

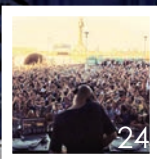
# PORTUGAL 2015

## Guidedel'été

**Itinéraires**  
Découvrez les  
régions  
du Portugal



**Musique**  
Les concerts  
de l'été



**Summer  
Night**  
Les discothèques de l'été



# noitelonga

leshauts-lieuxd'unétéchaud

**GRATUIT**

# FIDELIDADE

ASSUREUR DEPUIS 1808

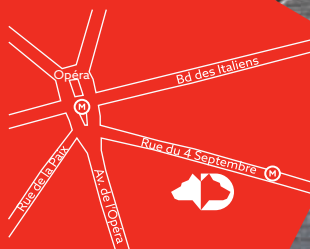


AGENCE FIDELIDADE  
PARIS OPÉRA

## LE LIEN ENTRE VOUS ET LE PORTUGAL

27 rue du 4 Septembre  
75002 Paris

**01 40 06 06 06**  
[agence@fidelidade.fr](mailto:agence@fidelidade.fr)



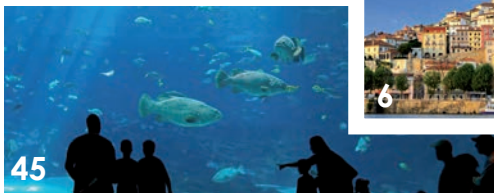
Fidelidade - Companhia de Seguros, S.A.

Siège : Largo do Calhariz, 30 1249-001 Lisboa - Portugal - NIPC e Matricula 500 918 880, CRC Lisboa - Capital Social 381.150.000 €

Succursale de France : 29, boulevard des Italiens - 75002 Paris - RCS Paris B 413 175 191 - Tél. 01 40 17 67 20 - Fax : 01 40 17 67 29

Crédits photo : Fotolia





## Ça sent l'été...

**E**mmenez-moi au Pays des merveilles ! Ca y est. Le mois d'Août est sur le pas de la porte et, tout sourires, vous vous apprêtez, tout comme moi, à boucler vos (toujours trop remplies) bagages pour rejoindre ceux des vôtres qui sont restés Là Où Tout Est Beau, à veiller sur les monts et vallées et rivières et forêts et richesses et trésors de vos étés ensoleillés.



Mais pour profiter de ces douces semaines de bonheur, il nous faudra d'abord parcourir, parfois péniblement c'est vrai, par terre, par les airs et pour certains gris aventuriers, par train ou sur les flots, ces (toujours trop nombreux) kilomètres qui nous séparent du Paradis qui nous est si cher. Donc, à défaut de piloter l'avion ;-) ou la voiture, vous prendrez bien soin d'y arriver d'abord, puis d'en revenir, en pleine forme et en toute sécurité, n'étant pas non plus dispensés de nous offrir votre plus joli sourire en nous croisant aux frontières. Et parce que nous sommes aussi là pour que vous ne vous ennuyiez jamais, nous avons soigneusement sélectionné pour vous, dans ce petit (mais costaud !) Guide sur mesure, une liste non-exhaustive des coins, recoins et festivités à ne pas rater durant cet été au Portugal, pour qu'il n'en soit que plus coloré. Pour qu'il soit inoubliable, en fait. Plus d'excuse cette fois, pour aller à l'aventure...

De Sagres à Chaves, en faisant le tour de toutes ces contrées plus belles les unes que les autres, vous comprendrez véritablement pourquoi nous sommes toujours plus nombreux, année après année, à venir des quatre coins du globe nous ressourcer dans ces régions, villes, villages, bourgs et campagnes, figurant au top des destinations mondiales.

En somme, merci de laisser vos soucis ailleurs et de penser à vous, aussi, aux vôtres, à être heureux, à danser et à rire sous ces millions d'étoiles qui ne vous veulent que du bien. Et si c'est en musique, c'est encore mieux. *Bora festejar!*

Anna Martins

Ce guide est partie intégrante de la campagne "Sécur'été 2015"

## Sommaire

- 04-14 : Itinéraires
- 15-17 : Patrimoine culturel
- 18-19 : Musées
- 20-23 : Gastronomie
- 24-26 : Festivals
- 27-29 : Concerts
- 30-31 : Discothèques
- 32-34 : Bars et Clubs
- 36-39 : Plages
- 40-41 : Culture
- 42-46 : Tourisme actif et Sport
- 48-51 : Sécurité Routière
- 52-53 : Incendies
- 54-55 : Santé
- 56-62 : Pratique

## PartenairesSécur'été



**Cap Magellan** (Association de loi de 1901) • 7, avenue de la Porte de Vanves 75014 Paris • Tel. : +33 1 79 35 11 00 • [www.capmagellan.sapo.pt](http://www.capmagellan.sapo.pt) • [capmag@capmagellan.org](mailto:capmag@capmagellan.org) • **Responsable de la publication** : Anna Martins • **Responsable de la rédaction** : Luciana Gouveia • **Rédaction** : Anna da Silva, Estelle Valente, Luciana Gouveia, Cap Magellan • **Mise en Page** : Zoé Collard • **Imprimeur** : Ondagrafe - Portugal

**Lisbonne, l'incontournable ! Vous ne vous en lassez pas, nous non plus. On a beau y retourner, Elle est pleine de surprises et il y a toujours quelque chose à découvrir !**

### Lisbonne à pied

N'ayez pas peur de vous aventurer dans ses rues étroites et charmantes, qui vous offrent des points de vue dignes des cartes postales.

**LE VIEUX LISBONNE** - Se perdre dans le vieux Lisbonne est un plaisir. Alfama, ce quartier cosmopolite et vivant, est l'unique quartier à avoir résisté au tremblement de terre de Lisbonne en 1755.

**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.

**LA LISBONNE POMBALINA** - un quartier élégant, dont l'urbanisation a été entièrement repensée par le Marquis de Pombal, suite au tremblement de terre de 1755.

Plusieurs visites guidées sont proposées par « Sardines en tram », qui entend diffuser le patrimoine de Lisbonne et de la vallée du Tage.

Visites d'Alfama – Bairro Alto – Chiado – Parque das Nações – Belém – Baixa Pombalina.

Durée : 3h. - Tarifs : 15 € à 20 €.

+ info : [www.sardinesentram.com](http://www.sardinesentram.com)

### Lisbonne en terrasse

**PORTAS DO SOL** - Vue panoramique sur Alfama et le Tage. Largo Das Portas do Sol.

**ANTIGA CONFEITARIA** - Passage obligé à l'ancienne pâtisserie des « pastéis de Belém ». Rua de Belém 84.

**QUIOSQUES DE REFRESCO** - On y trouve les limonades traditionnelles. Largo Camões.

**ESPLANADA DA GRAÇA** - Vue panoramique sur le château São Jorge et le Tage.

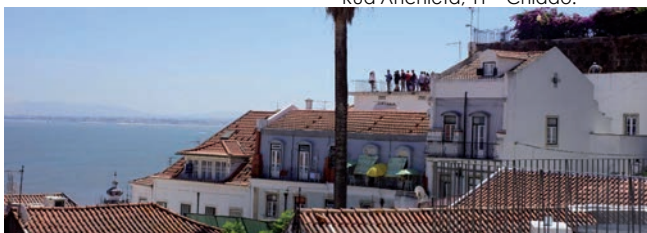
### Lisbonne et ses jardins

Une petite pause dans les jardins de Lisbonne vous redonnera des forces !

**JARDIM DO PRÍNCIPE REAL** - Ce jardin romantique dispose d'un café / restaurant – Le Prince Esplanade Real – mais aussi d'un lac et d'un parc de jeux pour les enfants, de quoi satisfaire tout le monde. Profitez également de la visite du Reservatório da Parítrical.

Métro : Rato

**JARDIM DAS AMOREIRAS** - Sur la Place



de Amoreiras, se situe le musée Arpad Szenes-Veira Da Silva. Profitez-en pour visiter le dépôt Mãe da Água et y prendre un bon café. C'est un endroit frais et très agréable en été.

Métro : Rato

**JARDIM DA ESTRELA** - Le jardin centenaire da Estrela est l'un des plus beaux de la ville. A l'intérieur du Jardim, se trouve un café, une Bibliothèque et des jeux pour les enfants.

Tram 28 : Basílica da Estrela

### Lisbonne un livre sous le bras

**JOSÉ SARAMAGO**, « L'histoire du siège de Lisbonne », Seuil, 1992

**ANTONIO TABUCCHI**, « Pereira prétend », 10/18, Domaine Etranger, 1999

**FERNANDO PESSOA**, « O que turista deve ver », Livros Horizonte, 2006 (3<sup>e</sup> Ed.)

### Lisbonne, entre terre et mer

**Cais das Colunas** - Faites une pause au bord de l'eau ou assis sur l'un des 45 jardins portables créés par Leonel Moura.

**Hippotrip** - Venez tenter l'expérience la plus unique des visites de Lisbonne. Embarquement à Doca de Santo Amaro.

Horaires : 10h / 12h / 14h / 16h

(Réservation possible).

Durée : 90 min.

Tarifs : adultes : 25 €

enfants et seniors : 15 €

+ info : [info@hippotrip.com](mailto:info@hippotrip.com)

Tél +351 211 922 030

### Lisboa en 2 ou 3 roues

**Rent-a-scooter :**

Rua de Ferragial, 3 – Chiado.

+ info : [www.scootersolution.com.pt](http://www.scootersolution.com.pt)

Tel. +351 213 426 161

+351 925 957 708

**GoCar Tours:**

Rua dos Douradores, 16.

+ info : [www.gocartours.pt](http://www.gocartours.pt)

Tel. +351 210 965 030

### Lisboa shopping

**- A Vida Portuguesa :**

Rua Anchieta, 11 – Chiado.

**- Santos & Ofícios Artesanatos :**

Rua da Madalena, 87 – 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 chauffeur. Prix : 1,80 € (bus) / 2,85 € (tram), ou acheter la carte « 7 colinas » en kiosque et chargez-la avec 2, 5 ou 10 unités.  
+ info : [www.carris.pt](http://www.carris.pt)

**Métro :** le billet simple coûte 1,25 €. Circule entre 06h30 et 01h.

+ info : [www.metrolisboa.pt](http://www.metrolisboa.pt)

**Lisboa Card**, donne accès à :

- la gratuité dans les transports publics (autocars, tramway, bus, métro et train pour Sintra et Cascais).
- la gratuité dans les musées et monuments, et jusqu'à 50% de réduction dans les lieux touristiques. Différentes cartes et tarifs :

- Lisboa Card 24h : 18,50 € (adulte) et 11,50 € (enfant entre 4-15ans).

- Lisboa Card 48h : 31,50 € (adulte) et 17,50 € (enfant entre 4-15ans).

- Lisboa Card 72h : 39 € (adulte) et 20,50 € (enfant entre 4-15ans).

Cette carte peut être obtenue dans tous les postes "Ask Me" à Lisbonne.

+ Infos : [www.askmelisboa.com](http://www.askmelisboa.com)



**Seconde ville du Portugal, la Cidade Invicta est le berceau de sites naturels d'exception. Laissez-vous être émerveillé par ses paysages à en couper le souffle. Partez à la (re) découverte de son patrimoine historique plein de charmes !**

donc indispensable. Elles se situent de l'autre côté du fleuve, à Vila Nova de Gaia.

Des compagnies organisent des visites guidées et des dégustations des différentes variétés du vin de Porto.



## Porto sur rails

Montez à bord du 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, le tout accompagné par des explications audio.

Horaires :

Dim à mer : 8h-22h.

Jeudi à sam : 8h-00h.

Tarifs : 2.50 € à 8 €

(ticket valable 24h).

Tel : +351 226 158 158

+ info : [portotramcitytour.pt](http://portotramcitytour.pt)

Vous avez aussi la possibilité, depuis juin 2015, de monter à bord du vieux train de Porto, avec sa traditionnelle locomotive à vapeur. Profiter de cette balade longeant le Rio Douro, dans ce train historique datant du <sup>xx</sup>e siècle.

+ info : [www.cp.pt](http://www.cp.pt)

## Un p'tit verre de Porto ?

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



## 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 débutée 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 - 4400-088

Vila Nova de Gaia

Horaires : Lun-Vend : 10h-18h.

Week-end : 10h-17h

Tarifs : 5 €

Tel : +351 223 772 956

+ info : [www.taylor.pt](http://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 et se termine avec la dégustation de deux vins de Porto : un blanc et un rouge. Réservation obligatoire pour les groupes.

Avenida Diogo Leite,

344 - 4400-111

Vila Nova de Gaia

Horaires : Tous les jours : 10h-19h

Tel : +351 223 746 660

+ info : [www.calem.pt](http://www.calem.pt)

## Croisières sur le Douro

De nombreuses entreprises proposent des croisières sur le Douro.

Nous vous recommandons celle-ci !

- Porto Douro - Praceta D. Nuno Álvares Pereira, 20 - 4450-219 Matosinhos

Tel : +351 229 389 933

+ info : [www.portodouro.com](http://www.portodouro.com)

## Porto Card

Elle offre un accès gratuit ou à un prix réduit dans les musées, aux spectacles, croisières et circuits touristiques, restaurants, boutiques de souvenirs, etc.

Différentes cartes et tarifs :

1 jour : 6 €. 2 jours : 10 €. 3 jours : 13 €.

Ainsi que la gratuité sur la presque totalité du réseau des transports publics (métro et bus).

Différentes cartes et tarifs : 1 jour - 13 €. 2 jours - 20 €. 3 jours - 25 €

## Faites une croisière sur le fleuve Douro

Faça um cruzeiro no Rio Douro

## Réservez maintenant

Reserve já

[www.portodouro.com](http://www.portodouro.com)

Portodouro Viagens e Turismo Unipessoal, Lda. - Alvará RNAVT 4528/2014  
Praceta D. Nuno Álvares Pereira, nº 20 - 3º sala CN - 4450-218 Matosinhos - Portugal  
Tlf. (+351) 229 389 933 - Tlm. (+351) 914 384 479 - E-mail: [info@portodouro.com](mailto:info@portodouro.com)



Coimbra, a cidade estudante, fica situada entre Lisboa e Porto. A pequena cidade, construída nas margens do Mondego e que foi capital do Portugal de 1139 a 1255, é conhecida pela universidade e pelos numerosos monumentos religiosos.

O respeito das tradições e costumes faz dela uma cidade autêntica e pitoresca. Da cidade-alta à cidade-baixa, a visita de Coimbra reserva ainda outras surpresas. Esperamos por vocês !



### As diferentes visitas de Coimbra

Logo à chegada à cidade, podem beneficiar de várias visitas guiadas, seja nas ruas de Coimbra, seja no rio Mondego.

**FUNTASTIC COIMBRA** - Duração 1h. Ponto de partida / destino : Largo da Portagem.

Horários : de 3ª-feira a domingo : 10h-11h-12h-15h-16h-17h.

Preços : Adulto : 12 € /

Criança : 6 €

+ info : [www.yellowbustours.com](http://www.yellowbustours.com)

**ODABARCA** - O Basófilas : Horários : 15h-16h-17h-18h-19h.

Preços : Adulto : 6,5 € /

Criança : 4,5 €

+ info : [www.odabarca.com](http://www.odabarca.com)

**O Tuk-Tuk** - Horários : de 3ª-feira a domingo : 10h30-11h30-14h30-15h30-16h30-17h30.

Preços : Adulto : 9,5 € /

Criança : 6,5 €

### Coimbra Universitária

Entre março e novembro, a Universidade abre as portas e propõe numerosas visitas guiadas.

**A UNIVERSIDADE** - Criada em 1290, a Universidade de Coimbra é a primeira Universidade de Portugal, e hoje, é uma das mais antigas da Europa. Marca a imagem da cidade, que se torna Palácio dos estudantes, e hoje continua a ser conhecida pelos estudantes portugueses e turistas.



**A BIBLIOTECA JOANINA E A CAPELA SÃO MIGUEL** - Dos edifícios que apresentam uma arquitectura excepcional baseada na arte barroco de Portugal, do século XVII.

**A TORRE DA UNIVERSIDADE** - Suba ao topo da Torre e aprecie a vista panorâmica da toda a cidade e das vales do rio Mondego.

Horários : 9h-19h30.

Preços : entre 5,50 € a 15 €

+ info : [www.uc.pt](http://www.uc.pt)

### Portugal dos Pequenitos

Venha descobrir uma grande variedade de monumentos representativos de Portugal! Um parque que é ideal para brincar às escondidas nas pequenas casas e para descobrir, ao mesmo tempo, os edifícios e os monumentos históricos portugueses.

Horários : todos os dias : 9h-20h.

Preços : Adulto : 9,50€ /

Criança e sénior : 5,95€

+ info : [portugaldospequenitos.pt](http://portugaldospequenitos.pt)

Tel : +351 239 801 170

### Uma Caminhada Romântica

Deixe-se levar pela magia do Jardim da Quinta das Lógmias. Um lugar tão intrinsecamente ligado ao Amor : o amor proibido de Pedro I de Portugal e de Inês de Castro, tão avassalador quanto trágico.

Horários : de 3ª-feira a domingo : 10h-19h.

Preços : Adulto : 2 €

Criança e sénior : 1 €

Visita Guia : 5 €

+ info : [www.turismodocentro.pt](http://www.turismodocentro.pt)

### Sabores em Coimbra

**QUEBRA** - É o bar mais antigo e dos mais carismáticos da cidade de Coimbra, onde a música, o serviço e o ambiente são ótimos. Escadas do Quebra Costas

**LOGGIA** - Restaurante português, com uma vista panorâmica sobre toda a cidade de Coimbra. Largo Dr. José Rodrigues

**FANGAS BAR** - Um bar onde pode apreciar a deliciosa sangria caseira, a seleção cuidada de vinhos, com pequenas tostas. Ideal para um momento relaxante. Rua Fernandes Tomás 45/9

**SALÃO BRAZIL** - Restaurante dinâmico com sua actividades culturais essencialmente ligadas à música, ao Jazz. Faz parte da história da cidade. Largo do poço, 3

### Os Jardins de Coimbra

**JARDIM BÔTANICO DA UNIVERSIDADE** - Este jardim foi construído em 1772, a pedido do Marquês de Pombal. Com as suas avenidas longas, os seus terraços e jardins pequenos, o Jardim bôtanico é ideal para uma pequena pausa, num lugar sombreado. Universidade de Coimbra

**JARDIM DA CASA DO SAL** - O jardim é um lugar soalheiro, que proporciona às crianças um espaço de lazer e de convívio. Praça Água de Maios

**A RESERVA NATURAL DO PAÚL DE ARZILA**

- O Paúl de Arzila é uma pequena zona húmida, essencialmente coberta da vegetação, e que alberga uma variada população de aves e de mamíferos. Rua do Bairro, 1

### Coimbra shopping

- **Forum Coimbra** - 1, Av. José Bonifácio de Andrada e Silva, Quinta do Vale Gemil - Almegue Santa Clara, Coimbra.

- **Na Rota dos Continentes** - 49, Praça do Comércio, Coimbra.

- **Coisas & Sabores** - 16, Praça 8 de maio, Coimbra.

- **Dolce Vita Mall** - Rua General Humberto Delgado, Coimbra.

### Transporte

Bus : comprar os bilhetes ao motorista ou nos Centros de turismo.

Preços : Um bilhete para 3 viagens : 2,20 €. Para 5 viagens : 3,15 €. Para um dia : 3,50 €

+ info : [www.smtuc.pt](http://www.smtuc.pt)



**Com o seu património cultural e natural, as suas praias de areia branca, os seus habitantes calorosos e o sol omnipresente em todos os cantos da cidade, Faro, capital do Algarve, vai preenchê-lo de felicidade!**

## Faro a pé

**A VELHA CIDADE DE FARO** - Aproveite para passear na velha cidade de Faro para descobrir as ruas coloridas e cercadas pelas muralhas, que oferecem uma mistura de estilos interessantes. Não esqueça de aproveitar a vista.

**RUA DR. FRANCISCO GOMES** - Muito bom fazer uma caminhada nesta rua, que tem muitas lojas e paredes e pisos de lindos azulejos portugueses. Edifícios antigos e pitorescos, trata-se de uma zona pedonal ideal para um agradável passeio. Muitos restaurantes e bares para uma pausa deliciosa.

## Faro e seu Património de excepção

**ARCO DA VILA** - Este portal monumental era a entrada da cidade para os marinheiros que chegavam do oceano. É considerado como uma marca única da arquitetura árabe em Portugal, tanto pelo seu estado de conservação como por se encontrar no seu lugar de origem.

**LARGO DA SÉ** - Vítima do terremoto de 1755, a catedral de Faro foi completamente reconstruída. Só a torre se manteve no seu estado de origem, arte gótica. Situada no centro da velha cidade de Faro.

Horários : Da 2ª-feira a 6ª-feira : 10h às 18h. Sábado: 10h às 13h.

Preços : 3 €

Horários : Da 2ª-feira a 6ª-feira : 10h-13h / 15h-18h. Sábado : 10h-13h

## As saídas em Faro

**CONSELHEIRO BAR** - Um bar com três salas, três temáticas distintas : na primeira sala, um bar antigo, na segunda sala encontra-se a pista de dança e um bar muito bem equipado, e enfim uma sala de jogos, ideal para descontração. 72, rua Conselheiro Bivar.

**BAR OS ARCOS** - Um bar com a música mais tradicional, como o Fado, a Samba e a Bossa-Nova. 8, Travessa dos Arcos.

**NORDIK** - Uma bar para o gosto alternativo que propõe noites eletro com Dj convidado. Uma boa maneira para prolongar a noite até bem cedinho. 7, Rua Capitão Mor.

**ADEGA NOVA** - Para uma ambiente mais tranquilo e amigável, o Restaurante Adega Nova oferece uma vasta escolha de cozinha tradicional portuguesa. 24, Rua Francisco Barreto.

**RIA FAMOSA** - Um Restaurante de gastronomia portuguesa, com uma vista



quase 19 000 hectares é, em grande parte, uma zona natural protegida. Estende desde o Rio Ancão, ao lado de Faro, até a praia de Manta Rota.

Caracteriza-se pela protecção de várias espécies de aves, que chegam para a sua hibernação ou para a sua reprodução, como também espécies de peixes ou de plantas. Faça uma viagem de barco para descobrir este património natural de qualidade, proposto pela companhia Formosamar, através no barco tradicional, veleiro ou kayak.

## Ideal para descobrir os vários ambientes de Faro

O grupo Formosamar convida-o a descobrir a cidade de Faro e o seu centro histórico com caminhadas seguindo as muralhas da cidade durante 45 min.

Horários : 10h30-11h30-15h30-16h30.

Preços : Adulto : 10 € / Criança : 6 € Possibilidade de visita de bicicleta, com um áudio-guia, durante 8h.

Preços : adulto : 30 €.

Incluindo : Bicicleta, áudio-guia, mapa da cidade e entrada livre no Museu municipal de Faro e no Museu regional do Algarve.

+ info : [www.formosamar.com](http://www.formosamar.com)

A companhia de Roosterquad-Tour, leva-vos, em quad, a todos os recantos de Algarve com circuitos adaptados a cada pessoa. Situado a 20 minutos do aeroporto de Faro.

Duração : 2h para 30 km.

Preços : 1 pessoa : 75 €.

2 pessoas : 110 €

+ info : [www.roosterquadtours.com](http://www.roosterquadtours.com)

## Shopping em Faro

Forum Algarve Shopping Mall - Estrada nacional 125 km 103, Faro.

Sweet Estoi - Largo Da Liberdade, 6, Faro.

Casa Apícola - Rua Baptista Lopes, 18A, Faro.

Retalhos de Portugal - Praça Dom Francisco Gomes, 16, Faro.

## Transporte

A cidade de Faro propõe vários tipos de transportes, autocarro, taxi, aluguer de veículos.

+ infos :

[www.cm-faro.pt](http://www.cm-faro.pt)

[www.proximo.pt](http://www.proximo.pt)



**A CAPELA DOS OSSOS** - A Capela dos Ossos de Faro é um ossário. Pertence à igreja carmelita de Nossa Senhora do Carmo. Foi mandada construir em 1816. As ossadas provêm de um antigo cemitério da Ordem. A entrada contém a inscrição: "Para aqui a considerar que a este estado há-de chegar".

muito agradável sobre a cidade e o mar, ideal para descansar. Praça D. Francisco Gomes.

## Parque Natural da Ria Formosa

Este parque natural, considerado como um das sete maravilhas naturais de Portugal e que conta com



**As Beiras são zonas que atravessam Portugal duma ponta à outra. Venha descobrir o que esta imensa e diversificada região do país tem para lhe oferecer.**

### Beira Alta

La Beira Alta est une région du nord du Portugal, à la frontière de l'Espagne et des régions de Beira Baxa, Beira Litoral, Douro et Trás-Os-Montes. C'est la partie la plus montagneuse du Portugal, avec la célèbre Serra da Estrela. L'ouest de la Beira Alta est riche et fertile, alors que l'est est plutôt le royaume des moutons.

L'Est de la Beira Alta abrite la célèbre Serra da Estrela qui est le point culminant du Portugal continental, avec 1993m d'altitude. Ici vous trouverez le seul domaine de ski et de snowboard du pays, la station SkiVodafone. La Serra da Estrela renferme aussi toute une variété de paysages, en partie avec le parc naturel de Serra da Estrela et les vallées glaciaires Zêzere, Loriga et Unhais da Serra. La Serra de Estrela est également synonyme de cuisine diversifiée notamment avec l'incomparable Queijo da Serra, produit avec Appellation d'Origine Protégée.

Cependant, l'Ouest de Beira Alta est plus fertile. Près de la ville de Viseu, centre administratif du district, les vignes et les forêts envahissent la terre des habitants. La région donne l'occasion aux amateurs de randonnée d'organiser des excursions à vélo ou à pied à travers les belles vallées du Dão et do Lafões. Prenez également le temps de découvrir les vins savoureux de la ré-

gion. Autrement dit, les paysages de Beira Alta feront le bonheur des amoureux de la nature.

Principales villes : Almeida, Belmonte, Caramulo, Castelo Mendo, Monsanto, Nelas, Oliveira do Hospital, Penedono, Santiaguinho, Seia, Serra da Estrela, Ucanha-Tarouca, Viseu

### Beira Baixa

Vasto, de vales cavados e profundos, e de grandiosas planícies, o território designado por Beira Baixa, composto pelos concelhos de, Castelo Branco, Idanha-a-Nova, Oleiros, Penamacor, Proença-a-Nova e Vila Velha de Ródão, está situado no centro do país, junto a fronteira com Espanha, sendo delimitado a norte, pela Serra da Gardunha e a sul pela planície alentejana. Uma região rica tanto pela sua história, como pelas suas paisagens. Apesar do clima por vezes rigoroso, a Beira Baixa é uma região muito agradável ! Os planaltos deixam lugar às grandes planícies de trigo e oferecem uma visão sobre as numerosas aldeias, construídas muito à base de granito.

A Beira Baixa é atravessada por vales de rios de águas frescas e cristalinas serpenteados por aldeias de uma arquitetura rústica e bela e de uma simplicidade ímpar que se conjuga na perfeição com a natureza. Um exemplo: as Aldeias do Xisto. Encante-se com estas 27 aldeias tradicionais, escondidas entre serras de vegetação frondosa e as suas casas feitas de xisto, a rocha mais abundante na região. As várias tonalidades desta pedra, também usada nos avimentos das

ruas estreitas e sinuosas, misturam-se de forma perfeita nas cores da paisagem natural. Experiências únicas esperam por si neste território preservado. Canoagem no rio, passeios na floresta ou uns momentos de descontração nas praias fluviais de água puríssima, são algumas das opções que vai encontrar, para umas férias activas em contacto com a natureza.

### Beira Litoral

É banhada pelo oceano Atlântico, a oeste. Compreende 38 concelhos: 15 do distrito de Aveiro, 14 do distrito de Coimbra, 8 do distrito de Leiria e um do distrito de Santarém. A boa situação geográfica da região, aliada à forte acessibilidade a Lisboa e ao Porto, proporciona-lhe um significativo desenvolvimento da actividade industrial e do comércio. A agricultura e a pecuária continuam a ser importantes no tecido económico regional, sendo bastante significativas as produções nas áreas irrigadas dos vales do Mondego e do Vouga, bem como o sector da produção de leite. No interior desta região, a floresta constitui um dos principais recursos das áreas rurais.

A Beira Litoral apresenta, nos seus principais pratos típicos, o leitão - sobretudo da Anadia e da Bairrada, os buchos recheados e a chana-fana de borrego; a caldeirada de enguias e as bolas de bacalhau e de sardinha; as barricas de ovos-moles, o arroz-doce e o vinho espumante. Nos seus monumentos reflecte-se a história do nosso país. São de destacar o românico dos primórdios da nação na Sé Velha de Coimbra, o gótico da Batalha, não esquecendo também os exemplos de arte rupestre do distrito de Aveiro e as ruínas romanas de Conímbriga. Para além da considerável riqueza arquitectónica, é nesta província que se encontra o mais antigo estabelecimento de ensino universitário do país e um dos mais antigos da Europa - a Universidade de Coimbra. De referir as praias da Beira litoral também, como Peniche, Nazaré, Figueira da Foz, Aveiro.

Três tipos de Beiras para se deliciar!

**Beiras online**  
[www.visitcentro.com](http://www.visitcentro.com)



grutas de mira de aire  
aqui tão perto



[www.grutasmiradaire.com](http://www.grutasmiradaire.com) | [geral@grutasmiradaire.com](mailto:geral@grutasmiradaire.com) | 244440322



ENSEMBLE CONSTRUISONS UN FUTUR DURABLE

OSSATURE

MADRIER

CHARPENTE

PAREMENTS

[www.ec-bois.fr](http://www.ec-bois.fr)

[info@ec-bois.fr](mailto:info@ec-bois.fr)



RUSTICASA  
Zona Industrial, Pólo 1 - Apartado 1  
P - 4920-909 VILA NOVA DE CERVEIRA



ECO-CONCEPTION-BOIS  
20 Ter, Rue Schnapper  
F - 78100 ST GERMAIN-EN-LAYE



**Le Minho et Trás os Montes sont synonymes de calme et de tranquillité. La verdure y est présente en abondance et les villes historiques ont su garder un véritable charme médiéval. Un véritable appel à l'épanouissement personnel et culturel.**

## Minho

### BRAGA

Braga, la « Rome portugaise », déploie les fastes du baroque portugais des <sup>xvii</sup> et <sup>xviii</sup> siècles. La promenade dans son centre, avec un détour par sa cathédrale est très agréable. Dominant la ville, sur une colline boisée, le sanctuaire du Bom Jesus do Monte se trouve au sommet d'un gigantesque escalier de granit de 600m, impressionnant chef-d'oeuvre baroque. L'une des pépites de ce surprenant Minho... A noter : La Braga Card, valable deux jours pour le prix de 5 euros, vous offre des réductions de 50% sur les entrées aux musées et monuments, 25% sur l'autocar touristique « BragaTour », 10% sur les chambres d'hôtels et 10% sur les visites guidées. Vous pouvez vous le procurer à l'office de tourisme.

### Office de Tourisme

1 av. da Liberdade, 4700 Braga  
Horaires : Lundi au vendredi : 9h-13h / 14h-18h30. Samedi au dimanche : 10h-13h / 14h-18h  
Tel : +351 253 262 550  
+ info : turismo@cm-braga.pt

## LA SERRA DA PENEDA E DO GERÊS

Le Soajo est le point de départ pour connaître la culture, le patrimoine

et la nature éblouissante de cette zone montagneuse. A l'ancien village, ne manquez pas l'ensemble de dépôts d'épis en pierre pour conserver les céréales. Vous les verrez aussi à Lindoso, où il vaut la peine de monter au château perché sur la vallée du fleuve Lima. Un peu plus au nord, se fait l'élevage du chien de berger de Castro Laboreiro, très apprécié dans la région pour garder les troupeaux au rythme des saisons. Au sud, c'est la Serra do Gerês. Partez de Campo do Gerês, laissez la voiture à l'entrée de la Mata da Albergaria, suivez le Fleuve à pied jusqu'à Portela do Homem. Si vous faites attention, vous verrez des chevaux sauvages ou un jeune cerf, le symbole du Parc.

Siège: Av. António Macedo, 4704-538 Braga

Horaires : Lundi au vendredi :

9h-12h/17h-17h30

Tel : +351 253 203 480

+ info : [pnpg@icn.pt](mailto:pnpg@icn.pt)

## VIAÑA DO CASTELO

La ville balnéaire de Viana do Castelo se situe entre l'océan et les montagnes. Entourée de collines verdoyantes et à l'embouchure de l'estuaire du fleuve Lima, la ville possède une fière histoire maritime et fut l'un des principaux ports où les explorateurs portugais embarquaient pour naviguer vers un monde inconnu au <sup>xv</sup> siècle. Les bâtiments et les monuments de la ville sont une synthèse fascinante d'époques et de styles architecturaux. La cathédrale de Sé se situe dans le centre histo-

rique de la ville, à deux pas de la place de la république. Cette capitale du folklore offre chaque année en été des fêtes hallucinantes se déroulant sur une semaine: les fêtes de Nossa Senhora da Agonia. Durant ces fêtes, les rues sont décorées de fleurs ou de sel coloré, des feux d'artifices ont lieu tous les soirs, des défilés traditionnels sont organisés dans les rues... À seulement 3 km au nord du centre-ville, la visite de la colline Santa Luzia est incontournable.

### Office du tourisme

Rua do Hospital, 4900-525 Viana do Castelo

Horaires : Lundi au vendredi : 9h-12h30 / 14h-18h. Samedi : 9h-13h

Tel : +351 258 822 620

## Trás Os Montes

### CHAVES

Logo no coração da cidade, pode observar os Antigos Paços do Concelho, um dos mais bonitos palacetes de Chaves, e ao lado encontra o antigo Paços dos Duques de Bragança, onde agora está o Museu da Região Flaviense. Pode passar por alguns museus e conhecer um pouco mais da história de Chaves, como o Museu da Região Flaviense ou o Museu Ferroviário. Uma cidade com grande hospitalidade, com uma vasta oferta hoteleira, de restauração e artesanato.

### Posto de Turismo de Chaves

Terreiro de Cavalaria, 5400-193 Chaves

Horaires : 9h-12h30 / 14h-17h30

Tel : +351 276 348 180

## PARQUES NATURAIS DO NORDESTE

O Montesinho, bem no nordeste, constitui uma mistura fantástica de riquezas naturais e de culturas antigas. As aldeias que dão o nome a dois parques, Rio de Onor e Guadramil, vivem em paz com a natureza e conservam a memória da vida rural. Percorra as Serras de Montesinho e da Lombada de várias maneiras: tranquilamente a pé e de bicicleta ou comodamente de carro. Na zona de Vila Real, esqueça a rotina no Parque do Alvão. Ermelo e Lamas de Olo são duas aldeias tradicionais a visitar e os pontos de partida para os mais interessantes passeios pedestres. Conheça um bem precioso, a grande diversidade da fauna, e surpreenda-se com as imponentes quedas de água das Fugas de Ermelo.





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

## A herança islâmica

### MÉRTOLA

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): 9h30-12h30/  
14h-18h Encerra segunda-feira  
[www.quiosques-mertola.com](http://www.quiosques-mertola.com)  
Entrada gratuita

### 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 caiadas de branco e chaminés mouriscas. Funciona neste bairro o Museu Árabe, constituído 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".

## Os amantes do vinho

O vinho ocupa 22.000 hectares de Alentejo que produz em média entre 35 e 40 hectolitros/hectare. O vinho aqui é antes de mais uma cultura.

### HERDADE DO ESPORÃO REGUENGOS DE MONSARAZ

Mais de 600 hectares de vinhas. Produz os vinhos Esporão, Vinha da Defesa, Monte Velho e Alandra. Produz também azeite de alta qualidade.  
Horários:  
Visitas guiadas: 12h-15h30-17h e degustações: 10h-18h.  
Tel: +351 266 509 280  
+ info: [www.esporao.com](http://www.esporao.com)

**Herdade das Anforas – Arraiolos**  
Pertence à famosa marca de vinho Bacalhã. Centro de fabricação

de vinho moderna instalado num edifício que data de 1923. Encontrará um cenário fantástico: quase 3000 barris de carvalho e garrafas debaixo de abóbadas.

Horários: 2ª-feira a domingo:  
10h30-11h30-14h30-15h30-16h30  
Tel: +351 212 198 067  
+ info: [www.bacalhã.com](http://www.bacalhã.com)

### Herdade da Malhadinha Nova

Uma fazenda que inclui 20 hectares de vinhas, mas também animais, onde é possível fazer turismo de habitação, andar a cavalo, andar de BTT e muitas outras atividades, sem esquecer as visitas às caves e as degustações. Beja.

Duração: 1h.  
Horários: 2ª-feira a sábado:  
11h-12h-17h-19h  
Tel: +351 266 746 498  
+ info: [www.malhadinhanova.pt](http://www.malhadinhanova.pt)

### Rota dos Vinhos do Alentejo

Praça Joaquim António  
de Aguiar 20, Évora,  
Tel: +351 266 746 498,  
[www.vinhosdoalentejo.pt](http://www.vinhosdoalentejo.pt)

## Praia 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 antigosalineiro pela Reserva Natural do Estuário do Sado. Com sorte, poderá ver golfinhos e os flamingsos.  
Tel: +351 962 375 950  
+ info: [www.rotasdosal.pt](http://www.rotasdosal.pt)

### EMBARQUE EM PORTO COVO

Para um passeio de barco à Ilha do Pessegueiro acompanhado por um guia. Aí, poderá apreciar a beleza do séc. XVII, as ruínas de um porto romano e uma capela quinhentista.

### Alentejo online

[www.noalentejohamais.com](http://www.noalentejohamais.com)  
[www.alentejolitoral.pt](http://www.alentejolitoral.pt)





**L'Algarve ne cesse jamais de nous éblouir. Par ses villages accueillants, par la variété d'activités que l'on peut y pratiquer, et bien entendu par ses kilomètres de côtes. Mais bien heureusement, "le secret le mieux gardé d'Europe" recèle de recoins à découvrir et à aimer. Cet été, cap sur l'intérieur !**

### Voyage le long du Guadiana

S'étendant le long du nord-est de l'Algarve, le Fleuve Guadiana vous offre un parcours d'une grande beauté en direction des grèves chaudes de la côte sud. Découvrez des chemins frontaliers en remontant le fleuve en bateau jusqu'à Alcoutim. Sur les vastes berges, vous pourrez profiter de l'excellente vue sur des moulins à mer et des landes méditerranéennes. Explorez cet espace protégé, habitat de faune et de flore diversifiées. Glissez sur des aires de pâturages, des champs agricoles et des vestiges millénaires du néolithique à la présence romaine et arabe. Ici et là, de petits villages conservent un patrimoine ancien et préservé. Visitez-les et découvrez un mode de vie différent, loin des plages cosmopolites de la côte.

Suivez le vol des cigognes et apercevez dans le ciel les nuages rosés de flamants. La Réserve Naturelle du Sapal de Castro Marim et Vila Real de Santo António sont deux des lieux préférés des oiseaux migrateurs. Attardez-vous sur le pay-

sage des salines de Castro Marim, avec les montagnes blanches de sel étincillant à la lumière du soleil, au milieu du vert des champs et du bleu du fleuve.

### L'Algarve en hauteur

Découvrez la montagne de Monchique et laissez-vous séduire par les paysages, les villes et les traditions de l'Algarve intérieur.



Admirez l'architecture traditionnelle dans les murs blancs, les pierres de taille et les typiques cheminées à volants des maisons de Monchique. Les rues escarpées et étroites de la ville offrent des panoramas différents sur la montagne.

Montez 902m et arrivez au point le plus haut de la montagne et de tout l'Algarve - o Pico da Fóia - en laissant aller votre regard sur les contrastes du paysage. Dans le coin, ne manquez pas les trouvailles archéologiques du temps où les romains utilisaient les eaux pures de Monchique à des fins médicinales.

En voiture ou en bicyclette, promenez-vous dans les environs et respirez l'air pur. Des Caldas de Monchique à Marmeleira, il n'y a qu'un pas pour voir des décors d'eau et de végétation, avec la mer à l'horizon. Dégustez dans le coin des saveurs de la montagne et de la terre, comme les saucisses, le délicieux miel et l'eau de vie d'arboúze.

### L'Algarve et ses promenades

La région de l'Algarve n'est pas seulement connue et prisée pour ses plages paradisiaques. Cette région offre de magnifiques paysages sur les côtes. Du cap Saint-Vincent à Alcoutim en passant par Monchique, les randonneurs n'ont que l'embarras du choix. Vous disposez de plusieurs sentiers, à faire à pieds, à vélo, ou à cheval, où vous pouvez prendre le temps d'apprécier la faune et la flore de l'Algarve. Le cap Saint-Vincent est à 6 km au sud de Sagres, la pointe la plus occidentale de l'Europe. Deux rangées de falaises, d'environ 80 mètres de hauteur, se rejoignent sous un vieux fort et un phare, construit en 1906. Deux grandes routes pédestres sont à la jonction du cap Saint-Vincent, passant l'une à travers l'Algarve, et l'autre parcourant les terres de l'Alentejo : la via Algarviana et la rota Vicentina. A partir de Monte Clerigo et d'Arrifana, vous pouvez également profiter des agréables sentiers sablonneux au sommet de hautes falaises noires.

Et le soir, n'oubliez pas d'admirer le coucher de soleil. Et vous ? On vous y voit quand ?

### AlgarvePassCard

L'Algarve Pass vous permet d'avoir des exclusivités dans les transports (ou bus touristiques), un accès réduit aux musées et aux événements principaux de l'Algarve, ainsi qu'un accès illimité à Internet (pour 30 jours). Des réductions dans des restaurants de qualité ou dans des attractions touristiques sont aussi contemplées.

**Carte Algarve Pass : tarif : 10 €**

+ info : [www.algarve-pass.com](http://www.algarve-pass.com)

### Algarve online

[www.visitalgarve.pt](http://www.visitalgarve.pt)

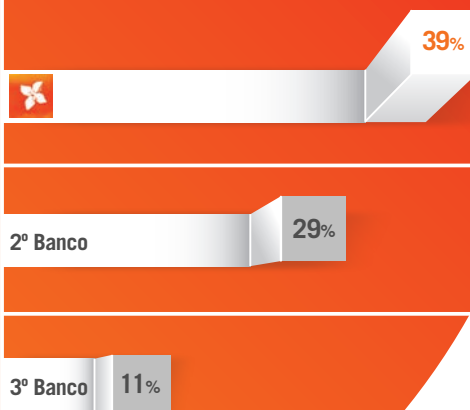
# Banco de Confiança.



## BPI é de novo Marca de Confiança na Banca em 2015.

Pelo 2º ano consecutivo, o BPI foi reconhecido como a marca bancária de maior confiança em Portugal, de acordo com o estudo Marcas de Confiança que as Selecções do Reader's Digest organizam há 15 anos em 10 países. O BPI agradece mais este voto de confiança e tudo fará para continuar a merecê-lo.

Este prémio, concedido em Portugal, é da exclusiva responsabilidade da entidade que o atribuiu.



Na imensidão azul do Atlântico, Portugal dispõe de dois arquipélagos. Os Açores, nove ilhas, nove pequenos mundos, que têm tanto de comum como de diferente, mas onde a simpatia dos seus habitantes é partilhada por todos. E no meio do Atlântico, as ilhas da Madeira e do Porto Santo são um refúgio de beleza natural.

### Os Açores: um jardim no Atlântico

LAGOA DAS SETE CIDADES



Localizada na ilha de São Miguel, nos Açores, a Lagoa das sete cidades é um complexo vulcânico. A lagoa das Sete Cidades constitui-se no maior reservatório natural de água doce de superfície dos Açores, ocupando uma vasta área que chega aos 4,35 km<sup>2</sup>, com uma profundidade de 33 m. Caracteriza-se pela dupla coloração das suas águas, sendo dividida por um canal pouco profundo, atravessado por uma ponte baixa que separa de um lado um espelho de águas de tom verde e, do outro, um espelho de tom azul. Essas características, e a beleza da paisagem envolvente, deram lugar a que surgissem belas lendas sobre a sua origem e formação, inclusive a que a liga ao mito da Atlântida. A lagoa, bem como a sua zona envolvente, encontra-se classificada como "Paisagem Protegida".

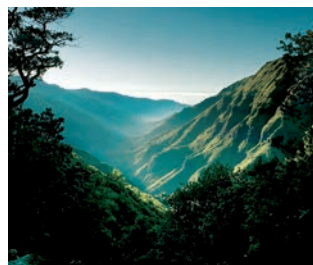
### ILHA DO PICO



A paisagem vulcânica da ilha do Pico, situada nos Açores, foi originada pela natureza exclusivamente basáltica das lavas do Pico e é o ponto mais alto de Portugal. Inclui uma montanha de 2351 metros, o terceiro maior vulcão do Atlântico, e cerca de 350 cones de escórias basálticas. Dispõe, entre as freguesias de Santa Luzia e Bandeiras, de um moderno aeroporto regional com ligações aéreas directas com Lisboa (TAP/SATA Internacional) e Terceira (Lajes) e Ponta Delgada (SATA

montam ao início da colonização da ilha. São cursos de água à volta da montanha, construídos pelo Homem, com o objectivo de levar água desde as encostas vinadas a norte até aos terrenos agrícolas da costa sul. A Madeira orgulha-se de ter uma vasta rede de veredas e levadas. Actualmente a ilha conta com mais de 200 levadas, entre as quais destacam-se as seguintes: "Caldeirão Verde", "Caldeirão do Inferno", "25 Fontes", "Risco", e "Balcões".

### FLORESTA LAURISSILVA



A floresta Laurissilva da ilha da Madeira, constitui na actualidade o remanescente de um coberto florestal primitivo que resistiu a cinco séculos de humanização.

A Laurissilva madeirense ocupa uma superfície de 15000 hectares (representando 20% do total da ilha), nas encostas viradas a Norte, revestindo de forma luxuriante as íngremes vertentes e os profundos e alcantilados vales do remoto interior, representando nos nossos dias a mais extensa e a melhor conservada Laurissilva das ilhas atlânticas.

### Direcção Regional do Turismo

Avenida Arriaga, 18  
9004-519 Funchal  
Tel. +351 291 211 900  
+ info : [www.visitmadeira.pt](http://www.visitmadeira.pt)

### Direcção Regional de Turismo,

Rua Ernesto Rebelo, 14  
9900-112 Horta  
Tel. +351 292 200 500  
[acoresturismo@mail.telepac.pt](mailto:acoresturismo@mail.telepac.pt)  
+ info : [www.visitazores.pt](http://www.visitazores.pt)  
Turismo Ponta Delgada  
Tel. + 351 296 284 569

### Madeira: a ilha com mil cores As LEVADAS

Umas das muitas atracções que a ilha tem para oferecer são as famosas Levadas. As Levadas re-





## Castelo de Bragança



O castelo de Bragança foi mandado construir no ano de 1409 por D. João I sobre os restos de uma fortificação anterior, da época de D. Afonso Henriques, primeiro rei de Portugal. Foi finalizado a meados do século XV e situa-se no Centro Histórico da população, na Rua do Santo Condestável. É considerado um dos castelos mais representativos da arquitectura medieval e importante pela sua proximidade com a fronteira de Espanha. Formando parte do conjunto amuralhado, com quinze torres e três portas, estão a Torre de Menagem, a Torre da Princesa, a Domus Municipalis, a Igreja de Santa Maria e o Pelourinho. Conserva-se em bom estado e, na praça de armas, conhecida como Cidadela, destacam as ruas estreitas com as típicas casas medievais. **Bragança.**

**Horário :** 10h-12h / 14h-17h

**Fechado à 5ª-feira**

**Tel :** +351 273 322 378

## Castelo de Guimarães



O castelo de Guimarães é sem dúvida o castelo símbolo da nacionalidade portuguesa. Localiza-se no topo rochoso da sagrada colina desta cidade minhota, sobranceiro ao Campo de S. Mamede. Diz-se até que D. Afonso Herinques, o primeiro rei de Portugal, nasceu neste castelo. Foi construído no século X para defender a aldeia dos ataques muçulmanos e normandos. O castelo de Guimarães integra o designado Centro Histórico de Guimarães, reconhecido como Património Mundial pela Unesco em 2001. **Guimarães**

**Horário :** todos os dias, 10h-18h

**Última entrada às 17h30**

**Tel :** +351 253 412 273

## 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 compostas 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.**

**Horário :** todos os dias, 9h-19h30

**Tel :** +351 259 323 121

## Parque Arqueológico



O Vale do Côa é considerado como um dos mais importantes sítios de arte rupestre do mundo e é o mais importante sítio com arte rupestre paleolítica de ar livre. O Parque foi criado em 1996, após o Governo ter suspendido a construção da barragem ali prevista. Foi rapidamente classificado de 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.**

**Horário :** todos os dias, 9h-18h30

**Marcação prévia obrigatória**

**Tel :** +351 279 768 260

## Cathédrale de Viseu

Ses origines remontent aux XIII<sup>e</sup> et XIV<sup>e</sup> siècles, et elle fut érigée dans un style romano-gothique, bien que sa construction ait été retardée de plusieurs siècles. Dès votre arrivée, vous serez ébloui par sa majestueuse façade bordée par deux clochers robustes, et son autel en pierre. A l'intérieur, la Cathédrale, décorée de bois doré, d'azulejos et de peintures figuratives, abrite aujourd'hui quatre évangélistes. **Viseu.**

**Aberto todos os dias, 9h / 19h.**

**Entrada: 5 €**

**Visitas limitadas a 20 min**

## Se da Guarda



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

**Horaires :** tous les jours,

**10h-13h30 / 15h-18h30**

**Tel : + 351 271 211 231**

## Ruines de Conímbriga

Situées à quelques 15 kms au sud de la ville de Coimbra, les ruines romaines de Conímbriga, avec leurs mosaïques très bien conservées, comptent parmi les plus belles de toute la péninsule Ibérique. Ces ruines remonteraient au II<sup>e</sup> siècle avant J.C. C'est le plus important site archéologique romain du Portugal. Parmi les vestiges les plus remarquables, attardez-vous dans la maison de Cantaber, une des plus grandes demeures du monde occidental romain. **Conímbriga.**

**Horaires :** 10h- 19h Fermé le lundi

**Tarif : 4€**

**Tel : +351 239 941 177**

## Mosteiro da Batalha



Fundado pelo rei D. João I, o mosteiro da Batalha continua a ser, hoje em dia, o mais importante símbolo da Dinastia de Avis. Ao longo do século xv, praticamente todos os monarcas deixaram a sua marca. O mosteiro, de estilo manuelino, corresponde à arquitetura desse período. **Batalha**  
Horários : 9h- 18h30 - Preço : 6€  
Redução para famílias e séniores  
Tel : +351 244 765 497

## Santuário N.ª de Fátima



Le grand public connaît surtout la ville comme étant le lieu d'apparition de la Vierge Marie à des bergers en 1917. Elle est devenue à la suite de ces événements un lieu de pèlerinage pour les Catholiques. Cette légende fait de Fátima l'une des villes les plus visitées au Portugal. Chaque année plus d'un million de pèlerins viennent dans cette ville « miraculeuse ». La ville abrite une basilique néo-classique construite en 1928 et une chapelle des apparitions a été aménagée. **Fátima**  
Tel : +351 249 539 600  
+ info : [www.santuuario-fatima.pt](http://www.santuuario-fatima.pt)

## Mosteiro de Alcobaça



Uma das primeiras fundações monásticas cistercienses em território português, o Mosteiro de Alcobaça tornou-se a principal casa desta ordem religiosa, graças a uma

continuada política de protecção régia, iniciada pelo primeiro rei de Portugal, D. Afonso Henriques. As dependências medievais ainda conservadas fazem do Mosteiro de Alcobaça um conjunto único no mundo, a que acrescem as edificações posteriores, dos séculos xvi a xviii, como importante testemunho da evolução da arquitectura portuguesa. Uma das principais atracções são os túmulos de D. Pedro e Inês de Castro. **Alcobaça**

Horários : 9h-19h - Preço : 6€  
Redução para famílias e séniores  
Tel : +251 262 505 120

## 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. **Monsanto.**

## Castelo de Almoural



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 e 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.**

Horários : todos os dias, 10h-19h30  
Preço : 2€  
Tel : +351 249 720 358

## Château de Marvão



Le château est en fait une ville fortifiée. Son altitude de 850m 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 ennemies. 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 Óbidos



Atribui-se ao Castelo de Óbidos origem romana, provavelmente assente num castro. Foi posteriormente fortificação sob o domínio árabe. Depois de conquistado pelos cristãos (1148) foi várias vezes reparado e ampliado. No reinado de D. Manuel I, o seu alcaide manda construir um paço e alterar algumas partes do castelo. No Paço dos Alcaldes salientam-se as janelas de belo recorte manuelino abertas para o interior do pátio. São ainda do seu tempo a chaminé existente na sala principal e o portal encimado pelas armas reais e da família Noronha, ladeado por duas esferas armilares. O Paço sofreu fortes danos com o terramoto de 1755. No século xx estava em total ruína tendo sido recuperado para instalar a Pousada (a primeira pousada do Estado em edifício histórico).

## Palácio Nacional de Mafra



Cet imposant Palais-Couvent construit au XVIII<sup>e</sup> 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 Austria 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 man-chot » (« Memorial do Convento » en portugais). **Mafra.**

**Horário : 9h-18h**

**Preço : Adulto, 6€. Redução para crianças, estudantes e famílias**

**Tel : +351 261 817 550**

## Castelo S. 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 360° sobre Lisboa).

**Lisboa.**

**Horário : 9h-21h**

**Preço : Adulto, 8,50€. Crianças e estudante : 5€**

**Tel : +351 218 800 620**

## Torre de Belém



Construída estrategicamente na costa litoral do rio Tejo, entre 1514 e 1520, para a defesa da barra de Lisboa, constitui hoje uma das jóias da arquitectura do reinado de D. Manuel I. A Torre de Belém é uma referência cultural, um símbolo da especificidade do país que passa pelo diálogo privilegiado com outras culturas e civilizações.

**Horário : 10h-18h30,**

**última entrada às 18h**

**Preço : 5€. Redução para famílias e seniores**

## Templo de Diane



Apparaissant comme une récompense après avoir arpenté les ruelles escarpées de la vieille ville, le temple de Diane est sans doute le monument le plus visité d'Évora. Situé sur les hauteurs de la ville, il incarne aujourd'hui la présence romaine au Portugal. **Évora**

## Castelo de Silves



Construído pelos árabes Almorávidas no século XI, este castelo re-

lembra 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 melhor conservado castelo do Algarve.

**Silves.**

**Horário : 9h-19h**

**Preço : 2,80€**

**Museu do Castelo : 3,90€**

**Tel : +351 282 445 624**

## Fortaleza de Sagres



Símbolo dos Descobrimentos Portugueses, a Fortaleza de Sagres está intrinsecamente ligada à figura do Infante D. Henrique, que aí mandou edificar uma vila fortificada para funcionar como porto de abrigo e defender o promontório, o mais importante ponto de ligação entre o Atlântico e o Mediterrâneo. A fortificação henriquina manteve-se até meados do séc. XVII, acrescentada de dois baluartes no reinado de D. Sebastião. **Sagres.**

**Horário : 9h30-20h30**

**Preço : 3€.**

**Redução para jovens, seniores e grupos**

**Tel : +351 282 620 140**

## 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.**



## Museu do Oriente

Considerado um dos mais importantes museus deste género à escala europeia, o Museu do Oriente está organizado com duas grandes exposições permanentes. "Presença portuguesa na Ásia", integra várias peças excepcionais chinesas e japonesas dos séc. XVII e XVIII entre outros. A exposição "Deuses da Ásia", é constituída por mais de treze mil testemunhos das artes de toda a Ásia.

*Avenida Brasília, Doca de Alcântara (Norte), 1350-352 Lisboa*

*Horário : 3ª-feira ao domingo : 10h-18h. 6ª-feira : 10h-22h*

*Preço : Adulto : 6 € / Crianças : 2€ / Estudante : 2,50€ / Sénior : 3,50€.*

*Redução para as famílias e grupos.*

*Entrada gratuita à 6ª-feira das 18h às 22h - Tel : +351 213 585 200*

*+ info : [www.museudooriente.pt](http://www.museudooriente.pt)*

## Museu do Douro

Criado em 2006, o Museu tem sede na Régua mas abrange toda a Região demarcada do Douro. Ocupando a outrora Casa da Companhia, o Museu do Douro pode definir-se como Museu de Território, enquanto expressão da identidade cultural da Região do Douro; como Museu de Comunidade, pois é expressão da identidade do Homem que construiu, constrói e mantém a paisagem dessa região e que produz um vinho de características reconhecidamente especiais.

*Rua Marquês de Pombal,*

*Peso da Régua*

*Horário : Todos os dias, 10h-18h.*

*Preço : 6€. Redução para estudantes e seniores*

*Tel : +351 254 310 190*

*+ info : [www.museudodouro.pt](http://www.museudodouro.pt)*

## Museu da Casa de Serralves

O Museu de Serralves é o mais importante museu de arte contemporânea em Portugal, situado nos espaços únicos da Fundação de Serralves, que incluem um Parque e uma moradia. Vários tipos de obras – de diferentes artistas – são apresentadas no museu e nos outros edifícios: exposições temporárias, programas educativos, espectáculos de música, dança e cinema.

*Rua D João de Castro 210, 4150-417 Porto*

*Horário : 3ª-feira a 6ª-feira : 10h-17h. Sábado e domingo : 10h-20h*

*Preço : Museu e parque : 8,50 €.*

*Entrada gratuita ao domingo das 10h às 13h*

*Tel : +351 808 200 543*

*+ info : [www.serralves.pt](http://www.serralves.pt)*



## Museu da Electricidade

Marco arquitectónico da cidade de Lisboa e detentor de uma fachada de inegável beleza, o edifício da Central Tejo foi um verdadeiro pioneiro no seu tempo no domínio da produção de electricidade. Hoje, e passado quase um século desde

a sua construção, a Central assume, de novo, aspectos inovadores e de grande protagonismo enquanto Museu da Electricidade.

No museu existe espaços diferenciados, nos quais uma grande variedade de exposições de artistas famosos estão apresentadas. As exposições permitem também aos não

profissionais de expandir sua rede e de compartilhar sua paixão.

*Av. de Brasília, Central Tejo, 1300-598 Lisboa*

*Horário : 3ª-feira a domingo : 10h-18h*

*Entrada gratuita*

*Tel : +351 210 028 190*

*+351 210 028 130*

*+ info : [www.fundacaoedp.pt/museu-da-eletricidade](http://www.fundacaoedp.pt/museu-da-eletricidade)*

## Musée des Carrosses

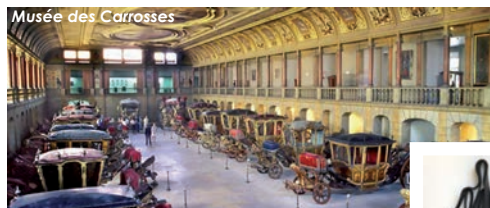
Le musée des Carrosses a rouvert ses portes depuis mai 2015. Il se situe dans le quartier de Belém, à l'emplacement de l'ancien manège du palais royal. Ce musée renferme une importante collection d'hippomobiles d'origine portugaise, italienne, française, autrichienne et espagnole. Grâce à sa rénovation, les espaces d'exposition vont être multipliés et pourront présenter la plus grande collection de carrosses royaux du monde.

*Praça Afonso de Albuquerque, 1300-004 Lisboa*

*Horário : 3ª-feira a domingo, 10h-18h. Última entrada 17h30*

*Preço : 5€. Redução para estudantes e séniores.*

*Tel : +351 213 610 850*



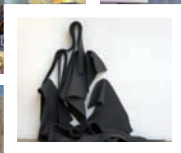
## Museu do Côa

Foi construído com o objectivo de divulgar e contextualizar as gravuras e achados arqueológicos do vale do Côa. No exterior, sente-se a arquitectura que conjuga os dois patrimónios mundiais, o Douro Vinhateiro e o Vale do Côa. No interior temos uma introdução aos 26 km de arte do Côa onde foram descobertas mais de mil gravuras. Agrupa o maior conjunto do mundo de arte rupestre do Paleolítico, e é classificado pela Unesco como Património da Humanidade.

*Rua do Museu, Vila Nova de Foz Côa*  
*Tel. +351 279 768 260*

*[www.arte-coa.pt](http://www.arte-coa.pt)*

*Horário: 10h-13h30 ; 14h-17h30*  
*Encerra às 2ª-Feiras - Preço: 5 € / 50% de desconto para maiores de 65 anos e 65% para portadores do cartão jovem*



## Museu do Sumol

Desde 1954 que a marca Sumol faz parte da vida dos Portugueses. Dotado de um grande espólio, o Museu Sumol faz uma viagem no tempo e conta a história da marca Sumol desde a década de 50 até à actualidade.

A exposição permanente do Museu tem peças que, em cada década ilustram as vertentes Comunicação, Processo Industrial e a História da Empresa, entre outros núcleos temáticos, de uma marca que já é património nacional.

*Rua Manuel da Mota 35, Zona Industrial da Formiga, Pombal*

*Entrada gratuita*

*Tel : +351 236 210 800*

*+ info : [www.sumolcompal.pt](http://www.sumolcompal.pt)*



## Autres Suggestions

**Viana do Castelo**

[www.museudaourivesaria.com](http://www.museudaourivesaria.com)

[www.bienaldecerveira.pt](http://www.bienaldecerveira.pt)

**Bragança**

[www.mascaraiberica.com](http://www.mascaraiberica.com)

**Porto**

[www.museudocarroelectrico.pt](http://www.museudocarroelectrico.pt)

[www.worldofdiscoveries.com](http://www.worldofdiscoveries.com)

[www.amtc.pt](http://www.amtc.pt)

[www.facm.pt](http://www.facm.pt)

**Seia**

[www.museudopao.pt](http://www.museudopao.pt)

**Castelo Branco**

[www.museudasaldeias.com](http://www.museudasaldeias.com)

**Coimbra**

[www.musedaciencia.pt](http://www.musedaciencia.pt)

**Lisboa**

[www.museudofado.pt](http://www.museudofado.pt)

[www.epal.pt](http://www.epal.pt)

[www.museu.marinha.pt](http://www.museu.marinha.pt)

[www.museudoazulejo.pt/](http://www.museudoazulejo.pt/)

[www.museudotraje.pt](http://www.museudotraje.pt)

[www.museudamarioneta.pt](http://www.museudamarioneta.pt)

[www.museudoscoches.pt](http://www.museudoscoches.pt)

[www.gulbenkian.pt](http://www.gulbenkian.pt)

[www.fasvs.pt](http://www.fasvs.pt)

[www.ccb.pt](http://www.ccb.pt)

[www.museuberardo.com](http://www.museuberardo.com)

[www.mude.pt](http://www.mude.pt)

**Elvas**

[www.cm-elvas.pt](http://www.cm-elvas.pt)

**Faro**

[www.ccvalg.pt](http://www.ccvalg.pt)

[www.cm-faro.pt](http://www.cm-faro.pt)

## Viana do Castelo

**O Laranjeira**

Situado em pleno centro histórico de Viana do Castelo, o Restaurante O Laranjeira aposta na gastronomia minhota. É num ambiente cuidado e familiar que pode degustar especialidades da região como as papas de sarabulho ou os rojões à moda do Minho.

*Rua Manuel Espregueira, 24*

*Horário: 12h30-15h.*

*Sábado: 19h-22h30*

**Preço médio: 20€**

*Tel: +351 258 822 258*

## Mirandela

**Flor de Sal**

Inaugurado no Verão de 2004, fica situado perto do rio Tua e distingue-se pelo ambiente e decoração especialmente atraente. Serve uma cozinha de autor, onde estão em destaque os produtos regionais e tem um original menu de degustação de azeites e de vinho do Porto, tudo cortesia do chefe João Escoval.



*Parque Dr. José Gama*

*Horário: 12h30-15h / 19h-23h*

**Preço médio: 35€**

*Tel: +351 278 203 063*

## 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*

*Horário: 12h30-14h30 / 19h30-21h*

**Preço médio: 22€**

*Tel: +351 259 326 017*

## Porto

**A Cozinha Do Manel**

Cozinha autêntica, robusta e de base regional. A Cozinha do Manel é um típico restaurante à moda do Porto, com simpatia, mesa farta e produtos sempre genuínos.

*Rua do Heroísmo, 215*

*Horário: 12h30-15h / 19h-22h*

*Fechado à 2ª-feira.*

**Preço médio: 25€**

*Tel: +351 225 363 388*

## Viseu

**O Limao Verde**

Ce restaurant vous fait découvrir la cuisine portugaise traditionnelle, dans une ambiance chaleureuse et conviviale. Les plats sont copieux. Vous en ressortirez avec le ventre bien rempli.

*Estr. Velha Abraveses*

*Horaires: 9h30-15h30 / 18h-23h30*

**Prix moyen: 10€**

*Tel: +351 232 181 260*

## Aveiro

**Marisqueira Maré Cheia**

Situé près d'Aveiro, ce restaurant vous propose différents assortiments de poissons ou fruits de mer. Ses produits fraîchement sortis de l'océan vous permettent de déguster des plats de qualité.

*Rua José Rabumba*

*Horaires: 12h-22h30.*

*Fermé le mercredi*

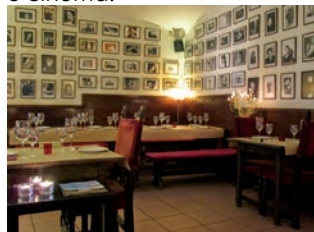
**Prix moyen: 20 à 25€**

*Tel: +351 234 384 030*

## Lisboa

**Santo António de Alfama**

Um restaurante com entradas originais, como cascas de batatas fritas e morcela com puré de maçã. Os bifes fazem as honras da casa mas também há pratos de peixe para todos os gostos. São três pisos com uma decoração muito «show biz», principalmente o piso térreo apinhado de fotografias das gentes do teatro e cinema.



*Beco de São Miguel, 7*

*Horário: 12h30-1h . Sábado: 12h30-1h30.*

**Preço médio: 25€**

*Tel: +351 218 881 328*

**Gelataria Santini**

Há sessenta anos atrás, sem ter na altura dimensão do seu gesto, Attilio Santini abriu as portas daquela que é sem dúvida a mais conhecida gelataria portuguesa. Diz, quem percebe do assunto, que são os melhores da cidade. No Verão, as filas podem chegar até ao outro lado da estrada! Passe por lá e verifique por si próprio...



*Rua do Carmo, 9*

*Horários: 11h – 00h.*

**Preço médio: 4€**

*Tel: +351 214 835 929*



## Porto-Covo

### A Ilha

Situé en face de l'Ilha do Pessegueiro, esplanade avec vue sur la mer ! Nous vous conseillons de goûter la cata-plana 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*

*Horário : 12h-00h.*

**Preço médio: 15€**

*Tel : +351 269 905 113*



## Évora

### O Fialho



O Fialho est une véritable institution et un conservatoire de la gastronomie traditionnelle de l'Alentejo depuis 30 ans. Les grands de ce monde, sont venus s'attabler dans l'une des deux salles dont la décoration old school fleurit bon le terroir éternel. Excellent établissement pour goûter le ragoût de porc à l'alentejane, qui est la recette de l'Alentejo.

*Travessa das Mascarenhas, 16*

*Horários : 12h30-16h / 19h-23h.*

*Encerra à 2<sup>a</sup> feira.*

**Preço médio: 35€**

*Tel : +351 266 703 079*

## Faro

### 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*

*Horário : 10h30-19h.*

**Preço médio: 30€**

*Tel : +351 917 811 856*



## Entrada

**Alheira de Mirandela**

A alheira é um enchido típico da culinária portuguesa cujos principais ingredientes podem ser carne e gordura de porco, carne de aves, pão, azeite, banha alho e colorau. A mais famosa fica para sempre a Alheira de Mirandela, na região de Trás-os-Montes.

**Queijo da Serra da Estrela**

O Queijo da Serra da Estrela remonta ao século XII, é o mais antigo dos queijos portugueses e dos mais afamados de todo o mundo. É um queijo curado, com pasta semi-mole, amanteigada, de cor branca ou amarela. É feito a partir de leite de ovelha, na região da Serra da Estrela.

## Sopa

**Caldo Verde**

Le Caldo Verde, est probablement la plus populaire des soupes. Originnaire du Nord, ce potage à base de chou vert portugais à feuilles lisses, de pommes de terre et de chorizo piquant, servi avec des galettes de pain de maïs, est une préparation rustique et savoureuse qui a depuis longtemps conquis le pays entier.

## Marisco

**Arroz de Marisco**

O Arroz de Marisco é um prato tradicional da gastronomia portuguesa tendo a sua origem na praia da Vieira, na região da Marinha Grande. O prato é confeccionado com camarões, amêijoas, sapateira, lagosta, mexilhões e berbigão. É uma receita saborosa, rica em gosto.

## Peixe

**Bacalhau à Brás**

O Bacalhau à Brás é um prato típico português de Bacalhau. Podíamos aqui falar das 365 receitas de bacalhau existentes, uma para cada dia. Mais deixamos aqui esta sugestão. O Bacalhau à Brás é preparado com cebolas, batatas fritas, e misturado com ovos. Excelente!

**Sardinha Assada**

La Sardinha Assada est un plat typique de la région centre du Portugal, plus précisément de Lisbonne et Setúbal. Elle se mange dans tout le pays, grillée simplement arrosée de citron, d'huile d'olive et de gros sel.

## Carne

**Tripas à moda do Porto**

Essa receita faz parte do património gastronómico de Portugal e é confeccionada com vários tipos de carne, tripas, enchidos e feijão branco. Apesar de ser natural do Porto, este prato é comido em muitas cidades de Portugal.

**Leitão da Bairrada**

Un cochon de lait de la région de Bairrada est de race Bísaro ou Malhado de Alcobaça et est un jeune porcelet nourri exclusivement du lait de sa mère. Il est servi entier assaisonné d'ail de poivre, de saindoux, et de persil. A vos assiettes !

## Sobremesa

**Pastel de Belém**

Em 1837, inicia-se o fabrico dos "Pastéis de Belém", segundo a antiga "receita secreta" oriunda dos conventos. Esta receita mantém-se igual até os dias de hoje. A mais famosa sobremesa de Portugal.

**Encharcado do Convento de Sta Clara**

C'est l'un des desserts les plus représentatifs de la richesse culinaire de la région de l'Alentejo et en même temps, c'est un plat qui se déguste dans tout le Portugal. Préparé avec des œufs, du sucre et de la cannelle, il fera le plaisir de tous.

## Lisboa

### CaféLuso

Casa de fados clássica, situada à entrada do Bairro Alto, o Luso já sofreu muitas remodelações e 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.

*Travessa da Queimada, 10*

**Horário :** 19h30-2h

**Preço médio : 45€**

**Tel :** +351 213 422 281

### A Tasca do Chico



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 amantes do fado, famílias, antigos puristas, jovens aspirantes a fadistas e estudantes do Erasmus. Normalmente sempre cheia, A Tasca recebe fado amador às 2ªs e 4ªs feiras, sob a apresentação única de João Figueiredo. É atenção que cada noite é diferente: por lá passam sem avisar nomes como Mariza, Jorge Fernando, Ana Moura, Pedro Moutinho, Ângelo Freire.

*R. Diário de Notícias, 39*

**Horário :** 19h-3h.

**Preço médio : 20€**

**Tel :** +351 213 431 040

### SenhorVinho



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. Ambiente tradicional de casa de fado.

*R. do Meio à Lapa, 18*

**Horário :** 20h-2h. *Início do Fado às 21h.*

**Preço médio : 50€**

**Tel :** +351 213 972 681



### Casa de Linhares Bacalhau de Molho

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, Fábria ou, sempre que pode, Ana Moura. A clientela é maioritariamente turística e as refeições são sofisticadas, o que se reflecte no preço. Mas se puder...

*Beco dos Armazéns de Linho, 2*

**Horário :** 20h-1h. *Encerra ao domingo*

**Preço médio : 50€**

**Tel :** +351 218 865 088

### Maria da Mouraria



A Maria da Mouraria é um novo espaço restaurante/casa de fados situado na Casa da Severa no bairro da Mouraria. Instalado assim na casa onde diz a tradição que viveu a mítica fadista, está aqui um novo pólo de valorização e divulgação do fado no bairro tradicional lisboeta.

*Largo da Severa, 2*

**Horário :** 4ª-feira ao domingo : 20h-2h.

**Preço médio : 30€**

**Tel :** +351 218 860 165

### Clube de Fado

Em pleno coração de Alfama, paredes meias com a insigne Sé de Lisboa, encontra-se o

Clube de Fado, paragem obrigatória para todo o visitante, português e estrangeiro, que aprecie a excelente cozinha tradicional portuguesa e o som da guitarra portuguesa acompanhando um prestigiado elenco de Fado. Ao entrar no Clube de Fado, sente de imediato uma atmosfera diferente: Cálida, Romântica, e quase Mística.

*Rua S. João da Praça, 86-94*

**Horário :** 20h-2h

**Preço médio : 50€**

**Tel :** +351 218 852 704

## Coimbra

### à Capella



Este projecto, integrado numa capela, nasceu com o propósito de preencher uma lacuna em Coimbra: não ter espaço dedicado diariamente à divulgação do Fado de Coimbra. O repertório diário conta com temas tradicionais e actuais. Já passaram por este espaço único, nomes como Cristina Branco ou Paulo de Carvalho.

*Rua Corpo de Deus - Largo da*

*Vitória*

**Horário :** 18h-2h

**Preço médio : 10€**

**Tel :** +351 239 833 985

### Retiro dos Fados

O Fado de Lisboa tem a partir de agora um lugar de culto específico em Coimbra. O Retiro dos Fados é um espaço rústico com pormenores de "Tasca típica" que recria o verdadeiro e genuíno espírito fadista dos bairros da Capital. Agora ao fim de semana durante as noites de sextas, recebe todos os cúmplices do fado.

*Estrada das Langes, Santa Clara, Coimbra, COI / Vizinhaça:*

*Santa Clara*

**Horários :** 11h-15h / 19h-2h. *Fechado ao domingo.*

**Preço médio : 13€**

**Tel :** +351 239 812 503





## NOS Alive '15

Algés, 9 a 11 de Julho

9 de Julho

**Palco Nos Stage:** Muse, Alt-J, Ben Harper & The Innocent Criminals, James Bay, The Wombats

**Palco Heineken Stage:** Metronomy, Django Django, Jessie Ware, Flume, Young Fathers

**Palco Nos Clubbing Stage:** Tiga (live), Ten Walls (Live), Julio Bashmore, Breach, Benji B, Eclair Fifi

10 de Julho

**Palco Nos Stage:** The Prodigy, Mumford & Sons, Sheppard, Marmozets

**Palco Heineken Stage:** James Blake, Róisín Murphy, Future Islands, Kodaline, The Ting Tings, Cold Specks, Bleachers, Bear's Den

**Palco Nos Clubbing Stage:** Magazino, Moullinex, Batida, Capicua, Skip&Die, Dianna Sousa

11 de Julho

**Palco Nos Stage:** Disclosure (Live), Stromae, Sam Smith, Counting Crows, HMB

**Palco Heineken Stage:** The Jesus & Mary Chain, Chromeo, Azealia Banks, Mogwai, Flight Facilities, Dead Combo, Sleaford Mods

**Palco Nos Clubbing Stage:** Deeked Out 15 YRS, Djedjotronic, Étienne de Crécy presents Super Discount 3 Live, Erol Alkan, Miss Kittin, Louisahhh!!!, Riton DJ Set, Alex Metric B2B Aeroplane, Feadz

**Preços:** diário : 55 € / Passe

3 dias : 109 € / campismo : 17 €

Outro programa : [nosalive.com](http://nosalive.com)



## SuperBockSuperRock15

Lisboa, 16 a 18 de Julho

16 de Julho

**Palco Super Bock:** Sting, Noel Gallagher's high flying birds, The Vaccines, Milky Chance, Madeon

**Palco EDP:** Perfume Genius, Little Dragon, SBTRKT, King Gizzard & The Lizard Wizard, Kate Tempest

**Palco Carlsberg:** Toro y Moi, Mirror People, Xinobi

**Palco Antena 3:** Gala Drop, Duquesa, PZ

17 de Julho

**Palco Super Bock:** Blur, Jorge Palma e Sergio Godinho, DEUS, The Drums

**Palco EDP:** Bombay Bicycle Club, Savages, Kindness, Sinkane, Isaura, Benjamin Clementine

**Palco Carlsberg:** Gramatik, Stereossauro, MGDRV,

**Palco Antena 3:** Best Youth, Da Chick, White Haus

18 de Julho

**Palco Super Bock:** Florence and The Machine, FFS (Franz Ferdinand + Sparks), Crystal Fighters, Rodrigo Amarante

**Palco EDP:** Unknown Mortal Orchestra, Palma Violets, Banda do Mar, Márcia, Modernos, Captain Boy

**Palco Carlsberg:** Criolo, Throes + The Shine, DJeff Afrozila,

**Palco Antena 3:** We Trust, D'Alva Thunder & Co

**Preços:** Passe 3 dias: 95 €

Bilhete diário: 50 €

[www.superbocksuperrock.pt](http://www.superbocksuperrock.pt)



## Marés Vivas 15

Vila Nova de Gaia,

16 a 18 de Julho

16 de Julho

**Palco Meo:** John Legend, John Newman, Richie Campbell, Blind Zero

**Palco Jogos Santa Casa:** Capicua, Diana Martinez and the Crib

**Moche Room:** DJ D-One, Maze, Nitronious



17 de Julho

**Palco Meo:** Lenny Kravitz, Buraka Som Sistema, Miguel Araújo, Kika

**Palco Jogos Santa Casa:** Jimmy P, Koa

**Moche Room:** Slimcutz, Dogz United, No Future

b2b dgtdlrmr

18 de Julho

**Palco Meo:** The Script, Jamie Cullum, Ana Moura, The Black Mamba

**Palco Jogos Santa Casa:** Deau, Like Us

**Moche Room:** João Vaz, Wilson Honrado

**Preços:** Bilhete Diário: 35 €

Passe Geral: 60 €

Passe VIP: 150 €

[www.maresvivas.meo.pt](http://www.maresvivas.meo.pt)



## Milhões de Festa15

Barcelos, 23 a 26 de Julho

Deerhoof, Michael Rother plays NEU!, Harmonia & solo works, Peaking Lights, The Bug (feat Flowdan & Manga), THEESatisfaction, All We Are, PERC Live, Islam Chipsey, Tijuana Panthers, The Cosmic Dead, Chancha Via Circuito, Hey Colossus, Al Lover, Branko, Grumbling Fur, Anthrophoph, Hemdale, Golden Teacher, The Holydrug Couple, Cairo Liberation Front, Drunk in Hell, Meridian Brothers, Happy Meals, The Paradise Bangkok Molam International Band, Tiago, HHY & the Macumbas, Basic House, Gum Takes Tooth, Riding Pânico, Nak'ay, dreamweapon, Live Low, Medeiros/Lucas, Éme, Pista, Chris Menist + Maft Sai, Corona na Casa, Tree, Hitchpop, Plus Ultra, LAmA, Ratere, La Flama Blanca, The Sunflowers, Cave Story, Go!Zilla, Noz, Yong Yong, Al Doum & The Faryds, Concorrência, O Gringo Sou Eu, Ekko Deck, Solution, Anthony Chalmers, Tocha Pestana, Raw Decimating Brutality, Tresor & Bosxh, Toulouse, Lodge, MMMOOONNOOO, Test, D.E.R., Wanderer, Suomo, TAO, Salvador & Las Putas, Milteto, Vive Les Cones, Asfalto, Bezbog, BatsaykhanTüül, Ensemble Insano, DJs da Casa

**Preço:** Passe: 49,99 €

[www.milhoesdefesta.com](http://www.milhoesdefesta.com)



## FMM Sines15

Sines, 17 a 25 de Julho

A 17.ª edição do FMM Sines – Festival Músicas do Mundo realiza-se entre 17 e 25 de julho de 2015 no concelho de Sines.

A programação inclui nomes como Salif Keita, Orlando Julius, Toumani & Sidiki Diabaté, Ana Tijoux, Ibíbio Sound Machine, Canzonere Grecanico Salentino, Thea Hjelmeland e Dele Sosimi, entre muitos outros.

**Preços:** diário: 10 €/15€,

Passe: 40 €

programação completa :

[www.fmm.com.pt](http://www.fmm.com.pt)

## OSoldaCaparica15

Almada, 13 a 16 de Agosto

**13 de Agosto**

The Legendary Tigerman, Carlão, Camané, DJ Marfox, Richie Campbell, Marcelo D2, Resistência

**14 de Agosto**

Brigada Victor Jara, Jorge Palma, Paulo Flores, Linda Martini, PAUS

**15 de Agosto**

Xutos & Pontapés, Regula, Miguel Araújo, Agir

**16 de Agosto**

Avô Cantigas, Luisa Sobral, Dance Battle, Cinema de Animação, Parque de Insufláveis, Lugar das Histórias

**Preços :** diário : 15 € / Passe : 35 €

[www.osoldacaparica-festival.pt](http://www.osoldacaparica-festival.pt)



## MeoSudoeste15

Zamujeira do Mar

5 a 9 de Agosto

**5 de Agosto**

Dimitri Vegas and Like Mike, Kura, Wolfpack

**6 de Agosto**

**Palco Meo:** Calvin Harris, Emeli Sandé, Dengaz, D.A.M.A., C2C

**Moche Room:** Juicy M, Jordy Dazz, Mundo Secreto

**Palco Jogos Santa Casa:** Diogo Piçarra, Atoa

**7 de Agosto**

**Palco Meo:** W&W, Clean Bandit, Buraka Som Sistema, Carlão, Jimmy P

**Moche Room:** Julian Jordan, Blinders, Yannick Afroman

**Palco Jogos Santa Casa:** Agir, Carolina Deslandes

**8 de Agosto**

**Palco Meo:** Hardwell, Lil Jon, Anselmo Ralph, Regula, Pérola

**Moche Room:** Mundo Segundo & Sam The Kid, DJ Ride, Mike El Nite, Tributo, DJ Oder, King Kong

**Palco Jogos Santa Casa:** Mundo Segundo, João Só, Alberto Indio

**9 de Agosto**

**Palco Meo:** Steve Aoki, Showtek, Oliver Heldens, Above & Beyond, Quentin Mosimann, Dj Jeff Afrozila

**Moche Room:** DJ BL3nd, TV Noise, NTS

**Palco Jogos Santa Casa:** Frankie Chavez, Sara Poço, Tom Mash

**Preço(s):** Diário: 48 €

Passe 5 dias: 95 €,

Pack 5 dias XBus Village: 125 €

[sudeste.meo.pt](http://sudeste.meo.pt)



## Bons Sons Festival 15

Tomar,  
13 a 16 de Agosto  
**13 de Agosto**

OCO, Xaral's Dixie, Júlio Resende, Benjamim, Riding Pânico, Xinobi, Penicos de Prata, Bicho do Mato, Enraizarte

**14 de Agosto**

Criatura, Clã, Éme, Sequin, Hitchpop, Carlão, Salto, Eduardo Raon, Minta & The Brook Trout, Tranglomango, Chão da Feira

**15 de Agosto**

Bruno Pernadas, Ana Moura, Duquesa, D'Alva, Trêsporcento, Nice Weather for Ducks, Dj Nigga Fox, Dj Firmeza, Nidia Minaj, Timespine, Edu Miranda Trio, Polifonia de Arões, Sampla-délicos



**16 de Agosto**

Retimbrar, Camané, João Berhan, Tó Trips, peixe:avião, Long Way to Alaska, Dj Tenreiro, Daniel Pereira Cristo, Janeiro, Tio Rex

**Preços :** diário : 15 € / Passe : 35€  
[www.bonssons.com](http://www.bonssons.com)



## NeoPop Festival 15

Viana do Castelo,  
12 a 15 de Agosto



**12 de Agosto**

**Neo Stage:** Alex.Do, Marco Carola, Son Kite, Freshkitos, Santa Luzia Opening Concert, Acid Symphony Orchestra, Biolive, Max Cooper, Reykjavik 606, Echomental, Marco Coelho, Space Exploration, The Gold of the Labyrinth Soundtrack

**13 de Agosto**

**Neo Stage:** DVS1, Joseph Capriati, Oscar Mulero, Robert Hood, Rødhåd, Sven Vath

**Anti Stage:** Cruz, Kaesar, Magazino, Serginho, Tiago Marques

**14 de Agosto**

**Neo Stage:** Cris Liebing, Deep Dish, Krlz, Recondite, Paco Osuna, Paul Ritch, Tiago Fragateiro

**Anti Stage:** Abdula Rashim, James Ruskin, Jonas Kopp, Tripeo, Vrll, A Thousand Details, Terzi

**15 de Agosto**

**Neo Stage:** Dixon, Loco Dice, Luciano, Mano Le Tought, Cardia, Frank Maurel

**Anti Stage:** Dasha Rush, Karren, Luciano, Secluded, Shifted, Zedig, Lewis Fautzi, Nuno Di Rosso, Ruuar

**Preços:** Passe: 75 €  
[neopopfestival.com](http://neopopfestival.com)



## Vodafone Paredes de Coura

Paredes de Coura, 19 a 22 de Agosto  
**19 de Agosto**

TV on the Radio

**20 de Agosto**

Tame Impala, Pond, Father John Misty, Fuzz, White Fence

**21 de Agosto**

The War on Drugs, Temples, Charles Bradley, Iceage, Waxahatchee, Allah-Las, Steve Gunn, Mark Lanegan

**22 de Agosto**

Ratatat, Natalie Prass, Woods

**Preço:** Passe: 85 Euros

[www.paredesdecoura.com](http://www.paredesdecoura.com)

## Reverence Valada 15

Valada, 27 a 29 de Agosto

The Warlocks, Cheatahs, Spectres, Novella, Jaguwar, Brahma Loka, The Horrors, Sleep, Alcest, Amon Duul II, Bizarra Locomotiva, Man or Astro-Man?, Ufomammut, Pity Sex, Joel Gion & Guests, Samsara Blues Experiment, Grave Pleasures, Stoned Jesus, 10000 Russos, Echo Lake, Electric Moon, Saturnia, Yawning Man, Black Rainbows, Dead Ghosts, Process Of Guilt, Calibro 35, Blown Out, Electric Eye, Magic Castles, Ancient River, Celica XX, Ghost Hunt, Acid Acid, The Act-Ups, The Altered Hours, One Unique Signal, The Dead Mantra, Fast Eddie Nelson, Los Waves

**Preços :** diário : de 10 a 45 € /  
Passe : 70 €

[www.reverencefestival.com](http://www.reverencefestival.com)



fado

## António Zambujo



04/07/15 - Lisboa, "Voz e Guitarra"  
- Torre de Belém  
23/07/15 - Oeiras, EDP Cool Jazz '15  
25/07/15 - Vila do Conde,  
Teatro Municipal  
08/08/15 - Vouzela  
22/08/15 - Espinho, Concertos  
na Alameda  
[www.antoniozambujo.com](http://www.antoniozambujo.com)

Acoustique/folk/musique roots

## Cuca Roseta



03/07/15 - Caldas da Rainha,  
Centro Cultural  
e Congressos  
de Caldas da Rainha  
05/07/15 - Mação, Feira Mostra  
de Mação  
16/07/15 - Sertão  
17/07/15 - Portimão,  
Com Orquestra de  
Sopros do Algarve  
18/07/15 - Faro, Com Orquestra  
de Sopros do Algarve  
- Teatro das Figuras  
24/07/15 - Figueira da Foz,  
Casino da Figueira  
- com Orquestra  
de Sopros do Algarve  
25/07/15 - Vila Real  
26/07/15 - Mira, Festival  
da Vila de Mira  
10/08/15 - Vimioso  
23/08/15 - Penafiel, Agrival  
[www.cucaroseta.com](http://www.cucaroseta.com)

pop/funk

## Pedro Abrunhosa



04/07/15 - Rebordosa,  
Festas da Rebordosa  
18/07/15 - Oliveira de Frades,  
Festas do Concelho  
24/07/15 - Ilha do Pico - Açores,  
Festas da Madalena  
19/08/15 - Esposende,  
Dia do Município  
29/08/15 - Nevogilde, Festas  
de Nevogilde  
05/09/15 - AgroSemana,  
Póvoa de Varzim  
[www.abrunhosa.com](http://www.abrunhosa.com)

fado

## Ana Moura



04/07/15 - Oeiras, Festival  
de Sushi  
11/07/15 - Oliveira do Bairro,  
Expo Bairrada  
18/07/15 - Vila Nova de Gaia,  
Festival Marés Vivas  
03/08/15 - Ilha do Faial - Açores,  
Semana do Mar  
09/08/15 - Gouveia  
11/08/15 - Olhão, Fado & Further  
Júlio Resende,  
Ana Moura  
e Ana Bacalhau  
15/08/15 - Tomar,  
Festival Bons Sons  
22/08/15 - São Jacinto, Tuga Fest  
29/08/15 - Nevogilde, Festas de  
Nevogilde  
[www.anamoura.com.pt](http://www.anamoura.com.pt)

jazz

## Luisa Sobral



03/07/15 - Lisboa,  
"Voz e Guitarra" -  
Torre de Belém  
16/08/15 - Costa da Caparica,  
Festival O Sol  
da Caparica -  
"Lu-Pu-I-Pi-Sa-Pa"  
[www.luisasobral.com](http://www.luisasobral.com)

pop

## Márcia



03/07/15 - Lisboa,  
"Voz e Guitarra" -  
Torre de Belém  
[facebook.com/marciaOficial](https://facebook.com/marciaOficial)

pop/rock

## Clã



04/07/15 - Lisboa, Disco Voador -  
São Luiz Teatro Municipal  
05/07/15 - Lisboa, Disco  
Voador - São Luiz  
Teatro Municipal  
17/07/15 - Figueira da Foz,  
Casino Figueira  
14/08/15 - Tomar,  
Festival Bons Sons  
[www.cla.pt](http://www.cla.pt)

## Ana Bacalhau

pop



04/07/15 - Lisboa,  
"Voz e Guitarra" -  
Torre de Belém  
14/07/15 - Tondela, Participação  
especial Espetáculo  
"500 Anos Ao Tom d'Ela"  
11/08/15 - Olhão, Fado & Further  
Júlio Resende, Ana  
Moura e Ana Bacalhau

[facebook.com/AnaBacalhauOficial](https://www.facebook.com/AnaBacalhauOficial)

## AmorElectro

pop/rock



03/07/15 - Vila Franca de Xira  
04/07/15 - Açores - São Miguel  
18/07/15 - Condeixa  
25/07/15 - Leiria  
31/07/15 - Idanha-a-Nova  
08/08/15 - Torre de Moncorvo -  
Festival Carviçais  
10/08/15 - Pombal  
15/08/15 - Aldeia-Velha -  
Fronteira Portalegre  
18/08/15 - Bragança  
26/08/15 - Fátima - Lagoa  
29/08/15 - Penafiel

[facebook.com/amorelectropt](https://www.facebook.com/amorelectropt)

## OsAzeitonas

pop

03/07/15 - Um festival  
do CanecoBelmonte  
01/08/15 - Casino de Tróia  
Setúbal



21/08/15 - Casino da Figueira -  
Figueira Da Foz  
22/08/15 - Fátima Lagoa  
28/08/15 - Festival do Crato -  
Crato E Mártires  
30/08/15 - Festas de Corroios -  
Corroios,  
05/09/15 - Festas Abração  
Penafiel

[www.osazeitonas.com](http://www.osazeitonas.com)

## Miguel Araújo

pop

04/07/15 - Concerto "Voz  
e Guitarra" Lisboa  
17/07/15 - Marés Vivas - Porto  
31/07/15 - Expofacil - Cantanhede  
14/08/15 - Festas em Honra de N.S.  
da Vila Velha - Fronteira  
15/08/15 - O Sol da Caparica -  
Costa Da Caparica

[facebook.com/miguelaraujojorge](https://www.facebook.com/miguelaraujojorge)

## Xutos&Pontapés

rock



05/07/15 - Lagoa - S. Miguel -  
Açores  
12/07/15 - Tomar -  
Festa dos Tabuleiros  
18/07/15 - Funchal - Parque  
de Santa Catarina  
02/08/15 - Cantanhede -  
Expofacil  
22/08/15 - Viseu -  
Feira de S. Mateus  
29/08/15 - Corroios

[www.xutos.pt](http://www.xutos.pt)

## GNR

pop/rock

05/07/15 - Esmoriz  
18/07/15 - Calheta -  
São Jorge - Açores  
26/07/15 - Pombal

[www.osgnr.com](http://www.osgnr.com)

## Caetano Veloso e Gilberto Gil

MPB



31/07/15 - Oeiras  
[www.caetanoveloso.com.br](http://www.caetanoveloso.com.br)  
[www.gilbertogil.com.br](http://www.gilbertogil.com.br)

## D.A.M.A

Pop-rap

03/07/15 - Mação,  
Feira de Mação 2015  
04/07/15 - Águeda, Agitágueda  
05/07/15 - Paredes, Festas  
de Rebordosa  
16/07/15 - Trofa, Be Live 2015  
25/07/15 - Portimão,  
Portimão Arena  
26/07/15 - Castro Verde,  
Festas da Vila  
06/08/15 - Zambujeira do Mar,  
Festival MEO Sudoeste  
15/07/15 - Póvoa de Varzim,  
Praça de Touros  
16/08/15 - Apúlia, Festas de  
Nossa Senhora da Guia  
28/08/15 - Cascais, Festival  
do Crato

[facebook.com/DAMAMusicOficial](https://www.facebook.com/DAMAMusicOficial)

## DeadCombo

world music

04/07/15 - Coimbra -  
Jardim da Sereia  
11/07/15 - Lisboa - NOS Alive  
01/08/15 - Ilha Terceira -  
Festas da Praia

[facebook.com/deadcombo](https://www.facebook.com/deadcombo)

rock

## DiaboNaCruz



04/07/15 - Vila Franca de Xira  
17/07/15 - Porto Alto  
24/07/15 - Meda  
25/07/15 - Ponte da Barca  
01/08/15 - Vieirinhos -  
Figueira da Foz  
15/08/15 - Amora  
22/08/15 - Leiria  
29/08/15 - Espinho -  
Concertos da Alameda  
[facebook.com/diabonacruz](https://facebook.com/diabonacruz)

Soul/R&B

## HMB

11/07/15 - Lisboa - NOS Alive  
19/07/15 - Trofa -  
Festival Be Alive  
25/07/15 - Montemor -  
Festival Lavre  
31/07/15 - Sever do Vouga -  
Ficavouga  
02/08/15 - Vila Rei -  
Feira Vila Rei  
10/08/15 - Tavira - Santa Luzia  
13/08/15 - Costa da Caparica -  
Sol da Caparica  
14/08/15 - Açores - São Jorge  
29/08/15 - Mafra - Encarnação  
[facebook.com/hmbmusic](https://facebook.com/hmbmusic)

pop

## RitaGuerra

25/07/15 - Condeixa A Nova  
25/07/15 - São Braz de Alportel  
15/08/15 - Açores - Festas Rosais  
22/08/15 - Troia  
29/08/15 - São Pedro do Sul  
[facebook.com/ritaguerraoficial](https://facebook.com/ritaguerraoficial)

fado

## Camané

18/07/15 - Cascais



13/08/15 - Festival Sol  
da Caparica - Almada  
16/08/15 - Festival Bons Sons -  
Tomar  
[www.camane.com](http://www.camane.com)

jazz

## JulioResende

11/08/15 - Festival do Marisco -  
Olhao  
13/08/15 - Festival Bons Sons -  
Cem Soldos  
04/09/15 - Centro Cultural  
Olga Cadaval - Sintra  
[www.julioresende.com](http://www.julioresende.com)

Fado

## KatiaGuerreiro



31/07/15 - Lisboa, Festival Estoril  
Lisboa CCB  
01/08/15 - Marvão, Festival  
Música de Marvão  
28/08/15 - Figueira da Foz  
[www.katiaguerreiro.com](http://www.katiaguerreiro.com)

Música popular

## TonyCarreira

25/07/15 - Póvoa de Varzim  
15/08/15 - Viseu  
[www.tonycarreira.com](http://www.tonycarreira.com)

Jazz

## JoanaMachado

09/08-15 - Lisboa,  
OutJazz Jardim  
da Estrela  
[facebook.com/joana](https://facebook.com/joana)  
[machadomusic](http://machadomusic)

Pop

## WeTrust

14/08/15 - Figueira da Foz  
[wetrust.co](http://wetrust.co)

Kizomba

## AnselmoRalph

24/07/15 - Cantanhede, Expofacil  
08/08/15 - Zambujeira do Mar,  
Festival ME0 Sudoeste  
[www.anselmoralph.com](http://www.anselmoralph.com)

fado

## Mariza



29/07/15 - Cantanhede  
[www.mariza.com](http://www.mariza.com)

Kizomba

## BurakaSomSistema

03/07/15 - Ericeira  
24/07/15 - Funchal, Madeira  
07/08/15 - Zambujeira do Mar,  
Festival ME0 Sudoeste  
[www.buraka.tv](http://www.buraka.tv)

Pop

## DavidCarreira

24/07/15 - Seixal,  
Amora Summer Fest  
01/08/15 - Porto Moniz, Madeira  
07/08/15 - Leiria,  
Leiria Dance Floor  
14/08/15 - Vila Verde,  
Parada de Gatim  
15/08/15 - Coimbra, Ribeira  
de Frades  
29/08/15 - Benavente  
05/09/15 - Lousada, Festas Nossa  
Senhora da Misericórdia  
[www.davidcarreira.fr](http://www.davidcarreira.fr)

Pop

## MickaelCarreira

24/07/15 - Madalena, Açores



Chaves

## BibliotecaBar

Bar bastante animado, que pertence ao Grupo Biblioteca Bar.

Travessa Cândido dos Reis

Tel : +351 276 325 980

## Triunfo

Plusieurs salles, Plusieurs ambiances, animées par les meilleurs DJ qui vous proposent la musique du moment. Idéal pour passer une très bonne soirée.

Bairro da Triunfo

Tel : +351 934 419 211

+ info : [www.facebook.com](http://www.facebook.com)

Arcos de Valdevez

## Azenha

Largo Espirito Santo, apartado 112

Tel : +351 964 061 290

+ info : [facebook.com/AzenhaClub](http://facebook.com/AzenhaClub)

Braga-Amores

## Lagar's

Rua da Cintura, 49 - Ferreiros

Tel : +351 253 993 278

+ info : [www.lagars.com](http://www.lagars.com)

Póvoa de Lanhoso

## SwingCrash



Avenida da República

Tel : +351 253 631 664

+ info : [www.swingcrash.net](http://www.swingcrash.net)

Olivier

## Pacha

Espaço com muito bom gosto e uma decoração invejável, discoteca de referência mundial.

Lugar das pedrinhas

Tel : +351 961 751 101

+ info : [www.pacha-portugal.com](http://www.pacha-portugal.com)

Fafe

## Praça da Música

Endroit parfait pour terminer vos soirées sur Fafe. Bonne ambiance, salle et terrasse agréables, et de la bonne musique.

Zona Industrial do Socorro

Tel : +351 968 529 703

## TheClub

Zona Industrial do Socorro –

Lote z2

+ info : [www.facebook.com](http://www.facebook.com)

Coimbra

## Noites Longas

Rua Almeida Garrett, 9

Tel : +351 936 034 342

+ info : [facebook.com/pages/Noites-Longas](http://facebook.com/pages/Noites-Longas)

Pombal-Meirinhas

## Palace Kiay

Com uma discoteca de luxo, um Dance Pub requintado, e uma recepção monstruosa...e um escorrega interior! A Kiay é sem duvida uma casa nocturna imponente.

Rua do comércio 5

Tel : +351 236 948 481

+ info : [www.kiay.com](http://www.kiay.com)

Castelo Branco

## República

Faire modelada recentemente, mostrando agora uma decoração mais moderna, mas mantendo os traços antigos.

Quinta da Liria, Estrada Nacional, 112

Tel : +351 966 788 266

+ info : [www.repubblica.com.pt](http://www.repubblica.com.pt)

Alcobaça

## BonnieClub

Largo Vitorino Fróis 30, 2460 -

S. Martinho Porto

Tel : +351 910 153 498

+ info : [facebook.com/pages/Discoteca-Bonnie-Club](http://facebook.com/pages/Discoteca-Bonnie-Club)

Lisbonne

## LuxFragil



Av. Infante D. Henrique, Sta. Apolónia

Tel : +351 218 820 890

+ info : [www.luxfragil.com](http://www.luxfragil.com)

Quarteira

## Blackjack

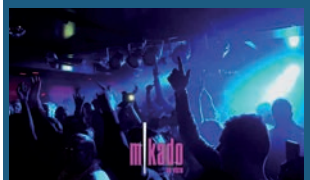
Casino de Vilamoura

Tel : +351 289 389 147

+ info : [www.blackjackdisco.com](http://www.blackjackdisco.com)

France

## LeMikado



Le Mikado, c'est l'endroit du moment. Il s'agit d'un club de nuit pour la nouvelle génération, situé dans le 9<sup>e</sup> arrondissement de Paris. L'établissement organise des soirées mythiques, en invitant des célébrités, ou des animateurs de soirées. Le Mikado vous propose plusieurs ambiances, sur des rythmes Latino - Portugais - House - Reggaeton - Kuduro - Salsa.

De 23h à 6h, Ouvert le vendredi, samedi et les veilles de jours fériés, Ainsi que certains jeudis soirs pour des soirées étudiantes organisées. 11 rue Lallier, 75009 Paris  
Tel : 01 48 78 74 53  
+ info : [facebook.com/LeMikado](http://facebook.com/LeMikado)

OUVERT DE 23h à 6h

# Mikado

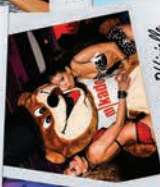
Discothèque - Paris

LES VENDREDIS

Gratuit Pour Elles Toute La Nuit

LES SAMEDIS & Veilles de fêtes

Gratuit Pour Elles Jusqu'à 1H



Toi aussi, rejoins la famille Mikado... Atté J'ai !

LeMikado MikadoDisco Mikado-Officiel mikadoofficial

11 RUE LALLIER 75009 PARIS | Infoline : 01.48.78.74.53 // 06.02.06.40.61

M 2 PIALLE | ANVERS M 2 PIALLE

## Bragança

### Duque de Bragança Bar

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

**Rua Cidadela, 92 (Junto ao castelo)**

**Horário : todos os dias, 14h-3h**

**Tel : +351 273 326 105**

## Vila Nova de Cerveira

### Indústria Agrícola

Cette salle est LA salle du Minho en été. Son immense piste, ses nombreux bars et son jardin en font un lieu courtié par les amoureux de musique électronique. Elle se cache dans la montagne, sur les flancs de Vila Nova de Cerveira. Heureusement, le jeu en vaut largement la chandelle.

**Rua de Monserrate, 384**

**Horaires : tous les jours, 00h-6h**

**Tel : +351 258 765 715**

## 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**

**Horário : sábado, 00h-7h**

**Tel : +351 938 629 641**

## Guimarães

### Património Bar

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

**Parque das Hortas, 544**

**Horário : 6ª-feira e sábado, 23h-4h**

**Tel : +351 916 173 359**

### 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. Local de paragem obrigatória dos principais DJ's nacionais

**Lugar de Fundo de Vila, 1C - Urgezes**

**Horário : 6ª-feira e sábado, 00h-6h**

**Tel : +351 917 497 980**

## Porto

### Armazém do Chá



Situado em plena Baixa do Porto, num edifício do século XIX onde em tempos funcionou uma fábrica de torrefacção, o Armazém do Chá é um dos espaços que veio dar nova vida à zona da Baixa. Com três andares, distribui-se por diferentes áreas: sala de estar com sofás confortáveis, cafetaria para tomar um chá ou uma refeição leve, wine bar com vinho a copo, pista de dança, palco para concertos e zona para exposições.

**Rua José Falcão, 180**

**Horário : 4ª-feira a sábado : 21h30-4h**

**Tel : +351 222 444 223**

### CasaDoLivro

Um bar na baixa do Porto que já foi a conhecida livraria Casa do Livro. Mas onde antes havia só livros, agora também são servidos cocktails, escuta-se música ao vivo e assiste-se a peças de teatro e performances.

**Rua Galeria de Paris, 85**

**Horário : 2ª-feira a sábado, 21h-3h**

**Tel : +351 912 958 284**

### 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**

**Horário : 6ª-feira a sábado : 23h-6h**

**Tel : +351 222 012 349**

### Gare Club

Na baixa do Porto, junto à estação de S. Bento, que deu inspiração para o nome, o Gare Club é um dos principais pontos de referência na noite da invicta. Ambiente underground, sublinhado pelo átrio em granito, pela disposição da sala (como dois túneis que se ligam por um arcada que serve como artéria do espaço), pela escassa iluminação e pela bola de espelhos ao fundo de uma das salas.

**Rua da Madeira, 182**

**Horário : 6ª-feira e sábado, 23h-6h**

**Tel : +351 222 017 512**





## Plano B

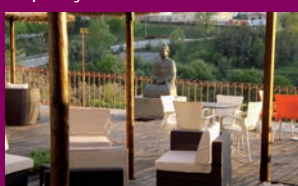


O Plano B, mais do que um bar, é um espaço interdisciplinar dividido em dois pisos e diferentes atmosferas. É um espaço cultural com excelente condições para realização de exposições de artes, design, espetáculos de teatro, dança e concertos.

**Rua Cândido dos Reis, 30,**  
**Horários :** 3ª-feira e 4ª-feira : 22h-2h /  
5ª-feira : 22h-4h / 6ª-feira e sábado :  
22h-6h

Seia

## EspaçoEGO



Vous trouverez un salon de thé, un bar à tapas, un bar à vin et beaucoup plus dans cette ancienne villa redécouverte avec des meubles designs. Agréable jardin pour les chaudes nuits d'été.

**Av. Alfonso Costa**  
**(Rond-point du Tribunal)**  
**Horaires :** Lun au Sam: 12h-2h  
**Tel :** +351 238 089 609

Coimbra

## 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 caracterizam este espaço, que pretende ser uma alternativa às grandes superfícies comerciais. A selecção musical, vai do fado à electrónica.

**Rua Alexandre Herculano, 16**  
**Horário :** 2ª a 6ª-feira, 20h-2h  
**Sábado :** 22h-4h. Domingo : 17h-2h  
**Tel :** +351 912 405 440

Aveiro

## MercadoNegro

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**  
**Horário :** 21h-1h. Fechado à 2ª-feira  
**Tel :** +351 234 100 052

Pombal

## CarpeDiemClub

Uma casa com duas pistas distintas, a principal com os maiores sucessos das pistas de dança. A segunda com os ritmos do hip hop, Africanos e caribe. Propõe um ambiente de festa até de madrugada...

**Barros da Paz – Carregueiro –Almagreira - Horário :** 22h-4h  
**Tel :** +351 236 244 409 /  
**+351 966 241 553**

São Pedro de Moel

## Snoobar

Um bar situado no complexo de piscinas oceânicas de São Pedro de Moel. Durante o Verão há festas temáticas regulares. Agradável espaço de convívio com salas de jogos e vista para o mar.

**Rua António José Bouça**  
**Horário :** 5ª-feira a domingo : 23h-6h  
**Tel :** +351 244 552 717

OÙ QUE VOUS SOYEZ,  
NOUS SOMMES  
À VOS CÔTÉS.

Bureau de Représentation à Paris, 15, Rue de la Banque.

Pour plus d'informations:

**0033 (0)1 71 50 26 34**

Horaires: mardi au vendredi de 09h00 à 13h00 et de 14h30 à 17h30 et le samedi de 09h00 à 13h00 et de 14h00 à 16h00  
ca.er.paris@creditoagricola.pt

**www.creditoagricola.pt**



**CA**  
Crédito Agrícola

Lisboa

## Bicaense



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, 42**  
**Horário : 3ªfeira a sábado :**  
**12h-00h**  
**Tel : +351 213 257 942**

## BritishBar

Ce bar anglo-portugais près de la station de métro Cais do Sodré paraît figé au début du XIX<sup>e</sup> siècle. Vous pourrez y trouver une ambiance unique, une sorte de mélange entre le passé et le présent, entre l'Angleterre et le Portugal. Il est à recommander à tout les Anglais qui ont le mal du pays.

**Rua Bernadino Costa, 52**  
**Horaires : 8h-00h**  
**Tel : +351 213 422 367**

## LxFactory

Un ancien complexe industriel de la 1<sup>re</sup> moitié du XX<sup>e</sup> reconverti en pôle de créativité où artistes et designers ont monté leurs ateliers. Vous y trouverez, jusqu'à tard le soir, concerts, expositions, librairie, restaurant, bar etc.

**Rua Rodrigues Faria, 103**  
**Horaires : 18h-4h**  
**Tel : +351 213 422 367**

## OpArtBar



O Op Art tem uma localização extraordinária, literalmente em cima do rio. Fica na zona das Docas, mas afastado da "confusão", sozinho, debaixo da ponte 25 de Abril. O espaço é um simples cubo transparente com uma óptima esplanada, a tirar partido da envolvente. Café de dia, é à noite que o local se transforma, adquire outras tonalidades e, principalmente, outras sonoridades, com relevo para as últimas tendências de dance music e ambiências mais alternativas.

**Doca de Santos Amaro**  
**Horário : 3ªfeira a domingo : 15h-2h**  
**Tel : +351 213 956 787**

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**  
**Horaires : vendredi-samedi : 23h-5h**  
**Tel : +351 919 573 899**

Elvas

## Tea&Wine

Um espaço para usufruir desde o início da noite, ideal para beber um copo ao som de boa música até às duas da manhã. Ambiente moderno e descontraído. No ar, ouvirá jazz, chill out e electrónica.

**Rua Olivença, 25**  
**Horário : 6ª-feira : 22h-2h. Sábado :**  
**22h-4h - Tel : +351 268 626 057**

Zambujeira do Mar

## Espera-meentrando

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 - Horário : 10h-4h**  
**Tel. +351 912 100 313090**  
**[www.tamarilestoril.com](http://www.tamarilestoril.com)**

Faro

## NordikBar

Le Nordik bar est LE bar de Faro. Ne vous fiez pas à sa taille, il propose en effet la meilleure programmation musicale de la ville. Electro, techno, drum&bass ou jazz : eclectisme et live sont ici de rigueur.

**Rua Capitão-Mor, 7 -**  
**Ouvert jusqu'à 4h / Tel. +351 912 100 313**

## Columbus

Situado na zona histórica de Faro, o Columbus é um espaço diferenciado onde pode desfrutar de uma grande variedade de cocktails, bebidas espirituosas e excelentes vinhos. Todas as noites, são servidos cocktails de qualidade neste bar ambiente lounge.

**Praca Dom Francisco Gomes Nº 13 -**  
**Jardim Manuel Bivar**  
**Horário : 11h-4h**  
**Tel : +351 917 776 222**

Portimão

## Estrondo Bar

Situé à Portimão, le Estrondo bar est un espace où les gens se retournent, pour se détendre, échanger, danser, et même parfois chanter.

**Urbanização do Pimentão, lote 13,**  
**loja B3 Bicos,**  
**Horaires : 22h-2h**  
**Tel : +351 917 930 749**



apresenta

# DANCEFLOOR

## LEIRIA

**7 de agosto 2015**  
**ESTÁDIO MUNICIPAL LEIRIA**

# BOB SINCLAR

[WWW.BOBSINCLAR.COM](http://WWW.BOBSINCLAR.COM) [WWW.MONA-RENNALLS.COM](http://WWW.MONA-RENNALLS.COM) [FACEBOOK.COM/BOBSINCLAR](https://FACEBOOK.COM/BOBSINCLAR)  
[TWITTER.COM/BOBSINCLAR](https://TWITTER.COM/BOBSINCLAR) [FACEBOOK.COM/MONARENNALLSAGENCY](https://FACEBOOK.COM/MONARENNALLSAGENCY)

# DAVID CARREIRA

COM  
**RICH**  
DJAY  
[WWW.DJAYRICH.COM](http://WWW.DJAYRICH.COM)

**MENDES**  
[WWW.FACEBOOK.COM/DJANTONOMENDES](https://WWW.FACEBOOK.COM/DJANTONOMENDES)

**DJ ALBERT & BRUNO**

MEDIA PARTNER:



APOIOS:



PARCEIRO  
OFICIAL



RÁDIO OFICIAL



ENTIDADE  
PROMOTORA:



RESERVA E COMPRA DE BILHETES: [www.leiriadancefloor.com](http://www.leiriadancefloor.com) | Fnac | Worten | [www.bilheteiraonline.pt](http://www.bilheteiraonline.pt) | El Corte Inglés | CTT correios



### Forte de Paço



A Praia de Forte de Paço deve o seu nome ao Forte que ainda pode ser visto na praia, atualmente em ruínas. A Praia apresenta uma paisagem encantadora, com uma área arenosa bonita e também uma bela área de duna protegida.

Viana do Castelo

### Ribeira Albufeira do Azibo



A Paisagem Protegida da Albufeira do Azibo, para além do valioso património natural e paisagístico, oferece a quem a visita um conjunto de infra-estruturas que permitem a realização de actividades de carácter desportivo, cultural, ambiental ou de simples lazer.

Macedo de Cavaleiros

### Angeiras

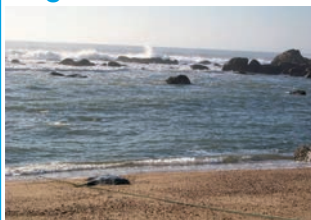


A Praia de Angeiras, também conhecida como Praia Azul, tem um agradável areal, todo ele circundado por uma marginal que permite bons acessos e que fornece muitos dos apoios de praia aos veraneantes. O mar da Praia Azul,

tem como característica principal o ser agitado, o que lhe confere uma beleza única, mas também cuidados redobrados para os banhistas. Encontra igualmente uma área de zona rochosa que vai desde o areal ao mar.

Matosinhos

### Salgueiros



Na Praia de Salgueiros, pode contar tanto com uma grande extensão de areia, como com uma grande extensão de vegetação natural. Um destino de Verão, que oferece bons apoios de praia. Para quem optar por fazer caminhadas, ou pedalar pela costa, conte ainda com um passeio próprio ao longo da praia.

Vila Nova de Gaia

### Torreira



Como muitas das praias na Ria de Aveiro, a praia de Torreira oferece aos seus visitantes duas opções: por um lado, as dunas e as águas agitadas Atlânticas e por outro lado, as águas pacíficas da ria (vale de rio afogado) e os seus canais.

Murtosa

### Costa Nova

A praia Costa Nova situa-se na costa ocidental de Portugal. É uma das excelentes praias portuguesas para a prática de desportos náuticos, possuindo um clube de vela. É frequente ver imensos praticantes de windsurf, kite e outros desportos semelhantes. Aveiro

### São Pedro de Moel



É uma das mais pitorescas praias da costa portuguesa, abrigada numa concha de casario e com excelente localização numa aberta do Pinhal de Leiria, um pouco ao sul da foz da ribeira de Moel. A praia é pequena, limitada a norte por rochas abruptas, e a sul por uma pequena ribeira.

Marinha Grande

### Guincho



A Praia do Guincho é um dos melhores locais em Portugal para a prática de surf e windsurf, sendo frequentemente escolhida para a realização de competições nacionais e internacionais. Julho e agosto são os melhores meses para estes desportos, mas o vento começa a mostrar-se logo em maio, soprando até outubro.

Cascais

### Brejos



Praia de rara beleza natural, quase em estado selvagem. Sendo pouco movimentada, é frequentada por praticantes de nudismo. Não é vigiada. Não tem qualquer infraestrutura de suporte.

Comporta - Alcácer do Sal

Pour  
seulement  
5,99€  
par mois!



le bouquet  
**PORTUGAIS**

[www.lebouquetportugais.com](http://www.lebouquetportugais.com)

**LE MEILLEUR DE LA TÉLÉVISION  
PORTUGAISE POUR TOUTE LA FAMILLE**



Canal N°  
**627**



Canal N°  
**628**



Canal N°  
**629**



Canal N°  
**631**



Canal N°  
**632**



Canal N°  
**633**



Canal N°  
**635**



Canal N°  
**636**

Plus d'informations sur [www.lebouquetportugais.com](http://www.lebouquetportugais.com)

DISPONIBLE CHEZ VOTRE OPÉRATEUR **free**

Pour plus d'informations, appelez le **1044** (prix d'un appel local)

## V.N.deMilfontes-furnas



Inserida no Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina na margem esquerda junto à foz do rio Mira, situa-se a praia das Furnas. Esta praia fluvial é vigiada e possui boas infra-estruturas. O acesso ao areal é feito através uma passarela de madeira. A praia dispõe de um bar restaurante aberto durante o período de verão. Com a possibilidade de alugar de canoas e tomar um duche de água quente (pagando).

Odemira

## BrejoLargo



A Praia do Brejo é uma pequena praia a sul de Vila Nova de Milfontes. Esta praia robusta e isolada é uma praia fina de areia, rodeada por precipícios. Faz parte das praias mais procuradas pela maioria dos visitantes de Portugal. A única desvantagem para este paraíso selvagem é o facto de se situar longe de estradas principais.

Almograve

## ZambujeiradoMar

Recortada numa alta falésia, a praia é ladeada por pequenas praias, tanto a norte como a sul, constituindo óptimos refúgios para quem quiser evitar a agitação das praias principais e desfrutar de momentos de verdadeira descontração e contacto com a natureza no seu estado mais puro. É uma praia vigiada, com boas condições para a prática de surf e bodyboard.

Odemira

## Odeceixe



É uma praia tranquila de perfume a estêves, de água fria e muito batida. A Ribeira de Ceixe desagua na praia, no meio do areal, marcando a fronteira entre o Alentejo e o Algarve. Dividida em duas zonas, a praia fluvial e a do mar, têm grande ondulação do lado do oceano, atraindo muitos surfistas e praticantes de bodyboard.

Aljezur

## Praia do Amado



Amado faz parte do Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina. É uma praia grande com um areal isolado e tranquilo que recebe milhares de visitas por ano, não só de turistas de outros países mas como também de turistas nacionais.

Vila do Bispo

## Rocha



A praia da Rocha deve o seu nome às rochas que se encontram entre o areal e o mar. É uma das mais famosas do Algarve. Situa-se no concelho de Portimão. Esta praia tem uma grande extensão de areal. Todos os anos, durante o Verão, a praia

enche-se de turistas vindos de todo o mundo e, apesar da sua grande extensão, é raro não ficar apinhada de gente.

Portimão

## Alvor



A Praia do Alvor tem a particularidade de fazer a divisão entre o oceano e a Ria do Alvor. Assim, para além de um imenso areal encontra uma laguna interior, com uma extensa área de sapal e canais de águas calmas. Os óptimos apoios de praia, o fácil estacionamento, a somar à grande diversidade de fauna e flora que pode observar, faz desta uma das praias mais procuradas no Algarve.

Portimão

## Marinha

Este património natural mereceu a atenção de várias entidades como a Universidade do Algarve, a CCDR-Algarve e o Município de Lagoa para estabelecer um conjunto de percursos subaquáticos de descoberta da natureza. Aventure-se!

Lagoa

## 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, demonstrando 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.



## Praia da Ilha Deserta



A Praia da Barreta situa-se na Ilha Deserta, à entrada da Barra Nova e faz jus ao nome pelo facto de não ter construções e de ser pouco frequentada. O acesso faz-se por mar, a partir do Cais da Porta Nova (Portas do Mar), sendo que na travessia pode observar na maré baixa pequenos labirintos de areia e canais. **Faro**

## Barril

É uma das praias mais calmas na costa do Sul do Algarve. As suas águas são calmas e quentes durante a Primavera e o Verão. No acesso à praia é possível realizar um percurso pedonal, permitindo contemplar a riqueza ambiental da Ria Formosa. Acesso: é necessário atravessar uma estreita ponte pedonal que se eleva sobre um canal da ria e seguir depois a pé ou

através de um pequeno comboio que assegura um serviço regular (cerca de 1 km) até ao areal. **Tavira**

## Cacela Velha

A praia situa-se na Península de Cacela, que delimita a Ria Formosa a nascente. É assim possível chegar até aqui a pé, através da Manta Rota, mas o acesso preferencial é de barco, a partir do Sítio da Fábrica em Cacela Velha, não existindo porém qualquer cais de embarque nem carreiras regulares. **Vila Real de Santo António**

## Porto Santo



A praia de areia amarela do Porto Santo, na Madeira, com nove quilómetros de extensão é uma praia maravilhosa com areia fina e a água

de cristal. Com temperaturas agradáveis durante todo o ano, é única no país e distingue-se das demais europeias sobretudo devido à composição da areia, usada há séculos com fins medicinais. **Porto Santo**

## Lagoado Fogo



A Lagoa do Fogo está a 575 metros de altitude no centro da ilha de São Miguel e é classificada como Reserva Natural desde 1974. Esta zona, pertencente ao concelho da Ribeira Grande, está também inserida na Rede Regional de Áreas Protegidas, é classificada como Sítio de Importância Comunitária da Rede Natura 2000 e área RAMSAR. A paisagem deslumbrante merece o desvio! **São Miguel**

# algumas praias com bandeira azul

## Região do Norte

Praia da Caminha - **Caminha**  
Praia da Silvade - **Espinho**  
Praia da Apúlia - **Esposende**  
Praia Ribeira - **Albufeira do Azibo**  
- **Macedo de Cavaleiros**  
Praia do Cabo do Mundo  
- **Matosinhos**  
Praia da Leça da Palmeira  
- **Matosinhos**  
Praia de Marreco - **Matosinhos**  
Praia da Foz - **Porto**  
Praia da Barranha  
- **Póvoa de Varzim**  
Praia do Carreço  
- **Viana do Castelo**

## Região do Centro

Praia de São Jacinto - **Aveiro**  
Praia da Tocha  
- **Cantanhede**  
Praia dos Palheiros e Zorro  
- **Coimbra**  
Praia da Cova Gala  
- **Figueira da Foz**  
Praia de Pedrogão - **Leira**  
Praia de Poço da Cruz - **Mira**  
Praia da Torreira - **Murtosa**  
Praia de Esmoriz - **Ovar**

## Região do Tejo

Praia dos Paredes de Vitória  
- **Alcobaca**  
Praia de Mata - **Almada**  
Praia do Mar -  
- **Caldas da Rainha**  
Praia de Carcavelos - **Cascais**  
Praia das Valhelhas - **Guarda**  
Praia do Porto Dinheiro  
- **Lourinhã**  
Praia do Carvoeiro - **Mação**  
Praia da Baleia - **Mafra**  
Praia de Nazaré - **Nazaré**

## Alentejo

Praia de Pego - **Grândola**  
Praia da Albufeira da Tapada Grande - **Mértola**  
Praia de Almogrove - **Odemira**  
Praia da Costa de Santo André  
- **Santiago do Cacém**  
Praia do Ouro - **Sesimbra**  
Praia de Figueirinha - **Setúbal**  
Praia do Grande de Porto Covo  
- **Sines**  
Praia da Ilha do Pessegueiro - **Sines**  
Praia de S.Torpes - **Sines**  
Praia Vasco de Gama - **Sines**



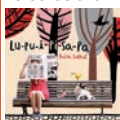
## Algarve

Praia da Rocha Baixinha-Nascente - **Albufeira**  
Praia da Arrifana - **Aljezur**  
Praia Verde - **Castro Marim**  
Praia da Barreta - **Faro**  
Praia da Luz - **Lagos**  
Praia de Ancão - **Loulé**  
Praia de Alvor Poente  
- **Portimão**  
Praia de Barril - **Tavira**  
Praia da Salema  
- **Vila do Bispo**  
Praia da Manta Rota  
- **Vila Real de Santo António**

**Mais informações no site:**  
**bandeiraazul.abae.pt:**  
**"Locais galardoados"**

## Suggestions musique

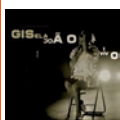
Luísa Sobral



*Lu-Pu-I-Pi-Sa-Pa*,  
Universal Music Portugal 2014

Pour son troisième album, Luísa Sobral édite un album pour enfant, "Lu-Pu-I-Pi-Sa-Pa", qui portera sur les épisodes de l'enfance (issue de sa propre expérience, ou des témoignages de l'extérieur). Chaque chanson a une image qui lui est associée (Récréation, classe). L'objectif de la musicienne était d'écrire des chansons pour que les parents puissent les écouter avec leurs enfants.

Gisela João



*Ao Vivo, Valentim de Carvalho*, 2015  
Album ao vivo en Vinil et CD de Gisela João gravado no CCB no início do ano 2014.

Gisela João est reconnue comme une des plus importantes interprètes du panorama musical portugais de la actualidad – vainqueur des prix Blitz, Público, Time Out, Expresso e um Globo de Ouro para melhor intérprete nacional.

The Legendary Tigerman



*True*,  
Jive 2015

Paulo Furtado, alias The Legendary Tigerman, sort son 5<sup>e</sup> album "True". Après une incartade avec son groupe Wraygunn, le bluesman du Portugal revient à son projet solo. Perpétuant la tradition des anciens bluesmen, Paulo est un multi-instrumentiste, et il n'hésite pas à les combiner à des samples, des beats, des boucles. Ce mélange très explosif lui apporte la notoriété en Europe, aux Etats-Unis, au Brésil et au Japon.

Aldina Duarte



*Romance(s)*,  
Sony, 2015

Aldina Duarte canta, à guitarra et à viola, pela primeira vez um romance escrito em verso, por Maria do Rosário Pedreira, para as melodias do fado tradicional. O fado deste encontro de duas amigas, inesperadamente, passou a ser o fado de três amigos, surgindo assim um disco duplo que só podia chamar-se Romance(s).

Dead Combo



*A Bunch Of Meninos*,  
Universal 2014

L'un vient du monde du rock (le guitariste To Trips), l'autre du jazz (le contrebassiste Pedro Gonçalves) et c'est la musique de Carlos Paredes qui un beau jour les a réunis pour former l'un des groupes les plus intéressants de la scène portugaise, les Dead Combo. Après 10 ans de carrière, ils sortent en France leur 6<sup>e</sup> album « A Bunch Of Meninos ».

## Où acheter

Lisbonne

Louie Louie

Escadinhas do Santo Espírito da Pedreira 3

(à Rua Nova do Almada - Metro Baixa Chiado)

Du lun. au sam. 11h-19h30. Dim 15h-19h30

+ info : [www.louielouie.biz](http://www.louielouie.biz)

Flur

Av. Infante D. Henrique,  
Cais da Pedra, Santa Apolónia

Du lun. au sam. 13h-20h

+ info : [www.flur.pt](http://www.flur.pt)

Porto

Jo-Jo's Music

Rua de Cedofeita, 509-511  
4050-181 Porto

Du lun. au vend. 9h30-19h30

+ info : [www.cdgo.com](http://www.cdgo.com)

MC - Mundo da Canção

Rua Duque de Saldanha, 97  
4300-464 Porto

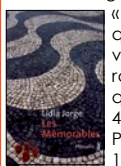
Vend également des CDs en ligne.

+ info : [www.mundodacancao.com](http://www.mundodacancao.com)

## Suggestions lecture en français

Les Mémoires

de Lídia Jorge, Editions Métailié



« Tout est possible lorsque l'homme sait rêver ». Les Mémoires rappelle une journée qui a mis fin à plus de 40 ans de dictature au Portugal : le 25 avril 1974, le jour de la Révolution des Œillets. L'auteur revient sur ces hommes qui, dans un élan de courage et de fraternité, ont bravé l'autorité et fait tomber le pouvoir dictatorial. Ce livre aux multiples voix, entraîne le lecteur vers une réflexion politique, historique et culturelle.

Mon cher Cannibale

d'Antônio Torres, Editions Petra



Antônio Torres pointe du doigt une histoire douloureuse. Il vous emmène au temps de l'arrivée des Portugais au Brésil, période qui précède la fondation de Rio de Janeiro, où il décrit les relations qui s'établirent alors avec les habitants de ce territoire : les Indiens.

## en portugais

O Dia em que o Sol se Apagou

de Nuno Gomes Garcia,

Edição Casa das Letras



O romance é marcado pelo dia 26 de março, quando o Sol se apaga do Reino de Portugal. O enredo decorre entre 1467 e 1493, os anos que antecedem e se seguem ao apagamento do Sol.

Nuno Gomes Garcia oferece-nos uma obra de grande profundidade e sensibilidade, trazendo um efeito surpresa para um enredo dinâmico.

## Où acheter

Lisbonne

Livreria Fabula Urbis

Rua de Augusto Rosa, 27 (Alfama)  
Ouvert tous les jours

10h-13h30/15h-20h

Tel : +315 218 885 032

+ info : [www.fabula-urbis.pt](http://www.fabula-urbis.pt)

Spécialisée en livres sur Lisbonne

Livreria Bertrand

Rua Garrett, 73/75 (Chiado)

Ouvert tous les jours

Tel : +351 213 476 122

+ info : [www.bertrand.pt](http://www.bertrand.pt)

Porto

Livreria Lello

Rua das Carmelitas, 144

Lun-Sam. 10h-19h30. Ven. 10h-19h

Tel : +351 222 002 037

Il paraît que c'est la 3<sup>e</sup> plus belle librairie du monde!

Livreria Bertrand

Norteshopping - Loja 0.120

Rua Sara Afonso, 105 a 117

Matosinhos

Ouvert tous les jours : 10h-00h

Tel : +351 229 559 778



Découvrez le meilleur de la musique portugaise sur OVO

[www.ovonet.blogspot.com](http://www.ovonet.blogspot.com)

STOPLINE / SKYDREAMS / RTP / NOS APRESENTAM  
UMA PRODUÇÃO STOPLINE FILMS UMA CO-PRODUÇÃO STOPLINE / SKYDREAMS / RTP

# O PÁTIO DAS CANTIGAS



UM FILME DE  
LEONEL VIEIRA

★ 30 JULHO ★  
NOS CINEMAS

MIGUEL GUILHERME SARA MATOS CÉSAR MOURÃO DÁMIA NETO RUI UNAS MANUEL MARQUES ANABELA MOREIRA  
CRISTÓVAO CAMPOS ALDO LIMA JOSÉ PEDRO VASCONCELOS BRUNA QUINTAS JOAQUIM NICOLAU MANUEL CAVACO

PARTICIPAÇÕES ESPECIAIS  
HERYAN JOSÉ VANESSA OLIVEIRA OCEANA BASÍLIO

MÚSICA NUNO MALO FOTOGRAFIA JOSÉ ANTÓNIO LOUREIRO A.I.P. MONTAGEM PEDRO RIBEIRO SOM VASCO PEDROSO MISTURA DE SOM BRANKO NESKOV C.A.S. DECORAÇÃO RUI ALVES  
FIGURINOS TERESA SOUSA DIRETOR DE PRODUÇÃO ANTÓNIO GONÇALO GUIÃO PEDRO VARELA ARGUMENTO ORIGINAL ANTÓNIO LOPES RIBEIRO VASCO SANTANA FRANCISCO RIBEIRO  
UMA IDEIA DE JOSÉ FRANCISCO GANDAREZ PRODUÇÃO LEONEL VIEIRA REALIZAÇÃO LEONEL VIEIRA







## Parcours à trous

Le Portugal est vraiment un petit paradis pour le golf. Du nord au sud, les terrains abondent et on peut trouver facilement une cinquantaine de parcours de qualité, dont beaucoup sont de renommée internationale. Tous les joueurs ayant joué au golf là-bas disent que : « Le golf au Portugal est un pur plaisir ».

Grâce à son climat agréable et clément, le Portugal est un pays permettant de jouer tout le long de l'année, et de par la qualité des terrains et de ses infrastructures d'accueil, il procure aux golfeurs un véritable bonheur.

La plupart des parcours de golfs ont été réalisés par des experts internationaux tels que : Robert Trent Jones, Frank Pennik, Sir Henry Cotton et bien d'autres. En 1995, le San Lorenzo (18 trous) en Algarve a été élu 2<sup>e</sup> meilleur parcours européen.

De plus, les niveaux d'entretien et de confort sont très souvent à la hauteur, les greens sont superbement entretenus, les fairways sont impeccables et les clubs-houses luxueux.

Lors de votre séjour vous pourrez essayer le terrain d'Amarante près de Porto, qui propose un parcours sinueux avec de belles chutes d'eau, mais aussi celui d'Estrela qui a déjà accueilli des épreuves de l'European Tour. Le terrain de montagne de Ponte de Lima est un parcours intégré dans un paysage caractéristique du nord du Portugal.

+ info : [www.golfauportugal.com](http://www.golfauportugal.com)



## Parcours des Templiers

L'Histoire du Portugal est intimement liée à celle des Templiers, cet ordre religieux et militaire qui participe activement pendant les XII<sup>e</sup> et XIII<sup>e</sup> siècles aux batailles qui ont eu lieu lors des Croisades et de la Reconquête, ainsi qu'à la construction et à la consolidation du Royaume du Portugal, puis, après la dissolution de l'ordre des Templiers, condamnés pour hérésie au XIV<sup>e</sup> siècle, à l'extraordinaire expansion maritime de ce petit pays en prenant la forme d'un nouvel ordre, l'Ordre du Christ.

Selon ses vestiges, la ville de Tomar remonte au moins à l'époque romaine. Elle est reprise aux Arabes en 1147 par Alphonse 1<sup>er</sup>. Il la donne aux Chevaliers des Templiers qui y construisent un couvent fortifié qui devient la maison mère des Templiers au Portugal. De nombreux vestiges architecturaux sont présent aujourd'hui pour témoigner de leur présence en Lusitanie : des châteaux et le Couvent du Christ.

La richesse architecturale de cet édifice vous transportera dans le temps. Classé patrimoine mondial par l'Unesco depuis 1983, le Couvent du Christ est un hommage au savoir architectural de l'Ordre des Templiers.

Son église octogonale serait inspirée du lieu saint musulman du Dôme du Rocher à Jérusalem. L'Ordre y a intégré des caractéristiques du lieu saint dans son iconographie et son architecture, y compris le sceau des Grands Maîtres.

+ infos : [www.conventocristo.pt](http://www.conventocristo.pt)



## Parcours du vin

Du nord au sud, d'est en ouest et jusque dans l'île de Madère et l'archipel des Açores, le Portugal produit une gamme originale et très variée de vins exceptionnels. Nous pouvons y découvrir le vinho verde, frais et pétillant, les célèbres vins portugais liquoreux de Porto et Madère ou bien encore le Moscatel de Setúbal, les grands vins secs portugais de la vallée du Douro et des régions Alentejo, Dão, Bairrada, Ribatejo, Terras do Sado, Bucelas, Colares, Carcavelos et bien d'autres.

Les vins portugais sont soumis à des normes très strictes de qualité et sont classés en 4 grandes catégories : DOC, IPR, Vinhos Regionais, Vinhos de Mesa. Les deux premières catégories (DOC et IPR) obéissent à la législation européenne V.Q.P.R.D : Vin de Qualité Produit en Région Déterminée. Bien que le Portugal soit un petit pays, on y trouve une grande variété de sols et climats, ce qui produit plusieurs espèces de castes aussi bien qu'une grande diversité de vins portugais. Le Portugal se place parmi les plus grands producteurs de vin dans le monde, il a été classé en 10<sup>e</sup> place en 2004.

les déguster gratuitement...

- Sala Ogival da ViniPortugal

Palácio da Bolsa

Rua Ferreira Borges - Porto

Horaires : lundi au samedi : 10h-19h.

Tel : +351 223 323 072

- Sala Ogival da ViniPortugal Terreiro do Paço - Lisboa

Horaires : mardi au samedi : 11h-19h.

Tel : +351 213 420 690 / +351 967 143 959

+ info : [www.infovini.com](http://www.infovini.com)



## Rotadonudismo

O Algarve é, cada vez mais, um destino apetecido para naturistas de todo o mundo. O excelente clima e uma costa com grandes areais, a contrastar com praias pequenas e isoladas entre rochedos proporcionam zonas adequadas e discretas para os amantes desta prática.

Existem alguns locais onde pode desfrutar a nu o sol e os areais da costa sul de Portugal. Em pleno Parque Natural da Ria Formosa, na ponta oeste da Ilha de Tavira, a Praia do Homem Nu é a zona naturista mais antiga, com direito a protecção legal desde o início dos anos 90.

Mas também pode optar pela Praia das Adegas situada na enseada a sul da praia principal de Odeceixe, na área do Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina. Aqui o naturismo também se pratica com licença oficial e ao longo de todo o ano, existindo outras áreas em processo de licenciamento.

Encontram-se igualmente praias "toleradas". A Federação Portuguesa de Naturismo recomenda as praias da Bordeira em Aljezur, Beliche, Zavial, Furnas (Figueira) e Cabanas Velhas em Vila do Bispo e a Praia do Canavial em Lagos.

No sotavento algarvio, encontra mais duas praias onde o nudismo é tolerado – a praia da ilha da Armona, perto da Fuzeta (concelho de Olhão) e a Praia das Quatro Águas na Ilha de Tavira.

Federação Portuguesa de naturismo  
+ info : [www.fpn.pt](http://www.fpn.pt)

## Rotadosdinosaurios

Não se deixe intimidar pelo nome da rota. Destes temíveis predadores, que habitaram a Terra há muitos milhões de anos, só encontrará mesmo centenas de vestígios (entre eles, o segundo mais antigo ninho de embriões do mundo), mas que estão guardados a sete chaves dentro do Museu da Lourinhã (composto por um vasto espólio agrupado em quatro grupos: paleontologia, arqueologia, arte sacra e etnologia).

É, aliás, aqui que começa o passeio. Esta região é uma das principais localidades a nível nacional, rica na quantidade de achados paleontológicos. Depois de conhecer o museu, continue até à Igreja e Convento de Santo António, não que os dinossauros tenham "ocupado" estes espaços, mas são dignos da sua visita. De seguida, é a vez de entrar na Igreja do Convento de Santo António, considerada Monumento Nacional desde 1919, assim como no edifício-sede da Santa Casa da Misericórdia da Lourinhã e na Igreja do Castelo. A sua riqueza arquitectónica merece a visita.

Agora que chegou junto à costa, deixe-se envolver pela beleza natural das Praias da Areia Branca, Vale de Frades, Caniçal e Paimogo. Saiba que na Praia de Vale de Frades foi encontrado um crânio de um dinossauro carnívoro e que o referido ninho com embriões foi achado na Praia de Paimogo.

Posto de turismo da Lourinhã  
Tel. +351 261 410 100  
[turismo@cm-lourinhã.pt](mailto:turismo@cm-lourinhã.pt)  
+ info : [www.cm-lourinhã.pt](http://www.cm-lourinhã.pt)

## Rotadoazeite

O azeite tem um lugar bem específico e, por vezes, insubstituível no plano gastronómico. Ele preserva e respeita, ao mesmo tempo que ajuda a revelar o verdadeiro sabor dos ingredientes de cada prato. Conheça um ingrediente essencial da cozinha portuguesa e parta em busca dos diferentes sabores de cada região de Denominação de Origem Protegida: Moura, Alentejo Interior e Norte Alentejano.

Em Moura, visite o Museu do Azeite - o Lagar de Varas do Fojo, do século XIX - e aprenda como já foi produzido, com este importante testemunho da tecnologia tradicional. No fim da visita, satisfaça o estômago em Serpa com uns pezinhos de porco de coentrada bem regados daquele néctar e descubra a razão da expressão "tão fino como o azeite de Moura".

Continue a Rota do Azeite pela região do Alentejo Interior e siga para Portel, Vidigueira, Cuba, Alvíto, Viana do Alentejo, Ferreira do Alentejo ou Beja. Em qualquer um destes concelhos, vai encontrar uma cooperativa de portas abertas onde poderá provar um óleo de azeitona madura, com ligeiro trazo a maçã ou a figo.

Para provar o azeite perfumado produzido no Norte Alentejano, não deixe de visitar um dos muitos lagares existentes na região.

Centro de Estudos e Promoção do Azeite do Alentejo  
Tel. +351 285 250 990  
[cepaal@azeitedoalentejo.com](mailto:cepaal@azeitedoalentejo.com)  
+ info : [www.azeitedoalentejo.com](http://www.azeitedoalentejo.com)



## LusoAventura-Arborismo

A Luso Aventura dispõe de dois Parques Aventura, localizados no centro e sul do país - Figueira da Foz e Albufeira. O Parque Aventura Figueira da Foz, na Serra da Boa Viagem, oferece desde 2008 um novo conceito de actividade de arborismo na natureza. O arborismo consiste em percorrer trilhos aéreos de árvore em árvore, através de jogos e passagens com diversos níveis de dificuldade e destreza. Esta prática com componentes de pedagogia e de diversão, dota os seus supervisores e participantes de confiança e permite animar o percurso, guiando-os e deixando-os ultrapassar os vossos limites. Mas fiquem tranquilos, também haverá quem vos ajude em caso de dificuldades a passar certos obstáculos.

Dificuldade : vários percursos para diferentes níveis de dificuldade, aptos para as crianças de 4 anos, jovens e adultos.

### Nível de iniciação :

Altura mínima do participante :

1 m

Preço : 10 €

### Nível médio :

Altura mínima do participante :

1,25m

Preço : 13 €

### Nível avançado :

Altura mínima do participante :

1,40m

Preço : 16 €

Apartado 81, EC Bairro da Estação  
3080-999 Figueira da Foz

Horários : 14h-18h

Tel : +351 915 536 555

+ info : [www.lusoaventura.com](http://www.lusoaventura.com)



## Bicicleta todo-o-terreno

O BTT é uma modalidade de ciclismo na qual o objectivo é transpor percursos com diversas irregularidades e obstáculos. Percursos guiados com bicicleta, guia e viatura de apoio (mínimo 8 pax) na zona de Góis, Lousã, Arganil e Penacova.

Preços : 17,5€

Duração e dificuldade : variável do grupo. Opção de aluguer de BTT.

Dia: 10€



## Canoagem

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. Praias Fluvial da Misarela / Torres do Mondego

Duração: 5h, Preço: 20€

Inclui equipamentos, seguros, enquadramento, guias e transporte de condutores entre Coimbra e Penacova.

### Canoagem nocturna

Ponto de encontro : 21h. EN110

Ponte de courêdo (Penacova)

Duração: 2-3h, Preço : 20€, Suplemento de fato impermeável: 5€

Para as duas actividades :

Tel : +351 235 778 938

+ info : [www.transserrano.com](http://www.transserrano.com)



## Surf

Nos últimos anos, a Ericeira tem sido considerada um dos melhores spots de surf de Portugal e um dos melhores da Europa, sendo normalmente um dos palcos escolhidos para o Campeonato de Mundo da modalidade. De facto, esta localidade tem várias características que fazem dela um local ideal para o surf de elevada qualidade: mar com ondas e praias quer com fundos de rocha ("pointbreaks"), quer com fundos de areia ("beach-breaks"). Por outro lado, dispõe de praias com diferentes níveis de dificuldade, oscilando entre os spots onde não são permitidos quaisquer erros e os spots onde se pode aprender com facilidade e praticar sem perigo.

Durante o Verão, o vento dominante na costa portuguesa é a Nortada que, tal como o nome indica, vem do quadrante Norte, variando um pouco, entre Norte e Noroeste. Quando sopra forte, levanta muito mar de Noroeste, desordenando frequentemente as ondas e tornando-as apenas acessíveis a surfistas de nível elevado.

### Ericeira Surf Guide

Tel : +351 938707248

+ info : [ericeirasurfguide.com](http://ericeirasurfguide.com)

7ª Essência Escola de Surf

Tel : +351 915 080 555

+ info : [7essencia.com](http://7essencia.com)

### Outrossites deturismodesportista

[www.saf.pt](http://www.saf.pt)

[www.trilhos.pt](http://www.trilhos.pt)

[www.muitaventura.com](http://www.muitaventura.com)

[www.equinocio.com](http://www.equinocio.com)

[www.geoaventura.pt](http://www.geoaventura.pt)

[www.covadabaleia.com](http://www.covadabaleia.com)





## Oceanário de Lisboa

O Oceanário de Lisboa é um aquário público de referência em Lisboa, em Portugal e internacionalmente.

O equipamento recebe anualmente cerca de 1 milhão de pessoas, que percorrem as suas exposições, tornando-o no equipamento cultural mais visitado de Portugal. A excelência das exposições, aliadas ao simbolismo da arquitetura dos edifícios, faz do Oceanário um local único e inesquecível.

Assumindo a tendência evolutiva dos aquários modernos, o Oceanário desenvolve continuamente, actividades educativas que dão a conhecer os oceanos, os seus habitantes, a sua missão e que abordam os desafios ambientais da actualidade.

Ainda neste contexto, o Oceanário colabora com várias instituições em projectos de investigação científica, de conservação da biodiversidade marinha e que promovam o desenvolvimento sustentável dos oceanos.

Esplanada D. Carlos I, Lisboa

Horários : 10h-20h

Última entrada 19h

Preços : até 3 anos : gratuito

Criança até 12 anos : 9 euros

Adulto : 14 €

Senior : 9 €

Família : 36 €

(Famílias : 2 adultos e 2 crianças até aos 12 de idade - criança extra: 5,50 €.

Não acumulável com outros descontos ou promoções.)

Tel : +351 218 917 000

+ info : [www.oceanario.pt](http://www.oceanario.pt)



## Parc Aquatique Amarante

Situé dans un décor de montagne, le Parque d'Amarante est un très beau et très vaste parc aquatique, un lieu de divertissement pour les petits et les grands. Piscines, toboggans, restaurations, idéale pour une bonne journée en famille !

En été, vous y trouverez de multiples attractions découvertes, pour satisfaire toute la famille. Des toboggans géants sources de sensations fortes ou bassins avec cascade pour un espace détente. Entre le parc et le Rio Tâmega, un espace vert, propre, et agréable a été réservé, afin de profiter au maximum du soleil portugais, en toute tranquillité.

Pour les jeunes, plusieurs pistes de toboggans sont accessibles : pistes rapides, pistes multiples, toboggans classiques, ou toboggans en escargot. Pour les plus petits, le parc propose un espace surveillé, dans des petits bassins aménagés, accessibles de jeux et de constructions.

Rua do Tamega, 2245

4600-909 Amarante

Horaires : 10h-19h

Tarifs :

Enfant de moins de 4 ans : Gratuit.

Enfant entre 4 et 11 ans : 8,50 €

Adulte : 17 €. Sénior : 8,50 €

Tel : +351 255 410 040

+ info :

[www.parqueaquaticoomarante.com](http://www.parqueaquaticoomarante.com)

## Autres Parcs

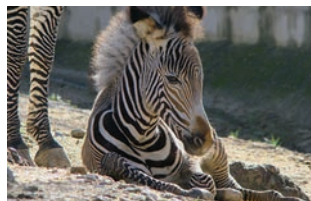
Zoo et Aquarium :

[www.badoca.com](http://www.badoca.com)

[www.zoomarine.pt](http://www.zoomarine.pt)

[www.zoosantoinacio.com](http://www.zoosantoinacio.com)

[www.zoodamaia.pt](http://www.zoodamaia.pt)



## Zoo de Lisbonne

Aménagé sur 26 hectares, le parc de Lisbonne est à la fois un jardin et un Zoo. Le Jardim Zoológico est un parc public de référence à Lisbonne, au Portugal. Montez tous à bord du petit train (ou du téléphérique), et commençons la visite !

Le Zoo abrite près de 2 500 animaux, d'espèces différentes : mammifères, reptiles, oiseaux, arthropodes, animaux marins... Et accueille chaque mois des nouveaux nés.

A travers les visites, les spectacles, ou encore les activités et attractions proposées, le parc a pour objectif de permettre aux enfants, et aux parents, de découvrir les différentes espèces d'animaux qui nous entourent. Le Parc propose également un musée réservé pour les enfants de 4 à 13 ans, où il y a des jeux pédagogiques.

Estrada de Benfica, 158-160

1549-004 Lisboa

Horaires : 10h-20h

Tarifs :

Enfant : 13,50 €

Adulte : 19 €

Sénior : 15 €

Le billet inclut tous les spectacles et attractions touristiques, à l'exception du train du Zoo.

Tel : +351 217 232 900 /

+351 217 232 910

+ info : [www.zoo.pt](http://www.zoo.pt)

Pares d'attractions et aquatiques :

[www.krazyworld.com](http://www.krazyworld.com)

[www.magikland.pt](http://www.magikland.pt)

[www.aquashowpark.com](http://www.aquashowpark.com)

[www.aqualand.pt](http://www.aqualand.pt)

[www.slidesplash.com](http://www.slidesplash.com)

hipismo

## Concurso Internacional de Saltos do Estoril



Os entusiastas do hipismo não podem perder o Concurso Internacional de Saltos de Obstáculos, que em julho traz a Cascais os melhores cavaleiros do mundo. Fazendo parte do Global Champions Tour, que integra dez fases qualificativas, o Concurso internacional de Saltos do Estoril tem a classificação CSI/cinco estrelas, a mais alta da modalidade. Esta prova de alta competição tem novamente lugar no Hipódromo Manuel Possolo, um equipamento com cerca de 70 anos, recentemente requalificado e dotado de excelentes condições técnicas, que testemunha a longa tradição do hipismo na cosmopolita vila de Cascais.

Hipódromo Manuel Possolo

De 9 a 11 julho

+ info : [www.globalchampionstour.com](http://www.globalchampionstour.com)

jet ski

## Grande Prémio Europeu

Se você é um fã de Jet Ski, visite Mirandela em julho para assistir ao Grande Prémio da Europa, realizado nas águas do rio Tua. Esta etapa do Campeonato da Europa é uma das mais prestigiadas a nível internacional, por causa das condições únicas oferecidas pela água da cidade de Bragança. Beneficiando da presença dos melhores pilotos desta disciplina, o evento também recebe milhares de espectadores que o seguem com grande entusiasmo a partir das margens do rio.

Mirandela

De 24 a 26 de julho

+ info : [mirandela-jetski.com](http://mirandela-jetski.com)

cyclisme

## Tour du Portugal

A partir do 29 Julho, vous allez pouvoir suivre l'édition 2015 du Tour du Portugal (nom original : Volta a Portugal), une compétition qui va réunir des cyclistes professionnels de tous les pays du monde. La première édition eut lieu en 1927, pour un an seulement et reprit en 1931 pour s'installer comme l'un de événements sportifs les plus attendus, l'été au Portugal. Au total, il n'y a eu que 4 années d'interruptions depuis 1931, tout d'abord de 1942 à 1945 puis en 1975, l'année suivant la Révolution des œillets. En 2014, la compétition a été remportée par un espagnol. Le premier portugais, Rui Pousa est arrivé 2e. Il a su redoubler d'efforts pour gagner une place par rapport à 2013.



En 2015, la compétition internationale va réunir encore plus de champions, et ce pour une durée d'une semaine et demi, et non pas deux semaines comme à l'habitude. Votre plaisir durera moins longtemps mais n'en sera que plus concentré.

Cette année, la course va débiter le mercredi 29 juillet, et se poursuit jusqu'au dimanche 9 août. Pendant ces dix jours de course, les coureurs vont devoir s'affronter en donnant le meilleur d'eux-mêmes, pour chaque étape de la compétition. La veille du départ de la course, la caravane sera présente dans la ville de Viseu et va comme à son habitude présenter les coureurs et les équipes présentes. Vous pouvez retrouver la suite du programme sur le site officiel de Volta a Portugal.

Du 29 juillet au 9 août

Départ de Viseu

+ info : [www.volta-portugal.com](http://www.volta-portugal.com)

plongée

## Red Bull Cliff Diving



En juillet va se tenir une étape du championnat Red Bull Cliff Diving (littéralement, plongée depuis une falaise), ce championnat dispose désormais d'une étape au Portugal, à Vila Franca do Campo sur l'île de São Miguel aux Açores, au sein d'une réserve naturelle d'une beauté incroyable elle-même située dans un ancien cratère de volcan. Pour le plus grand plaisir de vos yeux, les sauts vont se dérouler à 37 m de hauteur et les plongeurs devraient atteindre une vitesse moyenne de 85 km/h.

Açores - 18 de julho

+ info : [www.redbull.com](http://www.redbull.com)

automobilismo

## Rali Vinho da Madeira

O Campeonato da Europa de Rallyes disputa-se entre as deslumbrantes paisagens da Ilha da Madeira em agosto. Sendo a mais antiga competição internacional promovida pela FIA – Federação Internacional de Automobilismo, o Campeonato Europeu de Rallyes integra dez provas em outros tantos países do velho continente. O Rali Vinho da Madeira é uma das mais importantes provas do campeonato e a maior manifestação automobilística da região, atraindo milhares de pessoas às serras em busca do melhor local para assistir à passagem dos veículos. Com o seu nome, o Rali homenageia um dos principais produtos da Madeira, o vinho licoroso, que já no séc. XVIII era muito apreciado nas cortes europeias tanto pelo seu sabor como pelo aroma inconfundível. A consumir com moderação!

Madeira – de 31 de julho a 2 de agosto

+ info : [www.ralivm.com](http://www.ralivm.com)



Crédit Photo : Gerhard Limn / Kogel/Eyesea

## Départ en vacances, effectuer un long trajet en voiture en toute sécurité, ça se prépare :

Toutes les deux heures une pause s'impose :  
même si vous vous sentez en forme,  
arrêtez-vous au moins un quart d'heure.

**PREVENTION**

**Vous souhaitez en savoir plus ?**  
**Rendez-vous sur [www.macif.com](http://www.macif.com)**  
**rubrique prévention**  
**Pour nous écrire : [lavieplussure@macif.fr](mailto:lavieplussure@macif.fr)**





## Prevenir os riscos

### 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 flocagem dos faróis e limpe-os.
- Verifique que tem triângulo de sinalização e um jogo de luzes suplentes.

### 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, críspação do pescoço e ombros, dificuldade em concentrar-se na condução... Aos primeiros sinais, e mesmo que não lhe falem muitos km, pare logo que for 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 ligeira 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.

## O que fazer em caso de acidente

### Sinalizar

- Acenda as luzes de emergência.
- Vista o colete reflector.
- Mefa 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.

## A velocidade

### 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.



### Infos Utiles France

#### Conditions de circulation

[www.bison-fute.equipement.gouv.fr](http://www.bison-fute.equipement.gouv.fr)  
[www.securiteroutiere.equipement.gouv.fr](http://www.securiteroutiere.equipement.gouv.fr)  
[www.autoroutes.fr](http://www.autoroutes.fr)  
 Service Audiotel : +33 8 26 02 20 22

#### Prévisions météorologiques

[www.meteofrance.com/](http://www.meteofrance.com/) Tel. 3250



### Infos Utiles Portugal

#### Autoridade Nacional Segurança Rodoviária

Urbanização de Cabanas Golf nº1,  
 Tagus Park - 2734-504 Barcarena  
 Linha de Informações:  
 +351 707 200 830 / [www.ansr.pt](http://www.ansr.pt)  
**Serviço Nacional de Trânsito :**  
 +351 800 21 01 01

#### Previsões meteorológicas

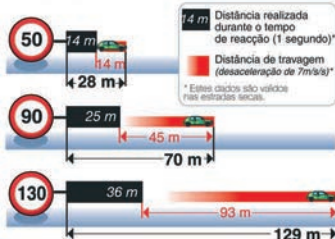
[www.meteo.pt](http://www.meteo.pt) - Tel: +351 760 786 774

#### Telefones de emergência :

Número Europeu de Emergência:  
 112  
 Serviço Nacional de Bombeiros:  
 +351 213 422 222

## Distânciasdesegurança

É obrigatório manter uma distância de segurança, que equivale a pelo menos dois segundos, para com o veículo que circula à sua frente, afirm 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 descontinuas da faixa de emergência com o veículo que circula à sua frente



- 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!

## 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.

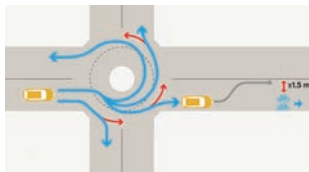
## Modificações do código da estrada em Portugal

### Taxa de alcoolemia

Redução da taxa de alcoolemia autorizada e a partir da qual se considera contra-ordenação, passando de 0,5 g/l para 0,2 g/l para os condutores em regime probatório (com carta há menos de 3 anos),

condutores de veículos de socorro ou serviço urgente, de transporte coletivo de crianças, de táxis, de veículos pesados de mercadorias ou passageiros e de veículos de transporte de mercadorias perigosas.

## Circulação em Rotundas



Passa a ser expressamente proibida a circulação pela via mais à direita da rotunda, salvo se se pretender sair da rotunda na saída imediatamente a seguir. Excepcionalmente, os veículos de tracção animal, velocípedes e automóveis pesados, podem usar a via direita da rotunda independentemente da saída que pretendam tomar, devendo neste caso facultar a saída dos outros veículos.

## Documentos

Para os condutores que não sejam titulares do cartão de cidadão, passa a ser obrigatório fazerem-se acompanhar do respectivo cartão de contribuinte fiscal para apresentação às.

Outras alterações:

[www.pelaestradafora.com](http://www.pelaestradafora.com)

## O cintodesegurança

- 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 álcool

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



## Velocidade em Portugal

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

### Automóveis ligeiros, motociclos

|                                                                    | Excesso de velocidade | Coima       | Contra-Ordenação |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------|------------------|
| <b>Dentro das localidades</b><br>limite:<br>50km/h                 | Até 20 km/h           | 60 a 300€   | Leve             |
|                                                                    | 20 a 40 km/h          | 120 a 600€  | Grave            |
|                                                                    | 40 a 60 km/h          | 300 a 1500€ | Muito Grave      |
|                                                                    | + de 60 km/h          | 500 a 2500€ | Muito Grave      |
| <b>Fora das localidades</b><br>limite:<br>120km/h nas autoestradas | Até 30 km/h           | 60 a 300€   | Leve             |
|                                                                    | 30 a 60 km/h          | 120 a 600€  | Grave            |
|                                                                    | 60 a 80 km/h          | 300 a 1500€ | Muito Grave      |
|                                                                    | + de 80 km/h          | 500 a 2500€ | Muito Grave      |

### Ostestes de álcool

Os testes de alcoolemia são de valor incontestável na luta contra os acidentes mortais relacionados com o álcool ao volante. Assim, é aconselhável embora não obrigatório, possuir 2 testes de alcoolemia nos veículos não utilizados e que respeitem as condições de validade. Os testes de alcoolemia não são tão inúteis como se pode imaginar. Na dúvida, utilize-os!

### 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€. 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 de 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 retrorreflector de modelo aprovado. A ausência de colete é sancionada com uma coima de 60 a 300€.

• 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 retrorreflector. A não colocação do colete é sancionada com coima de 120 a 600€.

## transporte de crianças

### A SEGURANÇA DAS CRIANÇAS NO AUTOMÓVEL



• 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€ por cada criança transportada indevidamente.

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

Fonte: Código da Estrada



## Campanha Secur'été 2015



A Cap Magellan, principal associação de jovens lusodescendentes de França, organiza pelo 13º ano consecutivo uma campanha de Segurança Rodoviária intitulada « Secur'été - Verão em Portugal ».

Esta é uma campanha que se dirige aos portugueses e luso-descendentes, 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.

### José Carlos Malato



O célebre apresentador de televisão é de novo o padrinho 2015 da campanha de segurança rodoviária "Secur'été".

### 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 os 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.sapo.pt](http://www.capmagellan.sapo.pt)

Tel: +33 1 79 35 11 00

## CCP, Legislativas e Presidenciais portuguesas

### Quem vota, conta!

As próximas eleições para o CCP (Conselho das Comunidades Portuguesas) são em setembro de 2015, para a Assembleia da República em setembro/outubro de 2015 e para a Presidência da República são em inícios de 2016.

Pela primeira vez, só pode votar para o CCP quem estiver inscrito no recenseamento para a Assembleia da República.

Faça já a sua inscrição no consulado da sua área de residência!

### Campanha da Cap Magellan

Tel. : 01 79 35 11 00 - E-mail: [info@capmagellan.org](mailto:info@capmagellan.org)

Site: [capmagellan.sapo.pt](http://capmagellan.sapo.pt)

Para mais informações, consultar :

Comissão Nacional de Eleições : [www.cne.pt](http://www.cne.pt)

e Consulado da área de residência



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 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.

## 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 autorização à Câmara Municipal e informa-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 à 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.



## 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.



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

- Se avistar o início de um incêndio florestal ligue de imediato para o 112 ou para os Bombeiros da área.



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

**Obedeça rapidamente, mas com calma.**

## 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 extingui-lo com pás, enxadões ou ramos.
- Não prejudique a acção 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 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.

## 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.



## Soleil, les bons gestes

Bien que le soleil ait des effets bénéfiques sur notre vitalité, et le bon fonctionnement de notre organisme, face à l'imprudence, ces effets peuvent se révéler néfastes pour la peau. Avant de partir à la plage, on vous le répète assez souvent : n'oubliez pas votre crème solaire ! Mais vous rappelle-t-on qu'il faut boire ? Car vous hydrater est essentiel et peut être une astuce pour aider au bronzage ! L'eau, est sans aucun doute la meilleure boisson lorsqu'on s'expose au soleil. Elle vous permet de vous hydrater facilement et diminue les risques de problèmes de santé. À vous de prévoir en permanence une bouteille à proximité. Essayez d'en boire régulièrement lorsque vous êtes à la plage, pas besoin d'avoir soif ! La quantité d'eau à consommer est bien sûr conditionnée par vos efforts physiques de la journée. Mais sachez que le minimum requis est de 1,5 litres par jour ! Si vous n'êtes pas un amateur d'eau plate, et que vous souhaitez tout autant vous hydrater que 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 fait dans l'immédiat. Il s'agit de refroidir la victime et de la réhydrater. 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). Si elle est consciente, donnez-lui une boisson fraîche. Attention, il ne faut pas la baigner dans une eau trop froide (risque de choc thermique). Appelez aussi vite que possible un médecin qui jugera de la nécessité d'un traitement médical : 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. Portez si cela est nécessaire et aussi souvent que possible des lunettes de soleil adaptées, ce 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 de deux ans, choisissez des lunettes de bonne qualité, certifiées selon la réglementation européenne en vigueur et bannissez les « lunettes gadgets » qui peuvent se révéler aussi dangereuses 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 aussi provoquer des intolérances solaires et des réactions locales. Alors lisez les notices !

## Que faire en cas de coup de soleil ?

Dans un premier temps, il est recommandé de ne pas s'exposer, de se mettre à l'ombre et de boire en abondance afin de combattre la déshydratation. En cas de coup de soleil modéré (brûlure simple) :

- Appliquer des crèmes « après solaire » ou des émulsions spécifiques pour les brûlures ;
- En cas de cloques, ne pas percer et recouvrir d'un pansement stérile ;
- Se réhydrater en buvant en abondance ;
- Eventuellement prendre un antalgique (paracétamol...). Si la brûlure est grave (étendue, cloques multiples, altération de l'état général, fièvre...), il est nécessaire de consulter un médecin.

## Sida et MST

Vous êtes en vacances, les pieds dans l'eau, libres de vos obligations. Nouvelles rencontres, amour d'un soir ou amour de toujours... Cependant, ne pensez pas que cela n'arrive qu'aux autres, que le fléau du Sida ou des MST (Maladies sexuellement transmissibles) n'existe que sur un autre continent, ou que vous êtes immunisés. Inutile de rappeler que le vaccin contre le Sida n'a toujours pas été découvert, et que le seul moyen de s'en protéger est le **Préservatif** ! Même si les MST peuvent être soignées, elles sont très souvent détectées tardivement. Parmi les plus répandues : Syphilis (après avoir disparue, elle est de retour), mycose, hépatite, herpès, chlamydiae (risque de stérilité). Seul protection également : le **Préservatif** !



## Carte européenne d'assurance maladie



Vous partez au Portugal. La carte européenne d'assurance maladie ou à défaut, le certificat provisoire de remplacement, vous permet d'être pris en charge sans avoir à avancer des frais, en cas de soins médicaux nécessaires. Cela étant, les formalités en vigueur dans ce pays doivent être respectées. La carte européenne d'assurance maladie n'est pas délivrée de façon automatique: pour l'obtenir renseignez vous auprès de votre caisse d'assurance maladie deux semaines au moins avant votre départ.

Infos : [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr)

## 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 ne pas en profiter pour prendre des cours de secourisme.

## Utiles

Numéros d'urgences:  
**en France** : SAMU 15  
**au Portugal** : 112  
 Linha Saúde 24:  
 +351 808 24 24 24

# A23

## Concessão da Beira Interior

Abrantes | Castelo Branco | Guarda

## VÉHICULES D'IMMATRICULATION ÉTRANGÈRE

Les voies de circulation munies uniquement de péages électroniques sont signalées "péage électronique uniquement".

**EASYToll** (Exclusif aux péages électroniques) : Valable par 30 jours

**Tollcard** (Exclusif aux péages électroniques) : Carte préalablement chargée avec 5€, 10€, 20€ ou 40€

**Tollservice** (Exclusif aux péages électroniques) : 20€ pour une utilisation illimitée pendant 3 jours, seulement Véhicules Légers.

**Dispositif Temporaire Via Verde** (Pour tous les Autoroutes) : Séjours fréquents.

**EASYToll – Le système EASYToll** est une nouvelle solution de paiement automatique des péages électroniques. Il est destiné aux touristes et aux émigrants. **Le conducteur, sans devoir sortir du véhicule**, introduit la carte bancaire (Mastercard et Visa) dans le terminal de paiement et le système associe automatiquement l'immatriculation du véhicule à la carte bancaire. Les péages à payer seront directement débités sur le compte associé à la carte. Au moment de l'adhésion un reçu justificatif est émis qui devra être conservé. Facture disponible sur : [www.portugaltolls.com](http://www.portugaltolls.com). Le conducteur a toujours la possibilité de modifier les immatriculations ou d'annuler l'adhésion, par l'intermédiaire du Call Center 707 500 501 (appel national) ou + 351 212879555 (appel à partir de l'étranger).

Adhérer aux Welcome Point situés aux postes frontaliers:

**A28** – Station de Service Viana do Castelo.

**A25** – Station de Service Alto Leomil (Vilar Formoso).



Pour plus d'information, veuillez consulter le site [www.portugaltolls.com](http://www.portugaltolls.com) ou contacter le +351 212 879 555 ou [duvidas.portagens@estradas.pt](mailto:duvidas.portagens@estradas.pt)



**PORTVIAS**  
 PORTAGEM DE VIAS S.A.

[www.portvias.pt](http://www.portvias.pt)

Service client : 707 243 243

## 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.fcportugal.com](http://www.fcportugal.com)

## Norte Campings

**Parque de Campismo de Caminha / Orbitur**  
 Estrada Nacional 13 Km 90 Mata do Camarido - Mata do Camarido  
 4910-180 Caminha  
 Tel : +351 258 921 295

**Cepo Verde Parque natural de Montesinho**  
 Lugar da Vinha do Santo  
 5300-561 Gondense, Bragança  
 Tel : +351 273 999 371

**Parque de Campismo Cabreira**  
 Lugar de Entre-os-rios  
 4850-235 Vieira do Minho  
 Tel : +351 253 648 665

**Parque de Campismo da Barragem de Queimadela**  
 Rua da Barragem - Revelhe  
 4820-630 Fafe  
 Tel : +351 253 504 084

**Centro**  
**Parque de Campismo Municipal de Idanha-a-Nova**  
 Albufeira da Barragem Marechal Carmona  
 6060-128 Idanha-a-Nova  
 Tel : +351 277 202 793

**Parque de Campismo de S. Pedro de Moel / Orbitur**  
 Rua Volta do Seife - S. Pedro de Moel  
 2430 - Marinha Grande  
 Tel : +351 244 599 168

**Parque de Campismo Campimeco**  
 - Douches quentes gratuits;  
 - Lava-loiças com água quente;

- Piscina adultos/ crianças;  
 - Bar;  
 - Restaurante;  
 - Posto de Primeiros Socorros...  
**Praia das Bicas - Aldeia do Meco**  
 2970 Sesimbra  
 Tel : +351 212 683 374

**Parque de Campismo Costa da Caparica**  
 Avenida Afonso de Albuquerque,  
 Quinta de Santo António  
 2825-450 Costa de Caparica  
 Tel : +351 212 901 366

**Parque de Campismo Praia da Barra**  
 R. Diogo Cão  
 3800-125 - Aveiro  
 Tel : +351 234 369 425

**Parque de Campismo Natural da Fraguinha**  
 Coelheira  
 3660-043 São Pedro do Sul - Viseu  
 Tel : +351 232 790 576  
 + info : [www.fraguinha.com](http://www.fraguinha.com)

**Vale Paraíso Camping Nazaré Parque Verde**  
 Estrada nacional, 242  
 2450-138 - Nazaré - Leiria  
 Tel : +351 262 561 800

**Parque Municipal de Campismo Figueira da Foz**  
 Quinta da Calmada  
 3080-184 Figueira da Foz  
 Tel : +351 233 402 810

**Parque de Campismo Berlenga**  
 Ilha da Berlenga  
 2520-001 Ferrel  
 Tel : +351 262 789 571

## logements

**Sul**  
**Parque de Campismo do Sitava**  
 Brejo da Zimbreira - Apartado 130  
 7645-017 Vila Nova De Milfontes  
 Tel : +351 283 890 100

**Camping Albufeira**  
 Estrada de Ferreiras  
 8200-555 Albufeira  
 Tel : +351 289 587 269

**Parque de Campismo de Lagos - Turiscampo**  
 Estrada Nacional, 125  
 8600-109 Luz - Lagos  
 Tel : +351 282 789 265

**Parque de Campismo de Monte Gordo**  
 Avenue Infante Dom Henrique  
 8900-421 Monte Gordo  
 Tel : +351 281 510 970

**Parque de Campismo de Olhão**  
 Apartado 300 Pinheiros de Marim  
 Pinheiros de Marim  
 8700-912 Olhão  
 Tel : +351 289 700 300

**Parque de Campismo de Armação de Pera**  
 - Piscina grátis;  
 - Piscina das crianças;  
 - Actividades de lazer;  
 - Ténis;  
 - Campo desportivo;  
 - Sala de convívio,  
**Barata, Claro & Inácio**  
 Empreendimentos Turísticos Lda  
 8365-184 Armação de Pera  
 Tel : +351 282 312 260

**Parque de Campismo de Quarteira Fonte Santa**  
 Estrada da Fonte Santa,  
 Avenida Sá Carneiro  
 8125-618 Quarteira  
 Tel : +351 289 302 826

## Tourisme d'habitation

**Aldeias de Portugal**  
 ATA - Associação de Turismo de Aldeia  
 Praça da República  
 4990-062 Ponte de Lima  
 Tel : +351 258 931 750  
 + info : [www.aldeiasdeportugal.pt](http://www.aldeiasdeportugal.pt)

**Casas no campo**  
 Praça da República  
 4990-062 Ponte de Lima  
 Tel : +351 258 931 750  
 + info : [www.casasnocampo.net](http://www.casasnocampo.net)

**Center Central Nacional de Turismo no Espaço Rural**  
 Praça da República  
 4990-062 Ponte de Lima  
 Tel : +351 258 931 750  
 + info : [www.center.pt](http://www.center.pt)

**Solares de Portugal**  
 Central de Reservas da Turihab  
 Center Central nacional de Turismo no Espaço Rural  
 Tel : +351 258 931 750  
 + info : [www.solaresdeportugal.pt](http://www.solaresdeportugal.pt)



# Quando dá valor às suas origens, ganhamos todos.

As **Soluções Residentes no Estrangeiro** permitem-lhe ganhar em casa, mesmo quando está longe. Através de escritórios de representação nas principais cidades e de produtos específicos para os portugueses que residem fora do país, garantimos que as suas poupanças ficam a ganhar.

**Para mais informações contacte os nossos Escritórios de Representação em Genève, Paris ou Frankfurt:**

- **Paris:** 32, Rue Notre Dame des Victoires, 75002 Paris  
Tel. 00 33 140 260 641 | Fax 00 33 140 260 741 | E-mail MG502@montepio.pt
- **Genève:** 9, Rue Terraux du Temple, CP 1829, 1211 Genève 1  
Tel. 00 41 22 731 5800 | Fax 00 41 22 731 5804 | e-mail MG504@montepio.pt
- **Frankfurt:** Schafergasse, 17 60313 Frankfurt / Main  
Tel. 00 49 69 9139 4716 / 17 | Fax 00 49 69 9139 4729 | E-mail MG507@montepio.pt



**Montepio**

Valores que crescem consigo.

junho 2015 - PUB



## Pousadas de Juventude

A Rede Nacional de Pousadas de Juventude, conta já com várias 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 de <30 têm descontos de 15% em quartos duplos e em múltiplos nas Pousadas de Juventude nacionais, os preços variam entre 8€ e 20€ dependente da época, da pousada, do quarto... O preço do almoço ou jantar varia a partir de 6€.



Pousada de Areia Branca

### Como efectuar a reserva :

Podes reservar alojamento em qualquer Pousada de Juventude, ou através da Internet em [pousadasjuventude.pt](http://pousadasjuventude.pt) ou [juventude.gov.pt](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 **+351 707 20 30 30** (Linha da Juventude – apenas válida em Portugal) ou envia um e-mail para [reservas@movijovem.pt](mailto:reservas@movijovem.pt). Também podes efectuar a tua reserva nas lojas Ponto Já ou directamente na Pousada que escolheres.

## addresses

### PousadasHistóricas

#### Pousada de Juventude de Beja

R. Prof. Janeiro Acabado  
7800-506 Beja  
Tel. +351 284 325 239  
[beja@movijovem.pt](mailto:beja@movijovem.pt)

#### Pousada de Juventude de Foz Côa

Caminho Vicinal Currauteles, 5  
5150 Vila Nova de Foz Côa  
Tel. +351 279 764 041  
[fozcoa@movijovem.pt](mailto:fozcoa@movijovem.pt)

#### Pousada de Juventude de Guimarães

Complexo Multifuncional de Couros  
Largo da Cidade, 8  
4810-430 Guimarães  
Tel. +351 253 421 380  
[guimaraes@movijovem.pt](mailto:guimaraes@movijovem.pt)

#### Pousada de Juventude de Ponte de Lima

Rua Papa João Paulo II  
4990-062 Ponte de Lima  
Tel. +351 258 751 321  
[pontelima@movijovem.pt](mailto:pontelima@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. +351 251 709 933  
[cerveira@movijovem.pt](mailto:cerveira@movijovem.pt)

### PousadasNaturezaAventura

#### Pousada de Juventude de Abrantes

Av. Engº Adelino Amaro da Costa  
2200-195 Abrantes  
Tel. +351 241 379 210 / +351 925 664 987  
[abrantes@movijovem.pt](mailto:abrantes@movijovem.pt)

#### Pousada de Juventude de Alcoutim

8970-022 Alcoutim  
Tel. +351 281 546 004  
[alcoutim@movijovem.pt](mailto:alcoutim@movijovem.pt)

#### Pousada de Juventude de Alijó

Rua da Costinha  
5070-036 Alijó - Tel. +351 259 949 068  
[alijo@movijovem.pt](mailto:alijo@movijovem.pt)

#### Pousada de Juventude de Alvados

Barreira de Água - Alvados  
2480-032 Porto de Mós  
Tel. +351 244 441 202  
[alvados@movijovem.pt](mailto:alvados@movijovem.pt)

#### Pousada de Juventude de Bragança

Av. 22 de Maio  
5300-263 Bragança  
Tel. +351 273 329 231  
[braganca@movijovem.pt](mailto:braganca@movijovem.pt)

#### Centro de Juventude da Calheta

Caminho dos Serrões, 48  
9370-224 Estreito da Calheta - Madeira  
Tel. +351 291 822 500  
[pousadas.drjd@madeira-edu.pt](mailto:pousadas.drjd@madeira-edu.pt)

#### Pousada de Juventude de Calheta - São Jorge

Canada da Vinha Nova, Fajã Grande  
3070 Praia de Mira - 9850-027 Calheta, São Jorge / Tel. +351 295 460 000  
[saojorge@pousadasjuvacores.com](mailto:saojorge@pousadasjuvacores.com)

#### Pousada de Juventude de Idanha-a-Nova

Praça da República, 32  
6060-184 Idanha-a-Nova  
Tel. +351 277 208 051  
[idanha@movijovem.pt](mailto:idanha@movijovem.pt)

#### Pousada de Juventude de Lagoa

Avenida Vulcanológica - Alahada  
9560-414 Lagoa  
Tel. +351 296 960 610  
[reservas@pousadajuventudelagoa.com](mailto:reservas@pousadajuventudelagoa.com)



**Pousada de Juventude da Lousã**  
Rua da Feira  
3200 - 122 Lousã  
Tel. +351 239 996 384  
[lousa@movijovem.pt](mailto:lousa@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Melgaço**  
Complexo Desportivo Monte Prado  
4960-320 Melgaço  
Tel. +351 251 410 200  
[melgaço@movijovem.pt](mailto:melgaço@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude da Mina - Fundão**  
Cabeço do Pião,  
6230-631 Silveiras Fundão  
Tel. +351 275 657 603/ +351 969 570 571  
[mina@movijovem.pt](mailto:mina@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude das Penhas da Saúde**  
E.C.S. Lázaro  
6201-907 Covilhã  
Tel. +351 275 335 375 / +351 925 664 985  
[penhas@movijovem.pt](mailto:penhas@movijovem.pt)

**Pousada de juventude de São Roque - Pico**  
Rua João Bento de Lima  
9940-366 São Roque do Pico  
Tel. +351 292 648 050  
[pico@pousadasjuvacoeres.com](http://pico@pousadasjuvacoeres.com)

**Pousada de Juventude Santa Maria**  
Rua Frei Gonçalo Velho  
9580-531 Vila do Porto, Santa Maria  
Tel. +351 296 883 592  
[santamaria@pousadasjuvacoeres.com](mailto:santamaria@pousadasjuvacoeres.com)

**Centro de Juventude de Santana**  
Rua Tenente Domingos Cardoso  
9230-085 Santana  
Tel. +351 291 573 090  
[pousadas.drjd@madeira-edu.pt](mailto:pousadas.drjd@madeira-edu.pt)

**Pousada de Juventude São Pedro do Sul**  
Rua Central, 818 Termas  
3660-692 Várzea de São Pedro do Sul  
Tel. +351 232 724 543  
[spedrosul@movijovem.pt](mailto:spedrosul@movijovem.pt)

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

## PousadasPraia

**Pousada de Juventude de Alfeizerão**  
São Martinho do Porto  
Estrada Nacional 8  
2460 - 191 Alfeizerão  
Tel. +351 262 990 392/ +351 925 665 099  
[alfeizerao@movijovem.pt](mailto:alfeizerao@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Almogrove**  
Rua do Chafariz - Almogrove  
7630-017 Odemira  
Tel. +351 283 640 000  
[almogrove@movijovem.pt](mailto:almogrove@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Angra do Heroísmo**  
Negrito - São Mateus - 9700-554  
Angra do Heroísmo - São Mateus da Calheta  
Tel. +351 295 642 095  
[terceira@pousadasjuvacoeres.com](mailto:terceira@pousadasjuvacoeres.com)

**Pousada de Juventude da Areia Branca**  
Praia da Areia Branca - Largo João Soldado  
2530-217 Lourinhã  
Tel. +351 261 422 127/ +351 925 664 988  
[areiabranc@movijovem.pt](mailto:areiabranc@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude da Arrifana - Aljezur**  
Urbanização Arrifamar  
Praia da Arrifana  
8670-111 Aljezur  
Tel. +351 282 997 455/ +351 925 979 788  
[arrifana@movijovem.pt](mailto:arrifana@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Catalazete - Oeiras**  
Estrada Marginal (Junto ao Inatel)  
2780-267 Oeiras  
Tel. +351 214 430 638  
[catalazete@movijovem.pt](mailto:catalazete@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Espinho**  
Lugar de Sales - Silvade  
4500-474 Espinho  
Tel. +351 227 312 022  
[espinho@movijovem.pt](mailto:espinho@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Faro**  
R. da PSP, Edifício do IPJ  
8000-408 Faro  
Tel./Fax +351 289 878 090  
[faro@movijovem.pt](mailto:faro@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Foz do Cávado**  
Alameda Bom Jesus- Fão  
4740-322 Esposende  
Tel./Fax +351 253 982 045  
[fozcavado@movijovem.pt](mailto:fozcavado@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Lagos**  
R. Lançarote de Freitas, 50  
8600-605 Lagos  
Tel. +351 282 761 970/ +351 961 718 304  
[lagos@movijovem.pt](mailto:lagos@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Ovar**  
Av D. Manuel I (EN 327)  
3880-109 Ovar  
Tel. +351 256 591 832  
[ovar@movijovem.pt](mailto:ovar@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Portimão**  
Rua pousada de juventude  
8500-423 Portimão  
Tel. +351 282 491 804/ +351 925 665 079  
[portimao@movijovem.pt](mailto:portimao@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude do Porto Moniz**  
Vereda da Cadeia  
9270-151 Porto Moniz - Madeira  
Tel. +351 291 741 540  
[pousadas.drjd@madeira-edu.pt](mailto:pousadas.drjd@madeira-edu.pt)

**Pousada de Juventude do Porto Santo**  
Rua Almeida Ribeiro, 2  
9400-151 Porto Santo  
Tel. +351 291 982 607  
[pousadas.drjd@madeira-edu.pt](mailto:pousadas.drjd@madeira-edu.pt)

**Pousada da juventude de Tavira**  
Rua Miguel Bombarda, 36-38  
8800-419 Tavira  
Tel. +351 281 326 731  
[tavira@movijovem.pt](mailto:tavira@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Viana do Castelo**  
Rua de Limia  
4900-405 Viana do Castelo  
Tel. +351 258 838 458  
[vianacastelo@movijovem.pt](mailto:vianacastelo@movijovem.pt)

## PousadasUrbanas

**Pousada de Juventude de Almada**  
Quinta do Bucelinho - Pragal  
2805-358 Almada  
Tel. +351 212 943 491  
[almada@movijovem.pt](mailto:almada@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Aveiro**  
R. das Pombas, Edifício do IPJ  
3810-150 Aveiro  
Tel./Fax +351 234 482 233  
[aveiro@movijovem.pt](mailto:aveiro@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Braga**  
R. de Santa Margarida, 6  
4710-306 Braga  
Tel. +351 253 263 279  
[braga@movijovem.pt](mailto:braga@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Castelo Branco**  
Rua Dr. Francisco José Palmeiro,  
Edifício do IPJ - 6000-230  
Castelo Branco  
Tel. +351 272 344 025  
[castelobranco@movijovem.pt](mailto:castelobranco@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Coimbra**  
Rua Doutor Henriques Seco, 14  
3000-145 Coimbra  
Tel. +351 239 829 228  
[coimbra@movijovem.pt](mailto:coimbra@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Funchal**  
Calçada da Cabouqueira, n.º  
9000-171 Funchal  
Tel. +351 291 741 540 / +351 291 741 381  
[pousadas.drjd@madeira-edu.pt](mailto:pousadas.drjd@madeira-edu.pt)

**Pousada de Juventude de Lisboa**  
R. Andrade Corvo, 46  
1050-009 Lisboa  
Tel. +351 213 532 696/ +351 925 665 072  
[lisboa@movijovem.pt](mailto:lisboa@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude do Parque das Nações**  
Rua de Moscavide, Lt 47 - 101  
1998-011 Lisboa  
Tel. +351 218 920 890  
[lisbooparque@movijovem.pt](mailto:lisbooparque@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude do Porto**  
R. Paulo da Gama, 551 - 4169-006  
Porto  
Tel. +351 226 163 059 / +351 925 664 983  
[porto@movijovem.pt](mailto:porto@movijovem.pt)

**Pousada de Juventude de Viseu**  
Rua Aristides Sousa Mendes  
Portal do Fontelo - 3500-033 Viseu  
Tel. +351 232 413 001  
[viseu@movijovem.pt](mailto:viseu@movijovem.pt)

**Navio Gil Eannes**  
Doca Comercial  
4900-405 Viana do Castelo  
Tel. +351 258 821 582  
[navigileannes@movijovem.pt](mailto:navigileannes@movijovem.pt)



## le train



CP – Chemins de Fer Portugais ([www.cp.pt](http://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 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 » 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 itinéraire ainsi que les prix sur les sites des concessionnaires :

[www.brisa.pt](http://www.brisa.pt)  
[www.aeatlantico.pt](http://www.aeatlantico.pt)  
[www.norscut.com](http://www.norscut.com)  
[www.scutvias.pt](http://www.scutvias.pt)

**Estrada Livre** é um serviço criado pela EP - Estradas de Portugal, S.A. Pode sugerir ou reclamar sobre situações anómalas detectadas na infra-estrutura rodoviária do Continente, através da Linha Azul - 808 210 000 / 707 500 501 (custo de chamada local), todos os dias, das 9h às 23h ou du site: [www.estradasdeportugal.pt](http://www.estradasdeportugal.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.

## location voiture

Vous arrivez au Portugal et vous souhaitez louer une voiture pour votre séjour ?

## Adresses utiles:

**Avis** - Central de Reservas  
**Tel. +351 800 201 002**  
[www.avis.com.pt](http://www.avis.com.pt)

**Budget** - Central de Reservas  
**Tel. +351 808 252 627**  
[www.budgetportugal.com](http://www.budgetportugal.com)

**Europcar** - Centro de Reservas  
**Tel. +351 219 407 790**  
[www.europcar.pt](http://www.europcar.pt)

**Guérin** - Central de Reservas  
**Tel. +351 707 272 007**  
[www.guerin.pt](http://www.guerin.pt)

**Hertz** - Central de Reservas  
**Tel. +351 808 202 038**  
[www.hertz.com.pt](http://www.hertz.com.pt)

**Sarafauto** - Central de Reservas  
**Tel. +351 244 723 988**  
[www.sarafauto.pt](http://www.sarafauto.pt)

**Turiscar** - Central de Reservas  
**Tel. +351 707 282 880**  
[www.turiscar.pt](http://www.turiscar.pt)

## Contacts avion

**Aeroportos de Portugal**  
**+ info : [www.ana.pt](http://www.ana.pt)**

## Tap Portugal

**Call Center / France: +33 820 319 320**  
**Call Center / Portugal: +351 707 205 700**  
**+ info : [www.flytap.fr](http://www.flytap.fr)**

## Contacts train

**CP – Comboios de Portugal**  
**Tel. : +351 707 210 220**  
**+ info : [www.cp.pt](http://www.cp.pt)**

## Autocaretbus

**Rede Nacional de Expresso, Lda**  
**Tel. : +351 707 223 344**  
**+ info : [www.rede-expressos.pt](http://www.rede-expressos.pt)**

## Cartões com desconto

## Cartão Id&gt;30



Cartão com vantagens para lusodescendentes menores de 30 anos.

**Preços : Versão clássica: 8 € / Versão bancária: 20 €**

Vê os benefícios do Id>30 com detalhe no conteúdo « Vantagens » do site: [microsites.juventude.gov.pt/Portal/LD30/CartaoId30/](http://microsites.juventude.gov.pt/Portal/LD30/CartaoId30/)

## Cartão Intra\_Rail

Permite viajar nos comboios da CP e inclui o alojamento nas Pousadas de Juventude, de Norte a Sul do país :

## - Intra\_Rail Xcape



Duração : 3 dias de viagens de comboio / 2 noites de alojamento, pousada de juventude.

**Preços : 58 € com desconto Cartão Jovem / 64 € sem desconto Cartão Jovem.**

## - Intra\_Rail Xplore



Duração : 7 dias de viagens de comboio / 6 noites de alojamento, pousada de juventude.

**Preços : 127 € com desconto Cartão Jovem / 146 € sem desconto Cartão Jovem.**

## Para os dois :

Locais de venda : Pousadas de Juventude ou Estações de venda da CP  
**Tel. : +351 707 23 32 33**  
**+ info : [reservas@pousadasjuventude.pt](mailto:reservas@pousadasjuventude.pt)**

### Vias abrangidas

Norte Litoral: A28; A27; IP9  
Grande Porto: A4; A41; A42  
Centro: A17; A25; A29; A23

### Como se pode pagar as portagens electrónicas?

Nas portagens electrónicas, não há cabines para pagamento manual. Estas estão identificadas pela referência "Electronic toll only". A forma mais simples de pagar é utilizar um Dispositivo Electrónico que pode comprar nas estações de correio.

### O que é o Dispositivo Electrónico?

Existem três tipos de dispositivos electrónicos:

- Dispositivo Via Verde (ou de outra entidade de cobrança);
- Dispositivo Electrónico de Matrícula (DEM);
- Dispositivo Temporário (DT), com validade temporária, embora renovável.

### Quais as modalidades de pagamento com Dispositivo Electrónico?

- Pagamento automático: as portagens são debitadas na conta bancária indicada pelo utente; esta modalidade pode ser contratada quer com o Dispositivo Via Verde (ou de outra entidade de cobrança), quer com o DEM;
- Pré-pagamento com identificação do titular: o utente faz um pré-carregamento (em dinheiro, via Multibanco ou homebanking) que vai gastando conforme viaja; esta modalidade pode ser contratada quer com o dispositivo Via Verde (ou de outra entidade de cobrança), quer com o DEM;
- Pré-pagamento anónimo: funciona como o outro pré-pagamento, mas sem implicar a identificação do titular; esta modalidade pode ser adoptada com o DT (pré-carregamento com período de validade de 90 dias).



### Onde adquirir o dispositivo?

Posto de venda na fronteira; site Internet [www.ctt.pt](http://www.ctt.pt) (pago com cartão de crédito); Aeroportos de Porto e Faro; IKEA Matosinhos; Áreas de serviço: A28, Viana e Modivas - A25, Celorico da Beira - A23, Abrantes - A22, Olhão; Correios.

### Mais informações em:

**CTT - Tel: +351 707 262 626**

**+ info: [www.ctt.pt](http://www.ctt.pt)**

**Estradas de Portugal -**

**[www.estradas.pt/artigo/portagensfaq-1](http://www.estradas.pt/artigo/portagensfaq-1)  
ou [www.portugal tolls.com](http://www.portugal tolls.com)**

- Desconto em combustível na BP: 9 cênts./l nos dias 9, 19, 29 e 6 cênts./l nos restantes dias**
- Médico em casa por 10€/consulta**
- Desconto em mais de 5.000 parceiros**
- Assistência técnica em casa**

## ACP, o seu clube em Portugal

**EXCLUSIVO PARA RESIDENTES NO ESTRANGEIRO**

**Por apenas 21€/ano**

**Faça-se sócio**

**707 509 510\* / 916 767 227** (24h/365 dias)

\*0,10€/min (rede fixa) e 0,25€/min (rede móvel), tarifação ao segundo após o 1º minuto.



**AUTOMÓVEL  
CLUB DE PORTUGAL**

**[www.acp.pt](http://www.acp.pt)**

## Lexique

## Phrases et Expressions utiles

Je parle un peu portugais.  
 Vous parlez français ?  
 Que signifie... ?  
 Comment dit-on ...  
 en portugais ?  
 Où y'a-t-il des hôtels /  
 restaurants / lieux à visiter ?  
 Pouvez-vous me montrer  
 sur la carte... ?  
 Quelles sont les horaires /  
 tarifs de la visite ?  
 Une table pour une personne/  
 deux personnes, svp.  
 Je pourrai avoir la carte ?  
 L'addition, s'il vous plaît.  
 Où sont les toilettes ?  
 Avez-vous des chambres libres ?  
 Quel est le prix d'une nuit ?  
 Où puis-je acheter ... ?  
 Combien coûte... ?  
 Acceptez-vous les cartes  
 de crédit ?  
 Où puis-je trouver  
 un distributeur de billets ?  
 Ce train/bus s'arrête-t-il  
 à \_\_\_\_ ?  
 Je voudrais louer une voiture.  
 Taxi : Amenez moi à \_\_\_\_\_,  
 je vous prie.  
 Où se trouve le commissariat ?  
 Où se trouve l'ambassade/  
 le consulat français ?



**Entre jeunes / Fun et décalé**  
 C'est génial !

On va s'éclater !  
 C'est dingue !  
 Elle est canon.  
 Être dans le pétrin.  
 Être lent.  
 Truc de dingue !  
 Avoir très faim.

## Frases e Expressões úteis

Falo um pouco português.  
 Fala francês ?  
 O que significa... ?  
 Como se diz ...  
 em português ?  
 Onde há hotéis /  
 restaurantes / lugares a visitar ?  
 Pode indicar-me  
 no mapa... ?  
 Quais são os horários /  
 preços da visita ?  
 Uma mesa para uma/  
 duas pessoas, por favor.  
 Poderia trazer-me a ementa ?  
 A conta, por favor.  
 Onde fica a casa de banho ?  
 Tem quartos disponíveis ?  
 Qual é o preço de uma noite ?  
 Onde posso comprar... ?  
 Quanto custa... ?  
 Aceita cartão  
 de crédito ?  
 Onde posso encontrar  
 uma caixa multibanco ?  
 Este comboio / autocarro pára  
 em \_\_\_\_ ?  
 Queria alugar um carro.  
 Táxi : Pode levar-me a \_\_\_\_\_,  
 por favor.  
 Onde fica a polícia ?  
 Onde fica a embaixada/  
 o consulado de França ?



**Entre jovens / Diversão**  
 É muito fixe ! / Altamente ! /  
 Bué da fixe !  
 Vamos curtir !  
 Que cena !  
 Que linda !  
 Estou lixado/a !  
 Que lentidão !  
 Grande cena !  
 Estar com uma larica !

## utiles

**Ambassade du Portugal**  
 3, rue de Noisiel - 75116 Paris  
 Tél. : +331 47 27 35 29  
[www.ambaixada-portugal-fr.org](http://www.ambaixada-portugal-fr.org)

**Ambassade de France**  
 Rua Santos-o-velho, 5  
 1249-079 Lisboa - Tél. : +351 213 939 100  
[www.ambafrance-pt.org](http://www.ambafrance-pt.org)

**Section consulaire de Lisbonne**  
 Rua Santos-o-velho, 5  
 1249-079 Lisboa  
 Tél. : +351 213 939 294  
[www.ambafrance-pt.org](http://www.ambafrance-pt.org)

**AICEP Portugal Global**  
 3, rue de Noisiel - 75116 Paris  
 Tél. : +331 45 05 44 10  
[www.portugalglobal.pt](http://www.portugalglobal.pt)

**Posto de Turismo do Porto**  
 Praça D. João I, 43  
 Tel. : +351 222 057 514  
**de Coimbra**  
 Praça da Porta Férrea  
 Tel. : +351 239 859 884  
**de Lisboa**  
 Palácio Foz - Praça dos Restauradores  
 Tel. : +351 213 463 314  
**de Faro**  
 Rua de Misericórdia, 8  
 Tel. : +351 289 803 604

## CAP MAGELLAN

**Cap Magellan** a conçu ce Guide en pensant à vous, qui passez votre **été 2015** 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, lusodescendants et Français lusophiles, qui ont en commun la volonté de promouvoir la culture e 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 citoyennes et Activités culturelles**. Pour en savoir plus, visitez notre site : [www.capmagellan.sapo.pt](http://www.capmagellan.sapo.pt) Devenez membres de Cap Magellan et recevez gratuitement notre magazine CAPMag (vous ne paierez que les frais d'envoi). Informez-vous par tél : **+331 79 35 11 00** ou par e-mail : [info@capmagellan.org](mailto:info@capmagellan.org) Depuis février 2012, retrouvez les infos quotidiennes et **offres d'emploi** sur le nouveau site interactif de Cap Magellan en partenariat avec Sapo Portugal : [www.capmagellan.sapo.pt](http://www.capmagellan.sapo.pt)





The background of the advertisement is a composite image. The top half shows a dark blue night sky filled with stars. In the upper right corner, a semi-transparent globe of the Earth is shown, with white lines representing flight routes radiating from a red dot in Europe (likely Lisbon) to various destinations across Africa, South America, and North America. In the lower half, a woman and a young child are seen from behind, sitting on a dark surface and reaching their arms out towards the starry sky. The woman is wearing a floral-patterned dress, and the child is wearing a patterned dress. A red and white geometric banner separates the top and bottom halves of the image.

# RÉALISEZ VOS RÊVES DE VOYAGE EN NOTRE COMPAGNIE !

Il ne vous reste plus qu'à choisir parmi nos 85 destinations  
vers **LE PORTUGAL, L'AFRIQUE, L'AMÉRIQUE DU  
NORD, CENTRALE ET DU SUD**



TAP PORTUGAL

à bras ouverts

Toutes nos destinations sont au départ de Paris, Bordeaux, Lyon, Marseille,  
Nantes, Nice et Toulouse. Mais aussi de Bruxelles et Luxembourg.

A STAR ALLIANCE MEMBER 

[flytap.com](http://flytap.com)



Residentes no Estrangeiro

## DESDE O DIA EM QUE SAÍ DE PORTUGAL, UMA COISA É CERTA: A CAIXA ESTÁ COMIGO.

Quando decidimos ir para fora de Portugal, levamos um pouco do nosso país connosco: a música, a comida ou fotografias da família. E onde quer que esteja, a Caixa ajuda-o a sentir-se em casa. São inúmeras as opções, desde o cartão personalizável Caixa Classic RE\*, onde pode colocar uma fotografia do seu país ou família; condições vantajosas para adquirir imóveis em Portugal, para habitação ou investimento; os Depósitos Mais RE, para poupar com segurança; e ainda, o serviço Caixadirecta, disponível on-line e por telefone, 24 horas, todos os dias do ano, com uma equipa especializada em soluções financeiras para clientes residentes no estrangeiro.

\***TAEG 18,0%** para um montante de 1.500€, com reembolso a 12 meses, à TAN de 16,10%

HÁ UM BANCO QUE AJUDA A DAR CERTEZAS AO FUTURO.  
**A CAIXA. COM CERTEZA.**



Caixa Geral de Depósitos

[www.cgd.pt](http://www.cgd.pt) | (+351) 707 24 24 24 | 24h todos os dias do ano | Informe-se na Caixa.

A Caixa Geral de Depósitos S.A. é autorizada pelo Banco de Portugal.