

LISBOA TI ASPETTA



LISBOA TI ASPETTA



VITA
COSMOPOLITA



Città multiculturale, Lisbona è la porta dell'Europa sull'Atlantico.

UN'ESPERIENZA CHE
SA DI STORIA



Una delle zone più antiche d'Europa, intimamente legata allo sviluppo della civiltà occidentale.

NATURA E
SOSTENIBILITÀ



Qui si entra in contatto con la natura grazie alla gastronomia, allo sport, alle passeggiate con la famiglia e ad avventure esaltanti.

SPIAGGIA E
OCEANO



Estesi arenili di alcune delle spiagge più belle al mondo e una florida vita marina.

FADO E
SAPORI



La cucina e il fado portoghesi che si intrecciano con il Mediterraneo.

RICCHEZZA
CULTURALE



Un patrimonio artistico e culturale che si mantiene vivo grazie ai talenti di un tempo... ma anche a quelli nuovi.

EVENTI



Eventi diversi in ogni regione, dai più frequentati e tradizionali a quelli più d'avanguardia.



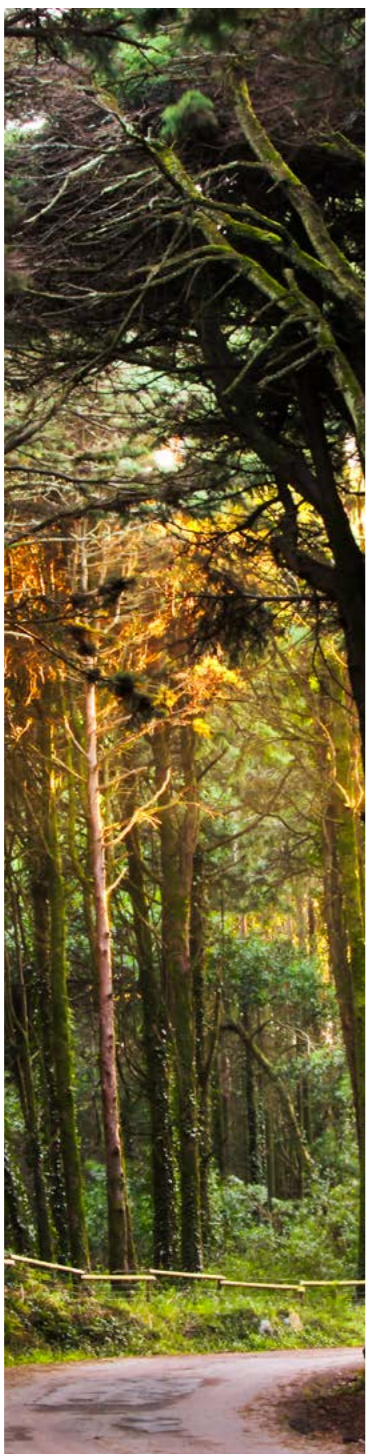
Lisbona è una fermata obbligatoria per chi cerca una destinazione ricca di cultura, sicura e inclusiva. Spiagge grandi, natura abbondante, Storia e storie affascinanti e i sapori superbi della cucina portoghese che si riuniscono in un unico luogo, dove si celebra l'ospitalità. Lisbona promette di ricevere al meglio ogni suo visitatore.

L'ubicazione geografica di Lisbona è parte del suo incanto. Con un clima ameno e soleggiato per buona parte dell'anno, la luce illumina le case, le spiagge e i vigneti invitandoci a contemplare i riflessi del fiume Tejo e dell'Atlantico. Dall'alba al tramonto, Lisbona brilla. E brilla anche il suo patrimonio artistico e naturale. I suoni di Lisbona e la musica si combinano, facendoci sentire da tutte le parti.

L'aura di Lisbona continua ad affascinare e a fare innamorare di sé tutti coloro che decidono di fare di questa meravigliosa città europea la loro nuova casa.

Importanti eventi internazionali fanno di Lisbona il centro degli avvenimenti, invitando talenti provenienti da tutte le parti del mondo a farne parte e a investire nello stile di vita lisboeta.

Nel pieno del XXI secolo, Lisbona si presenta come una città contemporanea: un circuito di ciclabili che si estende per centinaia di chilometri; le linee della metropolitana che tengono unita la città e dove ogni stazione è una vetrina sull'arte portoghese; i famosi elettrici che risalgono le colline e vivacizzano le sue stradine; i treni che accorciano le distanze e offrono le più belle fermate e viste sul Tejo; tutte queste possibilità semplificano la circolazione, che è sicura e che – di per sé – costituisce un'esperienza, permettendo di scegliere tra diversi percorsi e visite. Un'offerta imperdibile tra negozi di prodotti locali e ristoranti di qualità che invitano tutti a condividere Lisbona, di giorno e di notte.



Lisbona è raggiungibile in aereo in modo veloce e comodo. Si trova a poche ore di volo dalla maggior parte delle città europee e a circa 7 ore dal continente americano, innalzandosi a punto di incontro tra i due continenti.

Lisbona è di tutti: è di chi vuole scoprire il patrimonio artistico e culturale; di quelli che vogliono terrazze con vista panoramica sulla città per vedere il tramonto sul fiume Tejo; di quelli che non possono fare a meno della spiaggia e adorano le attività all'aria aperta; di quelli che vogliono una giornata in famiglia o semplicemente... di quelli che vogliono tutto questo assieme. A Lisbona è tutto a tua disposizione.



Nelle prossime pagine ti invitiamo a scoprire le diverse ricchezze, per provare la grande **VARIETÀ DI ESPERIENZE** che Lisbona offre in modo facile e accessibile.

VITA COSMOPOLITA

Lisbona, capitale incantevole sulle rive dell'estuario del Tejo, ha una vita attiva e ricca di opportunità per chiunque voglia godersela. Con un clima privilegiato, il sole è una costante che invita a passeggiare per i vari punti della città.

Dopo il tragico terremoto che la distrusse nel 1755, Lisbona si è rialzata dalle sue macerie con un progetto grandioso e moderno che, all'epoca, diede vita a quella che oggi è la Baixa Pombalina. Qui si incontra il passato e il presente della vita commerciale e culturale lisbonese, l'effervescente Praça do Rossio allacciata da una via pedonale alla magnifica Praça do Comércio (chiamata, prima del terremoto, Terreiro do Paço), da dove parte un'irrinunciabile passeggiata lungo il corso del fiume Tejo.

Molti dei personaggi principali della cultura portoghese del secolo XX avevano l'abitudine di incontrarsi nei bar che ancora oggi troviamo nel Chiado, zona che continua a essere uno dei luoghi più dinamici della vita lisbonese.

Partendo dal Chiado si può salire al Bairro Alto, uno dei quartieri più carismatici della città. I visitatori resteranno stupiti dalla varietà presentata dall'architettura: piccole case sorgono accanto ad antichi palazzi e giardini interni, facendoci percepire il sodalizio tra un passato rinnovato e il futuro che caratterizza Lisbona. Questa zona è un quartiere bohémien ricco di ristoranti e bar, tappa imperdibile di ogni uscita notturna, dato che con le sue stradine offre un ambiente fascinoso e unico, luogo di incontri indimenticabili.

Di sera, sia lo Chiado che il Bairro Alto sono i luoghi del divertimento, sia per chi apprezza un calendario culturale pieno e li trova alcuni dei teatri principali della capitale, sia per chi preferisce godersi in sicurezza l'animazione di strada nelle terrazze panoramiche e nei bei giardini e chioschi di questi quartieri.



Alcune tra le più conosciute piste da ballo delle notti lisbonesi si trovano vicino al Cais do Sodré e lungo le Docas di Lisbona, dove le principali discoteche e i grandi centri della vita notturna della città si uniscono con la migliore e più eclettica ristorazione. Lì, per danzare tutta la notte, si può prima fare il pieno di energia cenando con la vista sul Tejo, per poi essere ricompensati da un'alba al ritorno a casa.

Ma non c'è notte a Lisbona senza una visita a una casa di Fado. In Alfama, uno dei quartieri storici più caratteristici, si trovano tra le più antiche case di fado, dove si possono ascoltare le voci e il suono della chitarra portoghese. Si può apprezzare la tradizione del Fado anche in altre parti della città, come nei quartieri di Mouraria o di Madragoa. Il Fado è Patrimonio Culturale e Immateriale dell'Umanità secondo l'UNESCO.



Per chi voglia conoscere il Tejo più da vicino, il nuovo **Centro Tejo**, accessibile dalla bellissima **stazione sudest**, a lato della Praça do Comércio, offre una visita unica e didattica all'estuario e alla sua diversità. E visto che non solo dalla riva ci si può godere il fiume, ci sono varie crociere con partenza dalla stessa stazione, le quali offrono fantastiche passeggiate fluviali per scoprire il Tejo e le due rive.



Andando verso Oriente, gli entusiasti della scena artistica contemporanea troveranno un nuovo e crescente movimento di arte urbana, un'offerta sia culturale che architettonica, con molte gallerie e ristoranti incorporati ai vecchi spazi industriali.

Il Parque das Nações si presenta come la zona residenziale più recente e moderna di Lisbona. Frutto del piano urbanistico realizzato dopo l'Expo 1998, conta diverse strutture per il tempo libero, come l'Oceanário, il Casino Lisboa, il Pavilhão do Conhecimento o il Teatro Camões, il centro commerciale - opere di architetti dalla fama internazionale -, la stazione di Oriente, una marina, un parco e il parco del Tejo che, con i suoi quasi novanta ettari, si estende lungo il fiume.

Ma, in città, non è solo vicino al Tejo che si può stare al contatto con la natura. Verso il centro urbano della capitale, spazi verdi come il Jardim da Estrela, il Jardim do Príncipe Real o i Jardins da Fundação Calouste Gulbenkian, permettono di concederci una passeggiata con il canto degli uccellini. Se il giro dovesse essere più lungo, una visita al Parco Forestale del Monsanto, il più grande parco naturale portoghese e uno dei più grandi d'Europa, è irrinunciabile. Lì si trovano percorsi molto estesi per fare esercizio fisico o, semplicemente, per fare una passeggiata e rilassarsi. In zona, c'è anche la Tapada da Ajuda, un parco botanico all'interno della città nonché uno dei principali centri di conservazione del patrimonio naturale portoghese.



Se cerchi, in un luogo solo, un'attività adatta a tutte le età non potrai non visitare il Jardim Zoológico di Lisbona. Inaugurato nel 1884, è stato il primo parco del genere in tutta la Penisola Iberica e conta più di 2.000 animali di 300 specie diverse, molte delle quali in pericolo di estinzione.

Nelle così chiamate Avenidas Novas, i marciapiedi restaurati e le ciclabili permettono di circolare in modo gradevole dalla Praça de Entrecampos fino alla Praça Duque de Saldanha, e da questa fino alla Praça Marquês de Pombal, nell'arco di poco tempo.

Queste tre piazze fungono da nodi di collegamento alle arterie commerciali della capitale, dove i piccoli negozi si alternano al commercio di lusso, con tanti dei più amati marchi di moda internazionale a dare lustro all'Avenida da Liberdade, dove si trovano alcune delle principali pasticcerie e gelaterie lisbonesi a fianco di magnifici e arieggiati terrazzi panoramici.



UN'ESPERIENZA CHE SA DI STORIA

A Lisbona si respira la storia e si sentono più di 20 secoli di vita, luogo in cui sono passati innumerevoli popoli e domini. Dai fenici, che nominarono la città di Lisbona Alis Ubbo, "porto sicuro", passando per i greci e, più tardi, i romani: in molti trovarono in questa regione la loro casa e misero radici. Queste diverse influenze sono arrivate fino al giorno d'oggi non solo tramite i monumenti, ma anche grazie al forte impatto che tutte queste popolazioni hanno lasciato al patrimonio della città che conosciamo oggi.

Una testimonianza delle stratificazioni di civiltà sono le Gallerie Romane della Baixa, un luogo sotterraneo aperto al pubblico solo una volta all'anno e dove è possibile immergersi nel passato millenario e in una Lisbona di altri tempi, appellandosi all'immaginazione del visitatore.

Le sette colline di questa città sono costellate da magnifici monumenti delle più diverse epoche. Un punto privilegiato è il Castelo de São Jorge, posto sulla collina omonima, che è la più alta della città. Dal Castello si può godere di una vista unica e privilegiata su Lisbona e conoscere un po' della storia di questa regione.

Sulle rovine del terremoto del 1755 si sono costruiti grandi viali e ampie piazze circondate da albereti. Un esempio fu l'impegno nella realizzazione di un Parco o di un Giardino Pubblico, dato che quelli esistenti in città erano riservati alle proprietà private delle famiglie agiate. Il primo progetto fu disegnato dall'ingegnere militare e architetto Reinaldo Manuel dos Santos: un pioppeto che oggi fa parte di Avenida da Liberdade.

Un'altra grande testimonianza e memoria del terremoto del 1755 sono le rovine del Convento do Carmo. Il gusto romantico per gli antichi monumenti medievali ha lasciato che la struttura delle navate della chiesa in rovina rimanessero a cielo aperto, creando uno scenario magico, da cui si può vedere un fantastico cielo stellato in una calda notte d'estate.

Resistente anche alle intemperie è l'Acueduto das Águas Livres, l'acquedotto che per secoli è stato utilizzato per portare acqua alla città. È un pezzo fondamentale nel paesaggio di Lisbona. Il suo punto più conosciuto sono gli straordinari archi dell'Alcântara, dalla lunghezza di circa 900 metri e con ben 35 archi, tra cui il più grande arco ogivale in pietra al mondo. Oggi l'Acquedotto non rifornisce più la città, ma è possibile visitare la sua incredibile struttura e godersi l'incredibile vista sulla capitale, da una parte, e sul Monsanto, dall'altra.

Vicino, sulla collina di Ajuda si erge il Palácio Nacional da Ajuda. Con una superba vista sul Tejo, fu un tempo la residenza ufficiale della monarchia portoghese. Il palazzo alberga un'invidiabile collezione di arti decorative, argenteria, gioielli, tessuti, mobili, opere in vetro e ceramica. Nell'ala ovest del Palazzo si trova il Museu do Tesouro Real, una ricca collezione di ori, argento e pietre preziose che costituivano i gioielli dell'antica famiglia reale portoghese e un vasellame unico al mondo.

Scendendo la famosa Calçada da Ajuda, non serve trovare una scusa per fermarsi in uno dei tipici ristoranti e concedersi un delizioso pranzo o anche solo uno spuntino veloce e saporito prima di arrivare a Belém, il Museum District di Lisbona. Questa è una delle zone della città che mantengono ancora la struttura antica, dove case piccole e colorate creano contrasto con gli innumerevoli e grandiosi monumenti e musei. Il Mosteiro dos Jerónimos, un simbolo dell'architettura portoghese, fu fatto costruire in stile manuelino nel secolo XVI, durante l'epopea delle Scoperte Marittime. Questo monastero dai portali scolpiti e con i chiostrini nello stile dell'epoca, è stato considerato dall'UNESCO Patrimonio dell'Umanità. È ancora possibile visitare la Chiesa di Santa Maria di Belém e il suo magnifico interno a volta.

Dalle linee moderne, il Centro Cultural de Belém, o "CCB", fu inaugurato nel 1992 e costruito per accogliere la 1ª presidenza del Portogallo di quella che allora era chiamata Comunità Economica Europea (CEE). La visita a questo posto è obbligatoria, che sia per assistere a un concerto o per vedere la sua collezione d'arte contemporanea, o semplicemente per passeggiare tra i suoi giardini pensili e rilassarsi un po'.


Vicino al Mosteiro dos Jerónimos, lì a fendere il Tejo, si erge la Torre de Belém, una fortificazione della stessa epoca

costruita per difendere la città, di cui oggi è il simbolo per eccellenza. Al suo interno si possono ancora vedere gli impressionanti cannoni che costituivano il suo arsenale. È un punto privilegiato per guardare al Tejo quasi fino all'Oceano.

Chi fa un giro per Belém noterà i due ufficiali della Squadra Presidenziale della Guardia Nazionale Repubblicana all'ingresso del Palácio de Belém, la residenza ufficiale del Presidente della Repubblica. La terza domenica di ogni mese, si può assistere al Cambio della Guardia, una cerimonia militare dal profondo simbolismo e tradizione, dove si riuniscono 160 militari della Guardia Nazionale Repubblicana in una affascinante sfilata. A fine cerimonia, la Banda a Cavallo (l'unica al mondo a suonare al galoppo) realizza un magnifico carosello di movimenti eseguiti dai loro cavalli, mentre i cavalieri regalano al pubblico vari pezzi musicali.

Nelle vicinanze si trova il rinnovato Museu dos Coches, dove si custodisce la più importante collezione mondiale di carrozze e vetture reali. Vicino al fiume, il MAAT - Museu de Arte, Arquitectura e Tecnologia - ha conquistato i lisbonesi e i visitatori con la sua bellissima facciata "a onda" e il suo tetto transitabile, da cui si può assistere a uno dei più spettacolari tramonti di





È a Mafra, a poco più di mezz'ora dal centro di Lisbona, che si trova il famoso PALAZZO-CONVENTO DI MAFRA e la TAPADA NACIONAL DE MAFRA.

Questo palazzo fu fatto edificare come ex voto da D. João V, quando era in difficoltà a garantire la successione. Il 17 novembre 1717 fu posta la prima pietra di uno dei più grandi palazzi del Portogallo. In stile barocco, occupa un'area di 38.000 m² e dispone di 1.200 stanze, 4.700 porte e finestre e 156 scalinate. È costituito da un Palazzo Reale, una Basilica e un Convento.

Al suo interno si possono ammirare diverse collezioni, tra cui sculture e dipinti italiani e portoghesi, e una biblioteca unica al mondo, con circa 38.000 volumi, magnificamente decorata.

Nonostante inizialmente fosse destinata alla vita monastica di soli 13 frati, il progetto finale dava alloggio a ben 300 e includeva un ospedale, strutture che accoglievano l'intera corte, una basilica con otto organi li costruiti per suonare assieme e 2 carrilon con 98 campane.

LISBOA STORY CENTRE

Situato nel Terreiro do Paço, questo Centro presenta, in una modalità interattiva e dinamica grazie ai mezzi multimediali, tutte le storie, miti e accadimenti che forgiarono la Lisbona storica e la Lisbona di oggi.

È organizzato in sei nuclei che permettono di viaggiare nel tempo tra tematiche ed esperienze capaci di arricchire la nostra visione d'insieme su una delle più antiche città europee: dalle leggende alle catastrofi naturali, dalla globalizzazione alla rivoluzione architettonica e paesaggistica, qui è possibile avere a tutte le età una visione organica e privilegiata della Città di Lisbona. Il Lisboa Story Center regala un viaggio nel passato e mostra come Lisbona è diventata quella di oggi.



ARCO DI RUA AUGUSTA

Aperto al pubblico dal 2013, l'Arco di Trionfo offre una delle più belle viste panoramiche sul fiume, sui disegni dei marciapiedi e sui tetti rossi di Lisbona, spiccando il volo verso una prospettiva ispiratrice.

Questo monumento allegorico fu progettato durante la ricostruzione della città dopo il terremoto del 1755, ma concluso solo nel 1873.

La grande figura centrale rappresenta la Gloria, che incorona le personificazioni del Genio e del Valore. Sulle due colonne laterali a sostegno dell'arco, spiccano le rappresentazioni del fiume Tejo, a destra, e del fiume Douro, a sinistra. Nelle colonne frontali invece si vedono alcune delle figure principali dell'epoca: D. Nuno Álvares Pereira, Vasco da Gama, il Marchese di Pombal e Viriato.

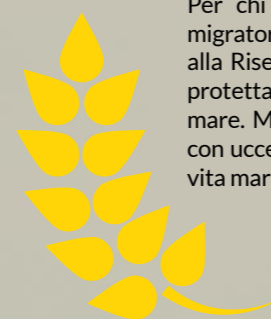
L'iscrizione in latino recita:

**“ALLE PIÙ GRANDI VIRTÙ,
CHE A TUTTI SERVA
D'INSEGNAMENTO.”**

NATURA E SOSTENIBILITÀ

Lisbona continua a conquistare riconoscimenti sempre più importanti per il suo impegno nell'adozione di misure che cercano di migliorarne la qualità ambientale, come l'introduzione di una grande rete di vie ciclabili grazie alle quali la città e i suoi principali giardini possono essere percorsi in sicurezza e in modo accessibile. Questa è una delle numerose misure che hanno fatto di Lisbona la Capitale Verde Europea 2020, al pari con gli interventi che mirano al risparmio energetico e all'aumento degli spazi verdi.

Chi percorre i corridoi verdi del Parco Forestale del Monsanto (chiamato anche il Polmone di Lisbona), i giardini e i vivai della Tapada da Ajuda, può unirsi agli appassionati in una visita al Giardino Botanico Tropicale del Museo Nazionale di Storia Naturale e Scienza di Lisbona. Situato a Belém, vicino al Mosteiro dos Jerónimos, è il rifugio di un patrimonio botanico che solo lì può essere ammirato, frutto dello sforzo di conservazione scientifica e culturale che risplende sotto lo sguardo di tutti i suoi visitatori.



Per chi vuole conoscere la fauna acquatica e gli uccelli migratori che vivono vicino a Lisbona, è d'obbligo una visita alla Riserva Naturale dell'Estuario del Tejo, un'area naturale protetta dove migliaia di specie s'incontrano, portate lì dal mare. Molluschi e crostacei condividono questa zona umida con uccelli acquatici... un vero spettacolo per gli amanti della vita marina.





La Serra d'Arrábida, all'interno dell'omonimo Parco Naturale, è una delle regioni di Lisbona con la maggiore diversità di fauna e flora. Qui il patrimonio naturale e storico si uniscono: nello stesso giorno si possono visitare il Convento dell'Arrábida nonché il Forte di Santa Maria grazie ai tanti sentieri che culminano in spiagge splendide, tra le più belle e gelosamente custodite del Portogallo. Per chi ama il movimento, il Parco Naturale dell'Arrábida è famoso anche per gli appassionati di arrampicata sportiva.

All'Arriba Fóssil della Costa di Caparica il paesaggio è completamente diverso... ma comunque protetto. Tra sentieri che costeggiano ampi terreni e arenili, da

cabo Espichel fino alle colline di Sintra, la magnifica falesia modellata dall'erosione è il rifugio di rapaci che possono essere visti dal Miradouro do Convento dos Capuchos.

Nel Parco Naturale di Sintra-Cascais si trova Cabo da Roca, il punto più a ovest del continente europeo. Con un paesaggio mozzafiato che unisce la spiaggia, il bosco e alcune delle più belle opere architettoniche del Paese, questo parco è Patrimonio dell'umanità in quanto Paesaggio Culturale UNESCO.





SPIAGGIA E OCEANO

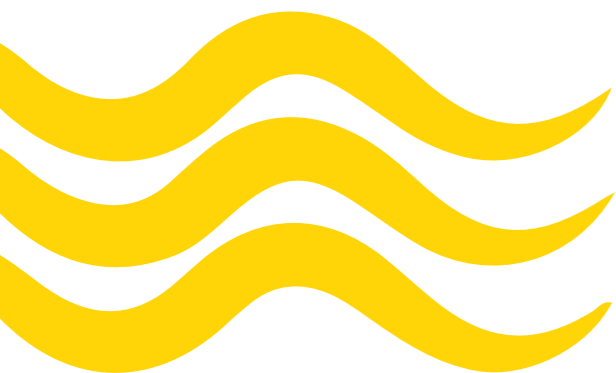


In una regione dove il sole è una costante, non c'è niente di meglio che un tuffo nell'Atlantico per rinfrescarsi.

A 30 minuti dal centro, in traghetto o in treno dalla stazione di Cais do Sodré o Campolide, si trova la Costa di Caparica, una delle più grandi spiagge del Portogallo, frequentata da chi intende solo rilassarsi, o da chi non rinuncia a una partita di beach volley, chi pratica surf e bodyboard e dai gruppi di amici che si trovano al bar per un fine giornata in compagnia. La Bandiera Azzurra presente in tante di queste spiagge del Comune di Almada è un simbolo che riconosce la qualità dell'ambiente.

Anche nella Serra d'Arrábida ci sono spiagge... e che scenario offrono queste! Le acque limpide e cristalline che bagnano questi arenili custoditi dal verde delle colline sono ancora sconosciute a molti oggi, nonostante siano state dichiarate tra le migliori spiagge d'Europa. Con i loro accessi nascosti, sono il luogo perfetto per gli amanti della natura e della tranquillità.





Le spiagge di Cascais hanno un carattere più cittadino, con le vie che terminano in prossimità della sabbia. Chi prende il treno a Cais do Sodré in direzione Cascais percorre una linea che segue il litorale e regala delle viste spettacolari. Su una sabbia dolce possiamo fare varie passeggiate tra il bagnasciuga e i ristoranti che si affacciano sulla spiaggia. Chi non ama fare il bagno può rinfrescarsi con una bibita o godersi un delizioso pranzo di pesce e frutti di mare. Queste spiagge amene finiscono oltre la baia di Cascais, alla Boca do Inferno, una grande grotta da cui iniziano le falesie della Serra di Sintra e che, passando per la famosa e popolare spiaggia di Guincho, conducono a Cabo da Roca, il punto più occidentale del continente europeo.

Ericeira è il paradiso per chi non riesce a stare fermo ed è, peraltro, la prima riserva di surf d'Europa. Anche chi pratica windsurf, kitesurf e bodyboard si sentirà a casa: in queste spiagge si organizzano vari eventi sportivi. Ciononostante, data la grandezza della spiaggia e la storia di questa cittadina ricca di ristoranti di alta qualità e alberghi, Ericeira è meta ricercata anche dei bagnanti.





FADO E SAPORI

Il Fado, la canzone di Lisbona, è patrimonio culturale immateriale dell'umanità dal 2011 e, tra i suoi esponenti, vanta artisti di altissimo livello. Si trova sempre una casa de fado dove si servono degli stuzzichini, si spengono le luci e si chiede che si faccia silenzio perché "si canti il fado", accompagnato dalla chitarra portoghese e dalla viola de fado, una specie di chitarra classica. Lisbona conta decine di case di fado, un'esperienza impagabile e unica.

La ginjinha, prima di cena, viene servita nelle varie botteghe specializzate del Rossio e rappresenta un piccolo rituale dei gruppi di amici che si aspettano uno con l'altro prima di andare al ristorante per godersi un bel bitoque con il vino della casa o un'orata grigliata.

La regione vitivinicola di Lisbona è una delle più importanti del Paese. Crescendo così vicini alla costa, i vigneti sono fortemente influenzati dal mare e dal vento. I vigneti della zona hanno una antica tradizione: qui si trovano le vestigia di fenici, greci, romani e visigoti. Non si può non nominare il vino di Carcavelos, dalla fama internazionale e con una tradizione secolare, che vanta le qualità riconosciute e affermate dalla Legge del 18 settembre 1908, che stabiliva non solo quale fosse la zona di riferimento, ma anche i principi generali di produzione e commercializzazione. Questo vino è prodotto entro i confini dei Comuni di Cascais e Oeiras, in quella che oggi è una piccola regione vinicola del Portogallo



IL PASTEL DE NATA E LA BICA SONO LA COLAZIONE, UN DESSERT E PERFINO UNO SPUNTINO!

L'arte pasticceria portoghese stupisce qualunque visitatore. La sua varietà è legata alla ricchissima tradizione conventuale, una vera fonte di perdizione per i golosi: possiamo assaporare il famoso pastel de Belém appena uscito dal forno, accompagnato da un caffè. In qualsiasi bar, il pastel de nata è fondamentale, ma ci sono anche i travesseiro, le queijada de Sintra e i Fradinhos de Mafra.

Come nel resto del Portogallo, qui il baccalà viene consumato in una delle sue cinquecento ricette, come il polipo e tutta la varietà di frutti di mare.

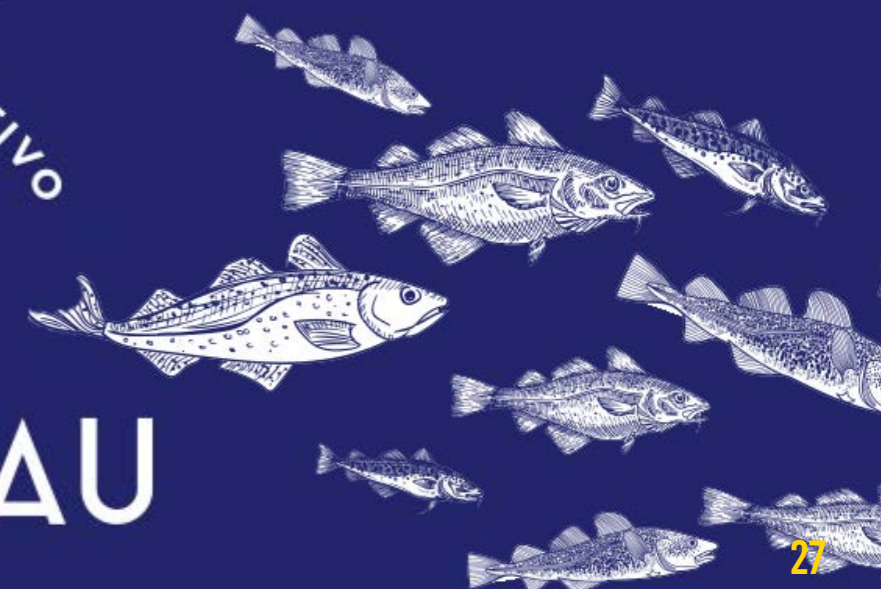


CENTRO INTERPRETATIVO PER LA STORIA DEL COD

Divisé en sept salles, le Centre d'interprétation de l'histoire de la morue, situé dans la Torreão Nascente de Terreiro do Paço, devient une visite immersive sur l'épopée de la pêche à la morue. Les Portugais consomment environ vingt pour cent de toutes les captures de morue dans le

monde. Dans ce Centre, nous pouvons découvrir l'histoire de cette relation culturelle et s'asseoir à table dans son restaurant, spécialisé dans les recettes les plus variées de Peixe-Rei.

CENTRO INTERPRETATIVO
da história de
BACALHAU





**VENEZ VOUS DÉLECTER DES
FANTASTIQUES SAVEURS DE
LISBONNE**

RICHARD STRAUSS "AUJOURD'HUI EST LE PLUS BEAU JOUR DE MA VIE, J'AI DÉJÀ ÉTÉ EN ITALIE, EN FRANCE ET EN GRÈCE, MAIS NULLE PART JE N'AI CONNU DE BEAUTÉ NATURELLE TELLE QUE CELLE DE SINTRA"

RICCHEZZA CULTURALE



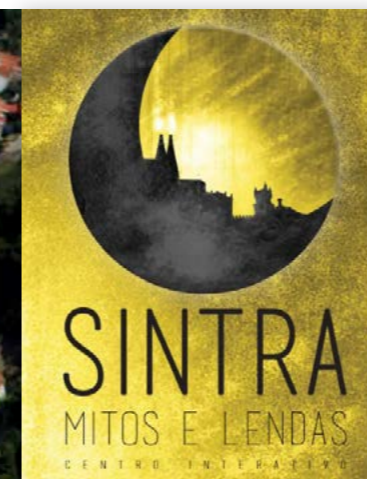
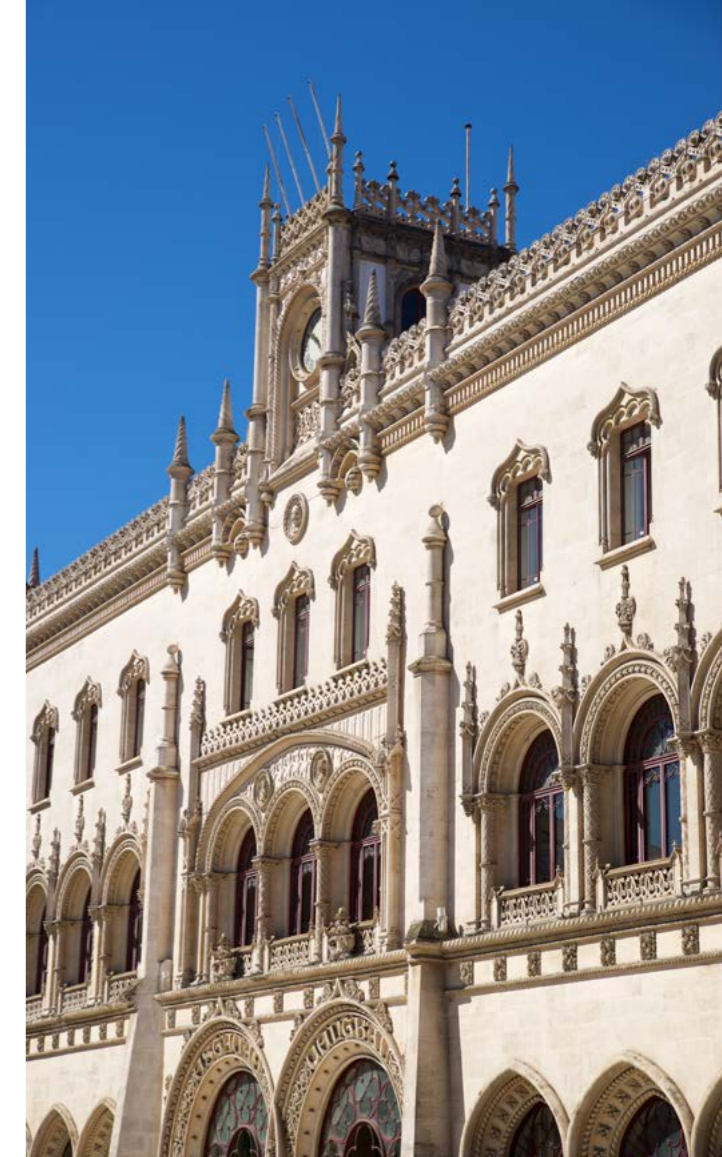
GIL VICENTE "SINTRA È, DEL PARADISO TERRESTRE, UN REGALO DI RE SALOMONE AL RE DEL PORTOGALLO"

Nella Praça do Rossio, ammiriamo una facciata che richiama la nostra attenzione con l'eleganza del suo stile: la Stazione Ferroviaria del Rossio, un tempo il centro ferroviario della capitale nonché capolinea del Sud Expresso. Al giorno d'oggi è sempre da qui che si prende il treno per andare a conoscere la "Vila Ilustre" che ha ispirato musicisti, romanzieri e poeti portoghesi e internazionali.

Sintra è tanto antica quanto illustre; le sue case nobiliari sono palazzi e ogni angolo sfoggia un monumento.

Dal Palácio da Vila, un vero palazzo medievale, fino al Palácio da Pena, una magnifica opera voluta nel XIX secolo dal re consorte D. Fernando, possiamo risalire la collina lungo i sentieri del parco naturale che passano per il Castelo dos Mouros. Sintra ha un carattere letterario e vita artistica molto attiva, non esiste una settimana senza concerti, presentazioni di libri e spettacoli teatrali in qualche suo palazzo o giardino. Recentemente è stato inaugurato l'originale News Museum, uno dei più grandi progetti sulla Comunicazione e Media in Europa in un antico auditorium restaurato e modernizzato per mostrare l'evoluzione della società in questo ambito. Si può inoltre visitare il Sintra Mito e Lendas, un centro interattivo che permette d'intraprendere un viaggio nel misticismo, nei segreti e nel romanticismo della cittadina, famosa a livello mondiale. Tramite storia, musica e letteratura, ripercorrendo scenografie, tecniche multimediali ed esperienze sensoriali, il percorso intreccia, in ben 17 sale, la realtà e la finzione su più livelli, affidandosi a una squadra di architetti, scenografi, sceneggiatori, storici e vari esperti di produzioni audiovisuali, ologrammi, effetti sensoriali, realtà aumentata e film in 3D.

Merita inoltre un giro anche dall'altra parte delle alture di Sintra, dove si trovano il giardino tropicale del Monserrate e il Convento dos Capuchos, uno stupefacente monastero in linea con le regole medievali di rigorosa austerità.





A Queluz si può visitare l'imponente Palazzo Nazionale, capace d'incantare con i suoi dettagli architettonici esuberanti. Fortemente legato alla vita di ben tre generazioni di membri della famiglia reale portoghese, fin dal secolo XVII, questo palco di grandi emozioni è un palazzo che riflette l'evoluzione dei gusti e degli stili delle varie epoche, passando per il barocco, il rococò e il neoclassicismo.

Circondati da giardini che si ispiravano a Versailles, qui la corte si godeva le sue sontuose feste, i giri in gondola nel canale, gli spettacoli teatrali, le battute di caccia, le serate letterarie e di musica, i balli in maschera, i giochi e le recite all'aria aperta – abitudini che sono state mantenute per i visitatori nell'attuale programmazione del palazzo, proponendo concerti, feste, eventi a tema e attività letterarie. Il Palazzo Nazionale di Queluz è anche la sede della Scuola Portoghese di Arte Equestre che, per promuovere lo studio di quest'arte e la formazione dei cavalieri, ha creato nel 2015 l'unica biblioteca nazionale dedicata esclusivamente a questa disciplina: la Biblioteca d'Arte Equestre D. Diogo de Bragança, VIII Marquês de Marialva, la quale dispone di ben 1.400 titoli, di cui alcuni sono esemplari rari.



Nel XX secolo, Sintra, Cascais ed Estoril costituivano quello che veniva chiamato il Triangolo d'Oro: in una Europa devastata dalla II Guerra Mondiale, il Portogallo – che si mantenne neutrale – diventò una destinazione papabile per migliaia di rifugiati.

Tra questi si annoverano principi, re e membri delle grandi monarchie europee che all'epoca trovarono un rifugio regale in Portogallo. Tutt'oggi è un luogo di vacanze per molti di loro e per la loro discendenza, ma non solo: questo è stato anche

un territorio di spionaggio e intrighi internazionali negli anni Quaranta del secolo XX. Dato che il Portogallo è un buon punto di partenza per le Americhe, molte delle migliori spie dell'epoca ne sono state attratte, tra cui Ian Fleming, autore dei libri che diedero vita alla saga di James Bond.

Chi arriva a questa meravigliosa collina ammira, in un colpo solo, le alture, la spiaggia e le falesie: i visitatori rimangono stupiti dalla ricchezza del panorama, dell'architettura e della cultura, concentrate in un circuito ridotto nelle sue dimensioni.



EXPERIÊNCIA PILAR 7

Nella Valle dell'Alcântara, Experiência Pilar 7 è un viaggio unico nella costruzione del Golden Gate portoghese - il Ponte 25 de Abril.

Ancora prima o dopo esser saliti sul ponte, il visitatore può testare le sue vertigini con una visita virtuale alle stesse altezze accessibili esclusivamente ai tecnici addetti alla manutenzione.

Qui è esposto anche il modello originale del ponte, sono indicati i numeri impressionanti che quantificano i materiali e le attrezzature presenti e si mostrano inoltre i film d'archivio che ne raccontano la costruzione.

In un pianerottolo superiore è possibile sentire il tremolio e il rumore provocati dal passaggio di un treno e vedere i cavi di ancoraggio, ciascuno dei quali è formato da più di un migliaio di fili di acciaio!

La sala che ripropone le altezze su cui si lavora sul ponte è dà i brividi.

Finalmente, l'ascensore panoramico raggiunge gli ottanta metri da terra e il suo pavimento in vetro offre una vista reale sull'altezza di cui si sta parlando, sicuramente facendo ricordare ai visitatori da dove sono arrivati.



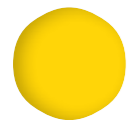


EVENTI

Il mese di giugno è un invito alle Feste Popolari di Lisbona e alla Sfilata delle Marce, specialmente nella serata del 12 giugno, Santo Antonio. In questa festa nessuno si può perdere le sardine preparate lungo le strade, le quali sono addobbate secondo il gusto e lo stile del quartiere. Anche se non si viene a Lisbona appositamente per questa occasione, non ci si può sottrarre dall'atmosfera che regna in queste settimane.

Migliaia di persone di tutte le età e di ogni gusto musicale assistono a Lisbona ai concerti dei loro artisti preferiti.

Sono tanti i festival di musica estivi che vedono la partecipazione di gruppi portoghesi e internazionali, nomi conosciuti e nuovi talenti di tutti i generi musicali: pop, rock, jazz, indie, elettronica, folk e classica.



INFOLISBOA

LINEA DI INFORMAZIONI TURISTICHEE

(Chiamate gratuite) - Tél. : 800 500 503
(Chiamate internazionali) - Tél : (+351) 210 079 347
Da lunedì a venerdì - 09h00 - 19h00

UFFICI TURISTICI

ASK ME LISBOA

AEROPORTO DI LISBONA

Arrivi, Aeroporto, 1700-008 Lisboa
Tel: (+351) 218 450 660
07:00-22:00
aeroreservas@lismarketing.pt

ASK ME LISBOA

ARCO RUA AUGUSTA

Rua Augusta, n° 2 - 10 1100-148 Lisboa
Tel.: +351 210998599
10:00-19:00
arcoaugusta@lismarketing.pt

ASK ME LISBOA

LISBOA STORY CENTRE

Praça do Comércio, 78 - 81, 1100-148 Lisboa
Tel. +351 914 081 366 / 211 941 099
10:00-19:00
lisboastorycentre@lismarketing.pt

ASK ME LISBOA

CENTRO INTERPRETAÇÃO DO BACALHAU

Terreiro do Paço - Torreão Nascente
1100-148 Lisboa
Tel.: +351 211126155
10:00-19:00
info@historiabacalhau.pt

ASK ME LISBOA

CENTRO TEJO

Estação Sul e Sueste
Terreiro do Paço
Tel.: +351 211163426
10:00-19:00
centrotejo@lismarketing.pt

ASK ME LISBOA

DOCA DA MARINHA

Av. Infante D. Henrique S/N 1100-016
Tel.: +351 211163427
10:00-19:00
docadamarinha@lismarketing.pt

ASK ME SINTRA

MITOS E LENDAS

Praça da República, 23 - 2710-616 Sintra
Tel.: +351 219 231 157
10:00-18:30
sintra@lismarketing.pt

NEWS MUSEUM SINTRA

R. Visconde de Monserrate 26, 2710-591 Sintra
Tel.: +351 910495618
10:00-18:30 (ultimo biglietto 17:30)
newsmuseum@lismarketing.pt

WWW.ASKMELISBOA.COM

Visit Lisboa alla pagina:



www.visitlisboa.com

TURISMO DE LISBOA

Rua do Arsenal, n.º23
1100-038 Lisboa
T: 351 210 312 700
F: 351 210 312 899
E: atl@visitlisboa.com

