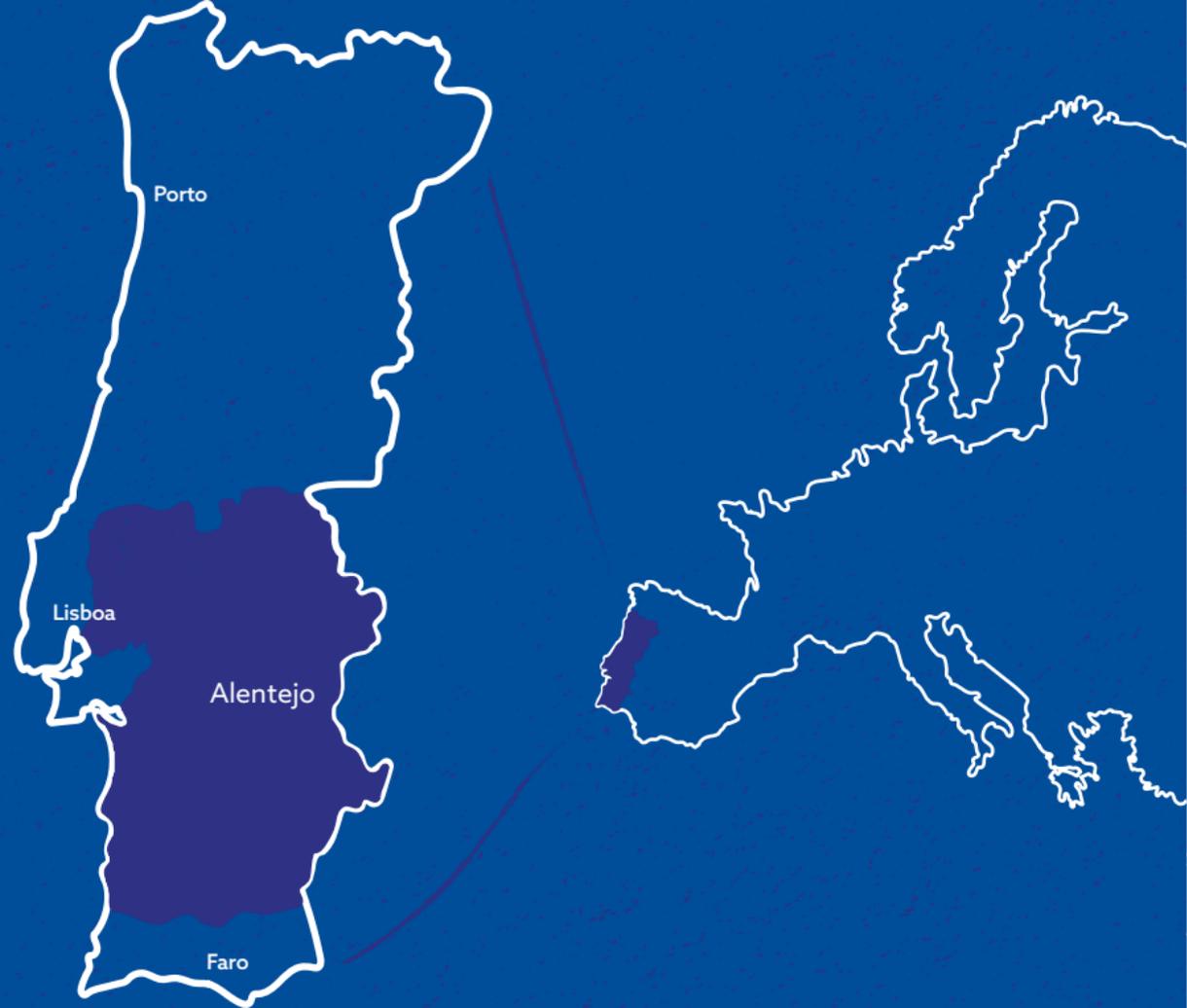


SINTA-SE VIVO

NATUREZA
ÁGUA
TERRA
AR

ALENTEJO

 visit Alentejo
Portugal



ALENTEJO

SINTA-SE
VIVO

O Alentejo é repleto de aventuras. É o lugar ideal para curtir a vida.

Na água, no ar ou na terra, há muito o que fazer, e sempre com um cenário de tirar o fôlego como pano de fundo.

A maior região de Portugal tem paisagens inesquecíveis. Flores selvagens espalham-se pelos campos verdejantes recortados por rios cheios de vida – o Tejo, o Mira e o Guadiana são apenas alguns deles. Vinhedos sobem e descem as colinas alentejanas, marcando seu relevo; lagos tranquilos

garantem um bom lugar para mergulhar ou simplesmente relaxar; praias de águas azul-profundo e areia dourada esbanjam beleza no litoral.

Com a natureza extremamente preservada, é fácil imergir nesta imensidão de energia única, que tem muito a mostrar e ainda mais a oferecer, principalmente para quem chega com o coração aberto.





ALENTEJ 





PRAIA DA COMPORTA

AS BOAS ONDAS DO ALENTEJO

UM LITORAL COMO NENHUM OUTRO

A costa alentejana é realmente um espanto. Percorra a sua extensão e você irá se deparar com os mais diversos tipos de praia que existem – todas com uma beleza avassaladora.

São 140 quilômetros de litoral para descobrir.

Há praias urbanas, perto de hotéis, restaurantes e bares, com estrutura de espreguiçadeiras e guarda-sóis para curtir um dia ensolarado, mas também há outras mais isoladas para desbravar.

Extensos areais preenchem o território entre a península de Troia e Sines. Em Comporta, o cenário se fantasia de Caribe, com areia branca e fininha e água cristalina. Ao sul de Sines até Odeceixe, o panorama é mais natural, com pequenas faixas de areia protegidas por altas falésias, e penhascos debruçados sobre o oceano Atlântico que garantem algumas das mais belas vistas da região.

Mais que olhar, no entanto, a costa alentejana é perfeita para ser explorada de maneiras diferentes, aproveitando suas características para conectar-se com a natureza e viver aventuras.

Os surfistas e praticantes de *bodyboard* de plantão podem levar as pranchas a *spots* imperdíveis como São Torpes, Vieirinha, Aivados, Malhão ou Zambujeira do Mar. Também há bons lugares para o windsurfe e o kitesurfe: as praias do Carvalhal, São Torpes e Melides são alguns deles.

Outra forma de aproveitar a paisagem é fazer uma das muitas trilhas que percorrem o litoral. As mais conhecidas fazem parte do Trilho dos Pescadores, da conhecida Rota Vicentina, somando 75 quilômetros que vão de Porto Covo a Odeceixe.





ALENTEJO 

ÁGUA



ESTUÁRIO DO SADO

ÁGUAS TRANQUILAS PARA FÉRIAS ANIMADAS

As águas do rio Sado encontram o oceano Atlântico na Baía de Setúbal, uma das mais belas do mundo, cujo lado sul pertence ao Alentejo. Águas serenas, natureza exuberante e bela paisagem formam uma combinação e tanto, que é popular no verão, mas também é um convite delicioso para as demais estações do ano.

É ali que fica Troia, um dos principais destinos do verão, que conta com belíssimas praias. É de lá que partem os inesquecíveis passeios de barco que vão desde o rio até o mar. Esta não é só uma ocasião para relaxar e desfrutar das belezas naturais locais, mas também ver de perto os graciosos golfinhos que habitam esta região.

Kitesurfe, windsurfe, canoagem, vela, mergulho e pesca em alto mar são a pedida certa para os mais ativos. Mesmo quem nunca experimentou pode tentar, pois há especialistas prontos para ensinar os primeiros passos dessas atividades.





PRAIA FLUVIAL DA TAPADA GRANDE (MÉRTOLA)

RIOS E LAGOS

AS DOCES ÁGUAS DO ALENTEJO

Mesmo no interior alentejano, a água é um elemento marcante, tanto na paisagem quanto nas atividades. Isso porque diversos rios e lagos espalham-se por seus campos, não apenas embelezando o cenário, mas também oferecendo várias opções de lazer. Rodeados pelo verde, costumam garantir um refúgio de muita serenidade.

Essa calma pode ser desfrutada, principalmente, nas adoráveis praias de água doce que foram criadas em muitos desses lagos e rios, como Maranhão, Tapada Grande, Alamal, Monsaraz, Mourão, Amieira e Santa Clara. Algumas possuem estrutura completa, com guarda-sóis, salva-vidas e até piscina infantil.

Mas o sossego não é a única opção. Passear de barco para curtir o entorno, explorar as águas com uma canoa, em *stand-up paddle* ou caiaque, e velejar são boas pedidas. Os mais animados também podem se aventurar no esqui aquático, windsurfe e pesca, ou mesmo nas deliciosas trilhas que existem pelas redondezas.

“
DICA

Rios, lagos e praias não são as únicas opções para quem gosta de água. Muitos hotéis possuem deliciosas piscinas para curtir os dias de sol, tanto no litoral quanto no interior.

”



ALENTEJO 

LAGO ALQUEVA

O MAIOR LAGO ARTIFICIAL DA EUROPA

O enorme Alqueva é um motivo de orgulho para o Alentejo: é o maior lago artificial da Europa, repleto de possibilidades. Além de uma infinidade de esportes náuticos, uma das experiências mais incríveis para viver no Alqueva é alugar um barco-casa.

Subir a bordo de uma dessas embarcações é uma oportunidade única para descobrir a magia do Alentejo, sua natureza impressionante e ritmo tranquilo. A ideia é navegar com tranquilidade, sem horários e decidindo o destino conforme o coração mandar.

Os barcos-casa acomodam de 2 a 12 pessoas, com toda a estrutura necessária: quartos, cozinha, banheiro e, a melhor parte, uma vista inesquecível.

“
DICA

É possível alugar um barco-casa por apenas um dia se houver pouco tempo hábil no roteiro, mas não há nada melhor que explorar os povoados nos arredores do Alqueva com calma, navegando por vários dias.

”



BARCO-CASA NO LAGO ALQUEVA



ALENTEJO 

UA

PÔR DO SOL EM SÃO TORPES



SURFE EM SÃO TORPES

ESPORTES AQUÁTICOS

OS FAVORITOS DE CADA DESTINO

As praias, lagos e rios alentejanos convidam a todos para aventuras inesquecíveis, e cada um deles é ideal para uma modalidade diferente.

Passeios de canoa e caiaque são populares nos lagos, que possuem águas calmas. São uma ótima atividade para observar as belezas naturais do Alentejo, desde o verde da vegetação e as flores selvagens até os pássaros e animais silvestres que ali vivem. Para velejar, as possibilidades são vastas, já que tanto os lagos quanto o mar são bons para isso.

Os mais animados podem aproveitar as escolas de esqui aquático em Alqueva, Montargil e Maranhão, que ensinam tudo sobre o esporte. Já o windsurfe leva os aventureiros para o litoral, em praias como Troia, Comporta, Vila Nova de Milfontes e São Torpes. A última também atrai muitos *kitesurfers*.

As boas ondas para surfistas espalham-se por toda costa. As praias perto de Comporta são ideais para surfistas iniciantes, amadores ou simplesmente mais tranquilos. Os profissionais encontrarão desafios maiores em São Torpes, Vila Nova de Milfontes, Porto Covo, Malhão e Aivados.



RESERVA DA BIOSFERA (UNESCO), CASTRO VERDE

ALEN
TEJO

SINTA-SE
VIVO



ALENTEJ 





TRILHAS

*PERCORRENDO O ALENTEJO
COM AS PRÓPRIAS PERNAS*

Sossego, descanso e tranquilidade definem o Alentejo. Sem prédios altos, engarrafamento ou poluição, o destino esbanja uma natureza rica, genuína, de fazer os olhos brilharem. É o lugar perfeito para inspirar, expirar e se inspirar.

Para imergir no verde dos campos, encher os pulmões com ar puro e sentir o corpo relaxar sob a luz do sol, basta seguir uma das trilhas que passeiam por seu território. Há inúmeras delas, devidamente sinalizadas e passando por diferentes atrações, vilas e cidades.

As possibilidades são variadas: há trilhas que passam por aldeias e cidades; outras garantem paisagens dos campos alentejanos; e ainda há aquelas que margeiam o glorioso litoral da região. Além da diversidade de cenários, os percursos também se diferem em extensão e nível de dificuldade, havendo alternativas para todos os graus de preparo físico.

Uma opção popular são as trilhas da Rota Vicentina, rede de percursos pedestres no sudoeste português que soma 750 quilômetros de trilhas em paisagens de tirar o fôlego, divididas em Caminho Histórico, com paradas em aldeias históricas, Trilho dos Pescadores, com vistas panorâmicas para o oceano Atlântico, e Percursos Circulares, que permitem que os caminhantes comecem e terminem no mesmo ponto.

Mais para o interior estão as muitas trilhas do projeto Transalentejo, que apresentam o que as aldeias e cidades ao redor do Alqueva têm de melhor.

O Alentejo Feel Nature, por sua vez, conta com mais de 30 trilhas nos arredores de destinos como Campo Maior, Marvão, Nisa e Portalegre. Uma delas tem mais de 60 quilômetros!

“
DICA

Vale combinar o contato com a natureza com uma expedição de fé. Há três Caminhos de Santiago que percorrem o Alentejo, atravessando 44 cidades da região e somando 1.400 quilômetros.

”



TRILHAS



ALENTEJ 

TER



SOBRE DUAS RODAS

AS BICICLETAS FORAM FEITAS PARA ESTES CAMINHOS

O fascínio da natureza alentejana também pode ser explorado em bicicleta. As rotas têm paisagens que variam dos dramáticos penhascos do litoral aos ricos vales e bosques do interior.

As estradas têm pouco movimento. Passeando de bicicleta, é possível desfrutar de um silêncio único e apreciar cenários sem precisar dividi-los com ninguém. No caminho, os ciclistas avistam flores, pássaros e animais silvestres, deixando para trás qualquer ansiedade e estresse da vida cotidiana e das cidades grandes.

Há opções de caminhos para aqueles que só querem passear despreziosamente e também para os ciclistas profissionais ou amantes de *mountain bike*.

“
DICA

Diversos hotéis oferecem aluguel ou empréstimo de bicicletas para seus hóspedes. Para uma experiência completa de *bike* pelo Alentejo, no entanto, há empresas que preparam roteiros com guia, fornecendo o equipamento e até mesmo levando a bagagem dos ciclistas de uma parada a outra.

”



ALENTEJO 

ATIVIDADES AO AR LIVRE

O ALENTEJO É REPLETO DE POSSIBILIDADES

Caminhar e andar de bicicleta não são as únicas opções para explorar o Alentejo e conectar-se com a natureza. As possibilidades são praticamente infinitas, e estar ao ar livre é a melhor maneira de revigorar-se.

Em diversas partes do interior, há deliciosos passeios a cavalo, perfeitos para descobrir as paisagens locais.

Para injetar um pouco de adrenalina em uma tarde de exploração da região, por que não alugar um quadriciclo e sentir o vento no rosto?

Faça um piquenique em meio aos campos ou vinhedos, teste sua mira em divertidas sessões de tiro aos pratos, embarque em um safári de jipe para ver de perto os animais locais, saia da zona de conforto e sinta-se completo no Alentejo.

“
DICA

As hospedagens rurais dedicam-se a tornar as férias de seus hóspedes inesquecíveis e, por isso, oferecem muito mais que apenas um lugar para dormir. Vale a pena verificar quais atividades estão disponíveis, pois cada uma delas investe em diferentes formas de entretenimento e imersão na natureza.

”



PASSEIOS EQUESTRES



ALENTEJO 

RA

MONTADO



PARQUE NATURAL DA SERRA DE SÃO MAMEDE

PARQUES E RESERVAS *REFÚGIOS NATURAIS*

Com mais de 27 mil quilômetros de belezas naturais, o Alentejo possui diversos refúgios protegidos, entre reservas e parques repletos de cores estonteantes. Um passeio por eles é suficiente para experimentar um novo tipo de tranquilidade e recarregar as baterias.

RESERVA NATURAL DO ESTUÁRIO DO SADO

Horizontes únicos de arrozais, dunas costeiras, rio e mar reúnem-se nesta reserva repleta de flores raras e diferentes espécies de pássaros. Não é difícil observar golfinhos nadando livremente, assim como as majestosas cegonhas-brancas que constroem seus ninhos por ali. Para conhecer cada detalhe deste lugar tão especial, vale caminhar, andar de bicicleta, passear de canoa e até embarcar num barco à vela.

“
DICA

Construído pelos locais para garantir acesso aos barcos mesmo em períodos de maré baixa, o Cais Palafítico da Carrasqueira é um labirinto de tábuas e estacas de madeira de onde se vê um belíssimo pôr do sol.

”



CAIS PALAFÍTICO DA CARRASQUEIRA (ALCÁCER DO SAL)



RESERVA NATURAL DAS LAGOAS DE SANTO ANDRÉ E DA SANCHA

RESERVA NATURAL DAS LAGOAS DE SANTO ANDRÉ E DA SANCHA

Diversidade é o lema desta reserva que tem águas doces e salgadas. A rainha do território é a Lagoa de Santo André, a maior do litoral alentejano. Além das trilhas e da canoagem, é um ótimo spot para praticar windsurfe.



ALENTEJO 

*PARQUE NATURAL DO SUDOESTE
ALENTEJANO E COSTA VICENTINA*

Um parque que abrange mais de 100 quilômetros da costa portuguesa, em um trecho de litoral que é um dos mais preservados de toda a Europa. Sua paisagem marcante, repleta de falésias e do azul profundo do mar, é lar de fauna e flora raras. Basta ter atenção para encontrar animais como a cegonha-branca e a graciosa lontra. As boas ondas são garantidas para surfistas.



PORTO DAS BARCAS (ODEMIRA)



PULO DO LOBO (MÉRTOLA E SERPA)

PARQUE NATURAL DO VALE DO GUADIANA

Está longe do mar, mas perto das águas do glorioso rio Guadiana. Um parque com paisagem inesquecível, onde se encontra o Pulo do Lobo, uma impressionante queda d'água que ganhou esse nome por causa dos rochedos de suas margens, que dão a impressão de estarem tão próximos que poderiam ser atravessados em um único pulo.

É neste parque que são registradas as mais altas temperaturas do Alentejo Central no verão. Para conhecer as paisagens magníficas ao redor do Guadiana, o parque oferece nove diferentes trilhas e agradáveis passeios de canoa.

Não é apenas a beleza da flora que se espalha por todo o território do parque. É possível encontrar diversos animais impressionantes, como o lince-ibérico, o grifo e a águia-real.



SALTO DE PARAQUEDAS

ALEN
TEJO

SINTA-SE
VIVO



ALENTEJ 





VOO DE BALÃO

VOO DE BALÃO

O ALENTEJO POR UM NOVO ÂNGULO

Se a natureza é uma das melhores coisas do Alentejo e suas paisagens tiram o fôlego dos viajantes, vê-lo de cima é ainda mais impressionante.

Seja ao amanhecer ou entardecer, os magníficos cenários alentejanos ficam ainda mais fascinantes em um voo de balão. A experiência permite imergir em um céu pincelado de nuvens e observar as vilas, cidades, rios, lagos, vinícolas e campos. O sobe e desce orgânico das colinas contrasta com as propriedades rurais que parecem ter sido desenhadas com uma régua.

A sensação de estar sobre toda essa beleza, sem saber para onde a brisa vai levá-lo e experimentando um silêncio inigualável, é inesquecível.

“

DICA

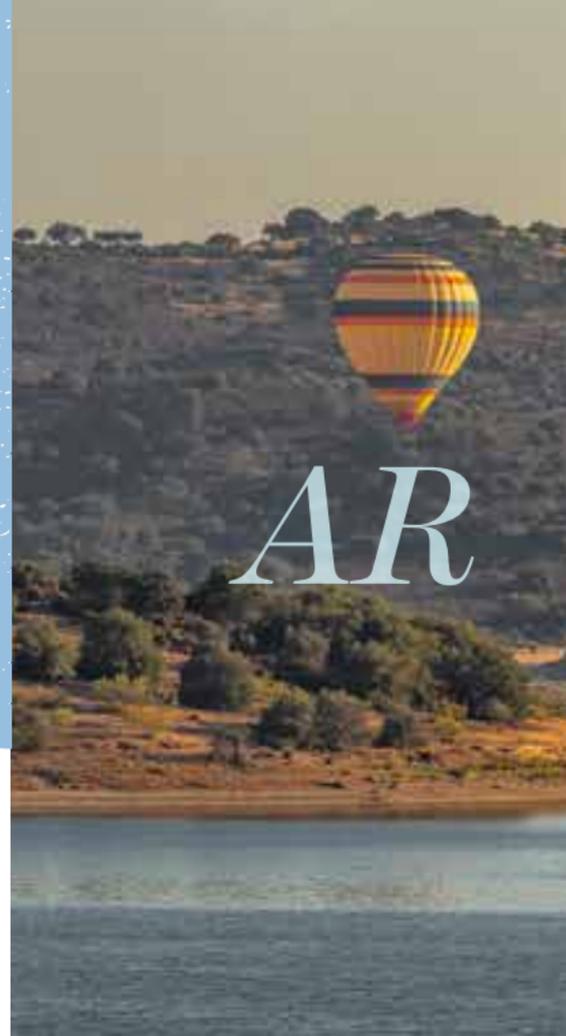
O Alentejo tem cerca de 300 dias de sol por ano. Isso significa que os voos de balão podem ser realizados em todas as estações.

”



AR

ALENTEJ 





SALTO DE PARAQUEDAS

AVENTURA NOS ARES *UM CÉU REPLETO DE ADRENALINA*

Há outras possibilidades para curtir a vista aérea do Alentejo com um pouco mais de adrenalina nas veias. Por que não adicionar um toque de emoção e aventura a um destino famoso por sua tranquilidade?

Em Évora e Ferreira do Alentejo é possível não apenas subir até 5 mil metros de altitude, mas curtir a descida desta altura das mais variadas maneiras: paraquedismo, skysurfe e até *skydiving*. Empresas realizam essas atividades radicais com total segurança, garantindo uma experiência eletrizante.

Seja qual for a opção escolhida, uma coisa é certa: o coração irá a mil!



ALENTEJO 



LAGO ALQUEVA



AS ESTRELAS DO ALENTEJO

DARK SKY ALQUEVA

Enquanto em alguns lugares do mundo as estrelas ficam cada dia mais difíceis de se ver, no Alentejo elas marcam cada vez mais o céu noturno. Elas brilham tão intensamente na região do Alqueva que uma área de 10 mil quilômetros quadrados em torno do lago recebeu o título de Starlight Tourism Destination.

Com um céu claro e sem nuvens mais de 300 dias por ano, baixo índice de poluição do ar e poucas cidades para emitir poluição luminosa, as condições para observação das estrelas são ideais.

Muito além de pequenos pontos brilhantes sob um fundo escuro, mesmo a olho nu é possível identificar diversas constelações famosas e até mesmo ver galáxias distantes.

“
DICA

Perto de Reguengos de Monsaraz há um observatório, e diversos hotéis da região contam com telescópios ou binóculos para que os hóspedes possam conferir as belezas do universo. No entanto, para uma experiência mais imersiva e menos científica, há passeios a cavalo ou canoa noturnos, caminhadas, piqueniques ou a opção de simplesmente deitar no chão para curtir a vista fascinante.

”



Turismo do Alentejo, ERT
Rua dos Infantes, n.º 10 R/C
7800-953 Beja, Portugal
Tel.: +351 284 313 540
geral@turismodoalentejo-ert.pt

**Agência Regional de Promoção Turística
do Alentejo/Alentejo Promotion Office**
Rua Manuel Batista Reis, n.º 6, R/C
7570-284 Grândola, Portugal
Tel.: +351 269 498 680
info@turismodoalentejo.pt

Turismo de Portugal
Edifício-sede: Rua Ivone Silva, Lt. 6
1050-124 Lisboa, Portugal
Tel.: +351 211 140 200
info@turismodeportugal.pt



www.visitalentejo.com



COFINANCIADO POR

