

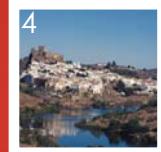
PORTUGAL 2009

Guide de l'été

Itinéraires

Découvrez les régions du Portugal

4



Musique

Les concerts de l'été

22



Summer Clubber

tournée de l'été 2009.

30



noitelonga
les hauts-lieux d'un été chaud

avec l'appui de :

capmagellan.org
l'agitantur lusophone



Caixa Geral
de Depósitos

Fidelidade Mundial
Sucursal de France

TAP
TAP PORTUGAL

Liberdade • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
sécurité routière

GRATUIT guide pratique de l'été www.capmagellan.org,

CERVEJA



SAGRES Barril 5L

CERVEJA À PRESSÃO
ONDE HOUVER SEDE.

**NOVA
TECNOLOGIA**
NÃO PRECISA
DE MÁQUINA



10



10 HORAS NO
FRIGORÍFICO
ANTES DE ABRIR

25



25 CERVEJAS
GELADAS

30



30 DIAS COM
PRESSÃO
DEPOIS
DE ABERTO

L'abus d'alcool est dangereux pour la santé.

SEJA RESPONSÁVEL. BEBA COM MODERAÇÃO.



18



22



44



14

casentl'été...

Ainsi, malgré la crise planétaire, vous partez en vacances?

Vous avez raison, il n'y pas de quoi fouetter un chat et la morosité n'est pas de rigueur! Donc, prêts et motivés, vous vous engagez sur les belles routes européennes, de plus en plus en prenant les autoroutes d'ailleurs, et notamment celles de France, d'Espagne et du Portugal. Vos voitures sont très souvent puissantes, sûres, belles et colorées, voire même le must du must du transport en famille (même quand la famille c'est vous tout(e) seul(e)!). Les bagages, toujours trop nombreuses, sont conditionnées et vous aussi, pour un périple que certains imaginent comme un roadmovie et d'autres comme l'épreuve obligatoire pour des vacances tranquilles et motorisées. Avec ou sans enfants, avec ou sans ces petites merveilles de technologies (écran, ipod, jeux vidéos) qui doivent faire passer le temps surtout aux passagers puisque le conducteur est fortement concentré sur la route et les joies de la conduite, vous vous élancez pour deux journées bien spéciales, entre le départ, le voyage et l'arrivée. Vous avez également beaucoup pensé à ce que vous allez faire pendant vos vacances et un peu moins à tout ce que les autres membres du voyages ne vous laisseront pas faire au final. Donc, vous semblez être tout à fait prêts! Erreur. Il vous manquait ce Guide :-) Il est bien et plutôt complet. Et surtout il vous aidera à découvrir encore et encore les richesses d'un pays, d'une langue, d'une culture, d'une histoire, d'un paysage, d'un mets, d'un nectar, d'une rencontre, tout ce que l'on pense connaître mais que l'on découvre ou redécouvre, à chaque nouveau voyage. Que vos journées soient douces et vos soirées encore plus belles que vos journées ;-) Par ailleurs, pour la onzième année consécutive, merci à tous de revenir entiers! *Obrigado.*

Hermano Sanches Ruivo

Cap Magellan

Ce guide est partie intégrante de la campagne "Sécur'été 2009"



Sommaire

- 04-07 : Itinéraires
- 08-11 : Patrimoine culturel
- 14-17 : Expositions
- 18-21 : Gastronomie
- 22-24 : Musique
- 26-29 : Festivals
- 30-31 : Summer Clubber
- 32-34 : Bars et Discos
- 36-39 : Plages
- 40-42 : Culture
- 44-46 : Sport
- 48-51 : Sécurité Routière
- 52-53 : Incendies
- 54-55 : Santé
- 56-62 : Pratique

Partenaires Sécur'été



Lisbonne, vous ne vous en lassez pas, nous non plus. On a beau y revenir, il y a toujours quelque chose à découvrir ! Voici nos propositions pour cet été.

Lisbonne à pied

La Mairie de Lisbonne vous propose des parcours thématiques pour découvrir la ville et son histoire. Du lundi au vendredi. Informations : 21 817 06 00. Gratuit.

La Lisbonne de Santo António- Santo António de Padoue ou Santo António de Lisbonne? Fernando Martim de Bulhões est né à Lisbonne où il a vécu au début du XIII^e.
L'Art de l'Azulejo- En parcourant la ligne rouge du métro (Oriente).

Lisbonne du Fado - Un hommage au fado, aux fadistes et aux poètes que l'inspirent.

Lisbonne des porteurs d'eau - En passant par la Bica, où les porteurs d'eau, provenant du nord de l'Espagne pour la plupart ont vécu.

La Lisbonne Pombalina – Le tremblement de terre du 1 novembre 1755 permit au Marquis de Pombal de repenser l'urbanisation de la ville. Vous saurez tout en vous promenant.

Lisbonne en terrasse (en suivant le parcours du Tram 28)

ADAMASTOR. Santa Catarina. Vue sur le Tage et le pont 25 de Abril.

QUIOSQUE DE REFRESCO. Largo Camões. On y trouve les limonades traditionnelles lisboètes: Capilé, Orchata, Mazagran, Grenadine. Lait parfumé. Thé glace.

PORТАS DO SOL. Vue panoramique sur l'Alfama et le Tage.

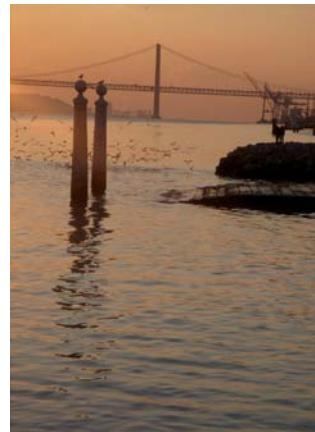
O TERRAÇO. Calçada do Marquês de Tancos, 3 (Mercado do Chão do Loureiro). Porte bien son nom. Vue imprenable jusqu'au Christ Rei depuis le toit d'un ancien marché.

ESPLANADA DA GRAÇA. Vue panoramique sur le château et le Tage.

Lisbonne un livre sous le bras

A lire:

- José Saramago, «L'histoire du siècle de Lisbonne», Seuil, 1992
- Antonio Tabucchi, «Pereira pré-tend», 10/18, Domaine Etranger, 1999
- Fernando Pessoa, «O que turista deve ver», Livros Horizonte, 2006 (3^e Ed.)



Faites une pause au bord de l'eau ou assis sur l'un des 45 jardins portables créée par Leonel Moura.

Lisboa en 2 ou 3 roues

Rent-a-scooter : Rua do Crucifício 17, Tel. 21 346 71 44,

www.scooter-mania.pt

GoCar Tours: Rua dos Douradores 16, Tel. 21 096 50 30, www.gocartours.pt

Lisboa Vista do Tejo

Embarquement à Cais do Sodré à 11h30 ou 14h45

Embarquement à Torre de Belém à 13h30 ou 16h

Durée : 90 min.

Tarifs : Adultes: €15 / Enfants (6-12): €10 + info : www.lvt.pt / Tel. 21 391 30 30



A visiter :

Casa Fernando Pessoa

Rua Coelho da Rocha, 16 (Campo de Ourique)

Horaire : lundi – samedi, 10h -18h (Gratuit)

Visites guidées : lundi, mercredi et vendredi à 10h30 (réservations : cfp@cm-lisboa.pt)

casafernandopessoa.cm-lisboa.pt

Centre culturel qui vise à rendre hommage à Fernando Pessoa, situé dans le quartier où il a passé quinze ans de sa vie, Campo de Ourique. Dispose d'une bibliothèque consacrée exclusivement à la poésie. Organise des sessions de lecture de poésie, des rencontres avec des écrivains, des pièces de théâtre et spectacles musicaux, expositions, ateliers divers, etc.

Lisboa shopping

A Vida Portuguesa

Rua Anchieta 11 (Chiado)

Santos & Ofícios Artesanatos

Rua da Madalena 87 (Sé)

NPC - Nós por cá Decorações

Rua da Madalena 76/78 (Sé)

Fábrica Sant'Anna (Azulejos)

Rua do Alecrim 95 (Chiado)

A Outra Face da Lua

Rua da Assunção 22 (Baixa)

Arte Facto

Calçada da Graça 10 (Graça)

Transports

Bus/Tram: acheter les tickets auprès du (de la) chauffeur (prix: 1,40€/course) ou acheter la carte "7 colinas" en kiosque et chargez-la avec 2, 5 ou 10 unités. + info: www.carris.pt

Métro: le billet simple coûte 0,80€. Circule entre 06h30 et 01h.

+ info: www.metrolisboa.pt

Porto sur rails

Montez à bord d'un tram centenaire et laissez-vous guider par le Porto Tram City Tour qui vous fera découvrir le centre historique.

Le trajet commence et se termine tout près du Palácio da Bolsa et passe par les endroits les plus emblématiques de la ville : Cadeia da Relação, Torre dos Clérigos, Av. dos Aliados,, Livraria Lello,Teatro Nacional de S. João, Café Majestic, etc., le tout accompagné par des explications audio.

Tous les jours, de 09h30 à 19h30
Adultes: €15 ; Enfant : €7,5 (ticket valable 24h)

Sobrevoar o Porto

Uma inesquecível viagem de helicóptero sobre a cidade, a zona ribeirinha e o novo Estádio do Dragão. Uma viagem que, tão cedo, não irá esquecer.

Duração do voo : 10 minutos

Partida : heliporto de Massarelos fica, depois de passar a Ponte da Arrábida, em frente ao museu do Carro Elétrico.

Preço por pessoa: €65/pessoa (4 pessoas)

Obs : Sujeito a condições climatéricas adequadas

Reserva Obrigatória : Porto Tours, Tel. 22 200 073
reservas@portotours.mail.pt

Les Azulejos à Porto

Après quelques minutes de promenade dans le centre historique, vous remarquerez tout de suite l'intense utilisation de l'azulejo sur les façades des immeubles.

Notre sélection :

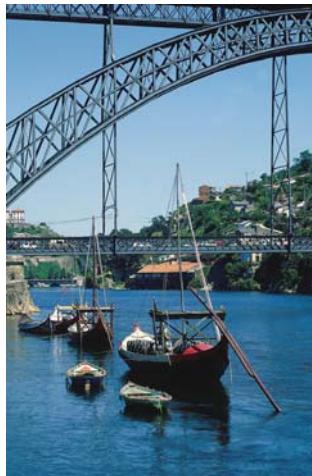
Capela das Almas. Rua Santa Catarina



Estação de São Bento. Praça de Almeida Garrett

Igreja do Carmo. Rua do Carmo

Igreja de Santo Ildefonso. Praça da Batalha.



Passeio Geológico da Foz do Douro

As rochas da orla marítima da cidade do Porto são das mais antigas que afloram em Portugal e constituem um Património Geológico de elevado interesse científico e pedagógico. Entre a Praia do Molhe e a Praia do Castelo do Queijo. Um passeio agradável, que lhe irá proporcionar a aquisição de conhecimentos científicos de uma forma descontraída.

Visitas guiadas gratuitas às quartas-feiras e sextas-feiras de manhã, com início às 10h.

Inscrições: Tel. 228 349 490 / pgfd@cm-porto.pt (mín. 10 pessoas)

Ne repartez pas sans... un verre de Porto !

Si la ville de Porto est connue de tous à travers le monde, c'est pour son excellent vin. Une visite aux caves fit donc partie des indispensables.

Les caves se situent de l'autre côté du fleuve, à Vila Nova de Gaia. Vous devez traverser le pont D. Luís I pour vous y rendre. Depuis Vila Nova de Gaia, la vue est superbe sur Porto avec, au premier plan, les bateaux plats ou rabelos qui transportaient autrefois les gros tonneaux en chêne.

Taylor's

Pendant la visite, vous aurez la possibilité d'apprendre la riche histoire du vin de porto et de la maison Taylor's, entreprise qui a déjà débuté son quatrième siècle d'existence. Après la visite, Taylor's vous offre une dégustation de deux vins. Possède un restaurant panoramique avec une splendide vue dominant la ville de Porto. Visite et dégustation gratuites !

Rua do Choupelo, 250
Tel. 22 3742800 . Lun-Sam: 10h-18h
www.taylor.pt

Calém

La visite commence par le musée où vous pourrez tout connaître sur la région délimitée du Douro et la production du Vin de Porto se termine avec la dégustation de deux Vins de Porto un blanc et un rouge. Réservation obligatoire pour les groupes. Tel. 22 374 6660. Tous les jours : 10h-19h - www.calem.pt

La Mairie de Porto vous offre un accès gratuit à internet via Wi-Fi, notamment à : Av. dos Aliados; Praça da Ribeira ; Jardins du Palácio de Crystal et le long du Passeio Marítimo (Foz).

Porto Card

Offre un accès gratuit ou à un prix réduit dans les musées, salles de spectacles, croisières sur le Douro, circuits touristiques, restaurants, boutiques de souvenirs, etc. Gratuité sur presque la totalité du réseau des transports publics (métro et bus).

1 jour - €8,50

2 jours - €13,50

3 jours - €17,50



O Alentejo é planícies sem fim, azeite, vinho e cortiça, mas também é praia, cultura e descoberta!

A herança islâmica

MERTOLA

Visitar Mértola é como viajar no tempo. "Vila Museu", indica a placa de boas-vindas junto à estrada. Num passado remoto, Mértola foi um importante posto comercial, o porto mais Ocidental do Mediterrâneo. A sua posição geográfica, no último troço navegável do Guadiana, foi determinante para o seu crescimento e apogeu. A Vila perdeu importância quando conquistada aos Mouros em 1238 por D. Sancho II.

Vale a pena ir em Maio. Quando Mértola se transforma, durante 4 dias, em Medina islâmica, com o seu souk e uma oferta culinária e artística de inspiração árabe.

Vale a pena visitar a Mesquita de Mértola. Com a reconquista foi consagrada ao culto cristão mantendo a estrutura do antigo templo muçulmano. Actualmente ainda se observam vestígios do antigo templo muçulmano (quatro portas de arco em ferradura e o mirhab). Horário (Verão) : 10h-13h/15h-19h. Encerra Segunda e Terça-feira.

MOURA

Após a Reconquista, muitos Mouros aceitaram as normas que lhes foram impostas e permaneceram no país, o que deu origem às Mourarias. A Mouraria de Moura é uma das maiores e mais bem conservadas de todo o país. É formada por três ruas longitudinais e uma travessa, com casas caíadas de branco e chaminés mouriscas. Funciona neste bairro o Museu Árabe, consti-

tuído a partir da descoberta de um poço desta época em excelente estado de conservação.

Vale a pena visitar ainda o Museu do Azeite/Lagar de Varas do Fojo. Em Moura, a produção do Azeite data do tempo dos romanos. Testemunho da boa qualidade do azeite aqui produzido, o ditado popular : "É tão fino como o azeite de Moura".

Pour les amants du vin

Le vin occupe 22.000 hectares de l'Alentejo qui produit en moyenne entre 35 et 40 hectolitres/hectare. Il est avant tout culture

Herdade do Esporão - Plus de 600 hectares de vignes. Produit les vins Esporão, Vinha da Defesa, Monte Velho et Alandra. Produit aussi de l'huile d'olive de grande qualité. REGUENGOS DE MONSARAZ. Visites guidées et dégustations (été) : 10h-19h. Réservations : Tel. +351 266 509 28 enotur@esporao.com



Herdade das Anforas – Appartient à la fameuse marque de vins Bacalhôa. Centre de vinification moderne installé dans un édifice qui date de 1923. Vous y trouverez un scénario féérique : près de 3000 barriques en fût de chêne et bouteilles en stage sous des voûtes.

ARRAIOSOS. Visites guidées et dégustations: lun-jeu : 09h-18h, ven : 09h-12h. Réservations : Tel. +351 266 499 182 / herdadedasanforas@bacalhoa.pt

Herdade da Malhadinha Nova – Une ferme qui comprend 20 hectares de vignes, mais aussi des animaux, où il est possible de faire du tourisme d'habitation, du cheval, du BTT et bien d'autres activités, sans oublier la visite de la cave à vin et les dégustations.

BEJA. Visites guidées et dégustations: lun-sam: 10h-18h. Réservations: Tel. +351 284 965 210 www.malhadinhanova.pt

Pour + d'infos : Rota dos Vinhos do Alentejo, Praça Joaquim António de Aguiar 20, Évora, Tel: + 351 266 746 609, www.vinhosdaalentejo.pt

Práia e Campo

Descubra as cores e os aromas que compõem o Alentejo Litoral e fazem da região um paraíso a descobrir. Campos de cereais, arrozais, salinas, cegonhas, aves de rapina e golfinhos, extensos areais de fina areia, pinhais e falésias que se sobrepõem no horizonte, fazem desta região uma das mais belas de Portugal Continental.

Embarque em Alcácer do Sal para um passeio de barco num antigo salineiro para a Reserva Natural do Estuário do Sado. Com sorte, poderá ver golfinhos e os flamingos. Info : Rota do Sal, Tel. +351 962 37 59 50 / www.rotasdosal.pt

Embarque em Porto Covo para um passeio de barco à Ilha do Pessegueiro acompanhada por um guia. Aí, poderá apreciar a fortaleza do séc. XVII, as ruínas de um porto romano e uma capela quinhentista.

Alentejo online

www.noalentejohamais.com
www.alentejolitoral.pt



Esqueça o Algarve que conheceu. Descubra um outro Algarve! Do litoral à serra algarvia, há toda uma diversidade que nunca explorou. Avissegue-se pela vasta extensão do Barrocal onde o Algarve é fruta: laranjais e pomares de figo, amêndoaeiras. Desbrave os trilhos da serra ou da orla costeira.

Serra

A Serra do Caldeirão é a maior serra algarvia. Do alto, o Algarve surge como um anfiteatro que desce em degraus até ao mar. Em certos sítios as árvores são escassas e oliveiras, figueiras ou amendoeiras só são avistadas próximas das povoações. Para Leste, há sobreiros a perder de vista. Feita de Xisto, uma rocha impermeável, deixa passar a água da chuva que escorre rapidamente e alimenta os ribeiros, ao longo dos quais legumes e frutas são abundantes.

Fonte da Benémola (Loulé)

Um local de grande beleza, ainda pouco conhecido, símbolo da diversidade paisagística da região Algarvia. É atravessado pela bonita Ribeira de Menalva. Aqui podem observar-se espécies animais e vegetais pouco frequentes no Algarve, como salgueiros, tamargueiras, choupos, lontras, morcegos....

Para que este espaço seja preservado foi criado um percurso pedestre ao longo da ribeira, com cerca de 1500 metros de extensão, que passa também pela oficina de um cesteiro.

Salinas

Em Castro Marim a paisagem está pintada de branco. O branco do sal marinho aqui produzido há séculos. Na Reserva Natural do Sapal, uma teia complexa de canais e peque-

nos espelhos de água, onde sobressaem pequenos montículos brancos, estende-se por mais de 300 hectares. Uma paisagem esculpida pela mão humana em tempos muito longínquos, para aproveitar a influência das marés. São autênticos jardins de sal e valem uma visita.

Horário: 9h12h30 / 14h-17h30
Tel. 281 510 680

Phares

Sentinelles silencieuses sur la mer, compagnons des pêcheurs et des marin, les phares sont synonymes de terre proche.

A ne pas perdre : visite au phare du Cabo de São Vicente est l'un des plus grands d'Europe et surveille l'Atlantique depuis 1846.

Autres phares en Algarve:

Farol Ponta da Piedade (Lagos)
Farol de Santa Maria (Ilha da Culatra, Faro)

Parque Natural da Ria Formosa

É um cordão de ilhas e penínsulas dispostas paralelamente à costa. Constituído pela Península do Ancão, as ilhas da Barreta, Deserta, Farol-Culatra, ilhas da Armona-Fuseia, de Tavira, Cabanas e Península de Cacela.

Embarque para um passeio na Ria Formosa com um guia que lhe vai explicar tudo acerca dos diversos biótopos observados (o sapal, as dunas, as ilhas barreira), das actividades tradicionais praticadas, das populações que ainda vivem nas ilhas e aves que se podem observar nesta zona. Com paragem na Ilha Deserta para um passeio nas areias virgens da praia.

Saídas do Cais da Porta Nova (Faro) todos os dias às 11h30 e 15h

Côté village

Cacela Velha (V. real de St. António)
Vous recherchez un Algarve intouché? Vous avez trouvé. Ici règne la simplicité. Petites maisons repeintes à la chaux. Plages uniques, paysage sauvage.

A visiter : église et fort (1794), qui servit à défendre la frontière contre l'Espagne voisine.

Cachopo (Tavira)

Considéré le village le plus typique du Nord-est de l'Algarve. Ici se produisent des produits traditionnels comme le miel et le liège. Architecture populaire aux maisons rez-de-chaussé, murs en schiste repeints avec de la chaux blanche et des barres colorées autour des portes et des fenêtres, le tout couronné. A visiter : Eglise de Santo Estevão (1535); les "Casas circulares" ou "Palheiros", édifices de pierre et toits faits de paille, d'origine pré-historique ; les moulins à vents et la Fonte Férrea, autrefois connue pour ses eaux médicinales.

Antas e Menires

Monumentos da pré-história que ensinam as origens algarvias.

Alcoutim

- Anta do Curral da Castelhana
- Menir do Lavajo, com 3,14 metros de altura.

Cachopo

- Anta das Pedras Altas, no Monte da Mealha
- Anta da Masmorra, no Monte das Alcarias de Pedro Guerreiro

Silves

- Menir dos Gregórios

Vila do Bispo

- Menir de Aspradantes

O Centro Interpretativo de Alcalar (Portimão) ajuda a desvendar o quotidiano destes habitantes do antigo Algarve, que praticavam actividades tão diversas como agricultura, pastorícia, caça, pesca, moagem, tecelagem, olaria e metalurgia do cobre.

Horário (Verão): 10h-18h30.

Tel. 282 471 410

Preço : € 2 / 15-25 anos e > 65:

€ 1 / Gratuito : >14 anos e Domingos até às 14h00

Algarve online

www.visitalgarve.pt

Castelo de Bragança

Uma primitiva fortificação de Bragança, poderá ter sido edificada no reinado de D. Afonso Henriques. Foi palco das invasões francesas, mas a sua guarnição repeliu as tropas napoleónicas. O castelo tem uma cerca que envolve o núcleo histórico da cidade, com uma área de cerca de três hectares, a cittadella é marcada pela de Torre de Menagem, com 17 metros de lado e 34 metros de altura. No lado norte da cerca existe a chamada Torre da Princesa. **Bragança. Fechado à quinta-feira. Horário : 10h-12h / 14h-17h**

Castelo de Guimarães



Château gothique, emblème du Moyen Age Portugais, son histoire est fortement liée à celle de la fondation de la Nation. Il semble que D. Afonso Henriques, celui qui deviendra le 1er roi du Portugal, soit né ici. Construit au Xème siècle pour défendre le village des attaques des musulmans et des normands, il servit tour à tour de palais, de prison, de grenier royal et de carrière, avant d'être restauré au début du XXème siècle. A été élu l'une des 7 merveilles du Portugal en 2007.

Fermé le lundi. Horaire: 09h30 – 12h / 14h – 17h

Palácio de Mateus

Construído na primeira metade do séc. XVIII, o Palácio ou Solar de Mateus é também conhecido pelos seus famosos pomares e vinhas, aqui são produzidas as famosas compotas e o seu vinho "rosé". Actualmente administrada pela Fundação com o mesmo nome, a Casa Mateus organiza diversas actividades de âmbito cultural (concertos, exposições, prémio literário D. Dinis e seminários). Abertos ao público, estão o Museu, a Biblioteca, a Adega e os Jardins. **Vila Real. De Junho a Setembro : das 9h00 às 19h30. + info: www.casademateus.com**

Parque Arqueológico

Considerado por muitos como o maior museu ao ar livre do Paleolítico, de todo o mundo, o Parque foi criado em 1996, após o Governo ter suspenso a construção da barragem ali prevista. Foi rapidamente classificado do Património Mundial da UNESCO (em 1998). As gravuras paleolíticas do Vale do Côa distribuem-se por 24 núcleos diferentes ao longo das margens dos 17 km finais do curso do rio Côa e nos vales afluentes do Douro junto a foz do Côa. **Foz Côa. Marcação prévia obrigatória, através do telefone (+351) 279 768 260 ou e-mail : visitas.pavc@ipa.min-cultura.pt. O número de visitantes é limitado a 50 pessoas por dia. Fechado à segunda. NOVO : visitas nocturnas!**

Sé da Guarda

Située sur la Place Luís Camões ou Vieille Place, la cathédrale s'impose par sa grandeur et beauté. Construite entre le XIV et le XVIème siècles, la cathédrale reflète l'évolution des philosophies constructives qui parcourent les siècles. Du style roman au manuélin, en passant par la Renaissance, la cathédrale a su incorporer et harmoniser les divers courants architecturaux. **Guarda.**

Monsanto

Aldeia histórica de Portugal, Monsanto é construída em pedra granítica. Para além do próprio conjunto urbano e do castelo, Monsanto conserva variados exemplares de arquitectura militar e religiosa. Grutas e penedos foram integralmente convertidos em peças de construção, servindo de chão, como de paredes ou tectos às habitações. A presença humana neste local data desde o paleolítico. Existem vestígios da passagem dos romanos, dos visigóticos e dos árabes, que seriam derrotados por D. Afonso Henriques.

Moinhos de Vento da Pinhôa



Moita dos Ferreiros, freguesia da Lourinhã. Procure as setas que indicam Pinhôa/Moinhos de Vento. No alto, é possível observar de perto 4 moinhos recuperados. O moleiro abrir-lhe-à a porta do moinho principal e de bom grado o põe a trabalhar (com a necessária ajuda eólica, claro), explicando de tudo. Vê-se como há dois sistemas de moagem, um para o milho e outro para o trigo, que usam tipos de pedras diferentes nas mós. Aprende-se a regular a finura da farinha e como se pode colocar a funcionar uma ou outra mó, ou ambas. Uma autêntica viagem no tempo. **Lourinhã**

Vos projets

Prévoir vos projets de demain dès aujourd'hui



Rémunéré

4,25⁽¹⁾%
pendant **3** mois

Penser à demain dès aujourd'hui, c'est voir plus loin. Caixa vous offre des solutions simples pour vous aider à vous constituer un capital dans le temps avec le contrat Epargne Libre Fidelidade⁽²⁾. À partir de 50 euros par mois, à votre rythme et sans y penser, vous profitez d'un placement sûr et bien rémunéré, idéal pour la réalisation de vos futurs projets.



**Caixa Geral
de Depósitos**

www.cgd.fr

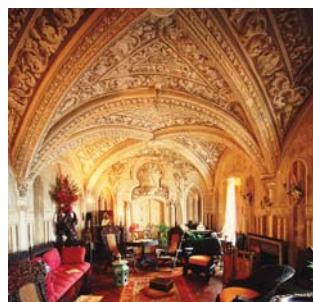
Caixa Geral de Depósitos S.A. - Succursale France - RCS Paris B 306 927 393 - Fidelidade Mundial - Succursale de France, RCS PARIS B413575191 - Document contractuel - Photo : Jupiterimages. (1) Taux net de frais de gestion sur les versements. Offre valable . (2) Voir conditions en agence.

 **Fidelidade Mundial**
Succursale de France
www.fidelidademundial.fr

Palácio Nacional de Mafra

Cet imposant Palais-Couvent construit au XVIIIème siècle domine la ville de Mafra et ses alentours. Difficile de le manquer si vous vous promenez dans les environs! C'est le plus important monument du baroque portugais. On raconte que le roi D. João V l'a fait construire suite à une promesse faite à la reine D. Maria Ana de Áustria si celle-ci lui donnait une descendance. Il possède l'une des plus importantes bibliothèques portugaises avec près de 40'000 livres. Curiosité : José Saramago s'en est inspiré pour écrire «Le dieu manchot» [[Memorial do Convento » en portugais]. **Mafra.**
Horaire: 10h-17h. Fermé le mardi.
Prix : 5 euros. Gratuit: > 14 et dimanche jusqu'à 14h. Réduction: carte jeunes et > 65

Parque e Palácio da Pena



Élu, en 2007, l'une des 7 merveilles du Portugal, le Palais est l'une des meilleures expressions du Romantisme architectural du XIX siècle portugais. Il se caractérise par un mélange ostentatoire de styles (néo-gothique, néo-mauélin, néo-islamique et néo-renaissance) qui reflètent la fascination du XIXème siècle pour l'exotisme. **Sintra. Horaires (été): 9h30-20h00 (Dernière admission à 19h)** **Prix : Adultes : 11 euros ; > 64 ou < 17 : 9 euros / Gratuit : > 5 ans. Prix réduit jusqu'à 11h.**
www.parquesdesintra.pt

Castelo de Almourol



Ergue-se imponente no meio do rio Tejo. Situado numa pequena ilha que já era habitada no tempo dos romanos e que foi posteriormente ocupada pelos visigodos, pelos muçulmanos, Em 1129, foi conquistado por D. Afonso Henriques. A travessia faz-se em menos de dois minutos, mas pode prolongar a viagem por mais alguns instantes se pedir ao barqueiro para dar a volta a todo o ilhéu. Curiosidade: primeiro monumento nacional português a marcar presença no Second Life.
Vila Nova da Barquinha. Horário de Verão : tous os dias 10h-19h
Preço da travessia : 1,50 euros
infos : www.castelodealmourol.com

Gruta do Escoural

Encontrada accidentalmente em 1963, na sequência de um tiro de pedreira colocou a descoberto uma sala repleta de numerosas ossadas humanas e restos de cerâmica, a Gruta do Escoural é uma das mais raras e significativas estações arqueológicas de arte rupestre em território nacional, com pinturas e gravuras rupestres realizadas no Paleolítico Superior. Monumento Nacional. **Montemor-o-Novo. Horário : 9h30-12h/ 13h30-17h / Visitas de grupos requerem marcação prévia :**
Tel. +351.266 857 200

Castelo de Estremoz

Esta fortificação que já devia existir desde a ocupação romana da península, uma das mais importantes praças-fortes da região do Alentejo, Estremoz esteve ligada a diversos dos mais decisivos episódios militares da história de Portugal. Segundo a lenda, terá sido junto a este castelo que se deu o milagre das rosas, quando a Rainha Santa Isabel, que distribuía esmolas, converteu as moedas em rosas, enganando o rei D. Dinis, que não a queria nessa tarefa de ajuda aos mais necessitados. Ali funciona actualmente uma pousada. **Estremoz.**

Castelo São Jorge

Ergue-se na mais alta colina de Lisboa. A sua ocupação humana data do século VI a.C. Fenícios, Gregos, Cartagineses, Romanos e Muçulmanos por aqui passaram. O Castelo sofreu importantes intervenções de restauro na década de 1940 e no final da década de 1990, que tiveram o mérito de reabilitar o monumento, actualmente um dos locais mais visitados da capital. O monumento oferece aos visitantes miradouros de onde se pode observar a cidade em todo o seu esplendor, um espectáculo multimédia (Olisipónia), uma câmara escura (Torre de Ulisses – viagem de 360º sobre Lisboa).

Lisboa. Horário Verão : 9h-21h

Preço : 5 euros ; Reduções para estudantes de famílias; Gratuito para <10 e > 65
info : www.castelosaojorge.egeac.pt

Paço Ducal de Vila Viçosa

Aussi connu sous le nom de Palais des Ducs de Bragance. Sa construction a débuté en 1501, par ordre du quatrième Duc de Bragance. Les travaux d'agrandissement se sont suivis aux XVI et XVIIème siècles, lui donnant son aspect actuel, dont la façade, longue de 110 mètres, est unique dans toute l'architecture portugaise. Le Palais abrite une partie de la collection du Musée National des Carrosses. **Vila Viçosa.**
Horaires (Eté): 10h-13h/ 14h30-17h30. Fermé le lundi et mardi matin. **Prix : 6 euros**
info : www.fcbraganca.pt

Castelo de Marvão



Le château est en fait une ville-forteresse. Son altitude (850 m.) offre aux visiteurs une vue magnifique sur le paysage environnant. La colline escarpée sur laquelle il a été construit représente une défense naturelle contre les armées ennemis. D'ici il est possible d'observer la frontière avec l'Espagne. Le plaisir que procure une promenade parmi les murailles, ruelles et maisons de ce village historique très bien conservé vaut bien le détour ! **Marvão**

Castelo de Alegrete

Situado no belo Parque Natural da Serra de São Mamede, em plena região Alentejana. Monumento de grande importância estratégica, dada a boa localização geográfica e a proximidade com a fronteira Espanhola. Este é um lugar que foi ocupado por vários povos. Por aqui passaram Romanos, Vândalos, Alanos e Mouros, antes da chegada de D. Afonso Henriques, tendo a sua estrutura sido constantemente alterada. **Portalegre**

Castelo de Campo Maior

Obéissant aux règles de la défense militaire, le château a été construit sur la plus haute colline est orienté vers l'Espagne. Possède six tours et des murailles crénelées qui entourent toute la ville. **Campo Maior. Horaire (été): 9h30-13h / 16h30-19h30. Prix : Normal: 1.5 euros / 15-25ans et >65: 0.75 euros Gratuit: > 14 ans, dimanche jusqu'à 13h.**

Castelo de Silves



Construído pelos árabes Almorávidas no século XI, este castelo relembará a grandiosidade da arte muçulmana e reflecte o esplendor que a civilização islâmica alcançou no Algarve. ImpONENTE e admirável, é o maior, mais importante e castelo melhor conservado do Algarve. **Silves**

Ruínas Romanas

Terão sido em tempos (provavelmente entre o século I e III) uma Villa rústica, rodeada de campos férteis, compostas por várias banheiras e mosaicos romanos. A sua localização favoreceu o aproveitamento dos recursos marítimos e o tráfico de mercadorias, daí a existência de um porto, existindo igualmente bicas e um lago no jardim. As Ruínas Romanas de Cerro da Vila constituem um importante testemunho para a compreensão e conhecimento da importância da presença dos Romanos no Algarve. Foi criado um Museu onde se disponibiliza informação sobre o sítio arqueológico e a visita às ruínas propriamente ditas conta com um percurso claramente sinalizado. **Loulé. Horário de Verão : 10h-13h / 15h-20h**

Ponte Romana de Tavira



Também conhecida por “Ponte Antiga”, é um dos símbolos de Tavira. Sobre a sua origem existem divergentes teorias, sendo que a mais provável é a existência de uma anterior ponte romana do século III, que terá sido reconstruída, ou mesmo construída uma em seu lugar, no início do período medieval. **Tavira**

Visite LOURINHÃ PORTUGAL

www.cm-lourinha.pt



UNIDADES HOTELEIRAS

Albufeira

Castelo de Vide

Cerveira

Costa de Caparica

Entre-os-Rios

Fornos de Algodres

Foz do Arelho

Linhares da Beira

Luso

Manteigas

Oeiras

Piodão

São Pedro do Sul

Sta. Maria da Feira

MADEIRA

- Funchal
- Porto Santo

AÇORES

- Ilha das Flores
- Ilha da Graciosa





A QUALIDADE AO SERVIÇO DE TODOS

A Fundação Inatel coloca à disposição de todos os que trabalham o que tem sido até à data usufruído pelos nossos mais de 200 000 beneficiários associados.

As nossas unidades hoteleiras, hoje tão referenciadas pela sua qualidade, os programas de viagens mais completos e acessíveis do mercado e uma oferta alargada de destinos turísticos nacionais e internacionais, são privilégios ao alcance de todos.

A oferta turística da Fundação Inatel é muito vasta, o que aliada a uma excelente qualidade no serviço prestado, a coloca como uma referência no mercado. Com milhares de Beneficiários conseguimos uma forte competitividade com preços atractivos e ofertas turísticas inesquecíveis.

Todas estas razões justificam inclusivamente o reforço da requalificação em curso de várias das nossas unidades hoteleiras, permitindo-lhes beneficiarem de maior atractividade com bom gosto e modernidade.



Museu do Douro

Inaugurado no dia 20 de Dezembro de 2008, este Museu tem sede na Régua mas abrange toda a Região Demarcada do Douro, com diversos pólos museológicos. Ocupando a outrora Casa da Companhia, antigas instalações da Real Companhia Velha. A exposição permanente, instalada no edifício do Solar do Vinho do Porto, mesmo ao pé do museu, foca a Região Demarcada do Douro : «Memória do Lugar», «O Território», «A História», «A Vinha», «O Vinho» e «Do Douro para o Mundo». Parte à descoberta de uma das figuras mais singulares e dedicadas ao Douro: Joseph James Forrester, conhecido como Barão de For-

ester, ou deslumbrar-se com a soberba panorâmica sobre o Douro das janelas do Winebar. O Museu do Douro dispõe ainda de uma biblioteca, de um restaurante e de uma loja com produtos dedicados à região, onde encontra postais das exposições, cartazes publicitários, livros sobre o Douro, vinhos, azeite, compotas, chás e demais produtos de qualidade.

Rua Marquês de Pombal, Peso da Régua

Tel. 254310190

Horário : Terça a domingo das 10h às 18h

Preço : Adultos: 5 euros / Estudantes (12- 25) anos e séniores:2,5 / Famílias : 4 / > 12 anos: gratuito

www.museudodouro.pt



Museu do Douro



Ecomuseu



MUDE-Museu do Design e da Moda



Museu do Douro



Museu do Brinquedo

MUDE-Museu do Design e da Moda

Recentemente instalado no antigo edifício do Banco Nacional Ultramarino, na Baixa lisboeta. A primeira exposição intitulada “Antestreia, Flashes do Museu do Design e da Moda, de Corbusier a Alaia” explora as relações entre o design, as artes, a política e o contexto socioeconómico.

Rua Augusta 24, Lisboa

Tel. 21886117

Horário: Terça a Domingo: 10h às 20h; Sábados:10h às 22h

Obs: Têm livraria e cafetaria.

www.mude.pt

Museu do Brinquedo de Seia

Apresenta uma coleção verdadeiramente notável de cerca 4500 de brinquedos de Portugal e do Mundo, antigos e modernos. Pretende ilustrar a importância dos brinquedos para o crescimento da criança e para a compreensão da noção de infância nas diferentes culturas e países. Uma viagem através do fascinante mundo dos brinquedos!

Largo de Santa Rita - Seia

Tel. 238082015

Horário : Terça a dom., 10h-18h.

Preço : 1,5 euros.

Ecomuseu Marinha da Troncalhada

Aqui funciona uma marinha de sal, sendo possível observar os antigos métodos de salinicultura da região aveirense. Actividade já conhecida, nesta região, no ano 959, como comprova o testamento da Condessa Mumadona Dias. O Ecomuseu da Marinha da Troncalhada visa, essencialmente, a valorização do património natural e cultural.

Cais das Pirâmides, Aveiro

Tel. 234406300

Entrada Livre, mediante marcação prévia

Museu do Oriente

Portugal, primeiro país europeu a chegar aos mais distantes portos orientais, teve ao longo dos séculos um papel pioneiro na globalização.

O Museu do Oriente está organizado em torno de duas grandes exposições permanentes. “Presença portuguesa na Ásia”, no piso 1, integra várias peças de excepcional valor, com destaque para os diversos biombo chineses e japoneses dos séc. XVII e XVIII e peças de porcelana da Companhia das Índias, entre outros

objectos. A exposição “Deuses da Ásia”, no piso 2, é constituída por mais de treze mil testemunhos das artes performativas de toda a Ásia. É considerada uma das mais importantes no género à escala europeia.

*Av. Brasília, Doca de Alcântara, Lisboa
Tel. 213 585 200*

Horário : 10h – 18h. Sexta-feira : 10h – 22h. Encerra às terças. Preço: Adultos: 4 euros / Estudantes + crianças 6-12 : 2 euros / Gratuito : crianças até 5 anos e sexta-feira das 18h às 22h

www.museudooriente.pt



autres suggestions

<http://museudaourivesaria.com> (Viana do Castelo)
www.mascaraiberica.com (Bragança)
www.museudocarroelectrico.pt (Porto)
www.amtc.pt (Porto)
www.facm.pt (Porto)
www.serralves.pt (Porto)
www.museudopao.pt (Seia)
www.museudasaldeias.com (Castelo Branco)

www.museudaciencia.pt (Coimbra)
[http://museudaagua.epal.pt](http://www.museudaagua.epal.pt) (Lisboa)
[http://museu.marinha.pt](http://www.museu.marinha.pt) (Lisboa)
<http://mnazulejo.imc-ip.pt> (Lisboa)
www.museudotraje-ipmuseus.pt (Lisboa)
www.museudamaroneta.egeac.pt (Lisboa)
www.museudofado.egeac.pt (Lisboa)
www.gulbenkian.pt (Lisboa)
www.museuberardo.com (Lisboa)
www.cm-elvas.pt/MACE (Elvas)

Visite os Museus e Palácios Nacionais

125 Museus e Palácios estão à sua espera, espalhados por todas as regiões do País

Localização e actividades em
www.imc-ip.pt

Retrospectiva de Júlio Pomar

Esta exposição abrange obras criadas desde os anos 1940 a 2003, percorrendo praticamente todos os momentos artísticos de Júlio Pomar, inspirados por alguns temas específicos: neorealismo, tauromaquia, corridas de cavalos, Maio de 68, e o Brasil, marcado pelos contactos com os índios Xingu.

A obra mais antiga, um desenho de 1943 a tinta da china, está exposto numa sala onde foram colocados vários desenhos do artista plástico e livros que ilustrou.

Ao longo do espaço, Júlio Pomar foi recordando as

suas várias fases artísticas e, ao mesmo tempo, momentos de uma vida «dividida», como observou, entre Portugal e França. Desde a fase neo-realista do final dos anos 1940, à pintura dos anos 1960, com as corridas de cavalos e as touradas.

Até 13-09-09

*Centro de Arte Manuel de Brito (CAMB)
Palácio Anjos, Alameda Hermano Patrone, Algés*

Horário : Ter-Dom. 11h30-18h

Preço : 2 euros

Entrada livre : Domingos, -12, + 65, Estudantes

<http://camb.cm-oeiras.pt>



Júlio Pomar, *Tigre et tortues*, 1979, acrílico e colagem sobre tela, 116 x 89 cm



Júlio Pomar, *Majiganga (segundo Goya)*, 1963, óleo sobre tela, 162 x 130 cm



Tenório, 2009
Faiança Rafael Bordalo Pinheiro, pintada a acrílico, renda de bilros e crochê em algodão feito à mão. 65 x 54 x 61 cm



Salomé, 2009
Faiança Rafael Bordalo Pinheiro, pintada com vidrado cerâmico, crochê em algodão feito à mão. 216 x 115 x 90 cm

ALUZ, Por Dentro

Trabalhos de autores portugueses pertencentes à Coleção da Caixa Geral de Depósitos e três intervenções feitas especificamente para o local. Obras de Luísa Cunha, Filipa César, Armandina Duarte, Ricardo Jacinto, João Paulo Feliciano, Rui Toscano, Jorge Queiroz, José Pedro Croft e Bruno Pacheco.

Até 27-09-2009

Quinta da Fonte da Pipa
Rua Eça de Queiroz, Loulé
Horário : 15h-23h . Encerra à segunda. Preço : 1,5euros; Entrada livre < 25 e >60

Bichos

Joana Vasconcelos apresenta mais uma exposição em que reúne uma série de esculturas realizadas com as faianças Bordalo Pinheiro. Sardões, cobras, caranguejos, lagostas, sapos, cabeças de touro estão envoltos numa fina rede de crochê, tão característica do trabalho de Vasconcelos.

Até 20-08-2009

Centro Cultural de São Lourenço
Rua da Igreja, Almancil
Horários: Terça a domingo e feriados, 10h-19h
www.centroculturalsaolourenco.com

Art Déco-e seus inimigos

Art Déco foi um movimento de decoração activo entre 1925 e 1939. Este elegante estilo é, de certa forma, uma mistura de várias correntes do início do século XX. O importante núcleo de mobiliário da Coleção Berardo é apresentado com a tensão existente entre Art Déco e seus «inimigos».

Até 20-09-09

Museu Berardo - Centro Cultural de Belém, Lisboa. Horário : Todos os dias das 10h às 19h, sexta-feira até às 22h. Entrada livre www.museuberardo.com

Encompassing the globe. Portugal e Mundo nos séculos XVI e XVII

Cette exposition représente un éloquent témoignage de la présence culturelle portugaise en Afrique, Asie et Amérique, et de celles-ci dans l'art portugais. Elle réfléchit sur le rôle décisif du Portugal, aux XVI^e et XVII^e s., dans la création de réseaux de communication en temps réel, l'établissement de marchés internationaux et l'échange culturel, artistique, scientifique et linguistique qui permirent à l'Europe d'influencer et d'être influencée par des cultures trans-continentales.

Aspectos da Colecção

Différents auteurs, différentes générations, différentes perspectives: Manuel Cargaleiro, Armando Basto, Cris-tino da Silva, Michael Biberstein, Pepe Diniz, Fernando Calhau, Francisco Tropa.

SERRAVES 20 ANOS 10

EXPOSIÇÕES

SERRALVES 2009: A COLEÇÃO
ATÉ 27 SET 2009
MUSEU

**JACQUES-ÉMILE RUHLMANN
E A FRATERNIDADE DAS ARTES**
18 JUL-27 SET 2009
CASA

MÚSICA | DANÇA | PERFORMANCE

JAZZ NO PARQUE - 18ª EDIÇÃO
18 JUL-01 AGO 2009
TÉNIS DO PARQUE DE SERRALVES

CRÍANÇAS | JOVENS | FAMÍLIAS

FÉRIAS DE VERÃO EM SERRALVES
06 JUL - 04 SET 2009

De juin à octobre 2009
Museu Nacional de Arte Antiga
Rua das Janelas Verdes Lisboa
Tel: 21 391 2800
www.mnarteantiga-ipmuseus.pt
**Horaire: mardi de 14h-18h,
mercredi à dimanche: 10h-18h**
**Prix: Exposition temporaire: 5 euros / 14-25 ans e
> 65 anos: 2,00 euros / Cartão-Jovem: 1,60 euros /
Gratuit: < 14 ans; Professeurs et étudiants; Lisboa-
Card; Dimanche jusqu'à 14h00**

Jusqu'au 30-08-2009
Centro de Arte Moderna - José de Azevedo Perdigão
Rua Dr. Nicolau Bettencourt, Lisboa
Horaire : Mar-Dim : 10h00 - 18h00
Prix : 4 euros; Etudiants et +65 : 2 euros; Gratuit pour -12
www.camjap.gulbenkian.pt

Viana do Castelo

Os três Potes

Restaurant typique installé dans un ancien four public. Bonne cuisine régionale. Ambiance chaleureuse. Folklore et chansons populaires les vendredis et samedis soirs.

Beco dos Fornos 7/9

Tel. 258 829 928

Preço médio : 25 euros.



Vila Real

Museu dos Presuntos

Uma cozinha apurada e saborosa, que se mostra orgulhosa do património gastronómico regional. Aqui, o presunto é consumido como entrada ou como prato principal.

Avenida Cidade de Ourense 43

Tel. 25932601

Preço médio : 20 euros.

Porto

O Escondidinho

Decorado com azulejos do séc. XVII, este restaurante tem um serviço eficiente e pratos bem confeccionados. Francisco Sá Carneiro era cliente assíduo e o Rei Juan Carlos por cá passou várias vezes, entre muitos outros ilustres !

Rua Passos Manuel, 142 (frente ao Coliseu) - Tel. 222 001 079

Obs: com parque privativo

Preço médio : 25 euros.

Abadia

Um dos ex-líbris da restauração da cidade do Porto. Atendimento simpático e caloroso. Boa comida e boa garrafeira. São famosos o polvo à bordalesa, o bacalhau «à Gomes de Sá», o cabrito, o esparregado, as tripas «à Abadia» e muitos outros pratos sobre os quais não temos espaço para escrever.

Rua Ateneu Comercial, 22/ 24

Tel. 222 008 757

Preço médio : 18 euros.

Cafeína

Restaurant situé dans une villa début XXe, architecture d'intérieur contemporaine et ambiance sophistiquée. Gastronomie moderne, élégante et cosmopolite. À deux pas de l'Atlantique, pour une promenade qui vous aidera à digérer ou un dernier verre sur l'une des nombreuses esplanades qui bordent l'Av. do Brasil.

Rua do Padrão 100 (Foz)

Tel. 226108059

Preço moyen : 35 euros.



Viseu

Viseu

O Forno da Mimi

Num ambiente típico, os segredos da cozinha antiga conjugam-se em harmonia com a arte da confecção moderna, onde a comida é preparada em ancestrais fornos de lenha ou na tradicional grelha. A carta de vinhos privilegia a região do Dão.

Estrada Nacional 2 – Viseu

Tel. 232452555

Preço médio : 12 euros.

Alcobaça

António Padeiro

Situado junto ao Mosteiro. Óptimos bifes, bom peixe e maravilhosos doces conventuais.

Rua Doutor Maur Cocheril 27

Tel. 262582295

Preço médio : 16 euros.

Peppo

Vista de fora, assemelha-se a uma vivenza típica da região. Mas do outro lado dos portões espera-o um espaço moderno: candeeiros de design contemporâneo e móveis de linhas direitas. Poderá degustar deliciosos pratos da gastronomia portuguesa, com ligeiras nuances, frutos da criatividade do chef. De chorar por mais.

Rua da Levadinha 5 – Alcobaça

Tel. 262585280

Os restaurantes

Gastronomie

Lisboa

Armazém F

Situado na margem do Tejo, proporcionada uma agradável vista para o rio e para a ponte 25 de Abril. Propõe duas variedades de rodízio: o tradicional rodízio de carnes, com o melhor churrasco brasileiro, e um rodízio vegetariano. Música ao vivo às sextas e sábados.

Rua da Cintura Armazém 65 Cais do Gás (Cais do Sodré) - Tel. 213220160.

Preço médio : 25 euros.



Mãe d'Água



Localizado num dos recantos mais sossegados de Lisboa, o Jardim das Amoreiras. Tem um ambiente entre a taberna espanhola e o «bistrot» francês. Cozinhados saborosos. Na ementa, irá encontrar : uns fritos, uns estufados, uns guisados, um ou outro prato de forno e bifes. É uma casa simpática e amiga dos fumadores Travessa das Amoreiras, 10
Tel. 213882820 - Obs : É permitido fumar. Preço médio : 25 euros.

Faz Figura

A sua varanda envidraçada constitui um privilegiado miradouro sobre o rio Tejo. Uma ementa rica e criativa, de raiz portuguesa e mediterrâника. Rua do Paraíso 15 B (Santa Apolónia) - Tel. 218868981
Preço médio : 35 euros.

Alentejo

Comporta Café

Almoce ou jante em frente ao mar neste restaurante-bar implantado no areal da praia da Comporta, na Península de Tróia. Este é um local onde se vai para relaxar e apreciar a vida.
Praia da Comporta – Alcacer do Sal
Tel . 265 497 652. Encerra seg.
Preço médio : 20 euros.

125
ANOS
CHEIOS DE VIDA

VENHA
DESCOBRIR
O NOVO JARDIM
ZOOLÓGICO
DE SEMPRE.



Lisboa
JARDIM
ZOOLÓGICO
Portugal

www.zoo.pt

Alentejo

A Ilha

Situé en face de l'Ilha do Pessegueiro, esplanade avec vue sur la mer ! Nous vous conseillons de goûter la cataplana de garoupa, la salada de polvo ou la feijoada de chocos, faites-nous confiance. Et après un délicieux repas, une sieste sur la plage, qui est à peine à quelques pas du restaurant.

Ilha do Pessegueiro – Porto Covo

Tel: 269 905 113

Prix moyen : 15 euros.



A Azenha do Mar

Situé dans une petite ville de pêcheurs. Ne paie pas de mine, mais la salada de polvo, sapateira et camarões sont excellents et à très bon prix.

Praia da Azenha do Mar – Odemira

Tel. 282 947 297

Fermé le mercredi. N'accepte pas de réservation..

Prix moyen : 18 euros.

Algarve

Taberna do Gabriel II

Vous voulez mangez du poisson et des fruits de mer avec vue sur l'infini bleue de l'Atlantique? C'est votre restaurant! Très belle vue.

Praia da Amoreira – Aljezur

Tel . 282 991 939

Prix moyen : 20 euros.

O Estaminé



Situado na Ilha Deserta, , no coração do Parque Natural da Ria Formosa, é apenas acessível de barco, é o restaurante mais a sul de Portugal Continental. Vista privilegiada sobre toda a costa. Pratos à base de peixe fresquíssimo e moluscos provenientes das águas límpidas da Ria Formosa.
Ilha Deserta – Faro - Tel. 917811856
- Obs : Aberto todos os dias do ano
Preço médio : 35 euros.

Taska

Contam-se pelos dedos de uma só mão os restaurantes no Algarve que servem Xerém, um prato tipicamente mediterrâneo feito à base de farinha de milho. Ao princípio abriram apenas para petiscos, mas a clientela foi exigindo cada vez mais. Surpreende pela simplicidade e riqueza de sabores.

Rua do Alportel 38 – Faro

Tel. 289824739

Prix moyen : 18 euros.

les vins

les déguster gratuitement...

Sala Ogival da ViniPortugal

Palácio da Bolsa

Rua Ferreira Borges - Porto

Tel. 223 323 072

Horaire : lundi-samedi, 10h-19h

Sala Ogival da ViniPortugal

Praca do Comercio - Lisboa

Tel. 213 420 690

Horaire : mardi-samedi, 11h-19h

les acheter ...

Delidelux

Boutique gourmet et café avec esplanade sur le Tage.

Très bonne sélection de vins portugais et étrangers.

Av. Infante D.Henrique, Armazém

B Loja 8 (Santa Apolónia)

Lisboa - Tel. 218862070

www.delidelux.pt

Essência do vinho

Vous y trouverez une sélection des meilleurs vins portugais, mais aussi une boutique gourmet et un wine bar.

Palácio da Bolsa

Rua Ferreira Borges - Porto

Tel. 22 3321102

www.essenciadovinho.com

Pâtisseries à goûter absolument



Pasteis de Vouzela

Café Central

Praça da Repúblca, Vouzela

Ovos moles

Pastelaria do Rossio

R. João Mendonça, Aveiro

Pasteis de Tentúgal

A Pousadinha

Estrada Nacional 111

Montemor-o-Novo

Travesseiros e queijadas de Sintra

Café Piriquita

Rua das Padarias 1, Sintra

Pasteis de nata

Pasteis de Belém

Rua de Belém, Lisboa

ascasasdefado

casas de fados Lisboa

Café Luso

Rua da Queimada, 10. tel. 213422281 - www.cafeluso.pt

Casa de fados clássica, situada à entrada do Bairro Alto, o Luso já sofreu muitas remodelações mantém as características que estiveram presentes na inauguração nos anos 30. Nos seus tempos de glória recebeu Amália (que aqui gravou um disco) e Alfredo Marceneiro. Para além do fado mantém um espectáculo de folclore. Ambiente retro e muito frequentado por turistas, o Luso tem como estrela do seu elenco o jovem Pedro Moutinho. Preço médio: 40 euros

A Tasca do Chico

R. Diário de Notícias, 39. tel. 213431040

O segredo do sucesso d'A Tasca Do Chico é a sua completa democracia: aqui todos entram e se quiserem podem cantar. A clientela divide-se entre amadores do fado, famílias, antigos puristas, jovens aspirantes a fadistas e estudantes do Erasmus. Normalmente sempre cheia, A Tasca recebe fado amador às 2^{as} e 4^{as} feiras, sob a apresentação única de João Figueiredo. Bebidas e petiscos como o chourizo assado são indispensáveis. E a atenção que cada noite é diferente: por lá passam sem avisar nomes como Mariza, Jorge Fernando, Ana Moura, Pedro Moutinho, Ângelo Freire..A Tasca é já um verdadeiro local de culto de um novo público de fado.. Ambiente muito informal. Este Verão vai abrir uma filial em Alfama.

Preço médio: não tem. Depende do que quiser consumir. A cerveja custa 1,50.

Senhor Vinho

R. do Meio à Lapa, 18. tel: 213972681 / 213977456

Dirigida por Maria da Fé, esta é uma das casas mais míticas de Lisboa e que conta com um óptimo elenco. Aqui foi descoberta Ana Moura; aqui cantam, entre outros, António Zambujo, Aldina Duarte ou Filipa Cardoso. Atenção aos preços das refeições, que não estão ao alcance de todas as bolsas. Ambiente tradicional de casa de fado. Preço médio: 60 euros.

Restaurante Café Museu do Fado

Largo Chafariz de Dentro, 1 (Alfama)

Do mesmo proprietário da Mesa de Frades, o Restaurante Café do Museu do Fado junta um pouco mais de sofisticação na ementa e ambiente, embora o clima seja informal. Mais turístico por definição, os preços são mesmo assim razoáveis e o fado excelente. Ana Sofia Varela ou Ricardo Ribeiro lá podem ser ouvidos. Atenção às noites especiais, onde figuras fora do fado cantarão repertório fadista escolhido por João Gil (o primeiro foi Luís Represas). Preço médio: 25 euros

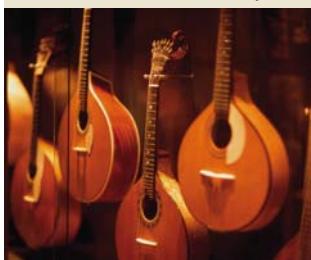
Mesa de Frades

R. dos Remédios, 139-A.

Tel. 218871452 (Alfama)

Esta antiga capela setecentista, com cerca de 30 lugares sentados, é nesta altura o lugar da moda para o novo público de fado. Frequentado pelos novos habitantes de Alfama (jovens licenciados, artistas, músicos, realizadores de cinema, jornalistas, encenadores, curiosos), a Mesa transpira um ambiente à beira do caos organizado que é delicioso - e que é imagem de marca do seu

dono, o guitarrista Pedro Castro. Só quando o fado é cantado se sente o respeito absoluto. O elenco inclui Ana Sofia Varela, Ricardo Ribeiro, Pedro Moutinho e a nova coqueluche fadista, Caminho. É frequente haver fadistada dentro de portas até às fantas, assim aparecam nomes como Camané ou outros. Uma visita obrigatória para sentir a nova boémia lisboeta. Aznavour jantou



Iá, Lila Downes cantou Iá, Andrew Bird quis ir conhecer. Casa sempre cheia, pelo que a reserva para os jantares é obrigatória. Preço médio: 25 euros (jantar). Pode ir também apenas beber um copo e ouvir fado.

Casa de Linhares/Bacalhau de Molho

Beco dos Armazéns de Linho, 121. tel 218863767

www.casadelinhas.com

Casa de fado tradicional, construída na antiga residência dos Condes de Linhares. Com um excelente elenco, que conta com Jorge Fernando, Celeste Rodrigues, Raquel Tavares, Fábia ou, sempre que pode, Ana Moura. A clientela é maioritariamente turística e as refeições são sofisticadas, o que se reflete no preço. Mas se puder... Preço médio: 50 euros



Cruzeiros > Circuitos > Golf - Cruises > Tours > Golf

Cruzeiro Porto/Régua/Porto

Subida de Barco e Descida em Comboio - Sábados

09h45 – Concentração dos passageiros no Cais do Freixo

10h00 – Início do Cruzeiro com destino à Régua

Pequeno – almoço servido a bordo

12h00 – Subida da Barragem de Crestuma-Lever (desnível 14 metros) - Serviço de Vinho do Porto

12h30 – Almoço servido a bordo

15h00 – Subida da Barragem do Carrapatelo (desnível 35 metros)

17h15 – Chegada à Régua - Transfer em autocarro de turismo para uma Quinta da região

18h30 – Transfer para a Estação da Régua

19h16 – Viagem de comboio com destino ao Porto

21h00 – Chegada ao Porto (Estação de S. Bento)

Preço p/pessoa: 85,00€

Crianças dos 04 aos 11 anos pagam 50% - Crianças até aos 03 anos grátis

Portodouro - Cruzeiros e Circuitos Turísticos - Praceta D. Nuno Álvares Pereira, 20 - 3º andar, sala CN - Tel. 22 93

899 33; Fax. 22 93 899 45 - E-mail. info@portodouro.com - Alvará DGT nº38/2003 - www.portodouro.com

concerts de musique portugaise

Musique

pop/funk

Pedro Abrunhosa

- 03/07/09 - S. Miguel, Açores
17/07/09 - Porto
18/07/09 - Paredes
24/07/09 - Braga
08/08/09 - Vila Nova de Cerveira
www.abrunhosa.com

pop/rock

David Fonseca

- 18/07/09 - Faro
20/07/09 - S. Miguel, Açores
22/08/09 - Cascais
www.davidfonseca.com

rock/blues/soul

Wray Gunn

- 22/08/09 - Guimarães
www.myspace.com/wraygunn

fado

Cristina Branco



- 11/07/09 - Arcos de Valdevez
15/07/09 - Lisboa
26/07/09 - Porto
www.cristinabranco.com

rock

Xutos & Pontapés



- 04/07/09 - Montijo
18/07/09 - Alijó
22/07/09 - Seia
25/07/09 - Lagoa - S. Miguel, Açores
31/07/09 - Leça da Palmeira
02/08/09 - Cantanhede
08/08/09 - Ponte de Lima
10/08/09 - Portimão
11/08/09 - Olhão
13/08/09 - Figueira de Castelo Rodrigo
14/08/09 - Santa Comba Dão
16/08/09 - Batalha
21/08/09 - Chaves
22/08/09 - Espoende
23/08/09 - Fundão
26/08/09 - Ilha do Pico, Açores
28/08/09 - Corroios
31/08/09 - Grândola
05/09/09 - Ponta do Sol, Madeira
www.xutos.pt

accoustique

Mafalda Veiga

- 18/07/09 - Cinfães
26/07/09 - Seia
09/08/09 - Santa Cruz da Graciosa, Graciosa, Açores
www.mafaldaveiga.com

pop/rock

Paulo Gonzo

- 01/08/09 - Ilha da Terceira, Açores
14/08/09 - Batalha
23/08/09 - Sátão
www.paulogonzo.net

hip-hop

Da Weasel

- 17/07/09 - Oliveira do Bairro
18/07/09 - Maia
19/07/09 - Oeiras
25/07/09 - Celorico de Basto
07/08/09 - Portimão
23/08/09 - Lagoa
03/09/09 - Montemor-o-Novo
06/09/09 - Terceira, Açores
11/09/09 - Mora
12/09/09 - Amadora
www.daweaselonline.com

pop/rock

Delfins

- 24/07/09 - Sousel
25/07/09 - Amarante
01/08/09 - Redondo
07/08/09 - Ponte de Lima
04/09/09 - Montemor-o-Velho
www.myspace.com/delfins

pop/electro

The Gift



- 13/08/09 - Portimão
28/08/09 - Cascais
29/08/09 - Crato
www.thegift.pt

concertos de música portuguesa

Musique

acoustique/folk/musique roots

Deolinda



10/07/09 - Freamunde
11/07/09 - Ovar
16/07/09 - Gavião
24/07/09 - Cantanhede
25/07/09 - Sever do Vouga
26/07/09 - Lagos
30/07/09 - Ilha do Pico, Açores
31/07/09 - Ilha de S. Miguel, Açores
01/08/09 - Vila de Rei
09/08/09 - Oleiros
12/08/09 - Figueira de Castelo Rodrigo
15/08/09 - Amora
16/08/09 - Ponte de Lima
21/08/09 - Miranda do Douro
www.deolinda.com.pt

pop/rock

Cla

18/07/09 - S. Miguel, Açores
14/08/09 - Amora
06/09/09 - Vendas Novas
www.cla.pt

pop/rock

João Pedro Pais

10/07/09 - Santo Tirso
24/07/09 - Madalena, Pico, Açores
26/07/09 - Seia
30/07/09 - Cantanhede
06/08/09 - Praia da Vitória, Terceira, Açores
13/08/09 - Mortágua
14/08/09 - Pampilhosa da Serra
15/08/09 - Castro Marim
22/08/09 - Lagoa
24/08/09 - Monção
28/08/09 - Mogadouro
29/08/09 - Cascais
www.joapedropais.com

worldmusic

Terrakota

26/07/09 - Outurela
08/08/09 - Santo Tirso
20/08/09 - Funchal
23/08/09 - Lisboa
www.myspace.com/terrakota

worldmusic

Teresa Salgueiro



rock

UHF

01/08/09 - Sabugal
12/08/09 - Amora
15/08/09 - Malveira
20/08/09 - Fontão/Ponte de Lima
21/08/09 - Sobral da Adiça
28/08/09 - Algezur
www.uhfrock.com

acoustique

JPSimões



06/08/09 - Sesimbra
www.jpsimoes.com

breakbeat/club

Buraka Som Sistema

12/07/09 - Freamunde
19/07/09 - Oeiras
26/07/09 - Pombal
31/07/09 - Cantanhede
01/08/09 - Ilha do Pico, Açores
06/08/09 - Zambujeira do Mar
07/08/09 - Gouveia
08/08/09 - Régua
05/09/09 - Viseu
www.myspace.com/burakasomistema

concerts de musique portugaise

Musique

variété/rock

Rui Veloso



- 25/07/09 - Cantanhede
 26/07/09 - S. Miguel, Açores
 08/08/09 - Ansião
 11/08/09 - Mortágua
 13/08/09 - Olhão
 14/08/09 - Góis
 15/08/09 - Figueira de Castelo Rodrigo
 19/08/09 - Espoende
 25/08/09 - Crato
 30/08/09 - Cascais
 05/09/09 - Penafiel
 12/09/09 - Águeda
www.ruiveloso.net

fado

Mariza

- 14/07/09 - Oeiras
 29/07/09 - Cantanhede
 10/08/09 - Ilha Graciosa, Açores
 14/08/09 - Vila Real de Santo António
www.mariza.com

rock / pop punk

Fonzie

- 17/07/09 - Gaia
 18/07/09 - S.Jorge, Açores
 05/08/09 - Portimão
www.fonzietime.com

pop

Rita Redshoes

- 23/07/09 - Pombal
 25/07/09 - Maia
 26/07/09 - Pico, Açores
 31/07/09 - Sabugal
 01/08/09 - Lisboa
 02/09/09 - Palmela
 05/09/09 - Paços de Ferreira
 12/09/09 - Alvaizére
www.myspace.com/ritaredshoes

jazz

Maria João

- 11/07/09 - Lisboa (Braço de Prata)
 18/07/09 - Lisboa (Braço de Prata)
 25/07/09 - Lisboa (Braço de Prata)
 31/07/09 - Lisboa (Braço de Prata)
www.mariajaoao.org

Sara Tavares

- 18/07/09 - Oeiras
 07/08/09 - Lagoa
www.saratavares.com

world music

O que Strada



acoustique/alternative/musique roots

Carminho

- 17/07/09 - Estoril
www.myspace.com/carminhofado

pop

Rui Reininho



- 15/07/09 - Torre de Belém - Lisboa
 16/07/09 - Cine-teatro Tivoli Lisboa
 24/07/09 - Casino Figueira da Foz
 01/08/09 - Marco de Canavezes
www.myspace.com/ruireininho

pop/electro/rock

Mesa

- 23/07/09 - Sesimbra
www.mesa.pt

A AUTO-ESTRADA MAIS DIRECTA E ECONÓMICA NAS SUAS DESLOCAÇÕES

A A24 liga Viseu a Chaves, possibilitando o acesso rápido, fácil e sem portagem à fronteira em Vila Verde da Raia.



Áreas de Serviço:

Viseu Norte // Km 152
Castro Daire // Km 119
Vila Real // Km 67
Vidago // Km 21

Centros de Assistência e Manutenção:

Lamego // Km 100
Pedras Salgadas // Km 34

A24
 Outras Auto-Estradas



Assistência e Manutenção da A24:
(808 24 00 24)



festivalsdétéauPortugal

Festivals



FESTIVALSudOeste

5 au 9 août - Zambujeira do Mar

PROGRAMME

05/08/09

Positive Vibes : David Guetta

Grovebox : Steve Bug / Zé Salvador & André Cascais / Gruber & Nuernberg / José Belo / Heartbreakerz

06/08/09

Palco TMN : Buraka Som Sistema / The National / Ebony Bones / Macaco

Planeta Sudoeste : Mallu Magalhães / Marcelo Camel / The Veils / Devotchka

Positive Vibes : Anthony B

Grovebox : Miss Kittin & the Hacker / D.I.S.C.O Texas Showcase / Inteletronik / Fritus Potatoes Suicide / Photonz

07/08/09

Palco TMN : Madcon

Planeta Sudoeste : Muchachito Bombo Inferno / The Pinkerton / Pastora / Vencedor MySpace Espanha

Grovebox : Magazino / João Maria / António Alves / DJ Tiago / Amê + Henrik Schwarz + Dixon

08/08/09

Palco TMN : Faith No More

Positive Vibes : John is Gone

Planeta Sudoeste : Mad Caddies

Grovebox : Matthias Tanzmann / Stereo Addiction / Freshkitos / Hugo Santana / Mary B

09/08/09

Palco TMN : Lily Allen / Basement Jaxx / Amy Macdonald

Planeta Sudoeste : Caravan Palace

Grovebox : Rui Vargas / Raresh / Sébo K

/ Tozé Diogo / Kaspar

Positive Vibes : Third World

Billet 1 jour : 40 euros

Pass 4 jours : 80 euros

www.musicancoracao.pt



FESTIVALParedesdeCoura

29 juillet au 1 août - Paredes de Coura

PROGRAMME

29/07/09

Palco Paredes de Coura

Patrick Wolf

30/07/09

Palco Paredes de Coura



Franz Ferdinand / Supergrass /

The Rascals / The Pains of Being

Pure at Heart / The Temper Trap /

Chew Lips

31/07/09

Palco Paredes de Coura

Nine Inch Nails / Peaches / Portu-

gal the Man / Blood Red Shoes /

Holy Ghost

Palco After Hours (début des

concerts à 02h00)

Kap Bambino / Punks Jump Up

01/08/09

Palco Paredes de Coura

Jarvis Cocker / Howling Bells

Billet 1 jour : 40 euros

Pass 4 jours : 70 euros

www.paredesdecoura.com



FESTIVALMarésVivas

16 au 18 juillet - Vila Nova de Gaia

PROGRAMME

16/07/09

Kaiser Chiefs / Primal Scream / Lamb

17/07/09

Scorpions / Guano Apes / Secondhand Serenade

18/07/09

Keane / Jason Mraz / Colbie Caillat / Gabriella Cilmi

Billet 1 jour : 25 euros

Pass 3 jours : 38 euros

www.festivalmaresvivas.com

FESTIVALLockOne



Du 5 au 8 août – Autodrome International de l'Algarve, Portimão

PROGRAMME

05/08/09

James Morrison / Fonzie / Os Pontos Negros / Tara Perdida

06/08/09

Bloc Party

07/08/09

Mia Rose / James / Ana Free

08/08/09

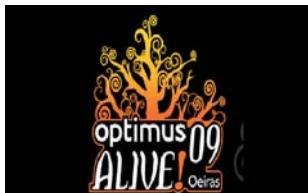
Offspring

Billet 1 jour : 50 euros

Pass 4 jours : 80 euros

festivals d'été au Portugal

Festivals



OptimusAlive09

9 au 11 juillet - Oeiras

PROGRAMME

09/07/09

Metallica / Slipknot / Machine Head / Lamb of God / Mastodon / Erol Alkan / Crystal Castles / Klaxons / TV on the Radio / Delphic / Air Traffic / Silversun Pickups

10/07/09

The Prodigy / Placebo / The Kooks / Eagles of Death Metal / Os Pontos Negros / Fischerspooner / The Ting Tings / Hadouken ! / Does It Offend You, Yeah? / Late of the Pier / The Gaslight Anthem / John is Gone

11/07/09

Dave Matthews Band / The Black Eyed Peas / Chris Cornell / Dead-



mau5 / Ghostland Observatory / Lykke Li / Autokratz / Trouble Andrew / Los Campesinos / A Silent Film

Billet 1 jour : 50 euros

Pass 3 jours : 90 euros

www.optimusalive.com



SuperBockSuperRock09

11 juillet - Porto

18 juillet - Lisbonne

PROGRAMME

11/07/09



Depeche Mode

Nouvelle Vague

18/07/09

The Killers

Duffy

Billet Porto : 40 euros

Billet Lisbonne : 40 euros

Pass : 70 euros

www.superbock.pt

SuperBockSurfFest'09

13 et 14 août – Praia do Tonel, Sagres

PROGRAMME

13/08/09

Gentleman / Babylon Circus / Asian Dub Foundation / Souls of Fire / João Maria / João Araújo

14/08/09

2 Many DJ's / Easy Star All Stars / Tristan Prettyman / Nouvelle Vague / Nneka / Zé Pedro Moura / Mary B

Billet 1 jour : 25€

Pass 2 jours: 40€

www.musicancoracao.pt



CascaisCoolJazz

9 au 31 juillet - Cascais

PROGRAMME

09/07/09

Joshua Redman

10/07/09

Jazzanova

14/07/09

Eliane Elias

15/07/09

António Zambujo

16/07/09

Vaya con Dios

17/07/09

Vadios

19/07/09

Buika convida Mariza



21/07/09

Mafalda Veiga

22/07/09

Katie Melua

23/07/09

Lisa Ehdhal

29/07/09

James Taylor

31/07/09

Seal

De 20 euros à 50 euros

www.cooljazzfest.com

Festivals



ExpoFACIC

24 juillet au 2 août - Cantanhede

PROGRAMME

24/07/09

Deolinda / Yves La Rock

25/07/09

Rui Veloso / Rita Mendes

26/07/09

Tony Carreira

27/07/09

Quim Barreiros

28/07/09



Daniela Mercury

29/07/09

Mariza

30/07/09

João Pedro Pais / Platinum Abba

31/07/09

Just girls / Buraka Som Sistema

Fernando Alvim

01/08/09

James / Joss Stone / Pete Tha Zouk

02/08/09

Xutos & Pontapés / Alvaro Costa

Miguel Quintão

www.cm-cantanhede.pt/expofacic



FESTIVAL FMMSines

17 au 25 juillet - Sines

PROGRAMME

PORTO COVO

17/07/09

O'Questrada (Portugal) / Rupa & The April Fishes (USA) / Circo Abusivo (Italie)

18/07/09

Victor Démé (Burkina Faso) / The Ukrainians (Royaume-Uni) / Dele Sosimi Afrobeat Orchestra (Nigéria)

19/07/09

Wyza (Angola) / Orquestra Típica Fernández Fierro (Argentine) / Daara J Family (Sénégal)

SINES

20/07/09

Mor Karbasi (Israël) / Portico Quartet (Royaume-Uni)

21/07/09

Cornelius Stroe & Aromanian Ethno Band (Roumanie) / Carmen Souza (Cap-Vert)

22/07/09

Mamer (Chine) / Trilhos – Novos Caminhos da Guitarr Portuguese (Portugal) / Janita Salomé (Portugal) / Uxía (Espagne) / Acetre (Espagne) / L'Enfance Rouge (France/Italie/Tunisie)

23/07/09

Assobio (Portugal) / Narf & Maneças Costa (Espagne/Guiné-Bissau) / Hang-gai feat. Mamer (Chine) / Chucho Valdés Big Band (Cuba) / Kasai Allstars (RD Congo) / Ramiro Musotto & Orchestra Sudaka (Argentine/Brésil)

24/07/09

Paulo Sousa (Portugal) / Njava (Madagascar) / Warsaw Village Band (Pologne) / Debashish Bhattacharya (Inde) / Cyro Baptista « Beat the Donkey » (Brésil/USA) / Chicha Libre (USA)

25/07/09

Melech Mechaia (Portugal) / Bibi Tanga et le Professeur Inlassable (République Centrafricaine/France) / James Blood Ulmer (USA) / Alamaailman Vasarat (Finlande) / Lee « Scratch » Perry (Jamaïque) / Speed Caravan (Algérie/France)

www.fmm.com.pt



Festas do Bodo

23 à 27 juillet - Pombal

PROGRAMME

23/07/09

Perfume / Festival café concerto / Rita Red Shoes

24/07/09

Sons da fala / Body Talk / DJ Gregor Salto

25/07/09

Angélico / Susana Félix / Abba Fever

26/07/09

João Miguel / Buraka Som Sistema



/ Yves La Rock ft Jaba

27/07/09

Mickael Carreira / Tony Carreira / Dj Fernando Alvim

Billet 1 jour : 20 euros

www.festasdobodo.net

festivals d'été au Portugal



BarcoRockFest

Du 19 au 23 août - Praia Fluvial de Barco, Guimarães

PROGRAMME

Wraygunn
If Lucy Fell,
Sean Riley & The Slowriders,
doismileito
born a lion,
Smix Smox Smux
Cratera
www.barcorockfest.com



NoitesRitual

28 et 29 août - Jardins do Palácio de Cristal, Porto

PROGRAMME

28/08/09

Deolinda / Foge Foge Bandido /
Dead Combo / Peltzer / Noiserv /
One Man Hand

29/08/09

Mão Morta / Blind Zero / Os Pontos Negros / Andrew Thorn / Paul Da Silva / Hot Pink Abuse
Entrée gratuite
www.noitesritual.com



AngraRock

4 au 6 septembre - Angra do Heroísmo

PROGRAMME

04/09/09

The Temple / Charon

05/09/09

Dismal / Die Happy

06/09/09

Da Weasel

Entrée gratuite

www.angrarock.com



www.mosqueteiros.com



O Especialista para o seu Automóvel

- 29 CENTROS-AUTO em todo o país
 - RAPIDEZ E QUALIDADE na manutenção, equipamento e reparação automóvel
 - ACONSELHAMENTO ESPECIALIZADO pelos nossos técnicos
 - ABERTO TODOS OS DIAS de Domingo a Domingo
 - LOJA com + de 4.000 peças e acessórios a preços competitivos
 - OFICINA DE MONTAGEM: Serviços e Tecnologia Auto, Mecânica Rápida e Electricidade Auto
- ...o melhor de 2 mundos!**

Centros Auto em: Abrantes, Alcobaça, Arrifana, Beja, Caldas da Rainha, Carregado, Carvalhos, Castelo Branco, Covilhã, Évora, Famões, Figueira da Foz, Guarda, Leiria/Gandara, Montijo, Oliveira de Azemeis, Ourém, Ovar, Paços de Ferreira, Penafiel, Portalegre, Sta Iria da Azóia, São Domingos de Rana, Setúbal, Sobreda da Caparica, Valongo, Viana do Castelo, Vila Real, Viseu.

Festivals

Vilamoura

BlackJack

Situado no sub-sol do Casino de Vilamoura, é por excelência há mais de uma década um dos espaços de animação mais concorridos da noite algarvia, muito devido à decoração moderna e requintada. Música moderna com uma passagem por ritmos latinos e por temas mais antigos, Rnb e Comercial ao bom som dos Djs.

Casino de Vilamoura 8125

Quarteira. Tel.: 289 389147

www.blackjackdisco.com

Retrouvez l'équipe de la Costa tous les mardis du mois d'août pour les soirées "Costa Praia".



Chaves

BibliotecaBar

Aberto desde 2001, este bar é muito animado. Faz Parte do Grupo Biblioteca Bar.

Travessa Cândido dos Reis - 5400-164 Chaves.

www.bibliotecabar.com

Retrouvez l'équipe de la Costa tous les mercredis du mois d'août pour les soirées "Costa Norte".

Fafe

MercadoBar

Un lieu où vous pourrez bien débuter la soirée. L'ambiance y est souvent très délire et sans complexes. Les sons mix vous envahiront au fil des heures dans un décor soigné. Largo da Feira - 4820 Fafe.

Retrouvez l'équipe de la Costa tous les jeudis du mois d'août pour les soirées "Costa Minho".

Fafe

FactoryClub

Tout y est fait pour créer une ambiance surchauffée, un espace agréable et des Djs qui promettent toujours de la bonne musique. Vous repartirez avec des moments inoubliables et des souvenirs plein la tête.

Zona Industrial do Socorro - Lote z2
Fafe. www.factory-club.com

Retrouvez l'équipe de la Costa tous les jeudis du mois d'août pour les soirées "Costa Minho".

La costa



FRANCE

La Costa do Sol discothèque : c'est 2 salles, 2 ambiances !

La Costa (rdc) : le club de la nouvelle génération, mixs des meilleurs dj's portugais, mezzanine vip, lounge corner: c'est l'endroit du moment.

La Costa do Sol (1er étage) : la salle de spectacle qui accueille les groupes Portugais de référence, le plaisir de retrouver le Portugal.

- Tarif Entrée : 12,00 euros (tous les soirs, sauf concerts)
- Tarif Entrée Concerts : 18,00 euros

184 rue de Paris

94190 Villeneuve Saint Georges

Infoline : 01 43 89 06 06

www.lacosta.fr

le mikado

9 rue Lallier - 75017 Paris

Tel : 01 42 78 74 53

www.lemikado.net

COSTA DO SOL

A NOITE JÁ MERECEIA ALGO ASSIM

DU NORD AU SUD EN AOUT 2009
LA COSTA EST EN TOURNÉE AU PORTUGAL

SUMMERCLUBBER 09



FACTORY FAFE
MERCADO'S BAR FAFE



BLACK JACK
VILAMOURA



LOOK'S BAR VILA RÉAL
BIBLIOTECACHAVES



COSTA DO SOL - 184, RUE DE PARIS - 94190 VILLENEUVE SAINT GEORGES - FRANCE - INFOLINE : 01 43 89 06 06

Bragança

Duque de Bragança Bar

Situado no castelo, um pequeno bar muito apreciado pelos braganços, com uma programação cultural regular e versátil. É mais conhecido como Duque e acolhe exposições, concertos, tertúlias ou sessões de poesia.

Rua Cidadela 9

(Junto ao castelo)

Todos os dias : 14h-03h

Santo Tirso

Pedra do Couto

Local de passagem obrigatória para os adeptos de um passinho de dança onde a escolha se multiplica por três pistas distintas.

Rua de Santo André, 229

Santa Cristina do Couto

Sex - dom: 23h - 08h

Barcelos

Vaticano Club



Referência incontornável nas noites do Minho, foi criado com o intuito de ser um clube para ouvir música de dança pela mão dos melhores DJs nacionais e internacionais. A programação musical é orientada para a electrónica.

Rua Cândido da Cunha 118

Sáb: 00-07h

www.vaticanoclub.net

Guimarães

Património Bar



Um bar-discoteca, que apostava na música de dança, com DJs nacionais e internacionais e é palco de festas e eventos vários. Música eletrónica e dance.

Parque das Hortas.

Sex- Sáb.: 23h-04h

Guimarães

Custo Lounge

Uma sala ampla transformada em pista de dança. Uma luz avermelhada que contamina todos os recantos da casa e brilha sobre o branco predominante na decoração. Minimalista, mas nem por isso menos criativo. É conhecido pelas grandes festas, ao som de música house. Local de paragem obrigatória dos principais DJs nacionais

Lugar de Fundo de Vila 1C Urgezes

Sex-Sáb. : 24h-06h

Porto

Clube Literário do Porto

Ambiente calmo e descontraído, boa opção para quem prefere a conversa à dança. Dividido em cinco pisos, tem um piano bar, sala para exposições, galeria, livraria e auditório. No piano bar ouve-se música ao vivo nas noites de sexta e sábado. Entrada livre.

Rua Nova da Alfândega 22

Todos os dias : 09h30-01h

www.clubeliterariodporto.co.pt

Porto

Twins

Bar, lounge et disco dans un même espace, le Twins est l'une des adresses incontournables de la nuit de Porto.

Rua do Passeio Alegre 1000 (Foz).

Mar – Sam. : 22h-03h

www.twins.pt

Porto

Trintaeum Café Bar

Espaço bonito, que apostava na música electrónica e negra dos anos 70. Bom ambiente e serviço eficaz.

Rua do Passeio Alegre 564 (Foz).

Qui-Sáb. : 22h-04h

www.trintaeum.com

Porto

Pitch Club

Aposta em sons alternativos e numa programação forte, com concertos ao vivo. O espaço é amplo e divide-se em dois pisos. O rés-do-chão está reservado à discoteca, ao estilo dos clubes londrinos. No piso de cima funciona o bar.

Rua Passos Manuel 34-38

Ven-Sam. : 23h-08h

www.pitch-club.com

Aveiro

Seia

Coimbra

Mercado Negro



Um espaço amplo e multifuncional situado em frente ao canal central, com vista para a ria de Aveiro. Um dos espaços preferidos pelos noctívagos da cidade. O bar estende-se por três salas e tem uma selecção musical que foge aos sons mais comerciais. Além do bar, tem auditório, café, loja de música, livraria e loja de design/decoração.

Rua João Mendonça 17

Todos os dias : 14h-00h

EspaçoEGO

Vous trouverez un salon de thé, un bar à tapas, un bar à vin et beaucoup plus dans cette ancienne villa redécorée avec des meubles design et de fortes courtes. Agréable jardin pour les chaudes nuits d'été. Av. Afonso Costa (Junto Rotunda do Tribunal).

Tous les jours : 11h-04h

www.espacoego.com

Coimbra

Diligência

Noite calminha, boa sangria, com tradição à mistura. Uma das casas mais prestigiadas nos espectáculos de fado ao vivo

Rua Nova 30

18h-02h

FeitoConceito



Em pleno centro da cidade, junto à Praça da República. Reúne sob o mesmo tecto um salão de chá/bar, um cabeleireiro e duas lojas dedicadas ao design de interiores e design de moda. A decoração ao gosto vintage e o ambiente calmo e familiar caracterizam este espaço, que pretende ser uma alternativa às grandes superfícies comerciais. A selecção musical, ecléctica q.b., vai do fado à electrónica.

Rua Alexandre Herculano 16.

14h-02h30

**DESCENDEZ
JUSQU'À MOINS 5°
AU BAR OÙ TOUT
EST EN GLACE**



MOINS 5°, L'EXPÉRIENCE LA PLUS COOL D'EUROPE

LE BAR OÙ LES MURS, LES SIÈGES, LES DÉCORS AVEC SCULPTURES ET MÊME LES VERRES SONT FAITS EN GLACE ORIGINALE DES GLACIERS DU CANADA.

**PALÁCIO DO GELO SHOPPING | NIVEAU -1, MAG. -106
VISEU - PORTUGAL | T. +351 232 483 921**

minus 5°
ICE LOUNGE

[WWW_MINUS5EXPERIENCE.COM](http://WWW_MINUS5EXPERIENCE_COM)

Coimbra

Bar Quebra

Durante anos chamou-se Quebra Costas, mas agora mudou de nome para Bar Quebra. Um bar histórico da cidade. Nas noites quentes de Verão tem uma agradável esplanada que lhe confere um especial encanto. Nas noites de fins-de-semana há DJs convidados a definir o ritmo da dança.

Rua do Quebra Costas 45/49

Seg-Sáb.: 10h-04h

Lisboa

MariaCaxuxa

Das paredes de mármore aos móveis antigos, que ali continuam a marcar presença, a decoração mantém aura de outros tempos: do tempo da Maria Cachucha. Sonoridades lounge e electrónica. Aos fins-de-semana é frequente estar à pinha e concentrar grupos de pessoas à porta.

Rua da Barroca 6-12 (Bairro Alto). Seg-Sáb.: 19h-02h

Lisboa

Bicaeense

De todos os bares da Bica, este é o quartel-general. Uma antiga tasca convertida em restaurante, café e bar, com vocação decididamente nocturna. Na sala interior há concertos e DJs, com sonoridades eclécticas ao gosto mais alternativo. Lá fora, concentram-se magotes de gente.

R. da Bica Duarte Belo, 38

Ter-Sáb.: 12h-02h

Lisboa

Meninos do Rio

Presque les pieds dans l'eau, dégustez un cocktail sur l'esplanade ou restaurez-vous à tout heure. Pour prendre un bain de soleil en journée ou vous rafraîchir en soirée.

Rua da Cintura do Porto de Lisboa (Cais do Sodré)

Tous les jours: 12h30-04

Estoril

Tamariz

Discothèque située sur la plage du même nom. On y va pour boire un verre sur la terrasse, danser jusqu'au petit matin, mais aussi pour être vu et se faire voir. Musique: house, electro et r&b. Ouvre seulement pendant les mois d'été. **Praia do Tamariz, Estoril Mar—Sam : 23h-06h. Prendre le train à Cais do Sodré direction Cascais**

Elvas

OTerraço



Lisboa

Um bar com bastante personalidade, decorado com confortáveis sofás velhos, espreguiçadeiras coloridas e mesas feitas a partir de bobinas de cabos eléctricos. O ambiente é descontraído. Vista extraordinária para o Tejo. **Calçada do Marquês de Tancos 3. Tous les jours: 10h-00h (quando não chove)**

Lisboa

LxFactory

C'est le nouvel espace branché pour sortir en soirée dans la capitale. Un ancien complexe industriel de la 1ère moitié du XXe reconvertis en pôle de créativité où artistes et designers ont monté leurs ateliers. Vous y trouverez, jusqu'à tar le soir, concerts, expositions, librairie, restaurant, bar et beaucoup plus.

Rua Rodrigues Faria 103

www.lxfactory.com

Zambujera do Mar

Espera-me entrando

O mais carismático bar das redondezas. A decoração, de cores vivas, o ambiente descontraído, os cocktails da casa e os sumos naturais fazem deste um verdadeiro clássico da costa alentejana. No Verão, acolhe frequentemente festas, com DJs conceituados.

Rua das Flores 9 - 10h-04h

Faro

Columbus Bar

Sous les arcades du Largo Manuel Bívar, en plein centre historique, le Columbus est l'un d'un principaux centre d'animation nocturne de la ville. Ambiance décontractée. Musique house. Reçoit parfois des DJs invités. Esplanade. **Largo Manuel Bívar.**



DANS VOTRE TASSE,
LE MEILLEUR CHOIX



Costa Verde

Ancora Caminha

Muito marcada pela presença de pescadores, ali não faltam barcos típicos e toda a azáfama em dias de faina. Praia de Vila Praia de Âncora também convida a passeios em duas rodas ou a revigorantes caminhadas pela marginal.

Afife Viana do Castelo

Muito marcada pela presença de pescadores, ali não faltam barcos típicos e toda a azáfama em dias de faina. Praia de Vila Praia de Âncora também convida a passeios em duas rodas ou a revigorantes caminhadas pela marginal.



Foz do Neiva Esposende

Praia que se prolonga por uma imensa extensão de areia onde poderá contemplar a beleza da vegetação natural envolvente.

O percurso até à praia, faz-se por entre passadiços de madeira, que facilitam os acessos.

Os banhistas podem em alternativa a banhos, dar agradáveis caminhadas e observar as espécies de fauna e flora características da região.

Mindelo Vila do Conde

Também conhecida como Praia da Gafa, tem uns rochedos que dão boas fotografias com o rebentar das ondas. É uma praia abrigada e sem fundões, sendo frequentada por famílias com crianças pequenas. Existem rampas de acesso às instalações sanitárias, facilitando a deslocação de deficientes físicos.



Memória Matosinhos

Au-delà d'un paysage de dunes à perte de vue, vous y trouverez un élément historique incontournable: l'Obélisque de la Mémoire, qui marque la fin de l'Absolutisme au Portugal. Services disponibles : location de parasols, bibliothèque, activités sportives.

Senhor da Pedra Vila Nova de Gaia

É incontornável não deixar de se fazer referência à magnífica Capela que mergulha pelo Oceano. Uma referência única que se prende ao facto da religiosidade das gentes do mar e não só. Com um considerável areal, a Praia do Senhor da Pedra, convida em dias de mar mais agitado, à prática do surf, bodyboard e outros desportos náuticos. Tem boas infra-estruturas para banhistas, como aluguer de toldos, sanitários, entre outros.

Costa de Prata

Barra Aveiro

Com o seu farol imponente, um dos mais altos da Europa, a Barra é um local privilegiado para se assistir à entrada e saída dos barcos de pesca, ora escoltados pelas gaivotas, ora acenados com lenços brancos. A Barra é um local ideal para a prática do surf, windsurf, vela e pesca de mar. Durante o Verão as festas e os bares dão um colorido diferente à noite, tornando-se esta numa das praias mais frequentadas da região.

Torrão do Lameiro Ovar

A Praia Torrão do Lameiro parece ter tudo em grandes dimensões, desde a extensão do areal à grandeza do mar que em dias de marés mais agitadas tem uma beleza única. A praia que serve de palco para trabalho de pescadores, deixa os veraneantes observarem as tradicionais embarcações e o vaivém de barcos em dias de pesca. A beleza da paisagem envolvente, conta com as magníficas dunas e com o refrescante pinhal.



Tocha Cantanhede

Combina uma magnífica extensão dunar com o oceano a perder de vista. As redes pesqueiras e os próprios barcos ao longo da praia, lembram que estamos em terras de pescadores e de bom peixe. Com boas infra-estruturas de apoio, é possível encontrar entre elas uma biblioteca de praia.



Caroline cherche un truc.

Du shampoing ? Des chaussettes ? Un chouchou ? On ne le saura jamais et peu importe. Ce qui compte, c'est que Caroline soit en vie. Comme les 12 000 autres personnes sauvées sur les routes de France, en 6 ans*, grâce à votre conduite plus responsable. 12 000 personnes qui continuent à vivre, tout simplement.

Alors, continuons.

WWW.LES12000.FR

**SÉCURITÉ ROUTIÈRE
TOUS RESPONSABLES**



* SI LES COMPORTEMENTS N'AVAIENT PAS CHANGÉ DEPUIS 2002 EN FRANCE, 12000 PERSONNES DE PLUS AURAIENT ÉTÉ TUÉES SUR LA ROUTE ENTRE 2003 ET 2008. SOURCE ONISR.

Areia Branca Lourinhã

Situada a 65 km de Lisboa a norte de Lisboa, perto da A8, é de fácil acesso. Ponto de referência no turismo da região, possui todas as condições necessárias para proporcionar longos momentos de lazer. Com um leque variado de opções que vão desde mini – golfe a aulas de surf e bodyboard, é o local ideal para quem procura animação e divertimento. Restaurantes, bares e esplanadas complementam a oferta turística. Em 2009, esta praia foi alvo de uma requalificação urbana que a dotou de novos e variados espaços de lazer para toda a família.



Baleal Peniche

Longue étendue de sable fin, Baleal est une plage pour tous les goûts: côté sud, c'est le paradis des surfeurs et des bodyboarders, côté nord, celui des familles, plus protégé du vent, il est propice à la baignade des enfants. À cinq minutes de Peniche, vous pourrez toujours aller vous bâler jusqu'au Cabo Carvoeiro et ou faire une excursion jusqu'aux Ilhas Berlengas si vous êtes fatigué de la plage.

Costa Azul

Ursa Sintra

Um dos mais belos tesouros naturais do concelho de Sintra. Areia fina. Acessos difíceis. As zonas de estacionamento automóvel encontram-se a cerca de 140m de altitude, desnível este que tem de ser vencido pelo visitante para chegar à praia.

Costa da Caparica

As praias da Costa da Caparica estendem-se ao longo dos 15 quilómetros. A maioria das praias é vigiada durante o Verão, possuem estacionamento e restaurantes ou bares de apoio.



Comporta Grândola

Située à l'extrême sud de la Péninsule de Tróia, cette plage est très recherchée par les estivants, en raison de la facilité d'accès et d'un vaste espace de stationnement.

Se trouve à la limite de la Réserve Naturelle de l'Estuaire du Sado, végétation dunaire préservée, entourée d'une pinède. Location de parasols, douches, restauration.

Costa Vicentina

Almograve Odemira

Com duas partes muito distintas entre si, Almograve é uma das praias mais bonitas da Costa Alentejana. De um lado, a praia de rochas e arribas de xisto, do outro, a praia de areia encostada às dunas. Boas condições para a prática do Bodyboard e do Surf.

Infra-estruturas disponíveis: Parque de estacionamento, Restaurante. Acesso a deficientes.

Zambujeira do Mar Odemira

A praia está rodeada por falésias altas, de onde se pode apreciar um deslumbrante panorama sobre o oceano. Banhada por um mar de ondulação forte, com boas condições para a prática de surf e bodyboard, a praia está situada junto à povoação da Zambujeira do Mar, com acesso directo. Muito concorrida durante o verão, regista uma enorme afluência de jovens no 1º fim de semana de Agosto devido ao Festival do Sudoeste, um dos mais importantes festivais de música de Portugal.

Algarve

Deserta Faro

A Ilha Deserta, também conhecida por Ilha da Barreta, é o local ideal para aqueles que adoram contemplar a natureza no seu estado mais selvagem. As espécies características da Ria Formosa, encontram-se aqui no seu pleno. Toda a fauna e flora da ria, os percursos que se podem fazer de barco, aliados aos mergulhos nas águas de um mar cristalino, são definitivamente motivo para optar por esta ilha.

ValedosHomens Aljezur



Depuis Aljezur, vous pouvez explorer les merveilleuses plages de la côte occidentale, parmi lesquelles, Vale dos Homens qui constitue un véritable havre de paix. Délimitée tant au nord qu'au sud, par de hautes falaises, c'est une plage peu fréquentée et une excellente option pour celui qui préfère le calme et l'isolement. Fréquentée par les surfeurs en raison des caractéristiques de son remous ainsi que par les naturistes, cette plage est surveillée en période balnéaire.

Barril Tavira

Intégrée au Parc Naturel de la Ria Formosa, se caractérise par une étendue de sable à perte de vue et une agréable température de ses eaux. Pour accéder à ce paradis, il faut prendre le pittoresque train qui part à proximité du Village Touristique de Pedras d'El Rei, ou faire la traversée en bateau depuis l'Île de Tavira avec des lignes régulières pendant l'été. Il existe une zone réservée à la pratique du Naturisme.



Proteja o que é de todos...

...Mantendo a praia limpa

Há sacos do lixo ao longo do areal, use-os. Não deixe pontas de cigarro ou garrafas de plástico. Tudo o que ficar na praia, provavelmente irá parar ao mar, demorando muitos anos a degradar-se!

...Respeite o ecossistema

Há seres vivos que vivem na praia todo o ano, por isso respeite o seu habitat: circule unicamente pelos acessos e trilhos existentes. Evite arrancar vegetação, destruir ninhos ou tocas e acampar nas dunas.

Proteja-se....

Evite exposições prolongadas ao sol, especialmente entre as 12 e as 16 horas. Use um protector solar adequado. Prefira praias vigiadas e respeite as recomendações do nadador salvador. Antes de tomar banho, faça contas ao tempo da digestão.

**ARRAIAL
DIA DO EMIGRANTE**

ACTIVIDADES DE USO LIVRE ATÉ ÀS 19 HORAS

ESCALADA, SLIDE DUPLO 350 M, CÍRCUITO DE 30 PONTES FLUTUANTES, MINA - LABIRINTO SUBTERRÂNEO, MATRAQUEIROS HUMANOS, CAÇA AO TESOURO, SLIDE 80 M, CANOAGEM, SALTO DE PÉNDULO, BOLA ZORB, TOURO MECÂNICO, TIRO AO ALVO COM ARCO, FISGA, ZARABATANA E ARMA DE PRESSÃO

9 AGOSTO 2009

ANIMAÇÃO COM DJ DURANTE TODO O DIA

ALMOÇO INCLUÍDO BIFANAS E BEBIDAS NÃO ALCOÓLICAS À DESCRIÇÃO

ARRAIAL MINHOTO JANTAR COM ANIMAÇÃO (RANCHO FOLCLÓRICO E CANTARES AO DESAFIO)

capmagellan.org agitateur fusophone :

**- PROGRAMA COMPLETO 30€, COM RESERVA ATÉ DIA 2 DE AGOSTO 25€, GRUPOS COM MAIS DE 10 PESSOAS 25€, COM RESERVA ATÉ DIA 2 DE AGOSTO - GRUPOS COM MAIS DE 10 PESSOAS 20€
- PROGRAMA SEM ARRAIAL 25€, COM RESERVA ATÉ DIA 2 DE AGOSTO 20€, GRUPOS COM MAIS DE 10 PESSOAS 20€, COM RESERVA ATÉ DIA 2 DE AGOSTO - GRUPOS COM MAIS DE 10 PESSOAS 15€**

RESERVAS PELO TELEF. (+351) 933 746 771 OU PELO EMAIL: TURISMO@DIVER.COM.PT

Allgarve2009

ALLGARVE

O programa Allgarve vai este ano para a terceira edição e oferece um leque de eventos culturais, de animação e desportivos cada vez mais ambiciosos. O objectivo é valorizar o Algarve como destino turístico de qualidade, associado ao glamour e sofisticação. Além das belas praias esta região reúne características singulares ideais para a prática de desportos, realização de espetáculos culturais e de animação. Monumentos e construções antigas são aproveitados para exposições de arte contemporânea permitindo a valorização do produto como um todo. Os concertos de Jazz e os Concertos Edition permitem noites agradáveis em família ao som de conceituados artistas nacionais e internacionais. O Allgarve Gourmet alia o moderno à tradição nos festivais do Marisco e da Sardinha, onde chefs de referência proporcionam uma degustação dos melhores produtos algarvios tratados de forma sofisticada. O desporto valoriza a região, que oferece condições únicas, e espaços agradáveis para a prática do golfe, desportos náuticos e muitos outros. Os objectivos do programa Allgarve continuam a ser a diversificação da oferta de lazer criando um novo conceito de turismo de verão com diferentes motivos de atração, responder às expectativas dos turistas mais exigentes e com maior poder de compra e gerar notoriedade e atrair maiores fluxos turísticos a médio/longo prazo para o Algarve.

www.allgarve.pt

MÚSICA

31 de Julho - Joss Stone
Loulé - 25€ et 30€

01 de Agosto - Seal
CS Herdade dos Salgados Resort, Albufeira

05 de Agosto - Maria Rita e Orquestra de jazz de Matosinhos
Albufeira - 30€ debout
95€ assis avec dîner au Grande Real Santa Eulália Resort & Hotel Spa

14 de Agosto - Mariza e Convidado - Vila Real de Santo António
15€ et 20€

JAZZ

10 de Julho - Esperanza Spalding
Lagoa - 20€

11 de Julho - Madeleine Peyroux
Portimão - 20€

16 de Julho - Glenn Miller Orchestra - Portimão - 20€

17 de Julho - Marsalis Brasilianos
Portimão - 15€

18 de Julho - Quarteto de Francesco Caffiso
Loulé - 10€

25 de Julho - Al di Meola World Sinfonia
Loulé - 20€

26 de Julho - Chick Corea e Gary Burton - Duets
Loulé - 20€

1 de Agosto - Mário Laginha Trío
Loulé - 10€

Dance

25 de Julho - Sasha Beach
Portimão

1 de Agosto - Le Club
Albufeira

4 de Agosto - Sall Beach
Praia Grande, Silves

14 de Agosto - Nikki Beach
Vilamoura

Gastronomia

7 a 16 de Agosto
Espaço Allgarve Gourmet no Festival da Sardinha de Portimão
Portimão

10 a 15 de Agosto
Espaço Allgarve Gourmet no Festival do Marisco de Olhão
Olhão

2 a 6 de Setembro
Cataplana Experience
Marina de Vilamoura, Vilamoura

Desporto

31 de Julho a 2 de Agosto
1000 km's Le Mans Series - Autódromo Internacional do Algarve, Portimão

14 a 16 de Agosto
Círculo Ibérico de Windsurf Proam 09 (Sagres) - Praia do Martinhal, Sagres

18 a 23 de Agosto
Troféu de Portugal Audi Med Cup TP/52. Marina de Portimão, Portimão

Animação

12 de Julho a 10 de Agosto, 22h
XVII Festival Sete Sóis Sete Luas
Praia da Manta Rota, Vila Real de Santo António

16 a 19 de Julho
Noites da Moura Encantada 2009
Cacela Velha, Vila Real de Santo António

27 a 30 de Agosto
Dias Medievais de Castro Marim
Castro Marim

29 de Agosto
Noite Branca - Algarve Centro da Cidade, Loulé

12º Encontro Europeu de Jovens Lusodescendentes - ccpf.info

EEJL 12

Lagos 2009

De 2 a 9
de Agosto



Descoberta



Lazer



Festejo



Sensibilização



Debate



Tens entre 18 e 30 anos?

Fazes parte de
uma associação?

Queres participar a
um encontro fantástico?

Participação gratuita! *

Lugares limitados!
Inscreve-te já!*

50 jovens lusodescendentes representando vários
países europeus reunidos num dos mais belos recantos de Portugal !

Informações e inscrições

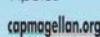
Coordenação das Colectividades Portuguesas de França

BP 6425 - 75064 Paris Cedex 02 - Tel: +331 44 62 05 04 - mh.vieira@ccpf.info - www.ccpf.info

Organização Parceiros



Apoios



*Inscrições até 15 de Junho - a viagem de ida e volta até Lagos ficará a cargo de cada participante

Suggestions musique

A Mão - Rodrigo Leão & Cinema Ensemble
Sony - 2009



Nouvel album de l'ancien Madredeus et Setima Legião. Inclut participation de Neil Hannon (The Divine Comedy), Stuart A. Staples (Tindersticks) et Melingo.

Amalia Hoje - Hoje
La Folie - 2009



Album d'hommage à Amalia Rodrigues. Projet formé de Sonia Tavares et Nuno Gonçalves (The Gift), Paulo Praça (Turbo-junkie, Plaza) et Fernando Ribeiro (Moonspell). Revisitation pop des chansons d'Amalia.

Boato - JP Simões
Cantigas da Rua - 2009



Album live accoustique où il reprend les chansons des groupes dont il a fait parti dans le passé (Belle Chase Hotel, Quinteto Tati...).

Fado - Carminho
Capitol - 2009



Nouvelle sensation du fado, accompagnée des meilleures instrumentistes de ce genre musicale pour son premier album.

Xinti - Sara Tavares
World Connection - 2009



Une invitation à nous assoir, à nous relaxer et à nous laisser aller dans le monde de la world music.

Kronos - Cristina Branco
Universal - 2009



Un album autour de la thématique du temps. Titres composés notamment par José Mário Branco, Sérgio Godinho, Amélia Muge, Rui Veloso, Vitorino, Janita Salomé, Maestro Victorino d'Almeida, Mário Lagingha.

Où acheter

Lisbonne

Louie Louie

Rua Nova da Trindade 8-A (Chiado)
www.louielouie.biz
Du lun. au Sam. 11h-20 h
Dim. 15h-20h

Flur

Sta. apolónia, lisboa
Tel: 218821101
www.flur.pt
Lun. au Sam. 13h - 21h
fériés: 15h - 20h

Porto

Jo-Jo's Music

R. Cedofeita, 451 - Loja 2
4050-181 PORTO
www.cdgo.com
Vent également des cd online.
MC - MUNDO DA CANÇÃO
Rua Duque de Saldanha, 101
4300-464 Porto
www.mundodacancao.com

traduits en français

La Ronde de nuit - Agustina Bessa-Luis, Ed. Métailié, 2008

Porto, depuis des générations, La Ronde de nuit de Rembrandt, quoique non signée, orne un mur du salon de la famille Nabasco. Le dernier roman d'une auteure décrite comme l'une des plus brillantes et les plus lucides de notre époque.

La petite fille et la mer

Sophia de Mello Breyner Andresen, Ed. La Différence, 1999
L'univers d'une petite fille sous la mer, heureuse de vivre auprès de ses amis le poulpe, le crabe et le poisson. Jusqu'au jour où un petit garçon venu de la terre lui offre une rose et lui fait découvrir la nostalgie, ce sentiment triste qui n'existe pas dans l'eau.

Nous combattrons l'ombre

Lídia Jorge, Ed. Métailié, 2008
"Sur le thème du "mentir vrai", Lídia Jorge est intarissable, et sa prose crépusculaire nous envoûte" (Magazine Lire)

Où acheter

Lisbonne

Livraria Fabula Urbis

Rua de Augusto Rosa, 27 (Alfama)
tel: 21 888 50 32

www.fabula-urbis.pt

Tous les jours 10h-14/15h-20h
Spécialisée en livres sur Lisbonne

Livraria Bertrand

Rua Garrett, 73/75 (Chiado)
Tel: 213476122

www.bertrand.pt

ouvert tous les jours

Porto

Livraria Lello

Rua das Carmelitas 144

Tel. 222002037. Lun-Sam. 10h-19h
Il paraît que c'est la 3^e plus belle librairie du monde!

Livraria Bertrand

R. St. Catarina 312/350 Loja 1, 1er ét.
Tel: 22338970

www.bertrand.pt

ouvert tous les jours

Sabias que podes eleger dois* deputados em Portugal?

*2 dos 230 deputados na Assembleia são eleitos pelo círculo da Europa.



Próximas eleições legislativas em Portugal : 27/09/2009.

Faz já o teu recenseamento eleitoral no consulado da tua zona de residência.

Informa-te : www.capmagellan.org

Participa, vota!

Campanha de Cidadania 2009

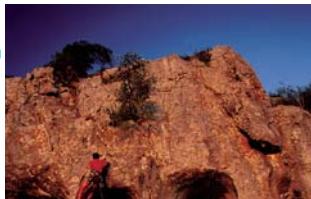


www.capmagellan.org

Com o apoio de



www.cne.pt



Escalada

Actividade de escalada em vias de rocha quartzítica (que se caracteriza pela elevada dureza). A estrutura das vias é muito diversificada, apresentando sempre bons apoios (presa grande). Também existe a possibilidade de efectuar um via um pouco mais difícil, que além de ter bons apoios é um bocado mais inclinada negativamente (extraprumada). A envolvente paisagística é deslumbrante, com uma tranquilidade natural, e junto a uma das aldeias de xisto, a Pena. O Penedo de Góis é o ponto mais alto do concelho de Góis (1048m) e é formado por aglomerados de rocha quartzítica que escarparam as vertentes desta Serra, tornando-a num local adequado para a prática de actividades de montanhismo.

Longitude das vias: máximo de 25 metros. Altitude do local: 550 metros.

Ponto de encontro: 9h30m / 14h30 – bombas de gasolina do Esporão (Góis).

Duração / preço:

- Opção 1: Manhã ou tarde (3h) – 25 euros /pax
- Opção 2: Dia inteiro (5h) – 30 euros/pax

Trans Serrano

Bairro S. Paulo, 2 / 3330
304 GÓIS
T. 235 778 938 ou telem. 969840055 / 961787772 (2^a a 6^a das 9h-18h)
Email geral@transserrano.com
www.transserrano.com

Caminhada aquática

Rio Ceira - Góis

Caminhada aquática pelo leito do rio Ceira. Este rio possui uma galeria ripícola bem preservada. Tem início na Foz da Fonte, um local espectacular do rio, onde no passado os habitantes locais desviaram o leito do rio Ceira, escavando um túnel na montanha. O percurso inicia-se aqui, junto ao túnel, um local que se presta para fotografias inesquecíveis, num local onde mais ninguém vai. O percurso inclui a passagem e transposição de alguns açudes através de saltos. Ao longo deste sector pode-se ver antigos moinhos, lagares de azeite, muros de propriedades agrícolas e pontes, tudo feito em xisto e lousa. A meio encontra-se um açude de uma antiga serraço movida a água, com permite diversos tipos de saltos de 2 a 3 metros para um poço muito fundo. Terminamos na Ponte Velha da Cabreira, um local deslumbrante com o lagar, moinho e tulhas, tudo em pedra da região.

Ponto de encontro: 9h30m – BV Góis. Duração: 4h a 5h.

Preço: 17,5 euros /pax. Inclui equipamento pessoal (fato completo de neoprene, capacete), seguros e enquadramento por monitores experientes. Mínimo: 6. Máximo: 20 participantes

Trans Serrano

www.transserrano.com

Desportos Náuticos (outros)

[www.confiquattro.pt](http://www.confiquatro.pt)
www.subazul.pt
www.mergulhomania.com

Trekking na Serra

Serra da Estrela I

Trekking moderado, em autonomia (com acampamento), indicado para os amantes do montanhismo. Um total de 32Km em dois dias, com início e final em Manteigas, passagem pelo Vale Glaciar do Zêzere e Poco do Inferno. Tipo de percurso: Circular. Duração: 2 dias. Desnível 1º dia: 730m. Distância 1º dia: 13km. Distância 2º dia: 19km. Desnível 2º dia: 800m. Dificuldade: Moderada/Elevada. Ponto de encontro: 10h30m – Manteigas (Posto de Turismo). Preço: 30 euros/pax. Inclui guias e seguro. Mínimo de 8 participantes.

Serra da Estrela II

Trekking difícil, em autonomia (com acampamento), indicado para os amantes das longas caminhadas. Cerca de 27Km em dois dias, com início e final em Loriga, passagem pela Garganta de Loriga e Cântaro Magro. Tipo de percurso: Circular. Duração: 2 dias. Desnível 1º dia: 1090m (ao longo de 12km a subir) + 490m (ao longo de 1,5km a descer). Desnível 2º dia: 490m (ao longo de 1,5km a subir) + 1090m (ao longo de 12km a descer). Dificuldade: Elevada. Ponto de encontro: 9h30m – Loriga. Preço: 30 euros /pax. Inclui guias e seguro. Mínimo de 8 participantes.

Trans Serrano

www.transserrano.com

Federação Portuguesa de Campismo e Montanhismo
www.fcportugal.com

Federação Portuguesa de Montanhismo e Escalada
www.fpme.org



Canoagem

Canoagem nocturna: descida do rio Mondego – Rebordosa/Coimbra (P/Mizarela) (Jun-Set)

Descida nocturna. Uma diferente perspectiva do maior rio português, acompanhado pela fase de lua cheia e com apoios de monitores. Ponto de encontro: 21h30 - Praia Fluvial da Misarela/Torres do Mondego (Coimbra). Duração: 3h. Preço: 20 euros. Suplemento de fato + impermeável: 5 e/pax. Inclui equipamentos, enquadramento, guias, seguros, transporte Coimbra – Penacova.

Descida do rio Mondego – Penacova/Coimbra (P/Mizarela) – todo o ano

Descida em canoa do maior rio português, um rio largo e com uma corrente constante, indicado para a iniciação à canoagem. Ponto de encontro: 10h - Praia Fluvial da Misarela/Torres do Mondego (Coimbra). Duração: 10h-15h. Preço: 20 euros/pax. Inclui equipamentos, seguros, enquadramento, guias e transporte de condutores entre Coimbra e Penacova.

www.transserrano.com



Hipismo

O Centro Hípico Montebelo oferece condições únicas para a prática do hipismo, pelas suas completas infraestruturas projectadas para a generalidade das actividades equestres e pela beleza da sua envolvente paisagística. Enquadrado pela belíssima paisagem da Serra da Estrela e do Caramulo é uma referência na arte equestre. O Centro Hípico Montebelo oferece-lhe uma vasta escolha de aluguer de cavalos e pôneis. Dispõe de um picadeiro coberto (50*25m) e de vários picadeiros ao ar livre, pista de obstáculos e campo de treinos.

Se pretende desfrutar de um passeio a cavalo com uma vista de encantar, se deseja iniciar-se ou aperfeiçoar a sua técnica, tem a certeza de encontrar aqui tudo o que precisa.

O espaço ideal para passar dias inesquecíveis em plena natureza ou assistir a provas e espectáculos equestres.

Centro Hípico Montebelo

Farminhão, Viseu

Tel. 96 3939 162

www.centrohipicomontebelo.pt



Bicicleta todo-o-terreno

Percursos em bicicleta todo-o-terreno

O BTT é uma modalidade de ciclismo na qual o objectivo é transpor percursos com diversas irregularidades e obstáculos. É um desporto que envolve resistência, destreza e auto-suficiência. Como é comum a prática do desporto em locais isolados, o aspecto de auto-suficiência é importante para que o ciclista consiga realizar pequenos reparos na sua bicicleta. Percursos guiados com bicicleta, guia e viatura de apoio (mínimo 8 paxs) na zona de Góis, Lousã, Arganil e Penacova.

Preço: 17,5 euros/pax.

Duração e dificuldade: variável de acordo com características do grupo. Opção de aluguer de btt / dia: 10 e.

www.transserrano.com

outros contactos

www.sal.pt

www.trilhos.pt

www.muitaventura.com

www.equinocio.com

www.geoaventura.pt

www.down-stream.pt

www.montesdaventura.com

OFICINA DA NATUREZA



www.oficinadanatureza.pt
experiência que marcam...



A Oficina da Natureza
é uma empresa
de Animação Turística
que desenvolve
actividades criativas e
inovadoras ligadas
ao turismo
Cultural e de Natureza
no Norte de Portugal.

Oficina da Natureza
Animação Turística Unipessoal Lda
Alvará da DGT n°42/2005

Rua do Carreido, 7
4990-139 Ponte de Lima
Portugal

Telm: +351 936 077 462
info@oficinadanatureza.pt
www.oficinadanatureza.pt

actividades

percursos: pedestres * equestres * cicloturismo * descidas de rio * observação de aves

workshops: compostas e licores * cerâmica * ouro e filigrana

rotas: vinho verde e vinho do porto * jardins * centros históricos



Paulo Lopes

vélo

Volta a Portugal 2009

Le 71ème Tour du Portugal à bicyclette se réalise du 5 au 16 août 2009.

Etapes:

- 05/08:** Prologue, Lisboa (CLM).
 - 06/08:** 1^{re} étape, Caldas da Rainha - Castelo Branco.
 - 07/08:** 2^e étape, Idanha-a-Nova - Guarda.
 - 08/08:** 3^e étape, Fundão - Gouveia.
 - 09/08:** 4^e étape, Trancoso - Senhora da Graça (Mondim de Basto).
 - 10/08:** Journée de repos (Felgueiras).
 - 11/08:** 5^e étape, Felgueiras - Fafe.
 - 12/08:** 6^e étape, Barcelos - Senhora da Assunção (Santo Tirso).
 - 13/08:** 7^e étape, Póvoa de Varzim - São João da Madeira.
 - 14/08:** 8^e étape, Gondomar - Aveiro.
 - 15/08:** 9^e étape, Oliveira do Bairro - Torre (Seia, Serra da Estrela).
 - 16/08:** 10^e étape, Viseu (CLM).
- www.volta-portugal.com

jet ski

Championnat d'Europe

Le championnat d'Europe de Jet Ski s'arrête dans le nord du Portugal les 24, 25 et 26 juillet pour le Grand Prix de Mirandela.

Cette étape du championnat d'Europe est l'une des plus prestigieuses sur le plan international, en raison des conditions uniques offertes par le fleuve Tua.

Bénéficiant de la présence des meilleurs pilotes de cette discipline, l'événement accueille également des milliers de spectateurs qui suivent les épreuves avec beaucoup d'enthousiasme depuis les rives du fleuve.

Grand Prix de Mirandela,
vendredi 24 juillet 2009 - dimanche 26 juillet 2009

www.fjetski.pt

course aérienne

Red Bull Air Race

La Red Bull Race World Series, la compétition la plus atypique des sports mécaniques, regroupe les meilleurs pilotes d'un sport basé sur la vitesse, la précision et la technique. Utilisant des avions de course rapides, agiles et légers, les pilotes volent à basse altitude et peuvent atteindre des vitesses de l'ordre de 370 km/h sur un tracé composé de balises remplies d'air. Cette année, le tour du monde des Red Bull Air Race World Series emmènera quinze des meilleurs pilotes internationaux, dont quatre rookies originaires de quatre continents, dans six pays. L'étape portugaise aura pour cadre la ville de Porto et, plus particulièrement le fleuve Douro.

12 et 13 septembre - Porto

www.redbullairrace.com

beach soccer

Finale de l'EuroLeague

L'Euro Ligue de Pro Beach Soccer est une compétition annuelle réunissant les meilleures équipes européennes du classement Beach Soccer World Wide. Après les 4 étapes de qualification, la Super Finale se déroulera à **Vila Real de Santo Antonio du 21 au 23 août.**

course automobile

1000km Le Mans Series

L'Autodrome International de l'Algarve (AIA) accueille cette année la nocturne des 1000 km Le Mans Series auxquels participera, entre autres pilotes, le portugais Pedro Lamy, membre de l'équipe officiel Peugeot Sports. Cette étape fait partie intégrante des 5 circuits qui composent cette événement avec le circuit Paul Ricard, le circuit de Catalogne, le Nurburgring et Silverstone.

1000 km Le Mans Series

31 juillet au 2 août - Algarve

www.lemans-series.com

football

Matchs amicaux

SL Benfica

16 au 18 juillet - Tournoi du Guadiana, avec Olhanense, At. Bilbao et adversaire à définir.

21 juillet - Match de présentation, face à l'At. Madrid

24 au 26 juillet - Tournoi de l'Ajax, avec Sunderland et l'At. Madrid

31 juillet au 2 août - Tournoi Cidade de Guimarães avec V.Guimarães et Portsmouth

8 août - Match face au Milan AC

Sporting CP

11 juillet - Match face à Nottingham Forest

18 juillet - Match de présentation face au Feyenoord Rotterdam

22 juillet - Match face à V. Guimarães

FC Porto

11 juillet - Match face à Tourizense

15 juillet - Match face à Leixões

18 juillet - Match de présentation face à Monaco

23 juillet - Match face à Lille

27 juillet au 2 août - Tournoi Peace Cup avec Lyon et Besiktas

tennis

Vale de Lobo Grand Champions

Durant 4 jours, la ville de Vale de Lobo est le théâtre du seul tournoi portugais intégrant le Delta ATP Senior Tour Champions, le circuit mondial des vétérans. Tout au long du tournoi, le court central de l'Académie de tennis de Vale do Lobo accueille certains des plus grands noms du tennis mondial. Sergi Bruguera, Henri Leconte, Guillermo Villas ou encore Marcelo Rios furent quelques-uns des participants à l'édition 2008. Excellente ambiance, décontraction et bonne humeur sont les principales caractéristiques de cet événement qui, grâce aux spectateurs venant des quatre coins de l'Europe, prend des faux airs de «Wimbledon de l'Algarve».

11 - 14 août - Vale de Lobo

www.grandchampions.org

ENSEMBLE, RENDONS “LA VIE PLUS SÛRE”

Les accidents ne sont pas une fatalité,
un comportement préventif
permet d'en éviter beaucoup.



Chaque année, **Macif Prévention** organise plus de 1600 actions de prévention dans le domaine de la sécurité routière, de la prévention du suicide, des accidents de la vie courante, des risques naturels majeurs et de la sécurité en mer.

Locales ou nationales, ces actions de terrain sont dédiées à différentes populations : enfants, adolescents, adultes ou seniors.

Premier assureur de la famille en France, la Macif est activement impliquée dans le domaine de la prévention depuis plus de 20 ans et y consacre un budget annuel de plus de 4,4 millions d'euros.

Vous souhaitez en savoir plus ?

*Des informations pratiques et les « guides pour la vie » à télécharger
sur www.macif.fr rubrique prévention*

Pour nous écrire : lavieplussure@macif.fr

PRÉVENTION



Prevenirosriscos

Antes de se sentar ao volante:

- Verifique o sistema de travagem, os níveis de óleo e de água, a direcção, a suspensão, a bateria e os limpa pára-brisas.
- Controle o desgaste e a pressão dos pneus.
- Verifique a focagem dos faróis e limpe-os.
- Verifique que tem triângulo de sinalização e um jogo de luzes suplementares.

Planeie a sua viagem!

- Estude o seu itinerário e informe-se sobre eventuais perturbações (obras).
- Planeie quando e onde parar para comer, dormir ou fazer uma sesta.
- Informe-se sobre as condições de trânsito.
- Evite as horas de ponta e o trânsito intenso de sábado, prefira viajar ao domingo.

Fadiga ao volante

A fadiga provoca uma diminuição da vigilância e aumenta o tempo de reacção do condutor.

Um acidente em cada 3 é causado pela sonolência! Saiba reconhecer os sinais: bocejos, pálpebras pesadas, vista cansada, crisepação do pescoço e ombros, dificuldade em concentrar-se na condução... Aos primeiros sinais, e mesmo que não lhe faltem muitos km, pare logo que possível!

Contra a fadiga ao volante:

- Descanse antes de seguir viagem. Não parta após um dia longo de trabalho.
- Não parta de estômago vazio. Tome uma refeição leve e não ingira álcool, prefira uma bebida estimulante (café, chá).
- Pare pelo menos de 2 em 2 horas. Faça uma pequena sesta, estique o corpo, passeie.
- Tenha cuidado com alguns medicamentos que favorecem a sonolência e diminuem a vigilância.
- Não sobreaqueça o interior do carro e areje-o regularmente.

Lembre-se:

- Circule pela faixa da direita.
- Assinale sistematicamente as suas mudanças de vias e de direcção.
- Quando o tráfego é intenso, evite as mudanças de faixa.



InfosUtilesFrance

Conditions de circulation

www.bison-fute.equipement.gouv.fr
www.securiteroutiere.equipement.gouv.fr
www.autoroutes.fr

Service Audiotel : 08 26 02 20 22

Service Audiotel : 08 36 68 10 77

Prévisions météorologiques

www.meteo.fr
Service Audiotel : 08 36 68 08 08 + n° Dpt

Avelocidade

Antes de se sentar ao volante:

- A velocidade é limitada em toda rede rodoviária francesa, espanhola e portuguesa. A velocidade máxima autorizada está indicada a cada mudança de limitação. Em caso de mau tempo, os limites autorizados são reduzidos.
- O tempo ganho obtido ultrapassando esses limites é insignificante em comparação aos riscos corridos
- Conduzir depressa cansa e provoca uma perda de vigilância, dois factores essenciais nos acidentes.

Oálcool

O álcool tem consequências imediatas na condução:

- redução do campo de visão
- aumento do tempo de reacção
- má estimativa das distâncias
- má avaliação da situação e dos riscos
- distúrbio da coordenação e da sincronização dos gestos

A melhor atitude é evitar de beber se deve conduzir, ou não conduzir se bebeu.

Em França, Espanha e Portugal, o limite legal de álcool no sangue é de 0,5 g/l. (o que corresponde a 2 copos num bar; em casa a dose de álcool varia consoante o tamanho do copo!).

Adroga

Não há drogas “leves” ao volante. Nenhuma substância psico-activa (cannabis, ecstasy, heroína, etc.) é compatível com a condução de um veículo. A mistura de substâncias aumenta os riscos de sonolência e modifica a percepção visual.

Não sobre-estime as suas capacidades!



InfosUtilesPortugal

Autoridade Nacional Segurança Rodoviária

Avenida da República 16, Lisboa
Linha de Informações: 707 20 00 11
www.anse.pt

Serviço Nacional de Trânsito = 800 21 01 01

Previsões meteorológicas

www.meteo.pt - Tel: 760 786 774

Téléphones d'urgences :

Sécours = 112

Pompiers = 213 422 222

O cinto de segurança

- Porque a taxa de mortalidade nas estradas é cinco a seis vezes mais elevada nos passageiros que, por negligência, não apertam o cinto de segurança, o seu uso é obrigatório.
- Esta regra aplica-se a todos os passageiros, tanto à frente como atrás, na estrada e nas aglomerações.

O telemóvel

- Não conduza segurando o telemóvel com a mão. Se for necessário atender uma chamada urgente, utilize um kit de mãos livres ou um auricular.
- No entanto, mesmo com um sistema de mãos livres, o uso do telemóvel ao volante é perigoso porque reduz a atenção do automobilista

O que fazer em caso de acidente

Sinalizar

- Acenda as luzes de emergência.
- Vista o colete reflector.
- Meta os passageiros ao abrigo no exterior do veículo, saindo do lado oposto ao tráfego. Na auto-estrada, coloque-se atrás das barreiras de segurança.
- Coloque o triângulo de sinalização a uma distância de 200m a montante, com a condição que seja possível de o fazer na máxima segurança.

Atenção: não fume perto do local do acidente, para evitar um incêndio.

Alertar

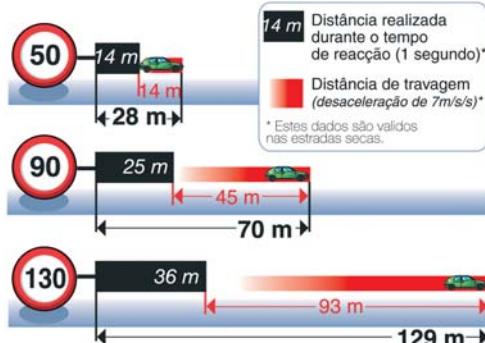
- Ligue para o 112 do seu telemóvel, de um telefone fixo ou de um posto SOS. Este número de emergência é gratuito e válido em todos os países da União Europeia.
- Indique o local exacto do acidente, o número de vítimas, número e tipo de veículos envolvidos.

Socorrer

- Não desloque as vítimas, excepto em caso de perigo iminente (incêndio, p.ex.).
- Não lhes dê nem de comer nem de beber.
- Fale com elas e reconforte-as.
- Não retire o capacete de um motociclista.
- Não tire a roupa de uma pessoa queimada.

> As distâncias de segurança

É obrigatório manter uma distância de segurança, que equivale a pelo menos dois segundos, para com o veículo que circula à sua frente, afim de ter tempo de antecipar e de reagir em caso de perigo.



Para calcular essa distância:

- na estrada, fixe um ponto de passagem do veículo que circula à sua frente (uma árvore, um cartaz, um poste...) e conte um mínimo de dois segundos antes de atingir esse mesmo ponto;



- na auto-estrada, deixe uma distância igual a duas linhas descontínuas da faixa de emergência com o veículo que circula a sua frente



Liberté • Égalité • Fraternité

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE



Velocidade em Portugal

- A velocidade mínima nas auto-estradas passa de 40 para 50 km/h.
- Sanções em caso de excesso de velocidade: (ver quadro)

Automóveis ligeiros, motociclos			
	Excesso de velocidade	Coima	Contra-Ordenação
Dentro das localidades (limite 50km/h)	Até 20 km/h	60 a 300 euros	Leve
	20 a 40 km/h	120 a 600 euros	Grave
	40 a 60 km/h	300 a 1500 euros	Muito Grave
	Mais de 60 km/h	500 a 2500 euros	Muito Grave
Fora das localidades (limite 120km/h nas autoestradas)	Até 30 km/h	60 a 300 euros	Leve
	30 a 60 km/h	120 a 600 euros	Grave
	60 a 80 km/h	300 a 1500 euros	Muito Grave
	Mais de 80 km/h	500 a 2500 euros	Muito Grave

Álcool

- Taxa de álcool no sangue igual ou superior a 0,5 g/l e inferior a 0,8 g/l: Coima entre 250 e 1250 euros e sanção acessória de inibição de conduzir;
- Se a taxa for igual ou superior a 0,8 g/l e inferior a 1,2 g/l ou se conduzir sob influência de substâncias psicotrópicas: Coima entre 500 e 2500 euros e sanção acessória de inibição de conduzir.

Utilização do telemóvel

- A utilização de telemóvel durante a condução sem auricular ou sistema alta voz é sancionado com uma coima de 120 a 600 euros. Contra-ordenação grave, penalizada com sanção acessória de inibição de conduzir.

Objectos pela janela

- O lançamento de qualquer objecto para o exterior do veículo é sancionado com coima de 60 a 300 euros. Atenção às beatas, charutos e outros cigarros que devem ser apagados nos respectivos cinzeiros dos carros.

Triângulo e colete

- É obrigatório colocar o triângulo de pré-sinalização de perigo (a pelo menos 30 metros do veículo, de forma a ser visível a, pelo menos, 100 metros) sempre que o veículo fique imobilizado na faixa de rodagem ou na berma ou nestas tenha deixado cair carga.
- Todos os veículos a motor em circulação (excepto os de 2 ou 3 rodas, os motocultivadores e os quadriciclos sem caixa) têm de estar equipados com um colete retroreflector de modelo aprovado. A ausência de colete é sancionada com uma coima de 60 a 300 euros.
- Nas situações em que é obrigatório o uso do sinal de pré-sinalização de perigo, quem proceder à sua colocação, à reparação do veículo ou à remoção da carga deve utilizar colete retrorefletor. A não colocação do colete é sancionada com coima de 120 a 600 euros.
- O transporte de menores ou inimputáveis sem cinto de segurança é considerado contra-ordenação grave.

transporte de crianças

A SEGURANÇA DAS CRIANÇAS NO AUTOMÓVEL



Alcofa de segurança de costas para estrada > de 0 a 10kg



Cadeira de segurança com repectáculo > de 9 a 18kg



Assentos especiais (elevatórios) > de 15 a 35kg



Ajustadores de altura do cinto de segurança > de 22 a 36kg

- As crianças com menos de 12 anos de idade e menos de 150 cm de altura devem ser transportadas sempre no banco de trás e são obrigadas a utilizar sistemas de retenção adequados ao seu tamanho e peso - cadeirinhas.

- É permitido o transporte de crianças com menos de 3 anos no banco da frente desde que se utilize sistema de retenção virado para a retaguarda e o airbag do lado do passageiro se encontre desactivado.

- Nos automóveis que não estejam equipados com cintos de segurança é proibido o transporte de crianças com menos de 3 anos.

- A infracção a qualquer das disposições referidas nos pontos anteriores é sancionada com coima de 120 a 600 euros por cada criança transportada indevidamente.

- O transporte de menores ou inimputáveis sem cinto de segurança é considerado contra-ordenação grave.

Fonte: Novo Código da Estrada

Campanha Secur'été 2009



A Cap Magellan, principal associação de jovens lusodescendentes de França, organiza pelo 7º ano consecutivo uma campanha de Segurança Rodoviária intitulada «Sécur'été - Verão em Portugal». Esta é uma campanha que se dirige aos portugueses e lusodescendentes, residentes em França e países limítrofes, que se deslocam de carro a Portugal durante as férias de Verão. Decorre em três países – França, Espanha e Portugal – e tem como principal objectivo a redução do número de acidentes durante os trajectos longos e depois das saídas nocturnas.

Tiago Monteiro, piloto português de renome internacional, é o padrinho da «Sécur'été 2009».

Objectivos da campanha

Com esta campanha procuramos sensibilizar o público para os perigos das viagens longas (fadiga, excesso de velocidade, etc.) e sobre as precauções a ter (preparação



do veículo, parar de 2 em 2 horas para descansar, etc.). Pretendemos também informar os automobilistas sobre dos códigos da estrada dos países atravessados (velocidades autorizadas, álcool, coletes reflectores, etc.). Por último, queremos alertar os jovens para os perigos da condução sob efeito do consumo de álcool e/ou de drogas, nomeadamente aquando das saídas nocturnas.

Os principais eixos da campanha

As acções de sensibilização são desenvolvidas por equipas de voluntários ao longo de todo o percurso, principalmente no sul de França e norte de Espanha, em áreas de serviço nas auto-estradas mais frequentadas pelos automobilistas que rumam a Portugal, nas principais fronteiras portuguesas, entre finais de Julho e inícios de Agosto. Também serão desenvolvidas acções de sensibilização junto dos jovens, em locais de diversão nocturna, em várias cidades portuguesas, durante o mês de Agosto.

**Para mais informações : www.capmagellan.org
Tel :(+33) 01 42 77 46 89 / (+351) 91 865 82 10**



Sem pressa,
a vida tem mais emoção.

www.apcap.pt

Cumpra o código. Um conselho da APCAP - Associação Portuguesa das Sociedades Concessionárias de Auto-Estradas ou Pontes com Portagens.

Os incêndios florestais são uma das principais catástrofes em Portugal. Constituem uma fonte de perigo para as pessoas e bens, além de provocarem danos ambientais. As causas são muito variadas, mas muitos dão-se por descuido humano. Nos dias mais quentes, com vento e humidade baixa, o risco de incêndio é maior.

Aumente a sua atenção.

Tenha sempre à mão

-  • Algo com que possa extinguir um foco de incêndio (extintor, mangueira, enxadas, pás).
-  • Rádio e lanterna a pilhas, pilhas de reserva, material de primeiros socorros e sapatos fortes e isolantes do calor.

Se for passear à floresta

- Não deite fósforos ou cigarros para o chão.
- Não deite pela janela do automóvel cinzas ou pontas de cigarro.
- Leve a refeição preparada. Não acenda fogueiras.
- As fogueiras só podem ser feitas nos locais próprios,e com os seguintes cuidados especiais:
 - * remova as folhas secas;
 - * ponha um círculo de pedras em redor do fogo;
 - * molhe bem o local à volta;
 - * mantenha por perto um recipiente com água;
 - * vigie-a atentamente;
 - * apague-a muito bem com água e terra;
 - * nunca faça fogueiras em dia de muito vento;
 - * não abandone na floresta nenhum lixo, incluindo garrafas de vidro.

Queimadas e foguetes

Queimadas e foguetes são causas de muitos incêndios florestais.

Antes de fazer

uma queimada

peça autoriza-

ção à Câmara

Municipal e in-

forma-se das condições de segurança juntos dos bombeiros da sua área.



- Não faça queimadas nas proximidades das florestas, especialmente em dias secos com muito vento.

- Diga aos seus vizinhos quando a vai fazer.

- Durante a queimada tenha sempre a mão enxadas, pás, mangueiras e outras ferramentas.

- Também a queimada do lixo é causa de incêndios. Não a faça no interior das florestas, nem numa distância inferior a 100 metros do seus limites.

- Para o lançamento de foguetes, ou outro fogo de artifício, é necessária autorização prévia da GNR ou PSP.

- O lançamento de foguetes não pode ser feito no interior das florestas, devendo manter-se uma distância de segurança de 500 metros.



SE MORA JUNTO A UMA ÁREA FLORESTAL

- Limpe o mato à volta da sua habitação.
- Separe as culturas com barreiras corta-fogo (por exemplo um caminho).
- Guarde, em lugar seguro e isolado, a lenha, o gasóleo e outros produtos inflamáveis.
- Afaste da madeira, papel, roupa ou outros materiais combustíveis, as velas e candeeiros a petróleo ou a gás.
- Nunca deixe as crianças sozinhas em casa e fechadas à chave. Não as deixe brincar com fósforos ou isqueiros.



Prepare e treine com a sua família

- Um plano de evacuação de sua casa
- Um ponto de encontro, ou um modo de contacto para evitar ficarem separados durante um incêndio.

AVISE AS AUTORIDADES



- Se vir lixo ou mato denso acumulado próximo de habitações.
- Se notar a presença de pessoas com comportamentos suspeitos. Observe características que possam conduzir à sua identificação.
- Se avistar o início de um incêndio florestal ligue de imediato para o 112 ou para os Bombeiros da área.



Proteja a floresta dos incêndios. Cumpra as regras de segurança.

Alerta Incêndio : 117

Se estiver próximo do incêndio



- Ligue de imediato para o 112 ou para os Bombeiros da área.
- **Se não correr perigo** tente extinguí-lo com pás, enxadas ou ramos.
- Não prejudique a ação dos Bombeiros e siga as suas instruções.
- Retire a sua viatura dos caminhos de acesso ao incêndio.
- Se notar a presença de pessoas com comportamentos estranhos observe e informe sobre características que possam conduzir à sua identificação.

Se o incêndio estiver perto da sua casa

- Avise os vizinhos.
- Corte o gás e a electricidade.
- Molhe abundantemente as paredes e os arbustos que rodeiam a casa.
- Solte os animais, eles tratam de si próprios.
- Em caso de evacuação ajude a sair as crianças, idosos e deficientes.
- Não perca tempo a recolher objectos pessoais desnecessários.
- Não volte atrás por motivo algum.



As autoridades só aconselham a evacuação se existir risco de vida.

Obedeça rapidamente, mas com calma.



Se ficar cercado por um incêndio. O que fazer

- Saia na direcção contrária à do vento.
- Refugie-se numa zona com água ou com pouca vegetação.
- Cubra a cabeça e o resto do corpo com roupas molhadas.
- Respire junto ao chão, através de roupa molhada, para evitar inalar o fumo.
- Aguarde a chegada dos Bombeiros se não conseguir sair sozinho.

Soleil, les bons gestes

Si les effets bénéfiques du soleil sur notre vitalité et le bon fonctionnement de notre organisme sont prouvés, ses ravages sur la peau des imprudents le sont tout autant. Avant de partir à la plage vous avez pensé à emporter un encas et votre crème solaire. Mais avez-vous pensé à ce que vous allez boire ? Car vous réhydrater est essentiel. Vous pouvez même en profiter pour aider votre peau à bronzer ! Bien sûr, la boisson essentielle lorsque vous allez sous le soleil, c'est l'eau. Elle va vous permettre de vous hydrater facilement, pour ne pas risquer de problèmes de santé. A vous de prévoir en permanence une bouteille près de vous. Essayez d'en boire régulièrement lorsque vous êtes à la plage, sans forcément attendre d'avoir soif. La quantité que vous devez consommer dépend bien sûr de vos activités physiques de la journée. Mais sachez que dans tous les cas, 1,5 litres par jour est un minimum ! Si vous n'êtes pas un amateur d'eau plate, ou si vous souhaitez non seulement vous réhydrater, mais aussi faciliter le bronzage, vous devez opter pour les jus de fruits et de légumes. Car certains contiennent des pigments, les caroténoïdes, des vitamines ou du sélénium. Ces substances vont vous aider à vous protéger contre les méfaits du soleil. Mais une crème protectrice reste indispensable !

Que faire en cas de coup de chaleur ?

Le traitement du coup de chaleur doit être le plus rapide possible. Il repose sur le refroidissement de la victime et sur la réhydratation. La victime doit être déshabillée et installée à l'ombre, et être aspergée d'eau fraîche associée à un courant d'air (si possible créé par un ventilateur). S'il est conscient, donnez lui des boissons fraîches. Attention, il ne faut pas la baigner dans une eau trop froide (risque de choc thermique). Appelé le plus vite possible un médecin qui jugera si un traitement médical doit être associé : paracétamol, réhydratation... En cas d'inconscience, mettez la victime sur le côté (position latérale de sécurité) et alertez le SAMU.

Soleil, Portez des lunettes

Le soleil peut être aussi nocif pour les yeux que pour la peau. Il faut donc porter chaque fois que cela est nécessaire des lunettes de soleil adaptées, même si l'on supporte l'éblouissement. Depuis 1995, des normes européennes définissent la qualité des filtres. Ne choisissez que des verres estampillés «CE» suivi d'un chiffre de 0 à 4 qui indique la catégorie de protection. Aussi, il est important de rappeler que toute exposition au soleil doit être proscrite pour les nourrissons et les bébés. Pour les plus grands enfants, choisissez des lunettes de bonne qualité, certifiées selon la réglementation européenne en vigueur et bannissez les «lunettes gadgets» qui peuvent se révéler plus néfastes que l'absence totale de protection.

Soleil et médicaments ne font pas bon ménage

On sait que nombre de cosmétiques, parfums et autres eaux de toilette ne font pas toujours bon ménage avec le soleil. Phénomène moins connu, certains médicaments peuvent également provoquer des intolérances solaires et des réactions locales. Alors lisez les notices !

Utiles

**Numéros d'urgences:
en France : SAMU 15**

**au Portugal : 112
Linha Saúde 24 808 242 400**

Que faire en cas de coup de soleil ?

En premier lieu, il est indispensable de ne plus s'exposer et de se mettre à l'ombre. Il faut boire en abondance afin de combattre la déshydratation. En cas de coup de soleil modéré, cela correspond à une brûlure simple et il faut :

- Appliquer des crèmes apaisantes «après solaire» ou des émulsions spécifiques pour les brûlures ;
- En cas de cloques, il ne faut pas les percer et les recouvrir d'un pansement stérile ;
- Réhydrater la victime en lui donnant à boire en abondance ;
- Eventuellement lui donner un antalgique (paracétamol...). Si la brûlure est grave (coup de soleil étendu, cloques multiples, altération de l'état général...), consultez au plus vite un médecin. Pendant les 48 heures qui suivent le coup de soleil, si les douleurs deviennent insupportables ou si une fièvre apparaît, il est nécessaire de consulter un médecin.

Les gestes qui sauvent

Donner correctement l'alerte, aider une personne inconsciente ou sur le point de s'étouffer, protéger les victimes d'un accident de la route en attendant les secours... Certains gestes simples peuvent sauver des vies s'ils sont pratiqués rapidement et correctement. Alors informez-vous et pourquoi pas prenez des cours de secourisme.

A23

Concessão da Beira Interior

Abrantes | Castelo Branco | Guarda

Carte européenne d'assurance maladie



Vous partez au Portugal. En cas de soins médicalement nécessaires pendant votre séjour, la carte européenne d'assurance maladie ou, à défaut, le certificat provisoire de remplacement, vous permettent d'être pris en charge sans avoir à faire l'avance des frais, sous réserve de respecter les formalités en vigueur dans ce pays. La carte européenne d'assurance maladie n'est pas délivrée de façon automatique : pour l'obtenir, adressez-vous à votre caisse d'Assurance Maladie au moins 2 semaines avant votre départ, compte tenu du délai de réalisation de la carte et de son acheminement par la poste. Vous pouvez faire votre demande soit par téléphone, soit en vous déplaçant à l'accueil, soit éventuellement depuis le site internet de votre caisse d'Assurance Maladie. Infos : www.ameli.fr

On n'a toujours pas trouvé de vaccin contre le SIDA !

Un seul moyen de se protéger : LE PRESERVATIF !

+ RÁPIDO / RAPIDE

+ PERTO / PROCHE

+ ECONÓMICO / ECONOMIQUE



SCUTVIAS

AUTOSTRADAS DA BEIRA INTERIOR, S.A.



www.scutviás.pt

SOS: (00351) 272 447 677 Info.: (00351) 272 440 440

Camping



Dispersés du nord au sud du pays, les terrains de Camping permettent un contact direct avec la nature. Ils sont considérés comme publics, lorsque, moyennant un paiement, il permettent l'accès à tous en général, ou privés dans les cas où leur accès est réservé à des associés ou des bénéficiaires de l'organisme exploitant. Ces derniers sont identifiés par la lettre «P», la possibilité d'accès devant être toujours indiquée. En accord avec les infrastructures et les services mis à disposition, les terrains de camping sont classés de 1 à 4 étoiles, ou simplement Rural, pouvant dans ce dernier cas intégrer des exploitations agricoles. Pour séjourner, le campeur devra s'identifier en présentant pour inscription son passeport ou carte d'identité et, aussi, si elle est exigée, la carte de campeur délivrée par l'organisme national ou le «carnet camping» de la F.I.C.C. (Fédération Internationale de Camping et de Caravaning). **Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal . www.fcimportugal.com**

Campings

Alentejo

Parque de Campismo do Sítava
Brejo da Zimbreira - Apartado 130
7645-017 VILA NOVA DE MILFONTES
Telefone: 283 890 100

Beiras

Parque de Campismo Municipal de Idanha-a-Nova.
Albufeira da Barragem Marechal Carmona 6060-163 IDANHA-A-NOVA - Tel: 277 202 793

Marinha Grande

Parque de Campismo de S. Pedro do Muel /Orbitur. S. Pedro de Moel
2430 MARINHA
Rua Volta do Sete - S. Pedro de Moel 2430 - Marinha Grande - Tel. : 244 599 618

Sesimbra

Parque de Campismo Campimeco - Aldeia do Meco - 2970 SESIMBRA - Tel: 212 683 374

- Duches quentes gratuitos;
- Lava loiças com agua quente;
- Piscina adultos/ crianças;
- Bar;
- Restaurante;
- Posto de Primeiros Socorros...

Algarve

Camping Albufeira
Estrada de Ferreira 8200-555 Albufeira - Tel. 289 587 629
Preços Gerais

- Adulto: 5,50 euros
- 4-10 anos: 2,70 euros
- Carro: 6,50 euros
- Tenda: 6 euros

Dispersés du nord au sud du pays, les terrains de Camping permettent un contact direct avec la nature. Ils sont considérés comme publics, lorsque, moyennant un paiement, il permettent l'accès à tous en général, ou privés dans les cas où leur accès est réservé à des associés ou des bénéficiaires de l'organisme exploitant. Ces derniers sont identifiés par la lettre «P», la possibilité d'accès devant être toujours indiquée. En accord avec les infrastructures et les services mis à disposition, les terrains de camping sont classés de 1 à 4 étoiles, ou simplement Rural, pouvant dans ce dernier cas intégrer des exploitations agricoles. Pour séjourner, le campeur devra s'identifier en présentant pour inscription son passeport ou carte d'identité et, aussi, si elle est exigée, la carte de campeur délivrée par l'organisme national ou le «carnet camping» de la F.I.C.C. (Fédération Internationale de Camping et de Caravaning). **Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal . www.fcimportugal.com**

- Tenda familiar: 7,20 euros
- Electricidade: 3euros
- Piscina e duche quente grátis

Parque de Campismo de Lagos - Turiscampo

Estrada Nacional 125
8600-109 LAGOS - Tel. : 282 789 265
De 1 de Julho a 31 de Agosto o preçoário é o seguinte:

- Adultos - 4,80 euros
- Crianças - 2,50 euros
- Tendas - 4,50 euros
- Roulotes - 5,50 euros
- Autocaravanas - 6,00 euros
- Carro - 3,50 euros
- Moto - 3,00 euros
- Animais 1/1,5 euros

Parque de Campismo de Monte Gordo
8900-421 MONTE GORDO
Tel. 281510970

Parque de Campismo de Olhão
Apartado 300 Pinheiros de Marim - Pinheiros de Marim 8700-912 OLHÃO
Tel.289700300

Parque de Campismo de Armação de Pera
ctr. N-269, Armação de Pera 8365 , Faro (Portugal)
Teléfono: 282312260

- Piscina grátis
- Piscina das crianças
- Actividades de lazer
- Ténis
- Campo desportivo
- Sala de convívio

Parque de Campismo de Quarteira
Fonte Santa 8125-020 Quarteira Loulé - Faro

Tel. 289 302 826

Parque de Campismo Costa da Caparica
Avenida Afonso de Albuquerque Quinta de Santo António - Costa da Caparica 2825-450 COSTA DE CAPARICA
Tel. 212901366

Viana do Castelo
Parque de Campismo de Caminha / Orbitur
Estrada Nacional 13 Km 90 Mata do Camarido - Mata do Camarido 4910-180 VILARELHO
Tel.258921295

Parque de Campismo do Paço
Quinta do Paço
4910- 028 Áncora
Tel. 258 912 697

Beiras
Parque de Campismo Praia da Barra
R. Diogo Cão, 3800- 125 - Aveiro
Tel. 234 369 425

Parque de Campismo Natural da Fraguinha
3660-043 Coelheira São Pedro do Sul – Viseu
Tel. 232 790 576

Vale Paraíso Camping – Nazaré
Parque Verde
Avenida do Casal do Sapo - Fontainhas
2865-065 Fernão Ferro
Tel.: 21 210 89 99 / 21 210 89 56

Braga
Parque de Campismo Cabeira
4850 Calvário Vieira do Minho - Braga
Tel. 253 648 665 Fax 253 648 667

Coimbra
Parque de Campismo Figueira da Foz
Quinta da Calmada
3080-184 Figueira da Foz
Tel.: 233 402 810

Tourisme d'habitation

Aldeias de portugal

ATA -Associação de Turismo de Aldeia
Praça da República 4990-062 Ponte de Lima - Portugal - TEL: (+351) 258 900 600
www.aldeiasdeportugal.pt

Casas no campo

Central de Reservas da TURIHAB
CENTER Central nacional de Turismo no Espaço Rural, Tel : 258 931750
www.casasnocampo.net

CENTER - Central Nacional de Turismo no Espaço Rural

Praça da República - 4990-062 Ponte de Lima - Portugal - Tel: (+351) 258 931750 - 258 742827 - 258 742829
www.center.pt

Solares de portugal

Central de Reservas da TURIHAB
CENTER Central nacional de Turismo no Espaço Rural - Tel : 258 931750
www.solaresdeportugal.pt

Quem tem o ACP tem tudo!



■ Assistência
em Viagem



■ Assistência
Técnica no Lar



■ ACP Transporte

■ ACP Mediação
de Seguros

■ ACP Descontos
em todo o mundo



Tantas vantagens por apenas **42€ /Ano**,
para portugueses residentes no estrangeiro.

**Oferta da Jóia (36€) e 10% de desconto na 1ª quota
para sócios Cap Magellan.**

Ligue já **707 509 510** e receba o seu cartão ACP
para gozar de todas as vantagens que temos para si!

Válido até 31 de Dezembro de 2009

acp.pt



AUTOMÓVEL
CLUB DE PORTUGAL

Pousadas de Juventude



A Rede Nacional de Pousadas de Juventude, conta já com 49 unidades, de Norte a Sul do país. As Pousadas de Juventude são locais de encontro que podem ser utilizadas sem qualquer limitação de idade ou nacionalidade. Distribuídas por todo o país, estas unidades são todas elas diferentes entre si. Elas possuem espaços sociais tais como refeitórios, cozinha de alberguista, sala de equipamento ... Para usufruir destas unidades é necessário ser portador do Cartão de Alberguista. Os portadores do Cartão Jovem Ld<30 têm descontos de 15% em quartos duplos em múltiplos nas Pousadas de Juventude nacionais. Os preços variam entre 9 euros e 110 euros, dependente da época, da pousada, do quarto O preço do almoço ou jantar é de 6 euros.

Como efectuar a reserva :

Podes reservar alojamento em qualquer Pousada de Juventude, ou através da Internet em www.pousadasjuventude.pt ou <http://juventude.gov.pt>. Para tal, basta escolheres a Pousada, indicar o número de pessoas, o tipo de quarto, datas de entrada e saída... depois é só pagar. Se preferires, telefona para o 707 20 30 30 (Linha da Juventude – apenas válida em Portugal) ou envia um e-mail para reservas@movijovem.pt. Também podes efectuar a tua reserva nas lojas Ponto Já ou directamente na Pousada que escolheres.

adresses

Pousada de Juventude de Abrantes
Av. Engº Adelino Amaro da Costa
2200-195 Abrantes
Tel.: 241 379 210
abrantesc@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Angra do Heroísmo
Negrito - São Mateus - 9700-554
Angra do Heroísmo - São Mateus da Calheta - Tel./ Fax: 295 642 095
pja.angra@oninet.pt

Pousada de Juventude de Ponta Delgada
R. S. Francisco Xavier
9500-243 Ponta Delgada - Açores
Tel: 296 629 431
pja.acores@sapo.pt

Pousada de Juventude de Alcoutim
Alcoutim
8790-022 Alcoutim - Tel: 281 546 004
alcoutim@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Alfeizerão
- São Martinho do Porto
Estrada Nacional 8
2460 - 191 Alfeizerão
Tel.: 262 990 392
alfeizerao@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Alijó
Rua da Costinha
5070-036 Alijó
Tel.: 21 723 21 00
reservas@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Almada
Quinta do Bucelinho - Pragal
2805-358 Almada
Tel: 212 943 491 / 2
almada@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Almograve
Rua do Chafariz - Almograve
7630-017 Odemira
Tel: 283 640 000
almograve@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Alvados - Porto de Mós
Barreira de Água - Alvados
2480-032 Porto de Mós
Tel/Fax: 244 441 202
alvados@movijovem.pt

Pousada de Juventude da Areia Branca
Praia da Areia Branca - Largo João Soldado - 2530-217 Lourinhã
Tel.: 261 422 127
areiabranca@movijovem.pt

Pousada de Juventude da Arrifana - Aljezur
Urbanização Arrifamar
Praia da Arrifana - 8670-111 Aljezur
Tel.: 28 299 74 55

reservas@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Aveiro
R. das Pombas, Edifício do IPJ
3810-150 Aveiro
Tel./ Fax: 234 420 536
aveiro@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Beja
R. Prof. Janeiro Acabado
7800-506 Beja
Tel/ Fax: 284 325 458
beja@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Braga
R. de Santa Margarida, 6
4710-306 Braga - Tel: 253 616 163
braga@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Bragança
Forte de S. João de Deus
5300-263 Bragança - Tel: 273 304 600
braganca@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Castelo Branco
Rua Dr. Francisco José Palmeiro, Edifício do IPJ - 6000-230 Castelo Branco
Tel: 272 321 363
castelobranco@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Catalazete - Oeiras
Estrada Marginal (Junto ao Inatel)
2780-267 Oeiras - Tel: 21 443 06 38
catalazete@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Coimbra
Rua Doutor Henrique Seco, 14
3000-145 Coimbra - Tel: 239 822 955
coimbra@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Espinho
Lugar de Sales - Silvade
4500-474 Espinho - Tel.: 22 731 20 22
espinho@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Faro
R. da PSP, Edifício do IPJ
8000-408 Faro - Tel./ Fax: 289 826 521
faro@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Foz Côa
Caminho Vicinal Currauteles, 5
5150 Vila Nova de Foz Côa
Tel: 279 768 190
focoa@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Foz do Câvado
Alameda Bom Jesus - Fão
4740-322 Espesende
Tel/Fax: 253 981 790
focavado@movijovem.pt

Pousada de Juventude da Guarda
Av. Alexandre Herculano, Edifício do IPJ - 6300-659 Guarda
Tel./ Fax: 271 224 482
guarda@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Guimarães
Complexo Multifuncional de Couros Largo da Cidade, 8 - 4810-430 Guimarães - Tel: 253 421 380
guimaraes@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Idanha-a-Nova
Praça da República, 32
6060-184 Idanha-a-Nova
Tel: 277 201 127
idanha@movijovem.pt

Pousada de Juventude de Lagos

alojamentos

**R. Lançarote de Freitas, 50
8600-605 Lagos
Tel: 282 761 970
lagos@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude de Leiria
Lg. Cândido dos Reis, 9
2400-112 Leiria
Tel./ Fax 244 831 868
leiria@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude de Lisboa
R. Andrade Corvo, 46
1050-009 Lisboa
Tel: 21 353 26 96
lisboa@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude do Parque das Nações
Rua de Moscavide, Lt 47 - 101
1998-011 Lisboa
Tel: 21 892 08 90
lisboaparque@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude da Lousã
Rua da Feira - 3200 - 122 Lousã
Tel: 239 994 354
lousa@movijovem.pt**

**Centro de Juventude da Calheta - Madeira
Sítio dos Serrões Acima
9370-224 Calheta - Tel: 291 822 500
reservas@ijm.pt**

**Centro de Juventude do Porto Moniz - Madeira
Vila do Porto Moniz
9270-095 Porto Moniz
Tel/Fax: 291 853 915
reservas@ijm.pt**

**Centro de Juventude do Porto Santo
Sítio das Matas - 9400-035 Porto Santo
Tel: 291 982 607
reservas@ijm.pt**

**Centro de Juventude da Quinta da Ribeira - Funchal
Calçada da Caboqureira, nº5
9000-171 Funchal
Tel: 291 741 540 / 291 741 381
reservas@ijm.pt**

**Pousada de Juventude de Melgaço
Complexo Desportivo Monte Prado
4960-320 Melgaço
Tel: 251 410 200
melgaco@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude da Mina - Fundão
Cabeço do Pião,
6230-631 Silvares Fundão
Tel.: 275 657 603
mina@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude de Mira
Pq. Campismo de Jovens
3070 Praia de Mira
Tel/Fax: 231 472 199
mira@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude de Ovar
Av D. Manuel I (EN 327)
3880-109 Ovar - Tel: 256 591 832
ovar@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude das Penhas da Saúde
Penhas da Saúde - 6200-073 Covilhã
Tel: 275 335 375
penhas@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude de Ponte de Lima
Rua Agostinho José Taveira
4990-062 Ponte de Lima
Tel: 258 943 797
pontelima@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude de Portalegre
Avenida do Bonfim, Edifício IPJ
7300-067 Portalegre
Tel/Fax: 245 330 971
portalegre@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude de Portimão
Lugar da Coca Maravilhas
8500-426 Portimão - Tel: 282 491804
portimao@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude do Porto
R. Paulo da Gama, 551
4169-006 Porto - Tel: 226 177 257
porto@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude de S. Pedro do Sul
Rua Central, 818 Termas
3660-692 Varzea de São Pedro do Sul
Tel: 232 724 543
spedrosul@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude de Setúbal
Lg. José Afonso
2900-429 Setúbal
Tel: 265 534 431
setubal@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude de Viana do Castelo
Rua de Limia
4900-405 Viana do Castelo
Tel: 258 800 260
vianacastelo@movijovem.pt**

**Navio Gil Eannes
Doca Comercial
4900-405 Viana do Castelo
Tel: 258 821 582
navigileannes@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude de Vila Nova de Cerveira
Rua Alto das Veigas - Estrada Nacional nº 13
4920-222 Vila Nova de Cerveira
Tel./ Fax: 251 796 113
cerveira@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude de Vilarinho das Furnas
Rua da Pousada, 1
4840-030 Campo do Gerês
Tel: 253 351 339
vilarinho@movijovem.pt**

**Pousada de Juventude de Viseu
Rua Aristides Sousa Mendes
Portal do Fontelo
3500-033 Viseu
Tel/Fax: 232 435 445
viseu@movijovem.pt**

**Pousada de juventude Vila real
Rua Dr. Manuel Cardona,
Edifício do IPJ
5000-558 Vila Real Portugal
Tel/Fax: 259 373 193
vilareal@movijovem.pt**

**Pousada de juventude de Évora
Rua Miguel Bombarda,
407000-919 Évora**

**Pousada da Juventude de Tavira
Rua Miguel Bombarda, 36-38
8800-419 Tavira Portugal
Tel : 217 232 100
reservas@movijovem.pt**

**Pousada da Juventude de Pico
Convento São Pedro de Alcântara sec.
XVII, Rua João Bento de Lima
9940-366 São Roque do Pico
Tel : 292 642 788
pja.pico@gmail.com**

Europcar

VOUS CHERCHEZ CE QU'IL Y A DE MIEUX?

www.europcar.pt

Vous trouverez tout ce que vous cherchez dans un vaste choix de marques et de modèles partout dans le monde. Réservez avec Europcar et bénéficier des avantages exclusifs que nous offrons aux membres de Cap Magellan. Mentionnez le numéro de contrat 50142882.



le train



CP – Chemins de Fer Portugais (www.cp.pt), met à disposition un vaste réseau de trains qui couvre tout le territoire continental portugais, assurant aussi des liaisons internationales vers Vigo, Madrid et Paris. Il existe de nombreuses options, pour répondre aux besoins de chacun:

- les trains haut de gamme «Alfa pendular», sont les liaisons les plus rapides et les plus confortables entre Lisbonne et l'Algarve, et pour le Nord du pays, avec Porto, Braga ou Guimarães faisant un arrêt à Coimbra et Aveiro.
- le service «Intercidades» (inter villes) offre des liaisons sur les axes Lisbonne-Porto-Braga, Lisbonne-Guarda, Lisbonne-Covilhã, Lisbonne-Alentejo et Lisbonne-Algarve.
- le Sud-Express et le train-hôtel Lusitânia assurent la liaison internationale au départ de Lisbonne et de Porto.
- un vaste réseau de trains régionaux, interrégionaux et suburbains assurent une vaste couverture de tout le territoire national.

la voiture

Le Portugal possède un bon réseau routier composé d'Auto-routes (AE), d'Itinéraires Principaux (IP), d'Itinéraires Complémentaires (IC), de routes nationales (EN) et de routes départementales.

La plupart des autoroutes sont équipées de péages. Vérifier votre itinéraires ainsi que les prix sur les sites des concessionnaires :

www.aenor.pt
www.brisa.pt
www.aeatlantico.pt
www.norscut.com
www.scutvias.pt

Estrada Livre é um serviço criado pela EP - Estradas de Portugal, S.A. Pode sugerir ou reclamar sobre situações anômalas detectadas na infra-estrutura rodoviária do Continente, através da Linha Azul - 808 21 0000 (custo de chamada local), todos os dias, das 9h às 23h ou do site www.estradasperugal.pt. Indique o Distrito, o número da estrada a que se refere, o km da ocorrência ou as localidades mais próximas, assim como os seus dados pessoais.

locationvoiture

Vous arrivez en train et voulez louer une voiture ? **Interrent** est présent dans les gares de Porto, Aveiro, Coimbra, Lisboa et Faro. Tel. 219426220 www.interrent.com

Autres adresses utiles:

Europcar
Centro de Reservas
 Tel. 219 407 790
reservas@europcar.com
www.europcar.pt

Os membros da Cap Magellan podem beneficiar de uma redução de 10% sobre as tarifas. Contacte-nos para mais informações : info@capmagellan.org / +33 01 42 77 46 89 ou + 351 91 865 82 10

Avis
Central de Reservas
 Tel. 800 20 10 02
www.avis.com.pt

Budget
Central de Reservas
 Tel. 808 25 26 27
www.budgetportugal.com

Herz
Central de Reservas
 Tel. 808 202 038
www.herz.com.pt

Sixt
Central de Reservas
 Tel. 21 799 87 01
www.sixt.pt

contacts train

CP - Comboios de Portugal
1249-109 Lisboa
 Call Center : 808 208 208 (7h-23h)
 Call Center (depuis l'étranger): +351 213 185 990 (7h-23h)
 Vous pouvez acheter votre billet en ligne sur www.cp.pt

C.P. - Estação Campanhã
Largo da Estação de Campanhã
4300-173 Porto
 Tél. +351 213 185 990

C.P. - Estação de Santa Apolónia
Av. Infante D. Henrique
1100-278 Lisboa
 Tél. +351 213 185 990

C.P. - Gare do Oriente
Av. D. João II, Lote 1.15
1990-233 Lisboa
 Tél. +351 21 318 59 90

autocaribus

Des services réguliers d'autocars assurent la liaison entre les principales villes et villages du Portugal. Pour des informations plus détaillées sur les itinéraires, les horaires et les prix, consultez : **Rede Nacional de Expressos, Lda**
 Tel: 707 22 33 44 (09h-19h)
www.rede-expressos.pt

Transports Publics Lisbonne
 Bus : www.carris.pt
 (Objets Perdus : 21 853 54 03)
 Métro : www.metrolisboa.pt

Transports Publics Porto
 Bus : www.stcp.pt
 Métro : www.metrodporto.pt

contacts avion

Aeroporto da Portela (Lisboa)
 Tel : 218 413 700
 Perdidos e Achados: 218 496 132

Aeroporto Francisco Sá Carneiro (Porto)
 Tel : 229 432 400
 Perdidos e Achados : 229 482 547

Aeroporto de Faro
 Tel : 289 800 800
 PSP Perdidos e Achados : 289 800 688
www.ana-aeroportos.pt

Tap Portugal
 Call Center / France : 0820 319 320
 Call Center / Portugal : 707 205 700
www.flytap.fr

Agir Ecolo—EnvoyageantsurlesvolsTAP,vous pouvez compenservosémissionsdecarbone



Depuis la journée mondiale de l'environnement, vous aidez également l'environnement lorsque vous voyagez sur les vols TAP.

En achetant votre billet sur le site de la compagnie TAP, vous avez la possibilité de compenser les émissions de dioxyde de carbone (CO2) de votre voyage. Sur la page où vous effectuez votre achat, après avoir choisi votre itinéraire, vous serez informé du total des émissions de CO2 que votre voyage générera et du montant nécessaire à la compensation de compenser ces émissions. Ce montant sera ajouté au montant total de votre réservation. Les émissions de CO2 sont déterminées par la méthodologie développée par l'Organisation de l'aviation civile internationale (OACI), qui tient compte de votre parcours, de la distance parcourue, de la classe que vous avez réservée ainsi que de la moyenne des émissions de CO2 des aéronefs opérant sur cette ligne. En choisissant de contribuer, vous neutraliserez vos émissions tout en investissant dans un projet d'énergies renouvelables/efficacité énergétique certifié par les Nations Unies. Vous pourrez en savoir plus sur le Programme de compensation des émissions (Carbon Offset Programme), en accédant directement au site de l'IATA à partir de la page de confirmation ou du mail de confirmation de votre réservation. Votre don étant totalement volontaire, il n'est pas remboursable. TAP n'en retire d'ailleurs aucun profit.

Tarifs

Le prix d'un voyage dépend de différents facteurs et les compagnies aériennes mettent à disposition divers types de tarifs, des plus bas et des plus restrictifs aux plus élevés et aux plus flexibles.

Voici quelques conseils pour trouver les meilleurs tarifs:

- Réserver le plus tôt possible. Il est possible d'obtenir les tarifs les plus bas ou les offres spéciales en réservant bien avant la date de départ en voyage. En réservant tôt, vous trouverez des places au meilleur prix. Plus la date de réservation est proche de la date de départ en voyage, moins il est vraisemblable que vous trouviez des tarifs avantageux, étant donné qu'ils sont toujours très demandés et que le nombre de places mises à disposition est limité.

- Essayez de passer la nuit du samedi au dimanche au lieu de destination choisi. Parmi les tarifs les plus bas, quelques-uns sont soumis à cette restriction.

- En règle générale, les voyages aller-retour sont plus avantageux que deux trajets achetés séparément.

- Ne voyagez donc en pleine saison que si cela est nécessaire. Les places

sont vite réservées à ces moments-là et les meilleurs tarifs sont vendus en premier. On trouve d'habitude plus d'offres spéciales en dehors de la haute saison, étant donné qu'il y a plus de places disponibles.

- Visitez régulièrement le site Internet de TAP et abonnez-vous à l'bulletin. C'est la meilleure manière de recevoir nos offres spéciales spectaculaires les plus récentes.

De plus, n'oubliez pas que les meilleurs tarifs sont toujours ceux qui sont soumis à la plupart des restrictions, ce qui suppose une planification exacte de votre voyage. Parmi ces tarifs, beaucoup ne peuvent être ni échangés ni remboursés et même s'ils peuvent être échangés, il faut payer un supplément de tarif. Selon la destination, il peut être par conséquent plus avantageux de choisir un tarif avec moins de restrictions que d'avoir des suppléments de tarif pour le changement de réservation du voyage.

Tarifs web

Les tarifs web sont des tarifs seulement disponibles sur le site web de TAP. Aucun autre canal de vente ne met ces tarifs à votre disposition. Cette catégorie de prix est indiquée conformément aux instructions lors de la réservation.

Produits TAP

Liberté de choisir!

www.embarque-na-liberdade.com

TAP Discount

Pour ceux qui recherchent d'excellentes opportunités de voyage à des prix très bas.

Modifications de billet autorisées / Accumulation de miles / Repas / Divertissement à bord

TAP Basic

Pour ceux qui planifient leurs vacances, une solution économique qui a toujours des avantages.

Modifications de billet autorisées / Accumulation de miles / Réservation de siège / Journaux et magasines / Informations via SMS / Repas / Divertissement à bord

TAP Classic

Pour ceux qui recherchent une certaine flexibilité et les avantages habituels proposés par TAP.

Modifications de billet autorisées / Remboursement partiel / Accumulation de miles / Réservation de siège / Surclassement en échange de miles / Journaux et magasines / Informations via SMS / Repas / Divertissement à bord

TAP Plus

Si vous recherchez la rapidité et une flexibilité totale, voici votre solution.

Modifications de billet sans frais / Remboursement total / Accumulation de miles / Enregistrement prioritaire / Passage prioritaire au rayon X / sécurité / Bagage prioritaire / Réservation de siège / Embaquettement différentié / Surclassement en échange de miles / Journaux et magasines / Informations via SMS / Repas / Divertissement à bord

TAP Executive

A l'aéroport et en vol, un service personnalisé et exclusif et un maximum de confort vous permettent de travailler ou de vous détendre à votre guise.

Modifications de billet sans frais / Remboursement total / Accumulation de miles / Enregistrement prioritaire / Passage prioritaire au rayon X / sécurité / Accès au lounge / Accès au Service / Client Premium (Lisbonne) / Bagage prioritaire / Réservation de siège / Embaquettement / Débarquement différentié / Service Gratuit de voiturier ValetXpress / Journal et magasine de bord / Informations via SMS / Vestiaire / Kit de toilette (long-courrier) / Repas de Classe Affaires avec options / Divertissement à bord / Avantages exclusifs avec les partenaires au sol de TAP

www.flytap.fr



TAP PORTUGAL

Cartão Id<30



O Id<30 é um cartão que concede múltiplas vantagens e diversos descontos em serviços aos jovens lusodescendentes quando se deslocam e realizam uma estadia em Portugal.

O Id<30 pode ser pedido por jovens portugueses ou descendentes até ao terceiro grau da linha recta de cidadão português, nascidos ou residentes em comunidades fora do território português, com idades entre os 12 e os 29 anos (inclusive).

Para teres o teu Id<30 tens de possuir uma das seguintes condições:

- Ter nascido(a) em Portugal e residir fora do território português;
- Ser filho(a) de portugueses e residir fora do território português;
- Ser neto(a) de portugueses e residir fora do território português.

Preço 8 euros. Onde Comprar: Associação Cap Magellan - 17 rue de Turbigo - 75002 Paris - Tel 01 42 77 46 89

Com o teu Id<30 vais poder regressar a Portugal e aproveitar descontos e vantagens em transportes, alojamento, lazer e em diversos equipamentos e infraestruturas. Vê os benefícios do Id<30 com detalhe no conteúdo «Vantagens» do site: <http://ld30.juventude.gov.pt>.

Cartão Intra_Rail



A Movijovem e a CP criaram um cartão mesmo à tua medida!! O cartão Intra_Rail permite-te viajar à vontade nos comboios da CP e inclui o alojamento nas Pousadas de Juventude, de Norte a Sul do país. Tens duas modalidades, o Intra_Rail Xcape e o Intra_Rail Xplore, válidos durante 3 ou 10 dias, respectivamente, e dentro de quatro zonas pré-definidas. Para além disso, vais ter ainda 50% de desconto na utilização dos comboios Fertagus nos dias abrangidos pelo

teu Intra_Rail. Basta apresentares o teu cartão quando comprares o bilhete. Se não tiveres Cartão Jovem nem Cartão de Albergista não faz mal! Com o Intra_Rail não precisas de um outro cartão para entrar nas unidades de alojamento. O cartão Intra_Rail está à venda em todo o país. Para o adquirires, basta dirigires-te a uma das estações de venda CP, a uma Pousada de Juventude, Loja Movijovem (na Av. Duque D'Ávila) ou Lojas Ponto Já (IPJ).

Intra_Rail Xcape (3 dias):

55 euros (49 euros com Cartão Jovem ou Cartão Ld<30)

Intra_Rail Xplore (10 dias):

185 euros (159 euros com Cartão Jovem ou Cartão Ld<30)

Infos : www.intra-rail.pt

utiles

Ambassade du Portugal
3, rue de Noisiel - 75116 Paris
Tél : 01 47 27 35 29
www.embaixada-portugal-fr.org

Ambassade de France
Rua Santos-o-velho, 5
1249-079 Lisboa - Tél : 21 393 91 00
www.ambafrance-pt.org

Consulat général de France à Lisbonne
Calçada do Marquês de Abrantes,
123 - 1200-718 Lisboa
Tél : 21 393 92 92

Consulat général de France à Porto
Avenida da Boavista, n°1681-2º
4100-132 Porto - Tél : 22 607 82 20

AICEP Portugal Global
135 bld Haussmann - 75008 Paris
Tél : 08 11 65 38 38
www.visitportugal.com

P. de Turismo - Lisboa
Palácio Foz - Praça dos Restauradores - Tel : 213 466 307

P. de Turismo - Porto
Praça D. João I, 43
Tel: 222 057 514

CAP MAGELLAN

CAP MAGELLAN a conçu ce Guide en pensant à vous, qui passez votre été 2009 au Portugal, pour vous aider à programmer vos vacances !

Fondée à Paris en novembre 1991, CAP MAGELLAN est une association de droit français animée par des Jeunes Portugais, lusodescendents et Français lusophiles, qui ont en commun la volonté de promouvoir la culture et langue Portugaises et de maintenir des liens forts entre la France et le Portugal. Elle participe activement à la vie de la communauté Portugaise en France, cherchant à donner l'image d'un Portugal en mouvement, tourné vers l'avenir et vers l'Europe.

Nos activités sont nombreuses et diversifiées : Informations, Département Stages et Emplois, Campagnes de citoyenneté et Activités culturelles. Pour en savoir plus, visitez notre site : www.capmagellan.org

Devenez membres de Cap Magellan et recevez gratuitement notre magazine CAPMag (vous ne paierez que les frais d'envoi). Informez-vous par tél : 01 42 77 46 89 ou par e-mail : info@capmagellan.org



Estradas de Portugal, S.A.

A SUA SEGURANÇA
A SUA SEGURANÇA
É A NOSSA PRIORIDADE
É A NOSSA PRIORIDADE



www.estradasdeportugal.pt

Soluções para Residentes no Estrangeiro



Com o Caixadirecta Internacional o seu Banco fica muito mais próximo. Esteja onde estiver, pode ir à Caixa com um simples telefonema, gratuito 24 horas por dia, ou através da internet. Movimente a sua conta, peça aconselhamento e conheça novas soluções financeiras criadas a pensar em quem está fora. Para saber mais ligue, vá a www.cgd.pt ou dirija-se a uma Agência ou Representação da Caixa.

Banco, Banco é Caixa.

www.cgd.pt

caixadirecta (+351) 707 24 24 24

Ligue grátis: Alemanha, Bélgica, Espanha, França, Holanda, Luxemburgo, Portugal, Reino Unido e Suíça - 00 800 351 351 00 / EUA e Canadá - 011 800 351 351 00
Brasil - 0 800 888 12 13 / Venezuela - 0 800 100 4698 / Macau - 0 800 961 / África do Sul - 0 800 980 964