Carne de Porco à Alentejana
- Empadas de Galinha
- Peixe (junto à costa)
- Queijos Regionais
- Bolo Rolão
- Sericaia e outros Doces Conventuais
- Pezinhos de Porco de Coentrada
- Lebre e outros pratos de caça

Viajar em família



- Passar o dia no Badoca Safari Park, no meio da natureza e da vida selvagem.
- Conhecer a maior barragem de Portugal, a Barragem do Alqueva.
- Explorar o Fluviário de Mora, o maior aquário de água doce da Europa.
- Percorrer, a pé ou de bicicleta, a Ecopista de Évora e descobrir esta cidade Património Mundial da Unesco.
- Visitar o lagar da Oliveira da Serra.
- Viajar no tempo no Complexo Mineiro do Lousal (Centro de Ciência Viva).

- Percorrer a Rota Vicentina e tentar observar as cegonhas que nidificam nas escarpas junto ao Cabo Sardão, caso único em toda a Europa.
- Descobrir estrelas e constelações contemplando o Dark Sky Alqueva.
- Fazer um passeio de balão sobre as planícies.
- Conhecer a vila de Marvão rodeada por muralhas no ponto mais alto da Serra de São Mamede.
- Seguir a Rota do Fresco para apreciar a beleza interior de diversas igrejas e monumentos.
- Visitar o Jardim das Portas do Sol e o castelo de Santarém para admirar a vista sobre as lezírias e o Rio Tejo.
- Visitar a Igreja da Graça de estilo gótico em Santarém, onde se encontra o túmulo de Pedro Álvares Cabral.
- Conhecer o majestoso Palácio de Vila Viçosa, pertencente à Casa de Bragança.
- Apreciar as tradições equestres na Golegã ou na Coudelaria de Alter do Chão.
- Passar a noite num barco no lago do Alqueva.

Itinerários



Conhecer o Ribatejo e o Alentejo | 2 dias

DIA 1

Golegã – Santarém – Alpiarça – Benavente – Montemor-o-Novo – Évora

A não perder:

- **Golegã.** Igreja Matriz, Casa-Estúdio Carlos Relvas;
- **Santarém.** Castelo, Miradouro das Portas do Sol, Igreja da Graça, Casa do Brasil;
- **Alpiarça.** Casa-Museu dos Patudos;
- **Benavente.** Companhia das Lezírias;
- **Évora.** Templo Romano, Sé, Universidade, Igreja de Santo Antão, Praça do Giraldo, Igreja da Graça, Museu de Évora, Igreja de São Francisco e Capela dos Ossos.

DIA 2

Évora – Reguengos de Monsaraz – Monsaraz – São Pedro do Corval – Alandroal – Redondo – Vila Viçosa – Borba – Estremoz – Elvas

A não perder:

- **Reguengos de Monsaraz.** Rota de Vinhos do Alentejo;
- **Monsaraz.** Castelo, Igreja de Santa Maria, Lago do Alqueva;
- **São Pedro do Corval.** Centros de olaria;
- **Alandroal.** Castelo;
- **Vila Viçosa.** Paço Ducal, o que inclui Núcleo dos Coches e da Caça e Tesouro;
- **Estremoz.** Castelo;
- **Elvas.** Fortificações de Elvas.

Sugestão: Almoçar no Redondo.



CASTELO DE ALMOUROL

© Paulo Magalhães



MONSARAZ

Alentejo

Passeio na Serra de São Mamede | 1 dia

Portalegre – Marvão – Castelo de Vide – Nisa – Crato – Alter do Chão – Avis

A não perder:

- **Portalegre.** Manufatura das Tapeçarias de Portalegre, Sé;
- **Marvão.** Castelo;
- **Castelo de Vide.** Judiaria;
- **Alter do Chão.** Coudelaria;
- **Avis.** Barragem do Maranhão.

Sugestão: Apreciar toda a beleza do Cavalo Lusitano na coudelaria de Alter do Chão.

PRAIA, PORTO COVO



Planície dourada | 1 dia

Beja – Castro Verde – Mértola – Serpa – Moura – Alqueva – Portel – Viana do Alentejo – Alvão

A não perder:

- **Beja.** Castelo, Museu Rainha D. Leonor;
- **Mértola.** Núcleos museológicos romano e islâmico;
- **Serpa.** Castelo, miradouro do alto de São Gens;
- **Moura.** Castelo;
- **Portel.** Castelo;
- **Viana do Alentejo.** Castelo, Igreja Matriz;
- **Alvão.** Castelo, Igreja de Nossa Senhora da Assunção, Ermida de São Sebastião.

Sugestão: Passear de barco no Alqueva.

Litoral alentejano | 1 dia

Alcácer do Sal – Comporta – Melides – Santiago do Cacém – Sines – Vila Nova de Milfontes – Zambujeira do Mar

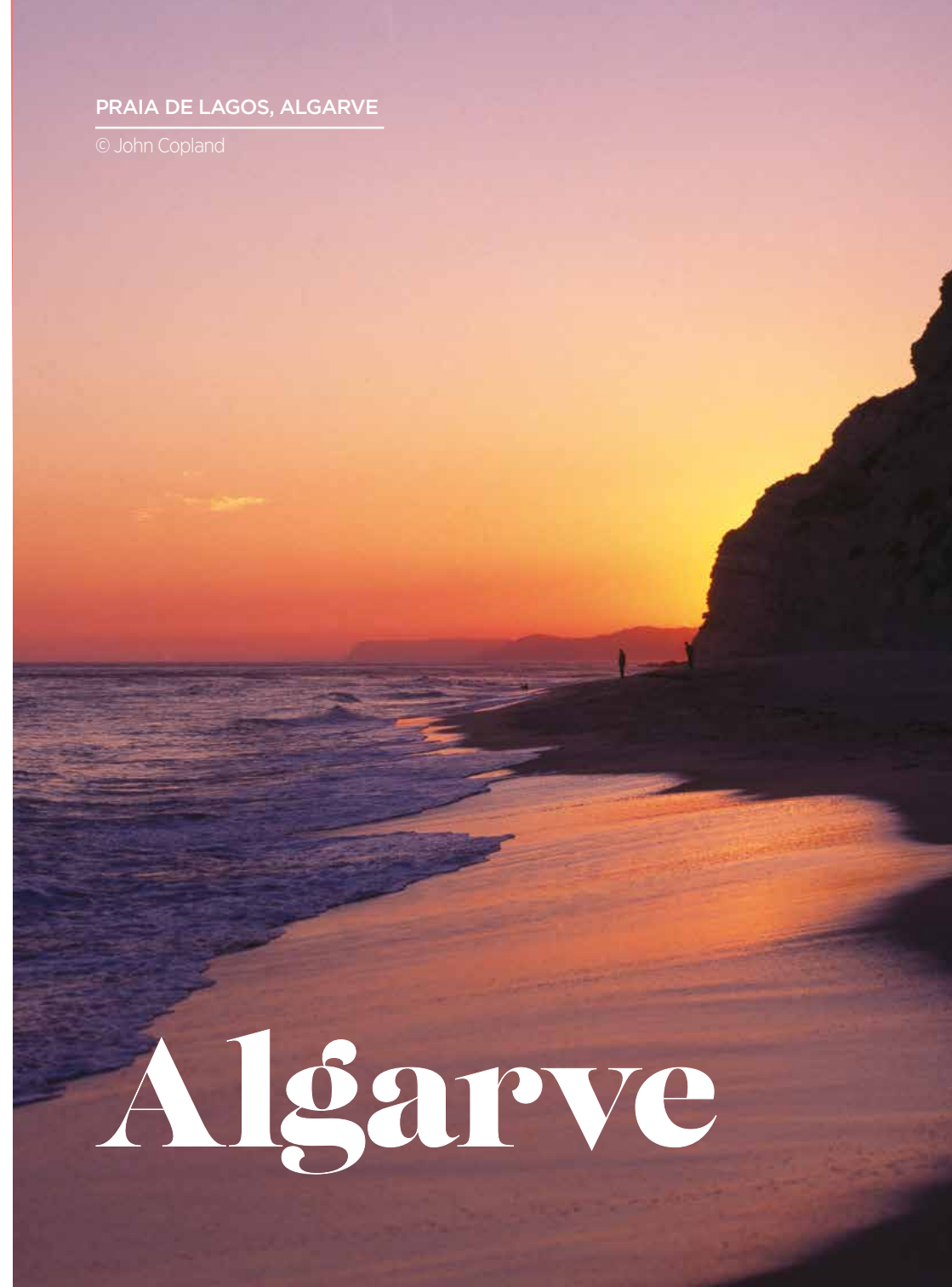
A não perder:

- **Alcácer do Sal.** Castelo;
- **Comporta.** Praia;
- **Santiago do Cacém.** Ruínas de Miróbriga;
- **Sines.** Castelo;
- **Vila Nova de Milfontes.** Praia de Almogrove.

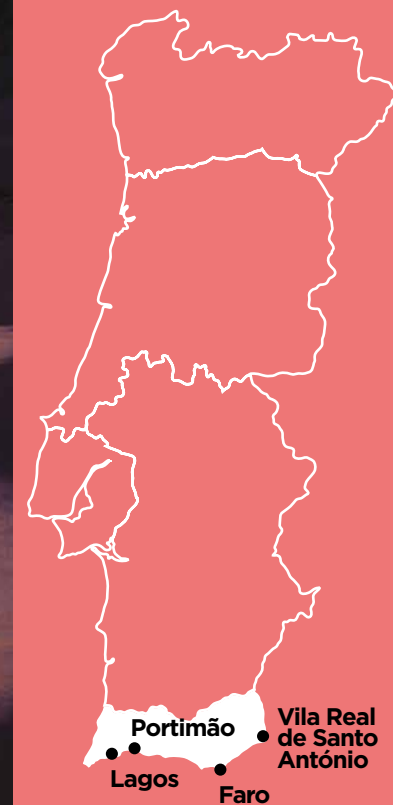
Sugestão: Entre a Comporta e Santiago do Cacém, ir à Praia do Carvalhal, perto da Comporta, ou de Melides.

PRAIA DE LAGOS, ALGARVE

© John Copland



Algarve



Algarve



No sul do país, encontramos o Algarve, região com uma faixa costeira extensa, repleta de excelentes praias e com um interior rico em zonas verdes e serras.

Com uma vasta oferta de hotéis de grande qualidade, uma vida noturna animada e clima agradável durante o ano inteiro, o Algarve é um excelente destino de férias onde se pode desfrutar de diversas atividades ao ar livre, como jogar golfe nos seus 40 campos, ou andar a pé e de bicicleta nas diversas trilhas que percorrem toda a região.

Razões para visitar a região

Sol e praia. As praias do Algarve, que na sua maioria foram distinguidas com bandeira azul da Europa, são consideradas entre as melhores do mundo. Distribuídas ao longo de cerca de 200 km de costa, oferecem excelentes condições, com areia branca e águas límpidas, tranquilas e mornas. O clima excecional, com cerca de 300 dias de sol por ano, completa esta oferta, fazendo da região um excelente destino de férias..

Golfe. Portugal foi eleito nos anos de 2014, 2015, 2016 e 2017 como o Melhor Destino de Golfe do Mundo pelos World Golf Awards. O Algarve faz jus a esta distinção, pela sua grande diversidade de campos de ótima qualidade (cerca de 40), muitos deles com traçados concebidos por arquitetos internacionais de renome. O clima ameno e temperado proporciona uma época prolongada para jogar, atraindo golfistas do mundo inteiro.

Passeios a pé e de bicicleta. O Algarve tem uma vasta rede de percursos que atravessam paisagens muito variadas: a serra, com caminhos sinuosos por montes e vales, uma costa quase selvagem e escarpada, e trilhas mais planas à beira-mar ou na tranquilidade da Ria Formosa. Esses percursos estão organizados em quatro grandes rotas – Via Algarviana, Rota Vicentina, Ecovia do Atlântico e a Grande Rota do Guadiana – ligadas entre si, que são uma excelente forma de conhecer toda a região.

Natureza. Com paisagens tão diversificadas, o Algarve tem uma grande biodiversidade que se mostra em todo o seu esplendor nos seus Parques e Reservas Naturais – Ria Formosa, Costa Vicentina, ou

Sapal de Castro Marim, ótimos locais para observação de aves ou da flora. A região proporciona inúmeras experiências e roteiros com diferentes graus de exigência física e que podem ser praticadas em terra, no mar, ou até mesmo no ar.

Cultura e tradição. No património há muitos tesouros para descobrir, destacando-se Silves, no passado foi capital do reino árabe, Sagres e Lagos, muito importantes nos Descobrimentos do século XV, Tavira, uma vitrine da arquitetura tradicional, ou o centro histórico de Faro, com a sua belíssima catedral. Já a cultura tradicional, dos costumes ao folclore e ao artesanato, mostra as influências dos vários povos que por aqui passaram, também patentes numa rica gastronomia em que se destacam os peixes frescos e mariscos e os doces à base de amêndoa e figo.

Animação. No Algarve a animação permanente está garantida, principalmente nas zonas mais cosmopolitas, como Albufeira, Portimão, Lagos e Vilamoura. A programação é feita pensando-se nos visitantes, e mesmo no inverno há vários eventos que trazem cor e alegria à região, como o Carnaval, os festivais de música ou de gastronomia, as recriações históricas e as feiras e festas tradicionais que se realizam um pouco por toda parte.

Resorts & Spas. Cuidar da saúde e do bem-estar é imprescindível. Para isso, o Algarve dispõe de diversos spas, centros de talassoterapia e as Termas de Monchique. O descanso está ao alcance de todos numa variedade de aldeamentos e hotéis que a região oferece. Dos mais simples aos mais sofisticados, todos têm algo em comum: um prazer genuíno de bem receber.

PRAIA DO BENAGIL, LAGOA

© Bruno Carlos



Para colocar na agenda

• **Festas da Mãe Soberana** (abril, Loulé)

• **Algarve NatureWeek** (maio, Tavira)

• **Festival Internacional Literário de Querença** (maio, Querença)

• **Open de Portugal – Golfe** (maio, Portimão)

• **Festival Med** (junho/julho, Loulé)

• **Festival Internacional de Jazz de Loulé** (julho, Loulé)

• **Feira Medieval de Silves** (agosto, Silves)

• **Dias Medievais em Castro Marim** (agosto, Castro Marim)

• **Portugal Masters** (setembro, Vilamoura)

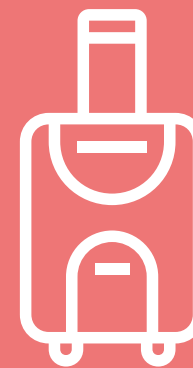
• **FIESA** (maio-outubro, Pêra)

• **Festival de Observação de Aves** (outubro, Sagres)

Algarve

Para saborear

- Amêijoas na Cataplana
- Sardinha Assada
- Carapaus Alimados
- Estupeta de Atum
- Polvo Grelhado ou Assado
- Lulas e Chocos
- Xerém de Conquilhas
- Salada Algarvia
- Cozido de Grão
- Enchidos de S. Brás de Alportel e de Querença
- Laranja do Algarve
- Dom Rodrigo
- Doce Fino (amêndoa) / Doces de Figo
- Doces de Alfarroba



Levar para casa

• **Doçaria regional** (amêndoa, figo e alfarroba) e produtos derivados

• **Mel de Monchique**

• **Flor de sal**

• **Cestos** de empreita (entrançado de palma)

• Produtos de **cobre e ferro** forjado

• **Bonecas** de Martim Longo e de Querença

• **Artigos em madeira** (talheres, arcas, etc.)

• **Chapéus de palha**

• **Pecas em olaria** de Lagoa, Porches e Almancil

• **Objetos em cortiça**





Sair à noite

Especialmente nos meses quentes de verão, muitas das praias algarvias não chegam a dormir. Passada a agitação dos banhistas que gostam de aproveitar o sol e o mar, a noite traz a estas praias um tipo diferente de animação. Pontos incontornáveis: a zona ribeirinha de Alvor, a avenida marginal na Praia da Rocha, a animação noturna de Albufeira, sustentada por inúmeros bares, baladas e restaurantes com terraços. Existem ótimas opções de casinos, como o Casino da Praia da Rocha e o Casino de Vilamoura, onde, além das habituais atividades de jogo, têm lugar também shows de grande qualidade.

Viajar em família



- Passar um dia no **Zoomarine**, um dos melhores parques temáticos da Europa dedicados à vida marinha.
- **Fazer corridas de kart** no Karting Almancil FunPark.
- **Divertir-se no KrazyWorld**, um parque que inclui um pequeno zoo, uma piscina e várias diversões para crianças.
- Conhecer o **Centro Ciência Viva do Algarve**, em Faro.
- Passear num **barco pirata** em Albufeira.
- Explorar os vários **parques aquáticos** da região.
- Visitar o **Parque da Mina** em Monchique.

Dicas

- Apreciar o pôr do sol sobre o mar a partir da Fortaleza de Sagres.
- Descobrir as influências árabes nas ruas e no castelo de Silves.
- Passear pelas ruas estreitas do centro histórico de Faro e reparar nas cegonhas que nidificam nas torres e nos cumes dos edifícios.
- Saborear uma cataplana ou um peixe grelhado num restaurante com terraço à beira-mar.
- Fazer um passeio de barco pelas grutas da costa algarvia e descobrir as formações rochosas surpreendentes da ponta da Piedade, perto de Lagos.
- Percorrer a Grande Rota do Guadiana ou a Via Algarviana para descobrir os recantos menos conhecidos da região.
- Apreciar a vista sobre Tavira a partir da torre do seu castelo, um dos melhores miradouros da cidade.
- Conhecer as bonitas praias aninhadas entre rochas como Benagil, Camilo, Pinhão, Marinha ou Dona Ana.
- Visitar o Parque Natural da Ria Formosa, o mais importante santuário de vida selvagem no Algarve.
- Fazer surfe nas praias da costa ocidental do Algarve como a Arrifana, Amado, Carrapateira, Bordeira ou Odeixeixe.

Curiosidade: Bo, o cão de Barack e Michelle Obama, é um cão d'água original algarvio.



Itinerários



Conhecer Faro – Alcoutim | 2 dias

Dia 1

Faro – Olhão – Tavira

A não perder:

- **Faro.** Centro histórico, Catedral, Museu Arqueológico e Lapidar Infante D. Henrique, Igreja do Carmo e respetiva Capela dos Ossos;
- **Olhão.** Parque Natural da Ria Formosa;
- **Tavira.** Centro histórico; castelo; passeio pelas 37 igrejas da cidade.

Sugestão: Almoçar um arroz de lingueirão num restaurante com vista para o mar.

Curiosidade: O centro histórico de Olhão é composto por um labirinto de ruas e de casas com açoteias onde, tradicionalmente, se secavam os frutos e que evocam os terraços do norte de África, em forma de cubos sobrepostos, dando origem à designação de “cidade cubista”.

Dia 2

Cacela Velha – Vila Real de Santo António – Castro Marim – Alcoutim

A não perder:

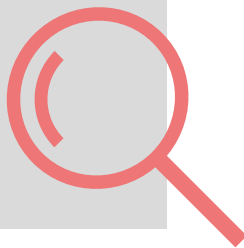
- **Cacela Velha.** Fortaleza, a vista sobre a Ria Formosa;
- **Vila Real de Santo António.** Reserva Natural do Sapal de Castro Marim e Vila Real de Santo António;
- **Castro Marim.** Castelo;
- **Alcoutim.** Castelo, Igreja de São Salvador.

Sugestão: Fazer um passeio de barco no Rio Guadiana, com partida de Vila Real de Santo António.

Curiosidade: O terremoto de 1755 atingiu toda a costa portuguesa. A cidade de Vila Real de Santo António foi reconstruída após o terramoto, tendo sido delineada geometricamente.



Algarve



Faro – Aljezur | 2 dias

DIA 1

Faro – Almancil – Vilamoura – Albufeita – Porches – Lagoa – Carvoeiro – Ferragudo – Portimão

A não perder:

- **Almancil.** Igreja de São Lourenço;
- **Vilamoura.** Marina; Museu Arqueológico do Cerro da Vila;
- **Albufeira.** Centro histórico;
- **Porches.** Ermida Senhora da Rocha;
- **Carvoeiro e Ferragudo.** Vilas piscatórias tradicionais;
- **Portimão.** Museu de Portimão; Praia da Rocha e Fortaleza.

DIA 2

Ponta da Piedade – Raposeira – Sagres – Cabo de São Vicente – Aljezur

A não perder:

- **Raposeira.** Igreja Matriz, Ermida de N. Sr^a. de Guadalupe;
- **Vila do Bispo.** Praias da Ingrina, Mareta e Zavial;
- **Aljezur.** Castelo, Igreja Matriz de N. Sr^a. de Alva, Igreja da Misericórdia, Museu de Arte Sacra;
- **Sagres.** Fortaleza, Igreja da N. Sr^a. da Graça.

Curiosidade: Sagres era o Promontorium Sacrum no tempo dos romanos, que acreditavam ser ali o fim do mundo - o extremo Sudoeste do continente europeu.

Sugestão: Fazer um passeio de barco nas grutas da Ponta da Piedade.

PRAIA DA MARINHA



Algarve interior | 1 dia

DIA 1

Monchique – Silves – Alte – Paderne – Salir – Querença – Loulé – São Brás de Alportel

A não perder:

- **Monchique.** Caldas de Mochique; Parque Termal;
- **Silves.** Castelo; Museu Arqueológico Municipal; Sé Catedral;
- **Paderne.** Castelo;
- **Salir.** Castelo;
- **Querença.** Povoação típica;
- **Loulé.** Castelo; Museu Arqueológico; Cerca do Convento do Espírito Santo; Igreja de São Clemente; Mercado Municipal de Loulé (estilo neoárabe).

Sugestão: Conhecer Alte, uma das mais pitorescas povoações algarvias, pela configuração do seu casário branco.

LAGOA DO FOGO, S. MIGUEL, AÇORES



Açores



Açores



No meio do Oceano Atlântico, o Arquipélago dos Açores, composto por nove ilhas, é um lugar repleto de beleza natural e pronto a ser explorado. Com uma diversidade de cenários como montanhas, vulcões, cascatas, piscinas naturais: os Açores possuem paisagens de incrível beleza que conquistam qualquer viajante.

Razões para visitar a região

Geoturismo. As nove ilhas dos Açores foram classificadas como Geoparque pela UNESCO devido à riqueza do seu patrimônio geológico, cuja origem vulcânica é bem evidente nas muitas lagoas, caldeiras, fumarolas e fajãs (pequenos terrenos planos de origem vulcânica situados à beira-mar). Estes locais, de beleza deslumbrante, são ideais para diversas atividades em contato com a natureza e até para criar iguarias gastronômicas, como o Cozido nas Furnas, que é cozinhado lentamente no calor da terra.

Trilha. Uma grande diversidade de percursos para fazer a pé ou de bicicleta, autenticados e sinalizados, distribuem-se pelas diversas ilhas com tipologias variáveis adaptadas a várias idades e condições físicas.

Patrimônio. Das Igrejas e conventos às fortalezas e museus, os Açores possuem um patrimônio histórico diversificado. Angra do Heroísmo foi classificada Patrimônio Mundial pela UNESCO, assim como a paisagem da cultura da vinha da Ilha do Pico, uma impressionante rede de muros de pedra que protegem as vinhedos.

Cultura e tradição. Os açorianos têm tradições ancestrais em que se destaca o culto ao Espírito Santo presente em todas as ilhas. Essa identidade também está patente nos seus usos e costumes, no artesanato com trabalhos originais em dente de baleia, miolo de

figueira e escamas de peixe, e numa gastronomia muito diversificada.

Atividades. Desde a observação de aves, ao golfe e passeios a cavalo, a natureza exuberante das ilhas dos Açores oferece cenários e condições para a prática de diversas atividades. Os que procuram mais adrenalina podem optar pelo *canyoning*, parapente, pesca esportiva, surfe, windsurfe ou kitesurfe e mergulho.

Observação de cetáceos. Os Açores são um dos melhores locais do mundo para a observação de baleias, cachalotes e golfinhos. Existem nas várias ilhas diversas empresas que organizam esta atividade com uma grande preocupação pelo respeito das espécies e do meio ambiente.

Vela e iatismo. Durante os seus cinco séculos de história, os Açores sempre foram um ponto de referência para os navegadores. Para recebê-los existem diversas marinas e portos recreativos, entre os quais se destaca a Marina da Horta, a mais antiga dos Açores e a quarta mais frequentada do mundo, um local mítico para os velejadores que gostam de deixar aqui a sua marca.

ILHA DO PICO, AÇORES



Para colocar na agenda

• **Festas do Senhor Santo Cristo** (abril, Ponta Delgada)

• **Sanjoaninas – Santos Populares** (junho, Angra do Heroísmo)

• **Red Bull Cliff Diving** (julho, Vila Franca do Campo)

• **Festival Maré de Agosto** (agosto, Ilha de Santa Maria)

• **Semana do Mar** (agosto, Horta)

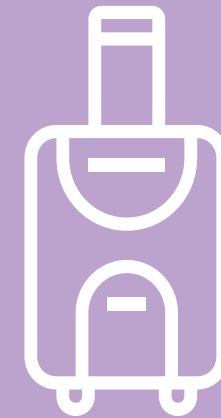
• **Azores Airlines Pro – World Surf League** (setembro, São Miguel)

• **Angrajazz** (outubro, Angra do Heroísmo)

Açores

Para saborear

- Bifes de Atum
- Guisado de Polvo
- Marisco típico: Lapas, Cracas e Cavaco
- Cozido das Furnas
- Bolo Lêvedo
- Mel dos Açores
- Queijo de São Jorge
- Queijo Flamengo
- Abacaxi e produtos de Abacaxi
- Massa Sovada
- Cavacas de Santa Maria (Doces típicos)
- Queijadas da Graciosa
- Donas-Amélias
- Doces de Alfenim
- Covilhetes de Leite
- Verdelho
- Licores de Maracujá e de Abacaxi
- Chá Verde dos Açores



Levar para casa

• **Bordados**

• **Rendas**

• **Tecelagem**

• **Peças delicadas de artesanato** em miolo de figueira (peças tridimensionais de artesanato)

• **Bolo lêvedo** (pão adocicado típico)

• **Artigos em escama de peixe**

• **Bonecas** produzidas com folhas de milho



ILHA DO PICO, AÇORES

Viajar em família



- Conhecer a plantação de chá Gorreana, a mais antiga e, neste momento, única na Europa.
- Efetuar uma visita guiada às plantações de abacaxi na ilha de São Miguel.
- Ver como é feito o queijo da ilha em São Jorge.
- Passar uma manhã no Parque Terra Nostra e relaxar com os banhos termais.
- Aventurar-se numa descida do Algar do Carvão, na Ilha Terceira, terminando o passeio numa lagoa de águas cristalinas.
- Dar um passeio de barco e observar baleias e golfinhos.
- Ir ao Centro de Ciência Viva Expolab em Lagoa, na Ilha de São Miguel.
- Experimentar uma aula de surfe.

• Descobrir as paisagens deslumbrantes da Ilha de São Miguel, como as Lagoas do Fogo, das Furnas e das Sete Cidades e o Ilhéu de Vila Franca do Campo.

• Descansar nas praias de areia dourada da Ilha de Santa Maria, as únicas nos Açores que exibem esta cor.

• Descobrir o Algar do Carvão descendo às profundezas da terra na Ilha Terceira, e na superfície visitar os Impérios erguidos em honra do Espírito Santo.

• Admirar as pinturas feitas nos muros e pavimentos da Marina da Horta (Ilha do Faial) pelos muitos marinheiros que por aqui passaram.

• Subir ao pico da Ilha do Pico, o ponto mais alto de Portugal, para apreciar um nascer do sol memorável.

• Seguir as trilhas pedestres que ligam as ravinas mais altas da Ilha de São Jorge às fajãs, línguas de terra que parecem entrar mar adentro.

• Conhecer os moinhos da Ilha da Graciosa em que se nota particularmente a influência flamenga.

• Tomar um banho refrescante nas cascatas naturais da Ilha das Flores.

• Descobrir o desenho das nove ilhas açorianas na Lagoa do Caldeirão na Ilha do Corvo.

• Visitar as vinhas da Ilha do Pico, classificadas Patrimônio Mundial da UNESCO.

LAGOA DAS SETE CIDADES, AÇORES



Itinerários

Conhecer Ilhas do Faial, Pico e São Jorge | 3 dias

DIA 1

Ilha do Faial
Horta – Caldeira – Vulcão dos Capelinhos – Horta

A não perder:

- **Horta.** Centro histórico, Museu da Horta, pinturas murais dos marinheiros na Marina. Peter's Café Sport, Museu de Scrimshaw, Praia de Porto Pim;
- **Caldeira.** Caldeira de um antigo vulcão com 2.000 metros de diâmetro;
- **Centro Interpretativo do Vulcão dos Capelinhos.** Última erupção em 1957.

Sugestão: Passear de barco para observação de cetáceos.

Curiosidade: A Ilha do Faial é conhecida como Ilha Azul.

ANGRA DO HEROISMO, AÇORES



DIA 2

Ilha do Pico
Vila da Madalena – Lajido da Criação Velha – Lajes – São Roque – Lajido de Santa Luzia – Arcos do Cachorro – Vila da Madalena

A não perder:

- **Vila da Madalena.** Museu do Vinho, Adega Cooperativa Vitivinícola do Pico;
- **Lajido da Criação Velha.** Vinhedos plantados entre muros de lava;
- **Lajes.** Museu dos Baleeiros;
- **São Roque.** Museu da Indústria Baleeira;
- **Lajido de Santa Luzia.** Vinhedos;
- **Arcos do Cachorro.** Conjunto rochoso com formações curiosas.

Sugestão: Visitar a Gruta das Torres, o maior tubo de lava existente em Portugal com uma extensão de mais de 5 mil metros e uma altura de mais 15 metros em alguns locais.

DICA



A Ilha do Pico fica apenas a 30 minutos de distância do Faial por ligação regular de barco. A viagem de barco entre a Ilha do Pico e a Ilha de São Jorge dura cerca de 1h20.

DIA 3

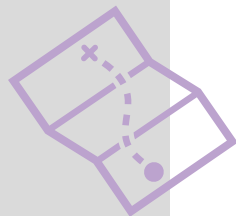
Ilha de São Jorge
Velas – Fajãs – Fábricas de Queijo – Velas

A não perder:

- **Vila das Velas.** Igreja Matriz; visita às fajãs; Fábricas de Queijo.

Sugestão: Provar o queijo da ilha de São Jorge, simplesmente designado em todo o país de “Queijo da ilha”, com 2 a 7 kg de peso.

Açores



Ilha Terceira | 2 dias

DIA 1

Angra do Heroísmo

A não perder:

- **Angra do Heroísmo.** Monte Brasil, Castelo de São João Baptista; Convento de São Gonçalo; Igreja do Santíssimo Salvador da Sé; Biblioteca Pública ou Palácio dos Bettencourt; Palácio dos Capitães-Generais; Câmara Municipal de Angra do Heroísmo; Museu de Angra; Igreja da Conceição.

Curiosidade: A fortaleza de São Baptista é uma das maiores fortalezas portuguesas.

DIA 2

Angra do Heroísmo – Baía da Salga

A não perder:

- **Baía da Salga.** Freguesia de São Sebastião com visita à Igreja, Zona balnear de Porto Martins, Praia da Vitória; Câmara Municipal, Igreja Matriz, Museu do Vinho dos Biscoitos, centro histórico.

Curiosidades: O povoamento do arquipélago dos Açores começou no século XV. O Vinho dos Biscoitos é vinho verde licoroso que chegou a ser exportado para a corte russa. É a única região vinícola demarcada da Ilha Terceira.

Ilha de São Miguel | 3 dias

DIA 1

Ponta Delgada – Lagoa – Vila Franca do Campo – Jardins Terra Nostra

A não perder:

- **Ponta Delgada.** Centro histórico;
- **Vila Franca do Campo.** Ilhéu de Vila Franca do Campo (cratera de um antigo vulcão, atualmente uma piscina natural, a 10 minutos de barco);
- **Lagoa das Furnas.**
- **Jardim Terra Nostra.** Parque botânico com espécies exóticas.

Sugestão: Almoçar um cozido das furnas, produzido a partir do calor vulcânico das caldeiras.

DIA 2

Furnas – Povoação – Ribeira Grande – Ponta Delgada

A não perder:

- **Miradouros Ponta da Madrugada e Ponta do Sossego, Fábrica de Chá da Gorreana.**
- **Ribeira Grande.** Igreja do Espírito Santo; Parque da Ribeira dos Moinhos e Jardim do Paraíso;
- **Ponta Delgada.** Portas da Cidade, avenida marginal, Parque Municipal, Jardim de José do Canto, Jardim de Santana.

DIA 3

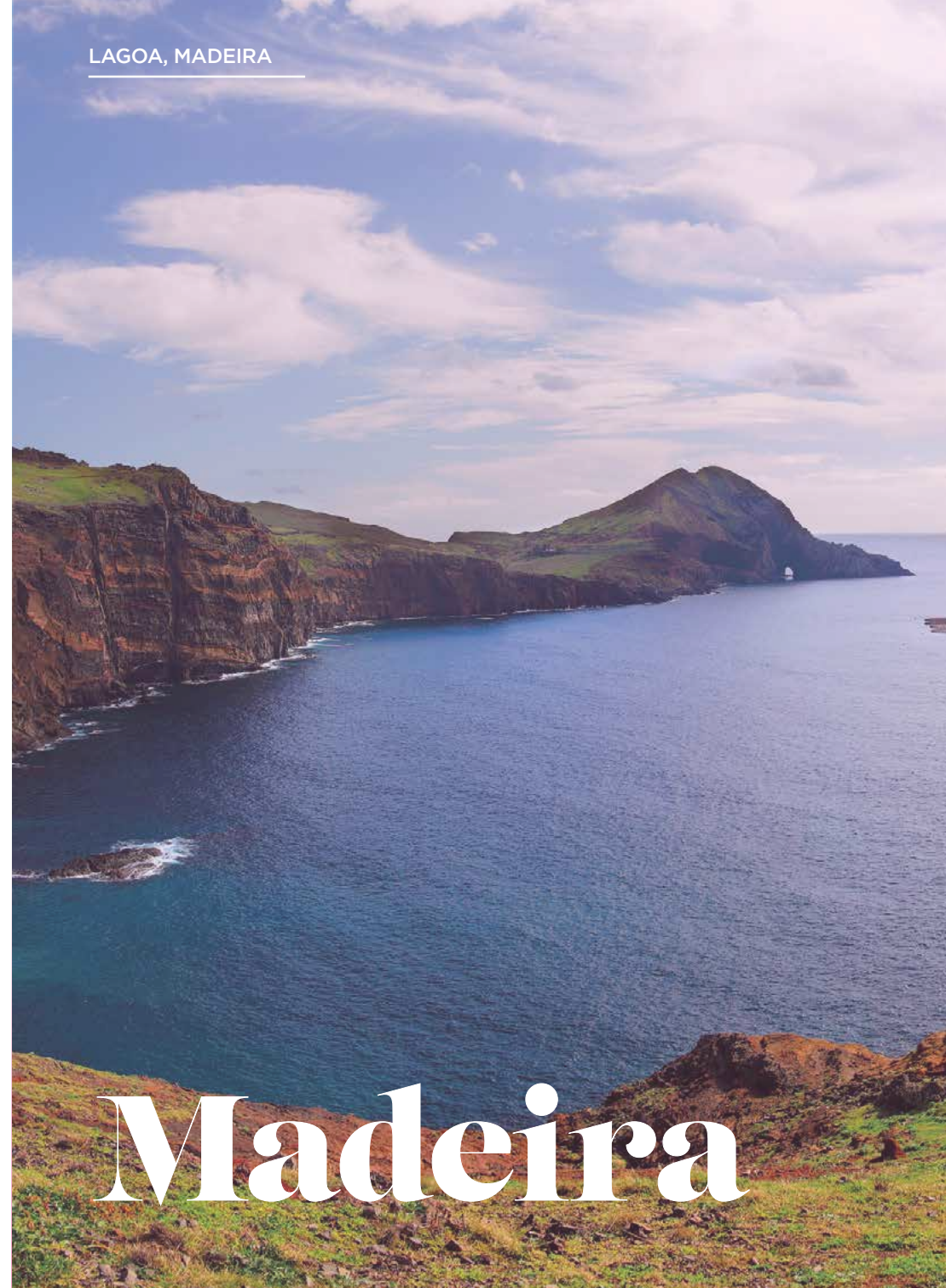
Lagoa das Sete Cidades - Lagoa do Fogo

A não perder:

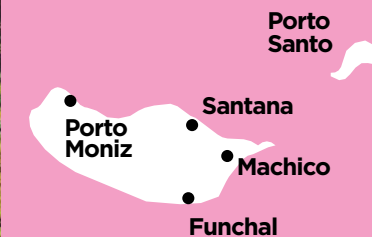
- **Lagoa das Sete Cidades.** Miradouro da Vista do Rei; Miradouro do Cerrado das Freiras; visitar a tranquila localidade de Sete Cidades;
- **Lagoa do Fogo.** Partir de Ponta Delgada, passar por São Roque, Lagoa, Vila Franca do Campo, Lagoa do Congro, Lombadas, Caldeira Velha, Ribeira Grande, Lagoa do Fogo.

Sugestão: Aproveitar para ir a banhos na Caldeira Velha, que conta com uma piscina natural e uma cachoeira de água quente.

LAGOA, MADEIRA



Madeira



Madeira



No meio do Atlântico, as ilhas da Madeira e do Porto Santo são um refúgio de beleza natural. Entre o azul do mar e o verde-esmeralda da vegetação sobressai o colorido exótico das flores, num arquipélago em que dois terços são área protegida e onde se encontra a maior floresta laurissilva do mundo.

Razões para visitar a região

Levadas. Ao longo dos canais de irrigação que percorrem toda a Ilha da Madeira, trazendo a água das vertentes norte da ilha para o lado sul, existe uma rede de percursos para caminhar, andar de bicicleta ou até a cavalo. Com uma extensão total de cerca de 3000 km, eles dão acesso ao coração da ilha e permitem desfrutar de paisagens de tirar o fôlego. Essas trilhas têm graus de dificuldade variável, pois o terreno é acidentado, variando dos 0 aos 1862 metros, pelo que é aconselhável obter previamente informações completas sobre o percurso ou integrar uma excursão organizada.

Floresta Laurissilva. Nas terras mais altas das encostas viradas a norte da Ilha da Madeira encontra-se a sua floresta original de características subtropicais, que resiste a cinco séculos de humanização e está classificada como Patrimônio Mundial pela UNESCO. Percorrer os caminhos das veredas (trilhas apertadas) e levadas é a melhor forma de conhecer esta herança ambiental que quase desapareceu do continente europeu e aqui ocupa uma área de 15.000 hectares.

Atividades. O clima ameno e os cenários fantásticos são ideais para a prática de todo o tipo de atividades esportivas em qualquer época do ano. O mar com temperaturas que variam entre os 19 e os 24 graus oferece excelentes condições para o mergulho e *snorkeling*, mas também para a vela, surfe, windsurfe, pesca esportiva ou simplesmente para passeios de barco observando aves, golfinhos e lobos-marinhos. O golfe e o *trekking* são outras opções, mas quem procura mais adrenalina também pode escolher o parapente, canyoning ou escalada.

FUNCHAL, MADEIRA



Animação. O Funchal é uma cidade cheia de bares e baladas que acabam por proporcionar noites bastante animadas. Com uma vasta lista de eventos ao longo do ano inteiro, inclui acontecimentos de importância internacional que atraem turistas de várias partes do mundo, ou regional, testemunhos da riqueza das tradições do povo madeirense, e proporciona uma animação constante e que vai ao encontro dos gostos de todos os que visitam o arquipélago.

História e Patrimônio. Com uma História que remonta ao século XV, quando o Porto Santo e a Madeira foram descobertas pelos Portugueses, as ilhas possuem um rico patrimônio histórico que inclui monumentos, edifícios notáveis e museus que devem fazer parte de qualquer visita.

Gastronomia e Vinhos. A diversificada oferta de produtos regionais em que se destacam os peixes e mariscos e as frutas tropicais, que aqui se encontram em abundância, permite a elaboração de um variado menu de especialidades gastronômicas. Especial destaque tem o Vinho Madeira, a ser apreciado como aperitivo ou no final da refeição, e que é famoso no mundo inteiro.

Praia do Porto Santo. Um extenso e contínuo areal dourado que se estende por 9 km complementado pelo mar de águas cálidas e cristalinas faz da ilha de Porto Santo um excelente destino para férias de sol e mar, e também de saúde e bem-estar, já que as suas areias finas são reconhecidas por suas propriedades terapêuticas.

Hotelaria e spas. Com uma oferta hoteleira de excelência que em muitos casos inclui spas e centros de talassoterapia, as ilhas da Madeira e do Porto Santo são o destino ideal para descansar, usufruindo de um relax absoluto ou de tratamentos de saúde e bem-estar.

Para colocar na agenda

• Carnaval da Madeira

(fevereiro, Funchal)

• Madeira Film Festival

(abril, Funchal)

• Festa da Flor

(maio, Funchal)

• Festival do Atlântico

(junho, Funchal)

• Extreme Sailing Series

(julho, Funchal)

• Rali Vinho da Madeira

(agosto, Ilha da Madeira)

• Festa do Vinho Madeira

(setembro, várias localidades)

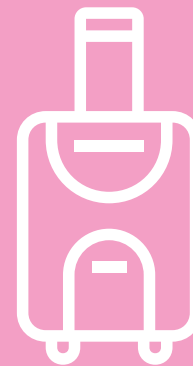
• Festival de Colombo

(setembro, Porto Santo)

• Passagem de Ano

(dezembro, Funchal)

Madeira



Levar para casa

• Artigos em vime

• **Bordados** típicos da Madeira (lenços, toalhas de mesa, etc.)

• Brinquinho (instrumento musical)

• Botas de vilão

• Vinho da Madeira

• Broas de mel

• Tapeçaria

Para saborear

- Filetes (Filé) de peixe-espada preto
- Bifes de Atum com Milho Frito
- Lapas e Caramujos (Marisco)

• Espetadas de Carne de Vaca em Pau de Loureiro

• Carne de Vinha d'Alhos

• Cuscuz Caseiro

• Sopa de Trigo

• Banana da Madeira

• Bolo do Caco

• Bolo de Mel

• Rosquilhas de Batata Doce

• Queijadas e Rebuçados de Funcho

• Vinho Madeira

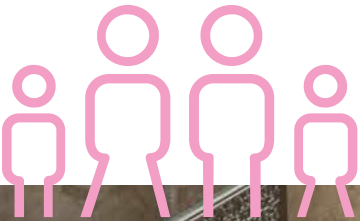
• Poncha



Viajar em família

- Ir ao Museu da Baleia, no Caniçal.
- Conhecer o Parque Temático da Madeira, em Santana.
- Explorar o Centro Ciência Viva e o Aquário do Porto Moniz. Aproveite também para passar pelas piscinas naturais da mesma área.
- Andar no Teleférico da Madeira, com uma vista imperdível sobre a cidade do Funchal.
- Dar um passeio de barco e observar os golfinhos

- Apreciar a vista a partir do Miradouro dos Balcões que abrange o Vale da Ribeira da Metade e a cordilheira central da ilha em que se destacam os picos mais altos (Ruivo e Areeiro).
- Fazer a vertiginosa descida do Monte num carrinho de cesto.
- Apreciar a vista sobre o Curral das Freiras, uma das mais impressionantes paisagens da ilha, a partir do Miradouro da Eira do Serrado.
- Visitar as casas típicas de Santana.
- Apreciar a beleza dos bordados da Madeira no Museu que lhe é dedicado.
- Saborear um bolo do caco acompanhado por uma poncha de maracujá num terraço com vista para o mar.
- Subir ao Cabo Girão e apreciar a magnífica vista sobre o mar a partir da plataforma suspensa em vidro do seu miradouro.
- Praticar surfe no Jardim ou no Paul do Mar cujas ondas são consideradas entre as melhores da Europa.
- Assistir ao espetáculo de fogo de artifício que marca a passagem do ano, considerado um dos maiores do mundo.
- Visitar a casa onde viveu Cristóvão Colombo na Ilha de Porto Santo.



DESCIDA DO MONTE NUM CARRINHO DE CESTO, MADEIRA

Itinerários

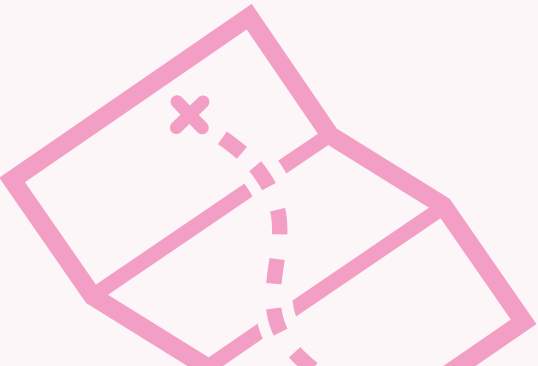
Conhecer Funchal | 1 dia

Manhã

• **Funchal.**
Sé Catedral; Museu de Arte Sacra, no antigo Paço Episcopal, coleção de arte portuguesa dos sécs. XVI-XVIII e importante núcleo de arte flamenga do séc. XV-XVI, resultante dos contactos comerciais com a Flandres que adquiria a cana do açúcar cultivada na costa sul da Ilha da Madeira; **Igreja do Colégio**, dedicada a S. João Evangelista construída no início do séc. XVII pelos Jesuítas; fachada sóbria contrasta com a riqueza do interior, em que se destaca a talha dourada, os retábulos e os azulejos do séc. XVII; **Câmara Municipal; Instituto do Vinho, do Bordado e do Artesanato da Madeira** para conhecer os produtos mais apreciados da região – os bordados e o vinho licoroso que aqui se produz há séculos; Mercado dos Lavradores (frutas exóticas, produtos locais, artesanato).

Tarde

- Almoço na zona velha da cidade;
- Passagem pela Rua de Santa Maria para observar os edifícios renovados e as portas decoradas por artistas contemporâneos; **Forte de São Tiago**;
- Subida ao **Monte** no teleférico para apreciar a paisagem sobre a baía; passeio pelo **Jardim Tropical Monte Palace**; Caminho das Babosas rumo à Igreja do Monte.



Ilha da Madeira | 2 dias

Dia 1

Funchal – Camacha – Santo da Serra – Machico – Ponta de São Lourenço – Miradouro da Baía D’Abra – Caniçal – Santana – Faial – São Roque do Faial – Ribeiro Frio

A não perder:

- **Camacha.** Artesanato em vime;
- **Caniçal.** Museu da Baleia;
- **Santana.** Casas típicas;
- **Queimadas.** Parque Florestal de Queimadas;
- **Ribeiro Frio.** Parque Natural da Madeira (ponto de entrada no Parque para apreciar a paisagem da floresta Laurissilva);
- **Pico do Areeiro.** 3º ponto mais alto da ilha, a 1.818m de altitude.

Sugestão: Conhecer as Casinhas de Santana, as casas típicas da Madeira, de forma triangular e revestidas de colmo.

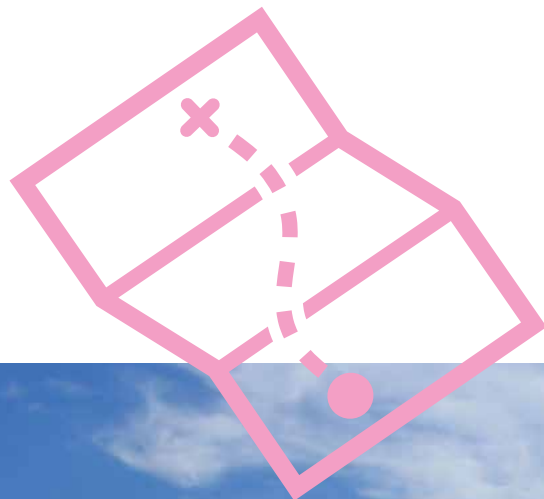
Dia 2

Funchal – Câmara de Lobos – Ribeira Brava – Serra de Água – Encumeada – São Vicente – Porto Moniz – Santa – Rabaçal – Paul da Serra – Arco da Calheta – Ponta do Sol

A não perder:

- **Câmara de Lobos.** Povoação piscatória;
- **Cabo Girão.** O mais alto promontório da Europa;
- **Encumeada.** Miradouro;
- **São Vicente.** Casario tradicional na costa norte, em plena Floresta Laurissilva; Grutas e Centro de Vulcanismo;
- **Seixal.** Queda de água (cachoeira) conhecida como Véu da Noiva;
- **Porto Moniz.** Piscinas naturais, Aquário da Madeira, Centro de Ciência Viva;
- **Paul da Serra.** Maior planalto da ilha, miradouros.
- **Ponta do Sol.** Zona balnear.

Madeira



Ilha de Porto Santo | 1 dia

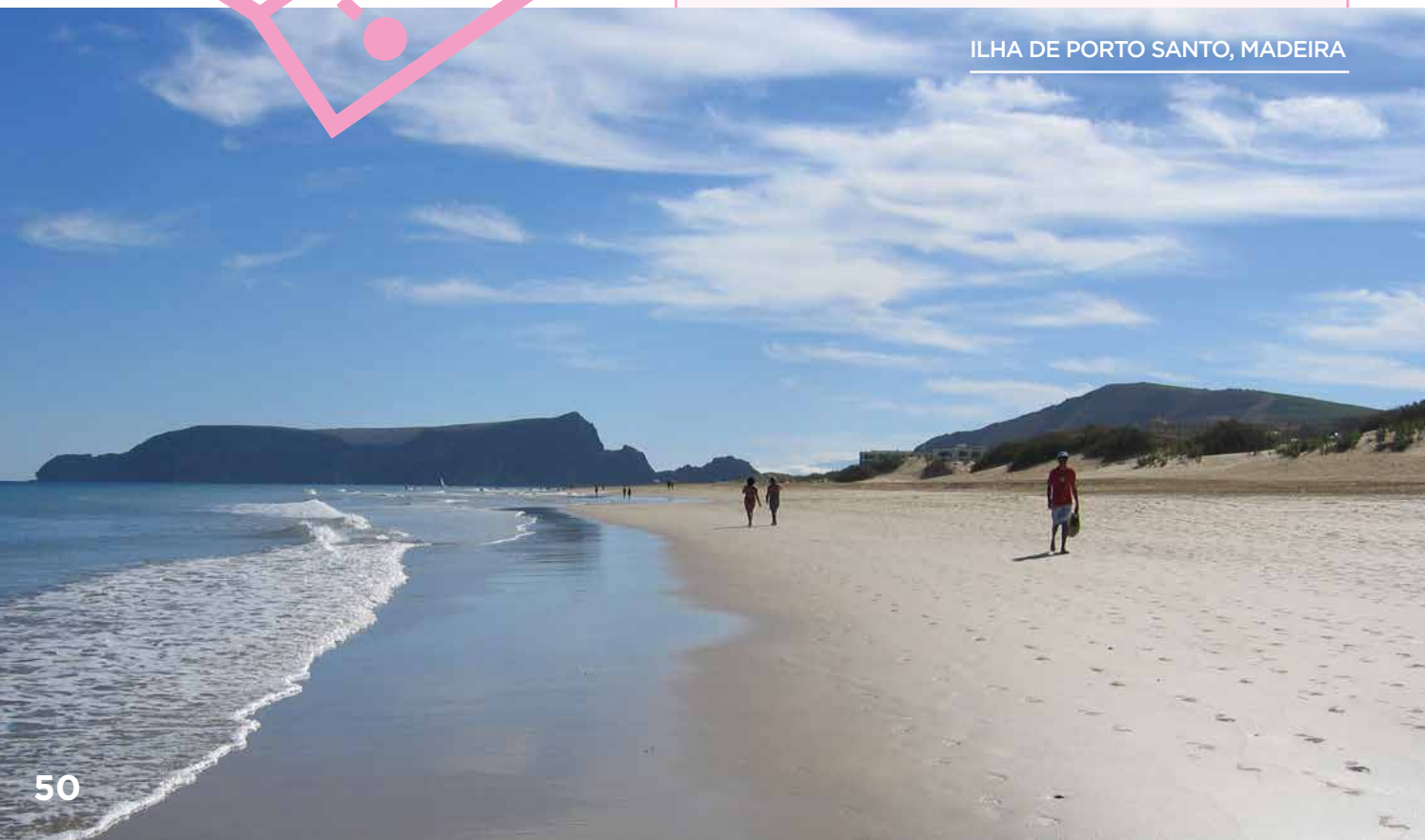
Vila Baleira – Fonte da Areia – Portela – Serra de Fora – Calheta – Vila Baleira

A não perder:

- **Vila Baleira.** Casa Museu Cristovão Colombo;
- **Fonte da Areia.** Miradouro (costa norte);
- **Portela.** Miradouro. Vista sobre Porto da Cruz (costa sul);
- **Serra de Fora. Miradouro.** Moinhos de vento. Vista sobre Vila Baleira e a praia;
- **Calheta.** Miradouro das Flores (costa sudoeste).

Curiosidade: Porto Santo é uma ilha com 9 km de praia de areias douradas.

ILHA DE PORTO SANTO, MADEIRA



visitportugal.com

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA

Fundo Social Europeu