

9ª Edição - Fev. 2022 - Abr. 2023



# descobrimentos®

WORLD TRAVEL & TOURS





**04** **City Break:**  
Disneyland Paris



**10** **Sazonal:**  
Carnaval

**14** **Destino Capa:**  
Veneza



**18** **A 2:**  
São Valentim

**20** **Natural:**  
CERVAS



**22** **Em Portugal:**  
Douro

**25** **Roteiro:**  
São Tomé



**28** **Intimista:**  
Pedras Salgadas

**30** **Apaixonei-me:**  
NY, LV, LA



**33** **Passageiro  
Frequente:**  
Toscânia

**36** **Travel & Taste:**  
Salada Colorida  
c/ Camarão



**38** **Rio do Prado:**  
Óbidos



# Editorial

## “TURISMO...UMA ACTIVIDADE DE SENSações!!! UMA IMPRESSÃO DIGITAL!!!”

Corria o ano de 2000 quando oficialmente iniciei a minha actividade como profissional do sector. Muito antes já sentia curiosidade quando se abordava o assunto. Estava num momento importante da vida que era decidir o futuro profissional.

Se o turismo me apaixonava, o marketing deliciava-me... enchia-me a alma. “Viajei” para o turismo e aí segui o meu percurso até aos dias de hoje. Mais vale uma decisão errada que uma indecisão para toda a vida!!!

O que mais me apraz é a oportunidade de trabalharmos com pessoas e para pessoas, ainda por cima quando estamos a falar de sonhos. Sim, viajar não deixa de ser o concretizar de sonhos e expectativas criadas, que nos deixa numa situação “tensa” por querer garantir e proporcionar que essas experiências sejam realmente marcantes e para toda a vida que nada falhe. Seja em lazer, seja em trabalho. É muito gratificante, quando sentimos que de alguma maneira fazemos parte e contribuímos para os negócios que se desenvolvem...à conta de viajar.

O nosso cérebro, tal como um smartphone nos tempos de hoje mas mais limitado no espaço de armazenamento, tem a capacidade de guardar cada imagem, cada momento, cada experiência que vivemos, sobre cada viagem que fazemos. Gravamos na nossa memória culturas, idiomas, cheiros, paisagens, aventuras... e um sem número de coisas que nos fazem sentir emoções e sentimentos inigualáveis. Em cada viagem gravamos a sua impressão digital, que nos deixa marcas para sempre.

Apesar da decisão na altura, rapidamente constatei que o marketing anda de mãos dadas com o turismo, a toda a hora, como se de uma viagem se tratasse. Posso por isso considerar que a decisão foi acertada, pois acabo por estar em contacto com ambas as realidades. Sinto-me apaixonado e de alma cheia.

A pessoa...que viaja!! Enche a sua alma e também a daqueles que lhe proporcionam as viagens.

**Nélcio Ribeiro**  
Portugal Contract  
Manager Interrias



# Disneyland Paris

**Atenção!** Antes de começares a ler, avisamos-te já que não conseguimos pôr toda a magia como realmente ela é neste artigo, por isso prepara-te para descobrir muito mais quando lá estiveres.



A Disneyland Paris tornou-se o destino obrigatório em qualquer altura do ano, pois há sempre algo emocionante para se viver. Exemplo disso é a Disney Stars on Parade, onde todos os elementos de uma história Disney estão presentes neste desfile diurno cheio de estrelas. Neste desfile não falta amizade, magia, aventura e romance.

Há espetáculos noturnos onde todas as noites, o Castelo da Bela Adormecida brilha com uma extravagância deslumbrante e fogos de artifício que dão vida às histórias Disney.

O The Lion King: Rhythms of the Pride Lands, onde as lendas de Pride Rock tocam canções icónicas neste espetáculo altamente aclamado ou O Mickey and the Magician, onde a missão premiada do Mickey para se tornar um grande mágico está de volta. Aqui é onde todos podemos brilhar!

Desde a inauguração em 1992, a Disneyland Paris recebeu centenas de milhões de visitantes pelos seus portões, o que faz dela o destino turístico número um da Europa. Hoje existem dois Parques Disney, sete Hotéis Disney e mais de 50 restaurantes, tudo isto magistralmente criado para dar origem às experiências mais mágicas de todo o mundo e para dar abrigo aos contos da Disney, às aventuras da Pixar, aos Super Heróis da MARVEL e às lendas de Star Wars que ganham vida como em nenhum outro lugar.



## Walt Disney Studios

Desde a sua inauguração em 2002, o Parque Walt Disney Studios tornou-se um lugar que festeja a magia dos filmes. E agora, está mais envolvente do que nunca, deixando os visitantes mergulhados em histórias da Disney, Pixar e MARVEL como nunca. Aqui, não vês a ação, vives a ação! O Marvel Avengers Campus já abriu e esta nova Terra épica vai levar-te a noção de envolvimento a níveis nunca vistos, com atrações poderosas, encontros surpreendentes, refeições de deixar água na boca e incríveis artigos de coleção que vão levar-te até ao centro de um universo onde só se respira MARVEL.

Para além do mundo Marvel, vais fazer um amigo (ou muitos) nesta Terra da Pixar cheia de atrações, entretenimento, comida e diversão com Personagens Pixar em panoramas saídos diretamente de Ratatouille, À Procura de Nemo, Toy Story... e muito mais! Prepara-te para cair atrás das linhas inimigas em Toy Soldiers Parachute Drop. E, se houver aí na família alguns fãs de À Procura de Nemo, recomendamos a incrível atração Crush's Coaster, uma reviravolta imprevisível é o que a torna uma das atrações mais populares.

Os apaixonados por grandes emoções e os lunáticos que também adoram uns bons sustos não podem deixar de visitar o The Hollywood Tower Hotel e andar no elevador amaldiçoado "The Twilight Zone Tower of Terror. Uma experiência verdadeiramente arrepiante, mas que podemos afirmar com toda a certeza que esta é uma experiência mesmo assustadora de que vais querer sair... para depois voltares outra vez!

A maioria dos Hotéis Disney, Villages Nature Paris by Center Parcs e hotéis parceiros, dispõem de piscinas, salas de fitness, espaços para crianças, estacionamento gratuito no hotel e um serviço de entregas de "souvenirs" Disney para que possas relaxar e divertir-te mesmo quando não estiveres a explorar os Parques Disney.



## Porquê ficar num hotel Disney?

São mesmo mágicos! Cada hotel leva-te a imergir numa história Disney, para além de que são os únicos locais onde podes encontrar Personagens Disney, Pixar ou MARVEL todos os dias. Acordarás todas as manhãs a uma curta caminhada de distância ou viagem de "shuttle".

E o melhor de tudo é que como hóspede de um Hotel Disney, ganhas o Extra Magic Time, o que significa que podes explorar os Parques Disney, andar em atrações e conhecer Personagens Disney antes do horário oficial de abertura.

Situado a apenas alguns passos dos Parques Disney e de acesso gratuito, este incrível bairro repleto de animação conta com restaurantes temáticos, bares, lojas, um dos maiores balões de ar quente do mundo e um cinema.



Deixamos-te aqui alguns exemplos de sítios que vais querer experimentar:

- O Annette's Diner, é um movimentado restaurante ao estilo dos anos 1950 que tem como especialidades hambúrgueres e batidos americanos.
- O The Steakhouse, um restaurante que lembra o centro de Chicago diretamente proveniente da era do Jazz.
- O The Grange at Billy Bob's Country Western Saloon, é uma autêntica experiência de refeição Tex-Mex buffet num celeiro rústico típico dos "westerns".

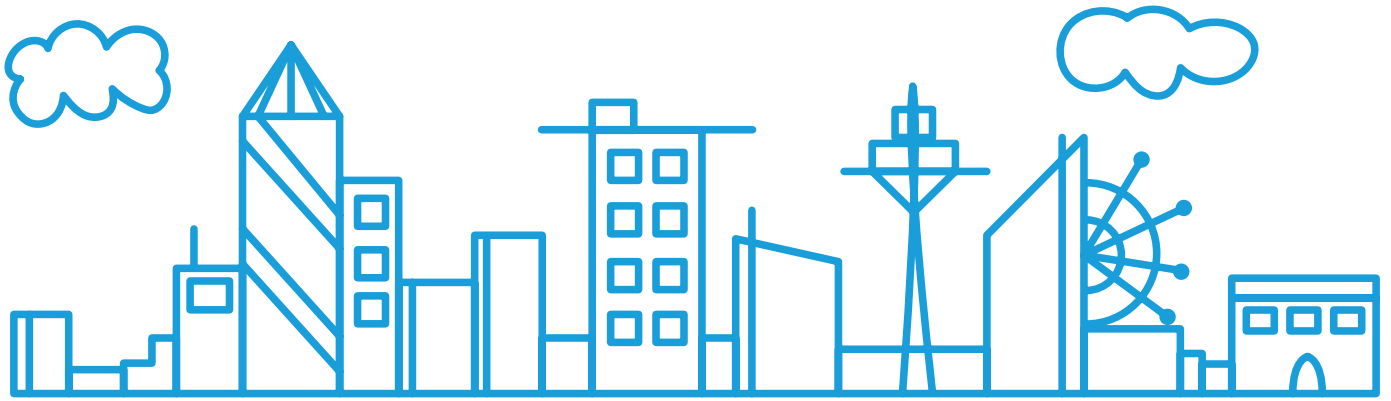
Para além de restauração, tens ainda à tua disposição, diversas lojas onde podes comprar souvenirs e artigos que só podiam ser, claro, relacionados com a Disney.

A Disneyland Paris não seria um dos locais mais felizes do mundo se a restauração não estivesse à altura dos excecionais padrões da Walt Disney. Com mais de 50 restaurantes temáticos ornamentados na perfeição e com uma enorme diversidade de pratos de qualidade e acabados de confeccionar, comer nos Parques Disney, nos Hotéis Disney e em Disney Village é... Disneylicioso! Os banquetes buffet, os pratos apurados, os menus para crianças, as opções vegan, as refeições com as Personagens Disney, os snacks rápidos entre aventuras têm todos um pouco de magia em cada dentada!

### **Dica Descobrimientos: Faz a tua reserva com um plano de refeições, porque:**

- Não terás de te preocupar em pagar as refeições quando lá estiveres, e se fizeres as reservas na App Disneyland Paris antes de chegares, também não terás de te preocupar em garantir uma mesa;
- Variedade de restaurantes e cozinhas;
- Opções flexíveis para todos: Seja qual for o teu desejo, há um Plano de Refeições perfeito para ti, desde opções só com pequeno almoço até três refeições por dia, além de bebidas e lanches.





## O que torna 2023 tão mágico?



Claramente que é o Grande Final do 30.º Aniversário, por isso prepara-te para viveres as celebrações, os espetáculos exclusivos e as surpresas uma última vez cintilando mais intensamente do que nunca, mas só até 30 de setembro. E não te esqueças do presente eterno do 30.º Aniversário, a abertura do novo e épico Marvel Avengers Campus.

Sente a magia única no ar, pois a aura festiva do 30.º Aniversário transforma o Parque Disneyland num país das maravilhas vibrante, com um ambiente inacreditável, com os encantadores Gardens of Wonder e com muitas surpresas encantadoras vão certamente envolver-te no espírito das celebrações.

Dream... and Shine Brighter! Celebra com as Personagens Disney e Pixar neste alegre espetáculo diurno criado especialmente para o 30.º Aniversário. Sente a onda de diversão festiva criada ao mesmo tempo que danças ao som da música e acenas para o Mickey e os seus amigos a liderarem as festividades vestidos com os seus trajes exclusivamente brilhantes para esta comemoração.

Ao cair da noite, prepara-te para te admirares com este espetáculo mágico, onde as luzes dos drones iluminam o céu sobre Le Château de la Belle au Bois Dormant (o Castelo da Bela Adormecida), que é o ponto central.



A cereja em cima do bolo do 30º Aniversário é a abertura do Marvel Avengers Campus no Parque Walt Disney Studios. Esta épica Terra é a próxima geração de relatos imersivos, onde podes desempenhar o teu papel no universo MARVEL. Salva o dia em duas missões emocionantes. Avengers Assemble: Flight Force, onde vais ajudar o Iron Man e a Captain Marvel a derrotar uma ameaça intergaláctica. E na Spider-Man W.E.B. Adventure, tu e a tua equipa podem testar a destreza de lançar teias ao lado do próprio Spider-Man. Assim que chegares verás que esta é uma experiência imersiva como nenhuma outra.

Há Super-Heróis a patrulhar as ruas, à procura de novos recrutas. Há um Hero Training Center, onde podes aperfeiçoar os teus poderes com lições dos Vingadores. E, depois, há a ação inesperada – o Spider-Man a balançar em busca de mauzões nos telhados, a Viúva Negra a lutar contra

o Taskmaster e a malvada Task Force e muitas outras super surpresas!

No Marvel Avengers Campus, a tua super história continua em dois restaurantes, uma cafetaria e duas carrinhas de street food, e todos servem diversos sabores. Aqui, as delícias desafiam o tamanho e são preparadas usando a tecnologia Pym Particle, pizzas frescas e massas são confeccionadas numa fábrica de alta tecnologia e sanduíches são servidas num ponto de encontro que já foi popular entre os agentes da S.H.I.E.L.D. Atrave-te a descobrir este novo mundo.

Resumidamente, durante 30 anos mágicos, a Disney tem sido o local onde as histórias mais extraordinárias ganham vida diante dos nossos olhos.







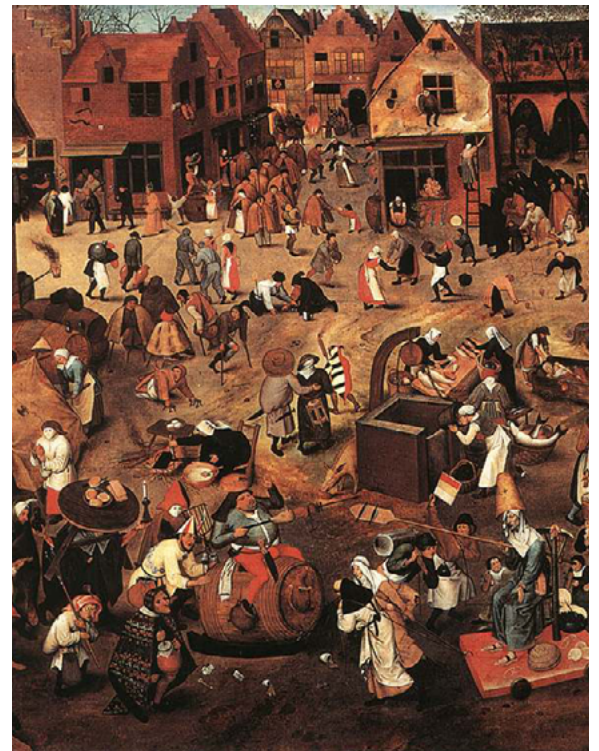
Disneyland  
Paris 30

# Carnaval



Remetendo para celebrações pagãs que envolviam fartura de comida, muita bebida e alguma libertinagem e em que as festividades pretendiam agradecer pelas colheitas e marcavam o início de um novo ciclo, o Entrudo, cujo significado é precisamente entrada, acabou por ser absorvido pelo cristianismo, no espírito do “Se não podes vencê-los, junta-te a eles”, passando a ser mais conhecido por Carnaval.

Derivando da conjunção das palavras carnis (carne) e valles (prazeres), o Carnaval remete exatamente para a ideia de usufruir dos prazeres mundanos, antes da entrada no período da Quaresma que é, pelo contrário, uma época de contenção, jejum e abstinência. Nos três dias que antecedem os quarenta de privação da Quaresma, chamados os dias gordos, seriam permitidos excessos a vários níveis, como comer e beber sem limitações e havia até alguma permissividade com a violência, existindo lutas nas ruas com vassouras e colheres de pau e o hábito de se atirarem ovos, feijões ou milho sobre os transeuntes que desfilavam nas ruas, disfarçados.



Com o crescimento do Cristianismo, o Carnaval começou a ser festejado sobretudo na região mediterrânea. Os festejos eram marcados por danças e representações teatrais, celebrações em que os participantes usavam fantasias e máscaras com o intuito de eliminar as diferenças sociais e satirizar os costumes e personalidades da época.



Em Portugal, o ciclo festivo do Carnaval foi sempre marcado pela espontaneidade popular, sendo normal os participantes saírem à rua mascarados, atirarem ovos e laranjas uns aos outros e organizarem bailes e cortejos com carros decorados.

**Uma das tradições mais antigas, com origens celtas e reconhecida desde 2019 como Património Imaterial da Humanidade pela Unesco, é a dos Caretos de Podence.**

Podence é uma pequena aldeia de Trás-os-Montes, Concelho de Macedo de Cavaleiros, que se transforma por alturas do Carnaval, pois é nesta altura que os rapazes da aldeia encarnam misteriosas figuras diabólicas, com liberdade para se exibirem. Vestindo trajes coloridos berrantes com franjas e de cara tapada por máscaras de lata, madeira ou couro, com nariz pontiagudo, os caretos correm pelas ruas com chocalhos presos à cintura, aos saltos e gritos, perturbando a habitual tranquilidade da aldeia com o objetivo de procurar raparigas solteiras para dançar com elas e as “chocalhar”.



Por estes dias a aldeia organiza vários eventos e atividades, como passeios pedestres, um mercado tradicional, o desfile das Marafonas e o auge de todo o festejo, a Queima do Entrudo.

É o momento ideal para conhecer Podence, um momento em que a aldeia ganha vida e se enche de visitantes e turistas que querem usufruir de uma tradição milenar.





Foram também os colonizadores portugueses que levaram a tradição do Carnaval para o Brasil, sendo esta, no início, mais semelhante ao Entrudo e às brincadeiras populares, mas adquirindo, ao longo tempo, contornos totalmente inovadores que são hoje reconhecidos como únicos do Carnaval brasileiro, sobretudo no Rio de Janeiro.

De facto, o Carnaval do Rio não se compara a mais nenhum. Pela sua grandiosidade, pela sua alegria e pelo samba, o Carnaval do Rio de Janeiro atrai turistas de todos os lugares que querem participar numa das maiores festas do mundo. São muitos os que sonham em ver de perto os carros alegóricos, as escolas de samba e as rainhas de bateria com os seus trajes vibrantes e com o ritmo que também lhes faz vibrar corpo. Além disso, é possível desfilar no sambódromo, se nos inscrevermos numa escola e comprarmos o fato, com a devida antecedência.

Mas além do Sambódromo, é possível viver o Carnaval em toda a cidade, pois por estes dias não faltam os chamados “Blocos”, grupos de músicos que saem à rua para tocar e pôr toda a gente a sambar enquanto percorrem as ruas e avenidas da cidade que é sempre maravilhosa, mas mais maravilhosa ainda no Carnaval!



# Veneza

## A Cidade Flutuante





O casino de Veneza é considerado o casino mais antigo do Mundo.



### Calle Varisco

Esta é a rua mais estreita da cidade e tem cerca de 53 cm de largura.



Veneza é conhecida pelas suas pontes. Existem 417 pontes em Veneza e 72 delas são privadas. Destas 417 pontes apenas 4 atravessam o Grande Canal, são elas a Ponte dell'Accademia de madeira, a Ponte degli Scalzi, a moderna Ponte della Costituzione e claro, a mais antiga e famosa de todas, a Ponte de Rialto.

Veneza, também conhecida como a “Cidade dos Canais” é indiscutivelmente uma das cidades mais pitorescas da Itália e uma das mais visitadas da Europa. Com os seus canais, gôndolas e arquitetura deslumbrante, Veneza há muito tempo cativa os viajantes como um belo lugar cheio de história e alguns segredos.

A cidade está assente em 120 ilhas e é servida por 177 canais na lagoa entre as bocas dos rios Pó e Piave, no extremo norte do mar Adriático.

As ilhas sobre as quais foi construída a cidade de Veneza têm cerca de 417 pontes e a sua principal via de comunicação é o Grande Canal, com aproximadamente três quilómetros.

Se há cidade que tem de ser conhecida por camadas, indagando os seus segredos, é Veneza, embora a overdose de locais nos desordene.

Se há cidade em que temos de esquecer o mapa com seu enredado de ruas, pontes, vielas e becos sem saída, para nos deixarmos conduzir, sem receio e ansiedade de nos perdermos, é esta veneziana urbanidade. Caso contrário, vai escapanos o melhor dela: o acaso, a espontaneidade labiríntica, a teia que nos abraça em estreitas paredes e que nos deixam levar pelo instinto.

Nesta cidade, é ela própria que manda.

Até porque, às vezes, nem o Google Maps ou o GPS funcionam.

Perde-te por Veneza, pelas ruas e becos mágicos com pátios encantados ou pelos canais frequentados por gôndolas de água com cor de esmeralda-aguarela que nos levam a (re)descobrir uma Veneza genuína que deixa que lhe olhemos o rosto, removendo a máscara mais conhecida, mas que ao mesmo tempo não a deixa cair por completo. Conservadora, familiar, artística, religiosa, fashion, é geografia feita para os nossos olhos.





## Imperdíveis

O Campanário de São Marcos é o campanário da Basílica de São Marcos em Veneza, situado na praça com o mesmo nome. Este é um dos símbolos da cidade. A torre tem cerca de 98,6 m de altura e fica num canto da praça, perto da entrada da basílica. Sendo o edifício mais alto da cidade, oferece uma vista deslumbrante.



A Ponte Rialto, é uma das quatro pontes majestosas que unem as margens do Grande Canal e considerada um dos ex-líbris de Veneza. Por baixo dos arcos quebrados que ostenta passam, diariamente, centenas de embarcações e dela avista-se o horizonte da cidade. A Ponte Rialto, a mais antiga da cidade, foi construída entre 1588 e 1591 e projetada por António da Ponte. Tem duas rampas em escadas dos dois lados e além de encantadora e mexida é, geralmente, o ponto de referência para encontros. Durante o Verão, à noite, é comum os jovens dedicarem-se a saltar dela para o grande canal, como se de uma piscina tratasse. Ideal para veres o amanhecer ou o anoitecer.



O barco clássico veneziano é a gôndola, mas agora é mais utilizado por turistas, ou para casamentos, funerais ou outras cerimónias.

A maioria dos venezianos agora viaja em barcos motorizados (vaporetti) que fazem viagens regulares ao longo das rotas principais dos canais da cidade e entre ilhas. A cidade também tem muitas embarcações privadas. As únicas gôndolas ainda de uso comum pelos venezianos são os Traghetto, onde os passageiros atravessam o Grande Canal em determinados momentos, sem pontes.

Os visitantes podem ainda tomar os barcos-táxis entre áreas da cidade.



As comidas típicas da Itália conquistaram o coração (e o paladar) do mundo. É muito difícil encontrar alguém que não goste de pelo menos um prato italiano. Nem só de massa vive a culinária italiana, ela estende-se, ainda, a muitos outros pratos e sobremesas deliciosas. Desde Spaghetti, Lasagna, Risotto, Arancino (é um bolinho de risotto, recheado normalmente com molho vermelho de carne e queijo, empanado com uma massa de farinha e água e é frito) como também às suas deliciosas carnes e sobremesas de comer e chorar por mais.





O Carnaval de Veneza, cidade idílica localizada na Itália, é totalmente diferente da ideia que se tem desta festa. É uma celebração mítica que atrai um número infinito de visitantes e que se centraliza todos os anos nas proximidades da Piazza San Marco, que apesar das baixas temperaturas e dos constantes prognósticos de marés altas que invadem sem maiores pudores os arredores da Piazza, é aqui o palco que acontecem os desfiles para que se encontrem os melhores disfarces.

O mais famoso Carnaval do mundo é feito de uma magia e de um respeito pelas tradições que o tempo não consegue apagar. Em Veneza, os bailes de gala, as máscaras e fantasias que desfilam pelas ruas encantam todas as gerações. Quem nunca sonhou em participar como protagonista ou mesmo só observador desta festa tão fascinante?

Este Carnaval erguer-se no tempo em que a nobreza carecia de se mascarar para poder sair com o povo sem que fosse reconhecida e para isso, chegaram à conclusão que a solução passaria por usarem máscaras, que ao longo dos tempos, mantiveram as 3 cores principais: branco, prateado e dourado.

Este festejo carnavalesco tem duração de cerca de dez dias, tem uma forma muito pessoal, um movimento peculiar, distinto de qualquer outro Carnaval. Contrariamente a outras comemorações desta natureza, que surgem especialmente da mobilização popular, esta celebração é originalmente um ritual diligenciado pela elite financeira e cultural, embora seja também dedicada à satisfação dos sentidos.

É nesta festividade que os participantes têm por norma, usar indumentárias típicas dos séculos XVII e XVIII e máscaras de expressão imóvel onde o mistério paira e a comunicação flui apenas através do olhar de cada um.

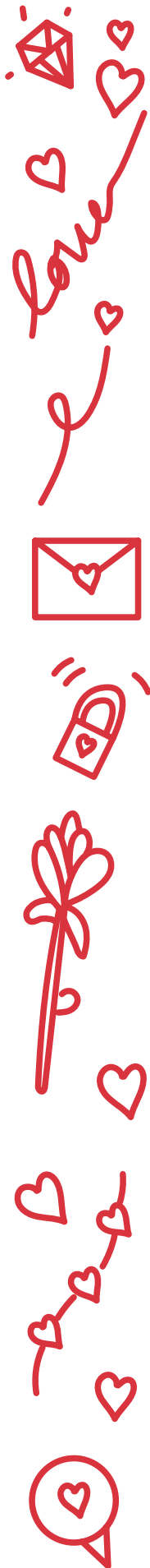
É durante esta época que Veneza revela a sua essência e identidade, são meses de preparação que depois culminam em duas semanas recheadas de eventos, desde cortejos nas gôndolas pelo Grande Canal de Veneza, a concertos nas principais igrejas e bailes de máscaras nos luxuosos palácios, cheios de candeeiros antigos.

**O Carnaval de Veneza  
não tem concorrência,  
é de facto o Carnaval  
mais belo do mundo!**





# São Valentim



Se é verdade que o amor deve ser vivido todos os dias e o romance não deve ser algo que apenas guardamos para ocasiões especiais, não é menos verdade que no meio das rotinas e tarefas diárias é difícil viver em constante romantismo e, por isso, pode ser bom que existam dias que nos relembrem o quanto é importante demonstrar o nosso amor e mimar a pessoa que amamos, partilhando com ela um momento diferente e especial... Um daqueles momentos que ficam guardados na memória e no coração para sempre!

Um momento romântico pode ser um gesto simples, um beijo inesperado, um passeio de mãos dadas à beira-mar, um cartão deixado debaixo da almofada, ou algo mais planeado como uma massagem e um jantar a dois, um picnic e um passeio a cavalo na praia, ao pôr do sol... Mas se o local onde os vivemos for um local de sonho, mais facilmente os fotografamos com o nosso coração e os guardamos no arquivo vivo da nossa mente.

E este é definitivamente o caso do Monte Santo Resort, no Carvoeiro.

Um lugar idílico, perfeito para uma escapadela romântica, um oásis de tranquilidade, rodeado por algumas das mais belas praias do Algarve.

Eleito o resort mais romântico da Europa pelo sétimo ano consecutivo desde 2015, pelos World Travel Awards, o Monte Santo Resort permite criar um programa romântico pensado ao pormenor e à imagem de cada casal.

Desde a chegada ao conforto do quarto, para o qual é possível, por exemplo, pedir decoração com pétalas e velas, ao Jantar Romance na Pérgula sobre o lago, passando pela massagem de relaxamento a dois no Alma Spa, desde o picnic no jardim perto da Ponte do Amor, até ao passeio de balão de ar quente ou de veleiro pela costa algarvia, tudo é preparado em detalhe para que juntos possam desfrutar de uns dias de puro romantismo à medida do vosso amor!





# CERVAS: O mundo mágico das Corujas!

Com uma aparência algo fantasmagórica, gritos estridentes e o hábito de se empoleirar em lugares altos como torres de igreja, fez com que durante muito tempo se associassem estas aves a muita superstição. No entanto, muito pelo contrário, as corujas são, na verdade, um bom presságio para os agricultores, pois alimentam-se principalmente de ratos e outros pequenos roedores, responsáveis pela destruição de colheitas.

Com olhos grandes, dispostos frontalmente na face e vocacionados para uma visão perfeita, os mochos e as corujas possuem, hoje em dia, uma imagem de sabedoria no imaginário popular. Para ajudar a tal, contribuiu em grande parte o primeiro filme da saga do jovem estudante da escola de magia de Hogwarts, que tinha em Hedwig, a coruja-das-neves, o seu maior amigo.





As corujas caçam normalmente à noite, raramente por dia. Procuram as presas voando baixo sobre terrenos agrícolas ou pantanosos, apresentam uma excelente visão com baixos níveis de luz e a sua audição é tão precisa que pode atacar a presa na escuridão total.



Apesar de todos os benefícios atribuídos a estes magníficos espécimes, infelizmente, à semelhança de muitas outras espécies, encontram-se em alguns locais em severo declínio devido ao envenenamento por químicos utilizados pelos humanos, sobretudo na Europa e na América do Norte.



Neste sentido é essencial que apoiemos as entidades que se dedicam à proteção e recuperação destas espécies, como é o caso do CERVAS – Centro de Ecologia, Recuperação e Vigilância de Animais Selvagens.

Neste momento todos podemos fazer a diferença, aderindo à campanha de apadrinhamento de animais selvagens atualmente em vigor nos dois centros de recuperação de fauna selvagem geridos pela associação Aldeia – o CERVAS em Gouveia e o RIAS em Olhão com o objetivo de ajudar à manutenção destes centros cada vez mais importantes.

**Paulo Gomes**

# Douro: Onde o amor se envolve

“O Douro sublimado. O prodígio de uma paisagem que deixa de o ser à força de se desmedir. Não é um panorama que os olhos contemplam: é um excesso de natureza. Socalcos que são passadas de homens titânicos a subir as encostas, volumes, cores e modulações que nenhum escultor, pintor ou músico podem traduzir, horizontes dilatados para além dos limiares plausíveis da visão. Um universo virginal como se tivesse acabado de nascer, e já eterno pela harmonia, pela serenidade, pelo silêncio que nem o rio se atreve quebrar, ora a sumir-se furtivo por detrás dos montes, ora pasmado lá no fundo a refletir o seu próprio assombro. Um poema geológico.

A Beleza absoluta.”

- Miguel Torga



Talvez seja a melhor descrição do Douro, já que transmite uma conjugação perfeita de tudo aquilo que sentimos quando desfrutamos do Douro seja qual for o ponto da região que descobrimos. Ora tão sublime nos antepassados com o duro trabalho da lavouira, ora com tudo aquilo que os tempos modernos nos oferecem em cada experiência que possamos desfrutar quando visitamos toda a região.

A época mais procurada para visitar o Douro é a época das vindimas, entre Setembro e Outubro. As cores com que nos brindam as paisagens, e os interessantes programas e actividades que nos oferecem as quintas, como participar na apanha e pisa da uva nos lagares, permitem viver a fundo esta experiência despertando todos os sentidos.

Por outro lado, na época oposta, quando começam a florescer as vinhas na Primavera, proporcionam-nos um cenário icónico, como é podem ser as amendoeiras em flôr.

Para quem prefere o Verão, podemos também desfrutar das fantásticas praias fluviais que a região tem para oferecer, possibilitando uma panóplia de actividades aquáticas disponíveis para quem visita.



## Douro: O Vale Encantado

Para uma visita completa ao Douro, podemos começar em Vila Nova de Gaia nas famosas Caves onde envelhece o Vinho do Porto. Cultura e claro está, aproveitar a visita para degustar estes excelentes vinhos.

Subindo, com paragem obrigatória, temos o Peso da Régua onde podemos visitar o Museu do Douro que nos dá uma outra perspectiva da cultura, do vinho e da região.

Outra paragem obrigatória é o Pinhão, mesmo a beira-rio, para visitar a estação de comboio. Não sem antes parar em Lamego (Santuário de Nossa Senhora dos Remédios) uma das aldeias mais bonitas de Portugal, onde painel de azulejos com que nos brinda nos vai deixar deslumbrados.

Para quem visita pela primeira vez o Douro, além das visitas às quintas, encontramos várias aldeias históricas que nos esperam para serem descobertas. Com uma gastronomia riquíssima, fantásticos miradouros que nos oferecem vistas de cortar a respiração, desfrutar da condução nas sinuosas estradas que contornam as encostas, um cruzeiro pelo rio ou apreciar as vistas de comboio percorrendo a linha do Douro, são muitos os pontos altos que podemos descobrir.



Em Barca de Alva termina esta aventura, a qual se perpétua na nossa memória para sempre. A mais antiga região vinícola demarcada do Mundo, Parque Natural do Douro Vinhateiro, onde o rio faz fronteira com Espanha. Não deixes de descobrir...

...um cruzeiro no rio Douro;

...visitar as quintas produtoras de vinho e as degustações vínicas ou gastronómicas;

...experienciar dormir numa das opções de alojamento de inspiração vínica na região;

...participar nas vindimas;

...visitar: Castelo de Numão, Pocinho, Parque Arqueológico de Foz Coa, as aldeias vinhateiras de Barcos, Favaios, Provesende, Ucanha, Salzedas e Trevões;

...visitar uma cave de Vinho do Porto em Vila Nova de Gaia;

...o Douro de Helicóptero!!!

Uma experiência única.

**Nélio Ribeiro**

O rio fez a primeira obra cavando na terra os vales profundos, enquanto o Homem transformou as montanhas de xisto em terra e muros e nela plantou a vinha. Verde no Verão cor de fogo no Outono.  
**#Visitportugal**



Que viagens tens na manga para 2023?



descobrimientos

WORLD TRAVEL & TOURS



# São Tomé: Leve-leve...

“Entre todos os livros do mundo, as melhores histórias estão entre as páginas de um passaporte.”  
Por este prisma, se o teu passaporte ainda está válido e com umas páginas por preencher,  
pensa em São Tomé!

São Tomé, a terra do “leve-leve”, onde não existe stress nem preocupações, é um destino para viajantes, e não para turistas! Se és daqueles que adora um resort 5 estrelas em cima da praia em regime de tudo incluído com tudo do bom e do melhor... lê o próximo artigo porque este não é para ti!

É o segundo país mais pequeno de África, logo a seguir às Seychelles, onde tudo é verde, exuberante e exótico! É o destino ideal para relaxares e apreciares o momento ao mesmo tempo que aprecias a sua beleza natural. O clima tropical, a imensidão das praias de água quente, vegetação sem igual, bem como o povo calmo, alegre e acolhedor, tornam este país um local paradisíaco e uma excelente escolha de viagem onde te poderás conectar com o que há de mais natural e com a simplicidade da vida.

As possibilidades são imensas, desde fazer caminhadas e explorar a floresta, a passear de barco, a nadar e fazer mergulho, a observar de perto a fauna local (incluindo tartarugas), a descobrir cascatas escondidas e, claro, deliciar-te com a comida crioula, confeccionada num misto de influências africana, portuguesa e brasileira.

Com um clima equatorial, apresentando sempre temperaturas entre os 22 e 30 graus, a 6h de voo desde Lisboa, esta é uma solução para quem procura algo único e inesquecível. São Tomé deixa marcas para a vida! Faz-te ver que, quase sempre, nos queixamos de barriga cheia!





Posso afirmar que tive o privilégio de visitar a ilha de São Tomé de fio a pavio, e ainda realizei o sonho de estar literalmente no centro do mundo, quando pisei o ilhéu das Rolas, situado exatamente sob a linha do Equador.



Posso destacar, para te aguçar ainda mais o apetite, alguns pontos imperdíveis deste destino como a Cidade de São Tomé com o seu Palácio Presidencial, a Sé Catedral, o Museu da História ou o Mercado Municipal, para não falar nos restaurantes que nos servem uma comida de chorar por mais. Neste campo tenho de destacar a experiência de degustação gastronómica levada a cabo pelo Chef João Carlos Silva na Roça São João dos Angolares: a melhor refeição da ilha! (e ainda sinto o sabor do atum do restaurante “Papa Figo” e da mousse de chocolate do restaurante do Hotel “Omali Lodge”).





Fora da cidade, descobrir as Roças é descobrir a história da colonização de São Tomé! É impressionante a pegada deixada pelos povos europeus nestes locais que albergavam os escravos que trabalhavam nas plantações agrícolas de cacau e café. Destaco a Roça Monte Café e a Agostinho Neto



Outros pontos de passagem/paragem obrigatória são o Padrão dos Descobrimentos, que marca o local onde os navegadores portugueses desembarcaram pela primeira vez em 1470, a estrada de Santa Catarina (considerada uma das mais bonitas do mundo), a Lagoa Azul, o Pico do Cão Grande, a Cascata de São Nicolau... e as praias!!! Praia Piscina, Praia Jalé e a Praia Café (esta no Ilhéu das Rolas) dificilmente te sairão do Top 10.

Tanto mais poderia escrever, mas este é mesmo um destino que tem que ser sentido “in loco”...

... e faltou-me descobrir a ilha do Príncipe...

... que terá de ficar para quando regressar a São Tomé... sim, vou voltar!

Eu apaixonei-me com o que encontrei!

E tu, partes à descoberta!?



**Ivan Caçador**  
Diretor Geral -  
Descobrimentos World  
Travel & Tours



# Reset Natural

## Pedras Salgadas

25 anos de casamento!

Data memorável que exigiu um local memorável. Nada melhor que a região que Miguel Torga apelidou em tempos de “Reino Maravilhoso”.

E ainda no domínio do memorável escolhemos o Pedras Salgadas Spa & Nature Park.

Como o próprio nome indica fica localizado em pleno Parque de Pedras Salgadas no concelho de Vila Pouca de Aguiar.

Mais do que um local, procurávamos toda uma experiência e, confesso, que conseguimos.

Começámos pelo facto de os carros ficarem estacionados junto à receção e todo o percurso do parque ser feito ou a pé ou de bicicleta, que nos são gentilmente cedidas e que guardamos durante toda a estadia.

Ficámos numa ecohouse totalmente equipada com detalhes cuidados e decoração bonita e funcional, bem imersa no meio da floresta, com a natureza em bruto em nosso redor, que privilégio!

Optámos por fazer as nossas refeições no restaurante “Casa de chá” onde fomos sempre servidos com extremo cuidado e atenção e da qual pudemos apreciar a vista privilegiada para os encantos do parque.

Encontrando-nos no território das nascentes das Pedras Salgadas não poderíamos deixar de provar as suas águas com características ímpares que eram utilizadas para o alívio das maleitas de quem a bebia, há já alguns séculos.

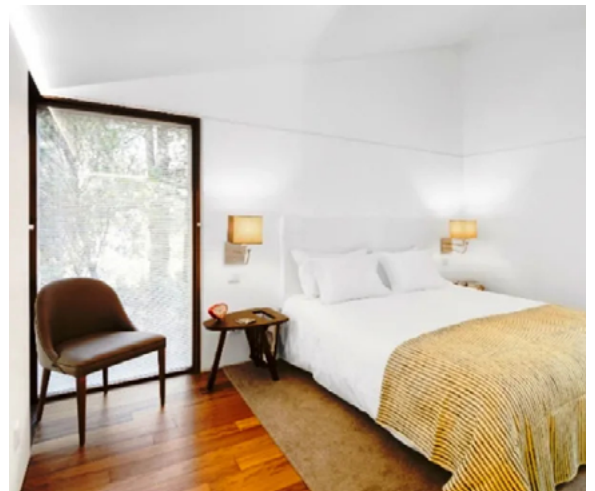
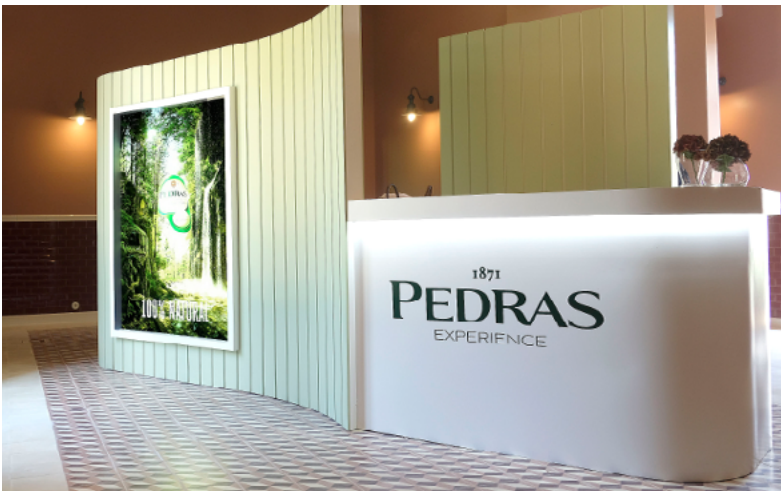
Pudemos, ainda, deleitar-nos com a piscina interior localizada no Spa Termal, antigo balneário, com circuito de água, sauna, banho turco, tudo para o nosso descanso.

Durante uma das nossas deambulações pelo parque no percurso natural em que visitámos as diferentes fontes termais encontrámos o museu, com toda a história do local, interessante!

Nos três dias de total descanso e harmonia o que mais impressionou foi o silêncio, um sossego inigualável que nos traz uma paz interior inimaginável que chega, até, a arrepiar.

Mesmo fora da ecohouse e percorrendo os vários trilhos à volta de todo o empreendimento, os sons que se ouvem são inebriantes e tão ténues e relaxantes, longe, longe dos padrões normais e tão, mas tão harmoniosos – o perfeito reset natural ao dia-a-dia, ao qual, confesso, anseio por voltar...

**Sandrina Gomes**



# NY, LV, LA: Do sonho à realidade.

Do sonho à realidade: foi onde a Descobrimentos nos levou. Nova Iorque, Las Vegas e Los Angeles fizeram parte de uma das viagens de sonho que nos levou a alguns dos melhores momentos das nossas vidas, sempre acompanhados de bons amigos.



## Nova Iorque

Uma cidade indescritível onde vivemos as 4 estações do ano em 7 dias. Visitámos de tudo um pouco: desde a Times Square com a sua vida frenética, à imponência do Empire State Building e do Top of the Rock, ao emocionante 9/11 Memorial.

Ficámos alojados em Brooklyn, o que foi só por si uma experiência de choque pelas diferenças que se vêem entre esta parte e Manhattan. Tivemos outras tantas aventuras que fizeram esta viagem ser inesquecível, nomeadamente ser pedida em casamento no Top of the Rock. Querem uma boa mistura de sentimentos e emoções?

Nova Iorque é a cidade certa!





## Las Vegas

Passamos de uma cidade imensa para outra que se resume a cerca de 7km de avenida, mas que não tem menos vida por isso. Tudo é grandioso, e cada hotel tem mais atrações que o outro.

É uma verdadeira competição entre cada sítio na esperança de atrair mais visitantes. Os casinos são o “prato do dia” e não há hotel que não os tenha. Las Vegas dá-nos acesso também ao Grand Canyon ou à famosa Route 66 que tivemos mesmo de visitar. Entrámos depois na maior aventura de todas. Se alguma vez imaginámos casar em Las Vegas? Nunca! Mas aconteceu.

Fomos à “Little White Chapel” fazer o tão conhecido casamento “à filme” que foi de longe a experiência mais incrível e que iremos contar durante muitos anos.

## Los Angeles

Partimos para outra cidade muito diferente de todas as outras. Assistimos à preparação para os tão famosos “Oscars”, caminhámos pela “Walk of Fame”, vimos mais de perto o Hollywood Sign e nestes sítios encontrámos toda a emoção de Hollywood. Ainda no tema de cinema, fizemos uma tour pelos estúdios da Warner Bros. que foi sem dúvida o ponto mais alto e mágico desta parte da viagem onde pudemos encontrar tudo o que diz respeito ao que estamos habituados a ver na televisão. Para terminar com chave de ouro, visitámos a praia de Santa Mónica e houve ainda tempo para ir apanhar um pouco de sol numa das belas praias da costa californiana (Hermosa Beach).

Inspirem-se nesta viagem completa que foi tão incrível e fácil de organizar graças à Descobrimentos. Até à próxima viagem!

## Vanessa e João





Porque é de **imobiliário**  
que estamos a falar!

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

[info@primebiz.pt](mailto:info@primebiz.pt)

Marinha Grande | Covilhã | Leiria

Lisboa | Loulé | V.N. de Gaia

MARINHA GRANDE

☎ 244 503 437

LISBOA

☎ 217 271 291





# Toscânia te Amo

Ainda se lembram quando vos falei que eu gosto de viajar sozinho?  
Pois bem, há uns anos, eu decidi dar um salto até Itália.  
Andava enamorado por Florença e queria ir o mais depressa possível.

Arrumei o plano das festas com o Ivan e voei para Milão. Do aeroporto até ao hostel no centro da cidade foi um instante. Decidi ficar num local que fosse relativamente perto do centro mas que não tivesse muita agitação. Em 5min estava no Duomo de Milão onde tudo se passa, e foi aí que reaprendi a amar andar pela cidade.

Milão não desapontou mas também não me extasiou. É aquilo que eu considero uma bonita cidade para visitar mas não para nos perdermos por ela. Gostei de passear pelo Duomo, pelas Galerias e também pelos jardins até ao Castelo de Sforzesco numa verdadeira mistura dos tempos.

Não me alonguei muito pela città e segui o meu caminho para Firenze.





## “Tudo é mágico, até a comida. Principalmente uma pizza feita no forno a lenha por uma avó.”

Se há coisa que adoro é andar pelos carris numa carruagem confortável, com espaço para apreciar a paisagem ou para descansar os olhos. Isso e o facto de não ser caro.

Outra città, outro hostel, e se eu poupei na acomodação, não olhei a despesas nas iguarias gastronómicas.

Florença ou Firenze é linda. E, isto devia chegar para a caracterizar. Estamos em Fevereiro e há toda uma luz maravilhosa apesar de um ou outro dia de chuva. Em cada canto um pedaço de história e, até os monumentos meio em ruínas, têm um esplendor difícil de explicar.

Por favor, se algum dia forem lá, visitem a Catedral inteira, desde o piso térreo até à cúpula. Vai valer a pena, mas não podem comer muito antes, que o passadiço é estreito.

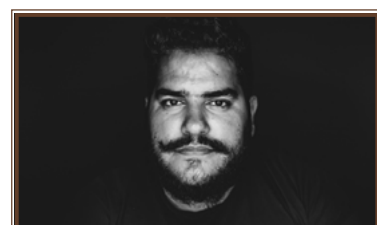
Tive que deixar Florença, com muita tristeza, mas a viagem tem de prosseguir. Até Pisa, pareceu um salto de um pardal. Chegados à vila da torre inclinada não se deixem enganar e não cedam a quem vos quer tirar uma foto porque vão haver cobres a ser pedidos e podem até ser roubados.

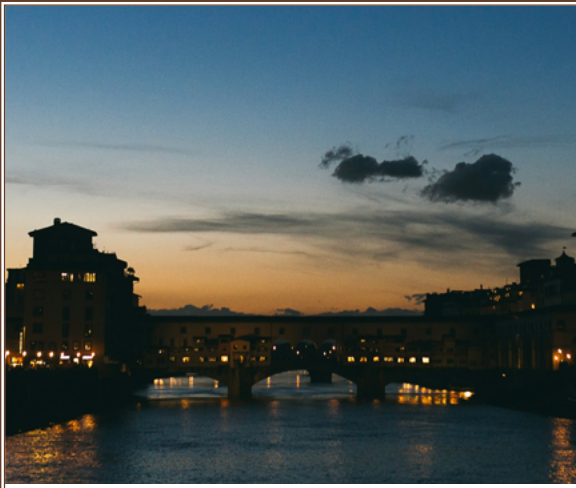
Para mim, umas horas chegaram para ver Pisa, porque o avião não espera por ninguém e há que preparar a próxima viagem. De volta a casa ou se tiverem tempo, dêem um salto até Cinque Terre.

A Piazza del Duomo é de uma azáfama estonteante. Pejada de turistas de todas as nacionalidades, e com cafés e restaurantes na sua envolvência. É impossível não passear por aquelas ruas e não se perder no tempo. Eu sou um apaixonado por História e, principalmente, pela Antiguidade Clássica e o Renascimento. Florença é o espelho desta última época, uma cidade bem ali na Toscana. Desde as obras de Brunelleschi, de Giotto, passando por Da Vinci, Machiavelli entre outros. E tudo, à mão de semear.

Há tanto por visitar que talvez seja melhor guardar uns dias para poder apreciar totalmente. Quando fui às Galerias de Uffizi estavam praticamente encerradas por culpa das renovações, mas há o Museu Da Vinci, a Ponte Vecchio, entre outros. E no fim do dia, uma vista maravilhosa sobre a cidade ao pôr-do-sol na Piazzale Michelangelo.

**Márcio Menino**  
Travel Photographer





# Ler com olhos de ver!

## Como olhas para a tua vida? A preto e branco ou a cores?

Esta é a pergunta que faço para aguçar a tua visão no início de 2023!

Como é hábito, muitos de nós nos primeiros meses do ano começam a perspetivar o que se quer alcançar. Questionamo-nos sobre quais as nossas prioridades ou o que desejamos do ano que se inicia. Ao leres o meu último artigo, é possível perceberes que, curiosamente, teve uma grande influência neste tema e, por conseguinte, despertou-me um dos sentidos mais importantes no início de qualquer refeição: A visão!

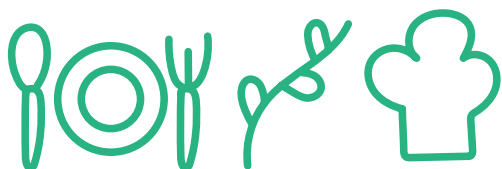
Até à década de 80, os nossos pais e avós viam o mundo através de uma caixinha a preto e branco. As emoções eram fantásticas só porque o desconhecido era muito maior. Hoje, a cores, as imagens vieram trazer uma magia e uma emoção que até à data apenas podíamos disfrutar presencialmente. Esta magia colorida verifica-se nos elementos presentes na nossa vida de diversas formas, aparecendo nas roupas, nos ambientes, na alimentação, e em tantas outras coisas.

A correta aplicação das cores é uma importante aliada para o equilíbrio dos ambientes e daqueles que os habitam, sendo gerador de bem-estar, reduzindo o stress, eliminando ansiedade, angústia e depressão; facilitando a comunicação e o aumento da produtividade,

Do ponto de vista físico, as cores podem influenciar a nossa comodidade, onde as cores ditas “quentes” (como o vermelho e o amarelo) aumentam e potenciam o conforto e as “frias” (como azul e o verde) reduzem as dimensões aparentes dos objetos e a sensação térmica.

No que toca à viagem única pelo mundo da gastronomia, as cores ganham uma preponderância extrema, possibilitando a constante estimulação do nosso corpo. Se aglutinarmos a capacidade de reproduzir e colorir os nossos pratos à forma de os confeccionar, podemos retirar mais valias que, aparentemente, nos escapam. Desde o momento em que incluímos um conjunto de vitaminas e minerais capazes de potenciar o bom funcionamento do nosso organismo até à simples sensação de conforto ou frescura, os alimentos há muito que deixaram de ser monocromáticos e passaram a colorir as nossas vidas.

Abre o teu frigorífico, procura na tua arca e vê quais são as cores que predominam. A próxima vez que te dirigires ao supermercado, investe numa boa dose de cores para os teus pratos; aproveita o potencial das cores para incutir nos teus filhos o gosto por alguns alimentos, mas, acima de tudo, acredita que um prato colorido estará mais perto de corresponder a uma alimentação mais saudável.



**Chef Tiago Almeida**  
Chef de cozinha privado  
Formador no AEMGP e IPL  
Consultor gastronómico  
da Descobrimentos



As cores são muito importantes para a forma como eu vejo a cozinha.

Gosto de potenciar este estímulo e, muitas vezes, criar, redescobrir ou elaborar preparações culinárias a partir desta premissa. As cores transmitem algo vibrante que aceleram o coração e nos deixam de sorriso rasgado! Se existe algo que me pergunto cada vez que vou cozinhar é: “Que cores vou usar?”.

Só no mundo da gastronomia é que existe contradições ao mesmo tempo, esta bipolaridade sublime de sentir calor e frio no mesmo local, existindo uma guerra entre emoção e razão numa forma estranha de poesia!

As cores são alguns dos ensinamentos que podemos retirar da gastronomia em infindáveis analogias para utilizarmos na nossa vida. Por tudo isto, deixo um conjunto de imagens para fazer pensar, bem como uma sugestão colorida para a tua refeição, voltando a perguntar: “Como olhas para a tua vida? A preto e branco ou a cores?”

**Eu vejo a cores!**

## Saladinha Colorida c/ Camarão Picante

### Ingredientes (4 pessoas):

- 0,350kg Miolo de camarão;
- 0,280kg Arroz;
- 0,200kg Ervilha;
- 0,260kg Feijão preto cozido;
- 0,200kg Couve flor;
- 1 Laranja grande;
- Q.b. Azeite, Açafrão, Sal, Pimenta, Piri-piri em pó;
- Coentros (para decorar).



### Preparação:

01. Cozer o arroz em água abundante com sal e açafrão aproximadamente 7 minutos, descansando 2 minutos com o lume desligado. Escorrer e reservar.
02. Picar a couve flor, saltear em um pouco de azeite e temperar com sal e pimenta. Reservar.
03. Cozer em água abundante e sal as ervilhas( aproximadamente 5 minutos), escorrer bem. Reservar.
04. Colocar o miolo de camarão num tabuleiro, polvilhando com sal, pimenta e Piri-piri a gosto. Deixar 8 minutos a 180°C ( pré aquecido a 200°C). Reservar.
05. Cortar e retire os gomos da laranja.
06. Misturar todas as preparações juntamente com o feijão e colocar no prato.

### Nota:

Com um descascador retire lascas de cenoura, esprema o sumo da laranja restante e utilize-a para marginar a cenoura. Coloque um pouco de sal e azeite e decore o prato. Acompanhar com um vinho branco floral e bem fresco.



# Rio do Prado: Contacto total com a natureza!



Não podia ter escolhido um sítio melhor para celebrar o meu aniversário e relaxar!

Se procuras um sítio relaxante, e valorizas o conforto, simplicidade, equilíbrio e tranquilidade, este é o lugar certo!

Rodeado por uma paisagem tranquila, o Rio do Prado apresenta um design ecológico e dispõe de suites luxuosas com eficiência energética, janelas do chão ao teto e vistas do jardim.

Este lugar permite-nos desacelerar e praticar verdadeiramente o Grounding. Onde podes estar em contacto total com a natureza; a calma, a simplicidade, a tranquilidade que cria quando circulas no espaço envolvente sem pressas, e onde podes desfrutar do pomar, horta e jardim e piscina; é realmente maravilhoso.

Existem 2 piscinas exteriores, um terraço para banhos de sol e 5 lagos. Todas as ofertas estão perto de ti o que te permite manter a ligação constante com a natureza durante toda a tua estadia. Perfeito!

## Estadia

Fundidas com a natureza, as suites em plano aberto têm uma decoração ecológica, janelas do chão ao teto, lareira interior e exterior, uma área de estar com ar condicionado, um sofá, uma televisão de ecrã plano, uma máquina de café, um mini-bar e acesso Wi-Fi gratuito. Todas as suites incluem uma área de chuveiro e a maioria possui uma banheira de relaxamento.



## Noites calorosas

É obrigatório acender a lareira interior e usufruíres do conforto que a mesma tem para te oferecer, quer seja a ver um filme, a celebrar ou simplesmente saborear.

## Manhas relaxantes

Se gostas de praticar yoga, meditação ou simplesmente madruguar com a natureza envolvente, basta vires para o exterior da tua suite e usufruíres da tua área privada em frente com a vista magnífica para o lago e natureza.



## A pensar no nosso planeta

Realmente fique maravilhada com todo o conceito ecológico, desde as suites, todo o espaço, a decoração... Existe ainda uma loja ecológica, junto ao lago, onde podemos ver como as decorações são feitas e a simplicidade que é realmente reaproveitarmos damos uma nova vida a muitos dos objetos que usamos e por vezes desvalorizamos. Vale a pena ver!



## Saborear à mesa

Não podes perder o pequeno almoço extremamente diversificado e saboroso (opções ve- gan), com vista para a natureza, é o sitio perfeito para carregar as energias logo de manha. Não deixes de saborear as tapas tradicionais portuguesas no Restaurante Maria Batata. A comida é maravilhosa e atendimento caloroso.

## Cultura

No Rio do Prado existe uma biblioteca com 15000 livros doados pela fundação Gulbenkian. Além do espaço ser incrivelmente calmo relaxante e acolhedor e de uma beleza simples, podes usufruir de qualquer história ou simplesmente contemplar. A histórica vila de Óbidos está apenas a 4 km. O Rio do Prado oferece estacionamento gratuito no local e há um auditório com várias comodidades para reuniões.

## Atividades

Existem inúmeras opções gratuitas que podes usufruir; desde a visita à estufa própria, horta ou pomar ou mesmo os lagos e a natureza envolvente o Rio do Prado é completo. Como pretendia relaxar e estar em contacto coma natureza achei mais que perfeito. Os hóspedes podem desfrutar do sol à beira da piscina ou no terraço para banhos de sol. O Rio do Prado providencia serviços de massagens, disponíveis mediante pedido e reserva prévia.

As atividades locais englobam caminhadas, passeios a cavalo, golfe e passeio de bicicleta. Peniche encontra-se a 20 minutos de carro.

Nós optámos por usufruir ao máximo o contacto com a natureza e a calma que nos oferece e ainda fizemos um passeio de bicicleta em volta da lagoa de Óbidos onde podemos ver a biodiversidade de ecossistemas e espécies faunísticas e florísticas, mas também de avifauna (onde podem ser observados movimentos migratórios de várias aves).

## Experiencia - Equilibrio corpo, mente e espirito.

Foi uma das minhas melhores experiencias que tive no contacto com a natureza! Onde pude usufruir da natureza na totalidade e onde pude recarregar baterias. Obrigada mais uma vez à equipa Descobrimientos pela surpresa de aniversário e proporcionar esta experiencia incrível!

## Dalila Lopes



# O Clube do Cristóvão



Já fazes parte do meu clube exclusivo  
no Facebook?



# Próxima Edição:



**City Break:**  
Barcelona

**Sazonal:**  
Zanzibar

**A 2:**  
Dia da Mãe

**Em PT:**  
Algarve

**Natural:**  
Zoomarine



## Contactos:

Descobrimentos World Travel & Tours  
Av. Victor Gallo, nº 160 - 2430-174 - Marinha Grande  
+351 244 094 159 | +351 968 645 590  
reservas@descobrimentos.com.pt  
De Segunda a Sexta: 09:30h - 13:00h/14:30h - 19:00h



descobrimentos®  
WORLD TRAVEL & TOURS



RNAV7 8387