

# LISBONA

## INDICE

Introduzione: pag 2

Quartieri: pag 2

Informazioni utili: pag 2 - 5

Storia: pag 5 - 6

Trasporti: pag 6 - 8

Cosa vedere: pag 8 - 20

Gastronomia & Ristoranti: pag 20 - 23

Vita notturna: pag 23 - 24

Shopping: pag 24 - 25

Eventi: pag 25

Escursioni: pag 26 - 27

Numeri e indirizzi utili: pag 28

Frase utili: pag 28 - 30

Mappa trasporti: pag...

# LISBONA

Lisbona entra nel cuore. Uno dei figli più illustri della città, Fernando Pessoa, scriveva: "Non ci sono per me fiori che siano pari al cromatismo di Lisbona sotto il sole". Perché la capitale storica del Portogallo è sempre stata considerata dai suoi cittadini, dai visitatori e dagli artisti la Città della Luce, o per meglio dire, delle luci. Un susseguirsi di colori, dal mare, alle case, dalle persone, alle azulejos, alla gioia e alla malinconia, che si spiega solo con la varietà degli elementi naturali e umani che qui convivono. Pessoa diceva ancora in una delle sue poesie: "Il cuore non ha bisogno di sapere cos'è il bene". Lo sa è basta.

## Panorama di Lisbona

La bellissima posizione di Lisbona sulla riva Nord del fiume Tago ha abbagliato i visitatori per più di mille anni; perfino i romani avevano battezzato il luogo "Felicitas". La luce arriva dall'oceano, da lontano e diventa poliedrica andando a sbattere sugli ingredienti di questa città; i riflessi del fiume, che taglia Lisbona ma la unisce al mare, le viuzze strette, nei vicoli di pochi metri, il respiro intenso di qualcuno che si ferma e guarda l'orizzonte da cui proviene quella stessa luce che gli illumina il viso.

La capitale del Portogallo è una delle capitali più affascinanti d'Europa, luminosa, calda, signorile e popolare allo stesso tempo. Lisbona si staglia nel cielo azzurro, con i suoi colori cangianti, che passano dall'ocra ai colori pastello delle antiche case, delle chiese, delle torri e dei campanili. E' una metropoli caratterizzata da un'intensa vita culturale, sede di diversi musei nazionali e gallerie d'arte. Vivace è la vita notturna, soprattutto lungo il fiume Tago e nel Bairro Alto, dove si trovano locali di tutti tipi, bar caratteristici o dal design ultramoderno, discoteche, sale da ballo, ristoranti lussuosi o semplici e genuine trattorie. Molti gli eventi che si tengono durante l'anno: opere, concerti di musica classica o moderna, festival, fiere e corride. A Lisbona viene davvero voglia di perdersi, anche solo per un giorno, immersi in un'atmosfera da romanzo del Novecento...

Lisbona poggia su sette colli che declinano in una insenatura naturale, dove è stato ricavato lo storico porto, approdo e punto di partenza sicuro per navigatori ed esploratori alla ricerca di nuovi mondi e nuove ricchezze. La città si snoda lungo il fiume Tago (o Tejo) e conta oggi poco più di mezzo milione di abitanti (che diventano però oltre 2 milioni considerando l'area metropolitana della Grande Lisbona). Rappresenta la meta ideale sia per viaggi brevi, organizzati anche all'ultimo minuto grazie ai trasporti aerei low cost, sia per

soggiorni più lunghi, che permettono di conoscerla ed assaporarla in tutte le sue declinazioni: storica, culturale, folcloristica, gastronomica, artistica, popolare e anche moderna.

## **QUARTIERI DI LISBONA**

Lisbona è divisa in quattro quartieri: Baixa (Città bassa), Alfama, Barrio Alto (Città alta) e Barrio di Belém. Il cuore della città è la Baixa, un quartiere commerciale costruito sulle rovine dell'antica città distrutta dal devastante terremoto del 1755.

Lungo le sue strade troverai molti monumenti e piazze come la Praca de Comércio (Piazza del Commercio) e l'elevatore di santa Justa.

Per ascoltare le melodie del fado dirigiti verso il quartiere dell'Alfama, caratteristico per le sue stradine strette e le case bianchissime: qui si trovano la Cattedrale di Lisbona e il Castello di San Jorge.

Il Barrio Alto, con strade in forte pendenza, è il quartiere dove si concentra la maggior parte dell'offerta di svago notturno di Lisbona, frequentato per lo più dai giovani e pieno di divertimenti.

Infine, il quartiere di Belém rappresenta il nucleo storico della città. Qui si trova la celebre Torre di Belém, risalente al '500, e il famoso Monastero dos Jerónimos, entrambi in stile manuelino e dichiarati Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO.

Inoltre, in questa zona si può ammirare il Palazzo della Presidenza e il Monumento alle Scoperte e visitare il Museo delle Carrozze.

## **INFORMAZIONI GENERALI**

### *Documenti necessari*

Il Portogallo fa parte della Comunità Europea quindi per andare a Lisbona serve solo una carta d'identità o un passaporto in corso di validità. I minori, oltre alla Carta di Identità, dovranno presentare un'autorizzazione dei genitori. Se si vuole arrivare con la propria auto o noleggiarla sul posto, la patente italiana è riconosciuta. Per circolare non è necessario avere la Carta Verde ma solo la carta di circolazione del veicolo.

### *Sanità ed ospedali a Lisbona*

Per avere assistenza sanitaria sul luogo, dovete farvi rilasciare dalla Asl della vostra città il modello E111 oppure portarvi dietro la tessera magnetica del Sistema Sanitario Nazionale. Questi documenti danno diritto all'assistenza in tutti gli ospedali pubblici e il rimborso fino all'80% delle spese sostenute.

Questi sono gli ospedali a cui potrete rivolgervi a Lisbona:

Hospital Santa Maria: 21 780 50 00 / 21 780 51 11 / 21 780 52 22

Hospital São José: 21 884 10 00 / 21 885 41 50

Hospital S. Louis: 21 321 65 00

British Hospital: 21 394 31 00 / 21 721 34 00

Hospital Cuf: 21 392 61 00 / 21 002 52 00 / 21 002 52 00

Hospital SAMS: 21 842 20 00

Hospital de Cascais: 21 482 77 00

Hospital Amadora Sintra: 21 434 82 00 / 21 434 84 44

Le farmacie sono aperte al pubblico dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 19 (alcuni chiudono per la pausa pranzo, tra le 13 e 15), e il sabato dalle 9 alle 13. Fanno servizio notturno le farmacie segnalate da una croce verde illuminata. Presso tutte le farmacie è affisso l'elenco delle più vicine farmacie che effettuano il turno notturno e festivo.

#### *Lingua: il portoghese*

Anche se il Portogallo ha solo 10 milioni di abitanti, il portoghese è la terza lingua europea più parlata al mondo. Oltre al portoghese, la lingua più parlata dagli operatori turistici è l'inglese. Per imparare le frasi fondamentali per sopravvivere a Lisbona, vi consigliamo di leggere il nostro [vocabolario fondamentale](#).

#### *Fuso orario*

- 1 ora di differenza con l'Italia. Nelle Azzorre le ore di differenza sono -2

#### *Moneta*

La moneta ufficiale è l'Euro. I Bancomat sono indicati con la Sigla MB (Multibanco) e sono diffusi in tutto il paese. Le banche sono aperte dal lunedì al venerdì dalle 8.30 alle 15. Le carte di credito sono accettate ovunque, soprattutto nelle zone più turistiche. Verificate sempre, che il ristorante o il negozio le accetti. In caso di furto o smarrimento di carta Visa o Mastercard, è possibile contattare i seguenti numeri telefonici:

Visa: Tel. 800 811 107

Mastercard: Tel. 800 811 272

#### *Clima e temperature medie a Lisbona*

Il clima di Lisbona è fortemente influenzato dall'Oceano Atlantico che modera il caldo asfissiante dell'estate e riscalda le giornate invernali. Il clima portoghese è mite, con estati lunghe e calde e inverni non troppo freddi. Difficilmente si arriva a temperature prossime allo 0. La primavera e l'autunno sono i mesi migliori per la visita, anche perchè i turisti sono quasi tutti andati via. Ecco un prospetto delle temperature medie di Lisbona tutto l'anno.

Gennaio 8-15

Febbraio 9-16

Marzo 10-18

Aprile 11-19

Maggio 13-22

Giugno 16-25

Luglio 17-27

Agosto 18-28

Settembre 17-26

Ottobre 15-22

Novembre 11-18

Dicembre 9-15

### *Sicurezza*

Lisbona è una città relativamente tranquilla. Anche per questa città valgono le normali raccomandazioni di buon senso. Nelle zone ad alta concentrazione turistica, ci sono molti borseggiatori. Non portatevi dietro il passaporto e le carte di credito che non vi servono; lasciate tutto nella cassaforte dell'hotel e fatevi consegnare una ricevuta. Evitate di far vedere che avete molti soldi in tasca; non appoggiate il telefonino bene in vista se vi allontanate. Chiudete bene le borse nel Metro e nei luoghi molto affollati. Attenzione alle persone che si avvicinano per offrirvi prodotti in vendita: molte volte sono abili borseggiatori. Le zone più pericolose sono Rossio e tutto il Barrio Alto di notte, il quartiere dove ci sono i locali più importanti di Lisbona. Per chi non lo sapesse, Lisbona è il punto di ingresso in Europa di tutte le droghe leggere provenienti dal Marocco. Quindi, ogni due minuti qualcuno vi chiederà di comprare "hash" o "chocolate". La linea 28 dei tram, quella che passa per le zone storiche, è il luogo di ritrovo dei borseggiatori.

### PSP - ESQUADRA DE TURISMO

Polizia di Turismo

Palácio Foz - Praça dos Restauradores

Tel.: +351 213 421 634 / +351 213 421 623

lsbetur@psp.pt

### *Sicurezza in auto*

I limiti di velocità sono quasi uguali a quelli italiani:

50 km/h – nei centri abitati

90 km/h – sulle strade statali

100 km/h – sulle carreggiate riservate alle automobili

120 km/h – in autostrada.

Il limite massimo di alcol nel sangue è di 0,5 grammi per litro. Chi supera questo limite subisce una sanzione che varia in funzione del valore del tasso riscontrato ed arriva fino alla reclusione per 1 anno o una multa fino a 120 giorni, oltre al ritiro della patente per un periodo compreso tra i 3 mesi e i 3 anni.

L'uso delle cinture di sicurezza è sempre obbligatorio così come l'uso del Vivavoce se si vuole usare il cellulare.

### *Telefonare da e per l'Italia - cellulari*

Per chiamare da Lisbona verso l'Italia, bisogna inserire il nostro prefisso internazionale +39 seguito dal numero fisso (compreso il prefisso con lo 0) o dal cellulare. Per farvi chiamare dall'Italia bisogna comporre lo 00 (prefisso internazionale) poi 351 (Portogallo) quindi il 21 (prefisso di Lisbona) e poi il numero fisso.

Per i cellulari non ci sono problemi, basta che siano GSM 900 o 1800. Non appena entrati in territorio tedesco il vostro operatore si collegherà in automatico a quello portoghese (TMN, Vodafone e Optimus ) con

cui ha stretto accordi commerciali. I telefoni pubblici funzionano con monete o carte prepagate in vendita presso i negozi Telecom Portugal, negli uffici postali, nelle edicole e nelle tabaccherie.

#### *Orari dei negozi a Lisbona*

I negozi aprono dalle 9 alle 13 e dalle 15 alle 19. Nelle zone più turistiche di Lisbona è di norma l'orario continuato dalle 10 alle 18 o le 20, anche il sabato. I centri commerciali sono aperti anche il sabato, alcuni fino alle 24.

#### *Animali domestici*

Anche il Portogallo, come membro della Comunità Europea, adotta le norme sul passaporto per gli animali domestici. E' necessario un documento che attesti l'avvenuta vaccinazione dell'animale contro la rabbia nel periodo compreso tra 12 mesi e 30 giorni precedenti l'ingresso nel territorio portoghese.

#### *Elettricità e apparecchi elettrici*

La corrente elettrica è come in Italia, di 220 volt. La presa portoghese ha due ingressi rotondi. Portatevi dietro degli adattatori. Se li dimenticate, potete comprarli nei supermercati.

#### *Emergenze e numeri utili a Lisbona*

Il primo numero di riferimento è il 112, numero europeo per la sicurezza. Vi rispondono ad ogni ora del giorno e dalla notte. A Lisbona c'è un Posto di Polizia dedicato esclusivamente ai turisti: il numero è 21 342 16 23.

#### *Lisboa Card*

Per visitare Lisbona e risparmiare sui costi dei trasporti e delle cose da vedere, vi consigliamo di comprare una Lisboa Card. La carta dà diritto al trasporto su tutti i mezzi pubblici che coprono la tratta cittadina (autobus, ascensori, tram, metro e treni fra Sintra e Cascais). Con la card molti musei e monumenti sono gratis, altri scontati fino al 50%. Al momento dell'acquisto della carta vi daranno una guida con tutte le attrazioni incluse nel circuito. La card costa 13.50 € per un giorno, 23.00 € per due e 28.00 per tre.

#### *Consolato Italiano a Lisbona*

L'Ambasciata d'Italia si trova in Largo Conde de Pombeiro, 6. Il telefono è 213 515 320 e il Fax 213 154 926. L'e-mail è [ambblisb@embital.pt](mailto:ambblisb@embital.pt); altre informazioni sono disponibili sul sito [www.embital.pt](http://www.embital.pt)

#### *Informazioni turistiche*

Turismo de Lisboa

Visitors & Convention Bureau

Rua do Arsenal, 23

1100-038 Lisboa

T: +351 210 312 700

F: +351 210 312 899

[atl@visitlisboa.com](mailto:atl@visitlisboa.com)

## **STORIA**

Lisbona non è solo una delle capitali più affascinanti d'Europa, è storicamente anche uno dei luoghi più significativi del continente. Posizionata in un importante punto strategico, alla foce del fiume Tago e ai piedi del grande Oceano Atlantico, per secoli la città è stata maggiore punto di comunicazione dell'Europa occidentale con le rotte marittime di tutto il mondo.

Il territorio di Lisbona ha una storia molto antica, tale che le origini possono essere ricondotte indietro di ben 300.000 anni fa. Come narra la leggenda, la città venne fondata da Ulisse da cui prese il nome di Ulissipo o Olissopo, una parola tuttavia di origine fenicia "Allis Ubbo" il cui significato è "incantevole porto". Da qui, sempre secondo la leggenda, deriva il nome attuale della città.

Importanti testimonianze storiche, quali dolmen e menhir presenti nella campagna urbana, ci permettono di affermare che durante il periodo Neolitico la regione era abitata da popolazioni iberiche, provenienti dalle vicine regioni atlantiche. Secondo gli storici, la posizione naturale della baia nella foce del fiume Tago serviva da luogo ideale per gli scambi commerciali dei Fenici con le tribù dell'entroterra e lungo i viaggi verso il nord Europa (in Cornovaglia). I prodotti locali in commercio erano il sale, il pesce salato e i cavalli lusitani (importanti ritrovamenti fenici sono stati recentemente rinvenuti nell'odierna area della Cattedrale di Lisbona). I Fenici, e di seguito i Greci, i Cartaginesi e i Romani, fecero del territorio un continuo campo di battaglia. Fu l'antica Roma ad averne la meglio, quando nel 205 a.C. diede vita ad un dominio di oltre due secoli, instaurando sotto il nome di Felicitad Julia quella che sarebbe diventata una delle più importanti 'civitas' della penisola iberica.

Secondo l'antica mitologia greca, Ulisse fondò la città dopo aver lasciato Troia diretto verso l'Atlantico per sfuggire alla coalizione greca. Gli studiosi ritengono tuttavia che la presenza dei Fenici (occasionale o meno) abbia comunque preceduto qualsiasi presenza greca nella zona. In seguito il nome greco venne sostituito dalla versione latina, Olissipona. La Lisbona romana ebbe modo di svilupparsi ulteriormente dopo la sconfitta dei Cartaginesi da parte di Scipione l'Africano nella regione della Hispania Orientale e le vittorie contro le popolazioni celtiche del nord-est. Nel periodo augusteo i romani costruirono un grande teatro, i bagni di Cassio (presso l'attuale via Rua da Prata), diversi templi, una grande necropoli (attualmente presso l'attuale Praça da Figueira) e diversi altri edifici.

Alla fine del dominio romano, Olissipona era già conosciuta come una delle prime città cristiane. Nei secoli successivi la città subì diverse invasioni, inizialmente da parte di una popolazione iranica, gli Alani, e quindi dai Vandali nei primi decenni del IV secolo d.C. Gli Svevi germanici vi stabilirono il controllo fino all'anno 585, quando il territorio entrò a far parte del Regno di Toledo con i Visigoti. Lisbona nel periodo era conosciuta come Ulishbona.

Il dominio arabo del territorio iniziò nel 711 e durò fino a buona parte del XII secolo. L'impatto dell'occupazione dei Mori si può oggi notare nelle emblematiche torrette e fortezze del grande Castelo de Sao Jorge, il castello che domina l'orizzonte del centro di Lisbona. L'influenza araba è ancora oggi percepibile nel pittoresco quartiere di Alfama, la parte vecchia di Lisbona sopravvissuta al terremoto del 1755.

Nel 1147, il primo re del Portogallo, Afonso Henriques, come parte della Reconquista, iniziò la lotta contro i mori, assistito dal crociato inglese Gilbert di Hastings (che diventerà poi il primo vescovo di Lisbona). Sotto il controllo cristiano la città andò incontro ad una grande prosperità, suggellata anche dalla fondazione della prima Università nel 1290 e in generale dall'aumentato senso di sicurezza della regione. La peste tuttavia non tardò a mietere le sue vittime anche in Portogallo ed a Lisbona. Prosperità e grande ottimismo ritornarono con l'Epoca delle Grandi Esplorazioni, quando Vasco de Gama, partendo da quella che oggi è conosciuta come la Torre di Belem, nel 1497 navigò con successo la prima rotta marittima per le Indie.

Il Secolo d'Oro del Portogallo, cento anni di ricchezza e di scambi commerciali senza pari, portò alla crescita urbana di Lisbona: molti dei più imponenti monumenti hanno avuto origine in questo periodo, tra cui la Torre di Belém e il Monastério dos Jeronimos. Nel corso del XVI secolo, la ricchezza raccolta portò all'edificazione della grande Praça do Comércio, la piazza sul lungomare. Le sovrabbondanti ricchezze e la prosperità fecero del Portogallo un importante Impero coloniale, uno dei più grandi della storia, e Lisbona la città commerciale più importante del mondo.

Nel 1580, il Portogallo venne conquistato dalla Spagna e la città fu posta sotto il governo di un viceré spagnolo. Nel 1640 gli spagnoli vennero estromessi per mano del duca di Braganza, che fu in seguito incoronato re con il nome di Joao IV. Un nuovo periodo di prosperità arrivò con la scoperta dell'oro in Brasile nel 1697. Nello stesso periodo venne costruito il grande viadotto Lovres Aguas.

Diversi decenni dopo, il mattino del 1 novembre 1755 Lisbona fu colpita da un terribile terremoto, uno dei più grandi della storia europea. Il sisma provocò uno tsunami, che arrivò subito dopo con un'onda stimata in 50 metri di altezza. Navi, barchine ed edifici furono colpiti con una violenza inaudita, migliaia di persone persero la vita venendo letteralmente spazzate via dall'acqua. Secondo le documentazioni dell'epoca, un violento incendio finì di sconvolgere la popolazione, e per tre interi giorni la città venne quasi completamente distrutta. Solo Alfama si salvò dal terribile disastro. In tutto, più di 60.000 persone persero la vita nella sola capitale. Si racconta che la scossa sismica ebbe ripercussioni e fu sentita in tutta l'Europa occidentale e in parte dell'Africa nordoccidentale.

La ricostruzione di Lisbona fu molto rapida e secondo le testimonianze dell'epoca, si narra che non appena i tremori iniziarono a diminuire il Marchese di Pombal (il ministro portoghese del re José I) aveva già dato inizio alla progettazione della nuova città. La Lisbona di Pombal andava concentrandosi verso nord, nell'area conosciuta come Baixa Pombalina e nella creazione di nuove strade (Avenidas Novas). Le nuove minacce dei francesi di Napoleone portarono alla fuga della famiglia reale e, per qualche tempo, allo spostamento della capitale del Portogallo a Rio de Janeiro, in Brasile.

Nel 1908, il re Manuale I e il figlio furono assassinati e due anni dopo, al rovesciamento della monarchia, prese il potere un Governo totalitario fascista. Sotto la guida severa di Antonio Salazar Lisbona venne modernizzata, ma ad un prezzo non consolatorio per il resto del Portogallo, che si ritrovò immerso nella povertà e nel debito pubblico. Durante la seconda guerra mondiale il Portogallo fu uno dei pochi paesi europei a dichiararsi neutrale, tanto che Lisbona divenne un importante centro per rifugiati e spie.

Nel 1974, un pacifico colpo di stato portato avanti dai militari diede vita alla cosiddetta Rivoluzione dei Garofani, segnando l'inizio della democrazia in Portogallo. Seguì tuttavia un disorientamento politico e una conseguente crisi economica, comunque facilmente controllabile dalla nuova libertà democratica raggiunta dal paese. A Lisbona, il ponte sul Tago (voluto nel 1966 dallo stesso presidente Salazar) venne rinominato "Ponte 25 de Abril", in commemorazione della data della liberazione. Nel 1986 il Portogallo entra a far parte della Unione Europea. L'Impero portoghese finì "de facto" nel 1999, con Macao restituita alla Cina, e "de jure" nel 2002, con l'indipendenza concessa a Timor Est in Indonesia. Nel 2007 venne firmato in città l'importante Trattato di Lisbona, atto a rinnovando il funzionamento programmatico della Unione Europea.

## **TRASPORTI**

Lisbona è una città di facile accesso, sia che si arrivi in aereo, in macchina, in treno, in pullman o in barca. Arrivare dall'Italia è altrettanto semplice, soprattutto considerando la quantità di voli lowcost a disposizione dei viaggiatori negli ultimi anni. Di seguito presentiamo tutte le alternative possibili per raggiungere Lisbona, e per ora non ci resta che augurarvi buon viaggio!

### COME ARRIVARE

#### -in aereo

All'Aeroporto Internazionale di Lisbona (Aeroporto da Portela LIS), situato a circa 7 km dal centro della città, nell'area del comune di Loures, arrivano e partono giornalmente voli aerei per le principali città europee e il resto del mondo. Le compagnie aeree portoghesi, TAP-Air Portugal e Portugália Airlines, così come le più prestigiose compagnie aeree internazionali, volano da e per Lisbona. La Easyjet offre tariffe competitive da e per Milano MLX e Roma, la Vueling offre tratte da e per Genova, Milano MLX e Milano Linate, TAP Portugal da e per Roma. L'Alitalia effettua i collegamenti in condivisione con la TAP-Air Portugal.

L'aeroporto di Portela effettua ottimi collegamenti da e per Lisbona-città con le seguenti linee: Aerobus (linea 91) con orari 7.00-21.00 e frequenze ogni 20 minuti; Aeroshuttle (linea 96) effettua servizio da e per Lisbona passando anche per il distretto finanziario della città e la stazione dei bus di Sete Rios. Le linee di autobus 745 e 5, 8, 22, 44, 45, 83 effettuano collegamenti più economici. Il costo dei biglietti per i primi è superiore ai € 3.00, con i secondi è inferiore ai € 2.00.

Il costo per il tragitto in taxi è di circa €10.00

#### -in autostrada

Raggiungere Lisbona in auto è di sicuro una piacevole esperienza, grazie anche allo splendido panorama del territorio portoghese. Dall'Italia la strada è effettivamente lunga, ma con le dovute tappe può diventare pur sempre una valida alternativa. La città presenta degli ottimi accessi stradali, e le strade più usate sono la A1, A2, A5, A12 (autostrade), il Ponte 25 da April, il Ponte Vasco da Gama e la CREL (tangenziale). Nel complesso, si può raggiungere attraverso le seguenti opzioni:

Sud: la A2 si dirige verso il ponte 25 de April (opzione ideale per il centro e per Estoril, Cascais e Sintra, con la A5)

Nord ed Est: dalla A2 e dalla A12, verso il ponte Vasco da Gama (migliore opzione per Lisbona Est/nord, aeroporto e il Parque das Nações/Expo 98, per la A1 e la A8 nord).

Nord e aeroporto: A1 per i collegamenti con l'aeroporto di Lisbona e per quelli con la rete stradale da e per Fatima, Porto, Santarem, Coimbra, Aveiro, Leiria.

Ovest: A5 per i collegamenti con Estoril e Cascais e la periferia di Sintra.

Le tangenziali della città sono tre: la 2<sup>a</sup> Circolare, il CRIL ed il CREL.

-in treno

Treni nazionali ed internazionali collegano giornalmente Lisbona con il resto del Portogallo e anche con la Spagna. Oltre al terminal ferroviario di Santa Apollonia (adiacente al distretto di Alfama), la città dispone di un altro terminal la Stazione di Oriente (adiacente al Parco delle Nazioni). Entrambi gli scali hanno collegamenti diretti con autobus e metropolitana per raggiungere il centro della città. Il collegamento ferroviario con Cascais e la costa di Estoril è accessibile tramite la stazione di Cais do Sodré. La stazione ferroviaria di Estação do Rossio (ex Estação Central), in stile neomanuelino, è forse la più bella stazione della città; al piano inferiore è situata la stazione della metropolitana di Rossio (linea verde). I treni per Sintra (e viceversa) partono ogni 15 minuti, per un tragitto di circa 45 minuti .

-in barca

Il Porto di Lisbona è il porto più attivo della costa atlantica europea ed è attrezzato con tre moli per navi da crociera: Alcântara, Rocca del Conde de Óbidos e Santa Apollonia. I porticcioli turistici sono presenti nei moli di Belém, Santo Amaro, Bom Sucesso, Alcântara e Olivais. Vi sarà possibile imbarcarvi per Lisbona dalle seguenti stazioni: Barreiro, Trafaria, Montijo e Cacilhas. Un'ottima opportunità turistica lungo il fiume Tago.

-in pullman

Il principale terminal degli autobus è a Sete Rios (metro: Jardim Zoologico)

Come muoversi

*Orientarsi a Lisbona*

Lisbona, come Roma e Istanbul, è stata costruita su 7 colli. Da alcuni di questi si gode una splendida vista sulla città e lo sguardo si perde guardando verso il mare, l'Oceano Atlantico. La città non è molto grande, ma muoversi a piedi è abbastanza stancante. E' tutto un saliscendi, quindi escluse alcune zone, l'uso dei mezzi pubblici è quasi obbligatorio. A Lisbona ci sono 5 linee di tram su cui circolano 50 tram, 3 funicolari e un'ascensore. Ci sono 69 linee di autobus, di cui 8 circolano di notte. Questi servizi sono gestiti dalla Carris. C'è poi la Metro divisa in 4 linee.

*Lisboa Card*

Per visitare Lisbona e risparmiare sui costi dei trasporti e delle cose da vedere, vi consigliamo di comprare una Lisboa Card. La carta dà diritto al trasporto su tutti i mezzi pubblici che coprono la tratta cittadina

(autobus, ascensori, tram, metro e treni fra Sintra e Cascais). Con la card molti musei e monumenti sono gratis, altri scontati fino al 50%. Al momento dell'acquisto della carta vi daranno una guida con tutte le attrazioni incluse nel circuito. La card costa 13.50 € per un giorno, 23.00 € per due e 28.00 per tre.

#### *i Tram di Lisbona*

Di solito consigliamo ai nostri lettori di muoversi in metro quando visitano le capitali europee. A Lisbona il mezzo da preferire, invece, è il tram. I tram di Lisbona sono epici: si arrampicano sulle colline, sferragliando, con i portoghesi appesi fuori (da qui viene il modo di dire che indica chi non paga il biglietto). Anche se stanno rapidamente sostituendo quelli vecchi con tram più gradevoli; nuovi e funzionali, ce ne sono ancora molti in giro per la città. Saliteci e conoscerete Lisbona.

#### *Il Tram 28*

Se non avete timore di apparire un turista medio e volete passare per i posti più belli di Lisbona con un tram, dovete scegliere la turistica linea 28, facendo molta attenzione ai borseggiatori. Con il tram 28 vi arrampicherete come sulle montagne russe, passerete in vicoli larghi solo 4 metri, farete curve strettissime. Un vero spasso, anche perché fuori c'è Lisbona. Il tram passa attraverso tutto il quartiere dell'Alfama e il biglietto, che può essere pagato direttamente sul tram, costa 1,20 €. Ricordate che non è inserito nel circuito gratuito della Lisboa Card. Potete prendere il tram in Campo Ourique.

#### *La Metropolitana di Lisbona*

La metro di Lisbona ha 4 linee, divise per colori: rossa, gialla, verde, blu. La metro funziona tutti i giorni dalle 06.30 alle 1 di notte. Se non comprate la Lisboa Card, il biglietto normale per la corsa unica costa 0,70 centesimi. Ci sono stazioni di interconnessione che collegano le diverse linee. La metro è uno dei mezzi più veloci per muoversi in città; le stazioni sono nuove perché ri-costruite per l'Expo del 1998. Quasi tutte sono splendidamente decorate da azulejos, le piastrelle dipinte a mano. Altrettanto spettacolari sono gli edifici che ospitano alcune stazioni, come ad esempio quella di Rossio; è un edificio in stile Neo-Manuelino costruita nel 1887.

#### *Autobus a Lisbona*

Il servizio di autobus di Lisbona è gestito dalla Carris. Ci sono 95 linee, di cui 69 urbane regolari, 17 extraurbane che portano nei dintorni e diverse corse notturne che operano dalle 23 e 45 alle 5 e 30. Negli altri orari circolano gli autobus diurni. Il biglietto per la corsa singola costa 0,75 se acquistato per strada, 1,20 euro se acquistato direttamente in autobus. Noi vi consigliamo di acquistare una Lisboa Card. Gli autobus coprono in modo capillare tutte le zone della città; sono molto utili perché la metro di Lisbona è ideale per muoversi nel centro ma non raggiunge le zone più periferiche.

#### *Taxi*

Sono economici e onnipresenti e sono una buona soluzione soprattutto nel caso dobbiate spostarvi con molti bagagli, mentre diventano obsoleti durante i vostri giri in città, vista la comodità e l'efficienza dei mezzi pubblici.

Il tassmetro ha 4 tariffe:

- 1: valida dal lunedì al venerdì dalle 6.00 alle 21.00;

- 2: valida dalle 21.00 alle 6.00, il sabato e tutti i festivi. È più cara del 20%.
- 3: valida fuori città dal lunedì al venerdì dalle 6.00 alle 21.00;
- 4: valida fuori città dalle 21.00 alle 6.00, il sabato e tutti i festivi.

Per il bagaglio si paga un supplemento di € 1,60 e per le chiamate telefoniche di € 0,80.

I tassisti di Lisbona sono onesti, a parte alcuni di quelli che transitano nella zona dell'aeroporto che tentano a volte di applicare tariffe maggiorate (la 2, la 3 o la 4 invece della 1), o di staccare il tassametro e dirvi una cifra variabile dai 15 ai 20 euro: tenete conto che una cifra onesta per raggiungere il centro si aggira intorno agli 8 euro.

L'ufficio del Turismo de Lisboa interno all'aeroporto vende dei taxi-voucher a tariffa fissa che però non sono convenienti se dovete raggiungere il centro, perché costano circa il doppio (€ 15) della spesa media necessaria.

Teletáxis: tel. 218 111 100

Rádio Táxis de Lisboa: tel. 218 119 000

Autocoope: tel. 217 996 460

Volancoop: tel. 218 153 513

*Le tre Funicolari di Lisbona*

A Lisbona ci sono tre funicolari, ideali per raggiungere le colline su cui si stende la capitale portoghese. Si chiamano Lavra, Gloria e Bica

La Lavra è stata la prima funicolare di strada costruita in Europa. Ha iniziato a funzionare nel 1884. Parte dal lato est di Avenida da Liberdade e percorre 180 metri con una pendenza del 25% per arrivare a Torel. La funicolare Gloria aprì un anno dopo la Lavra, nel 1885, nel lato ovest di Avenida da Liberdade, collegando Restauradores con il Bairro Alto. Dai giardini che si trovano sulla sommità si gode una splendida vista sulla città. Non a caso la Gloria è la funicolare più bella e affollata di Lisbona. La terzo funicolare è la Bica, che unisce Rua da Bica e Rua S. Paulo, vicino a Santos, nel distretto di Calhariz

## **COSA VEDERE**

Premesso che è inutile tracciare un itinerario ordinato di tutte le bellezze architettoniche di Lisbona, perché è decisamente meglio goderselo perdendosi nei labirinti delle strade e dei vicoli dei vari quartieri, è d'obbligo però segnalare alcune cose che possiamo definire meta imprescindibile in un viaggio a Lisbona:

*I quartieri arabi: l'Alfama, la Mouraria e la Graça*

Quella che probabilmente è la zona più suggestiva della città conserva, fra i suoi vicoli vocianti e i suoi palazzi bisognosi di un vigoroso restauro, quell'antica memoria di tempi passati che il terremoto del 1755 ha invece cancellato in quasi tutti gli altri quartieri della città.

L'Alfama ebbe il suo massimo sviluppo sotto il dominio arabo, quando vi presero residenza commercianti e nobili; dopo la Reconquista si trasformò in quartiere popolare e venne abitato soprattutto da pescatori,

mentre ai Mori che prima vi risiedevano fu concesso di andare ad abitare nell'attuale quartiere della Mouraria, che prese il nome proprio dai suoi nuovi abitanti.

Nel Novecento la Mouraria e le vicine piazze del Rossio e da Figueira, insieme al quartiere di São Bento, sono diventati il cuore multi-etnico di una Lisbona dal passato di potenza coloniale che dopo le lotte di liberazione ha visto arrivare sulle rive del Tejo molti cittadini africani e asiatici provenienti dalle sue ex colonie: Angola e Capo Verde, soprattutto, ma anche Mozambico, Guinea Bissau, São Tomé e, in misura minore, da Macao.

*L'atmosfera in tutti questi quartieri è da manuale: vi si trovano vicoli stretti che si aprono in piazze e slarghi in cui gli occhi faticano qualche secondo a riprendere confidenza con la luce del sole; bellissime facciate decorate ad azulejos si alternano a palazzi corrosi dal tempo e dagli elementi naturali; e soprattutto miradouros fra i più straordinari di tutta Lisbona..*

- *L'Alfama*

L'Alfama è il quartiere più vecchio della città e la sua costruzione risale al periodo della dominazione dei Mori nell'XI secolo; in questo antico quartiere di Lisbona si trovano il bellissimo Museu de Artes Decorativas, l'affascinante Casa do Fado che rende omaggio alla tipica musica della città con varie installazioni audiovisive, e le pittoresche scalinate Escadinhas de Santo Estevao, ma l'attrazione principale è il Castelo de Sao Jorge che sovrasta il quartiere.

È il monumento che domina su tutta la città e dai suoi bastioni si può ammirare dall'alto i quartieri del Chiado e del Barrio Alto; le origini del Castelo risalgono al V secolo ma con l'arrivo dei Mori quattro secoli più tardi, la fortezza fu ampliata e furono costruite le imponenti mura che ancora oggi lo circondano. In questo luogo Vasco de Gama, di ritorno dalla spedizione in India del 1499, ebbe un'udienza con il re Manuel I e oggi il luogo di quell'incontro l'Olisiponia ospita un centro multimediale che racconta della storia della città; da non mancare è una visita alla Camera Obscura, dove attraverso un gioco di schermi e specchi è possibile ammirare il panorama sulla città in modo del tutto particolare; da visitare anche la Cattedrale Sé che ospita nella sala Capitolare una bella collezione di tesori dell'epoca.

Il Castelo de Sao Jorge dopo essere stato in passato usato anche come prigione, oggi ospita bellissimi giardini, un caffè ed è uno dei miradouros, uno dei punti panoramici più suggestivi di Lisbona.

all'Alfama è possibile visitare:

Castelo de Sao Jorge

Tel. +351.21.8800620

Tram: 28

bus: 37

Museu de Artes Decorativas

Largos das Portas do Sol 2

Tel. +351.21.8814600

Chiuso il Lunedì

Tram: 12,28

Bus: 37

### *Il Castelo de São Jorge e La cittadella di Santa Cruz*

All'interno della cinta muraria della cittadella ci si dimentica di essere nel cuore di una metropoli come Lisbona: piccole palazzine in colori pastello, quasi nessuna macchina e, se i negozi di souvenir non hanno ancora aperto, il silenzio più totale. Una passeggiata nella cittadella è perfetta prima di entrare a visitare il Castelo de São Jorge, lo stupendo e massiccio monumento che domina su tutta Lisbona e sul Tejo.

L'intera area è stata popolata dalla notte dei tempi e ha conosciuto fenici e romani. Il castello vero e proprio risale al XI-XII secolo, quando Lisbona era un importante porto arabo. Nel 1147, Afonso Henriques, primo re del Portogallo, conquistò il Castello e la città ai Mori e fra il XIII e l'inizio del XVI secolo il Castello ospitò la residenza lisbonese dei regnanti portoghesi e della loro corte. In questo luogo Vasco de Gama, di ritorno dalla spedizione in India del 1499, ebbe una udienza con il re Manuel I e oggi il luogo di quell'incontro l'Olisiponia ospita un centro multimediale che racconta della storia della città; da non mancare è una visita alla Torre de Ulisses, dove un periscopio permette attraverso un gioco di schermi e specchi è possibile ammirare un panorama sulla città del tutto particolare.

Fu in gran parte distrutto dal terremoto del 1755, ma dopo essere stato dichiarato monumento nazionale nel 1910, nel corso del secolo scorso è stato oggetto di importanti interventi di restauro che gli hanno restituito la maestosa bellezza di un tempo.

All'interno del Castello si trovano un Nucleo Museologico che raccoglie gli oggetti rinvenuti durante gli scavi archeologici che hanno riportato alla luce testimonianze risalenti fino al VII secolo a.C.; il Periscopio, all'interno della Torre di Ulisse; un Nucleo Archeologico (chiuso al pubblico al momento della nostra visita – marzo 2009) all'interno del quale si trovano le prime strutture abitative risalenti al VII secolo a.C., il quartiere islamico dei secoli XI-XII e i resti dell'antico Castello colpito dal terremoto.

Oggi questa fortezza meravigliosa ospita anche bellissimi giardini e uno stupendo miradouro; da qui e dai suoi merli e corridoi si hanno le vedute più belle e suggestive dell'intera città.

Castelo de Sao Jorge

Tel. +351.21.8800620

Tram: 28

bus: 37

Orari:

Castelo e Nucleo Museologico: 9-18 (nov.-feb.), 9-21 (mar.-ott.); ultima entrata 17:30 con l'orario invernale e 20:30 con l'orario estivo.

Periscopio: 9-17; ultima entrata alle 17. L'ingresso è compreso nel biglietto del Castelo, ma occorre prenotarsi perché sono ammesse all'interno solo poche persone per volta.

Loja (Casa do Governador): 10-18 (nov.-feb.); 10-21 (mar.-ott.).

Il Castelo è aperto tutti i giorni dell'anno.

Biglietto:

Intero: € 5,00

Ridotto (studenti, comitive, famiglie, possessori della Lisboa Card): € 2,50

Ingresso gratuito per bambini <10, adulti >65 e residenti.

Servizi:

WC, Ristorante (aperto tutto l'anno 12:30-23) e Cafeteria (9-18 in inverno e 9-21 in estate)

Come arrivare:

Autobus: 37

Eléctricos: 12 e 28

Parcheggi più vicini: Praça da Figueira/Portas do Sol

[www.castelosaojorge.egeac.pt](http://www.castelosaojorge.egeac.pt)

[castelodesaojorge@egeac.pt](mailto:castelodesaojorge@egeac.pt)

*1 miradouros - Miradouro de São Pedro de Alcântara*

Da Praça do Rossio, l'ascensor da Glória condice a Rua São Pedro de Alcântara, esattamente accanto al miradouro omonimo, spettacolare punto di osservazione sulle le grandi piazze del Rossio e dei Restauradores e sul lato orientale della città, sovrastato dal Castelo de São Jorge.

Questo miradouro ospita anche un bel giardino dove, come altri punti panoramici, una grande piastrella in ceramica illustra lo skyline della città da quella prospettiva e, riportando il nome dei principali luoghi di interesse, aiuta a riorientarsi nel caso (improbabile) si fosse smarrita la bussola.

Oltre alle terrazze del Castelo, sono molto belli quello di Santa Luzia, con un pergolato piastrellato di azulejos settecenteschi, offre uno stupendo panorama sull'Alfama e sul Tejo.

Il miradouro da Graça, di fronte alla caserma (ex chiesa) di Nossa Senhora da Graça, e quello da Senhora do Monte, in cima alla collina della Graça. Scollinando da un lato o dall'altro della Graça si possono vedere o i quartieri occidentali della città sovrastati dal Bairro Alto o il versante orientale dell'Alfama e il fiume.

*Museo Nacional dos Azulejos, Lisbona*

Cinquecento anni di arte dell'azulejo, esposti in un percorso didattico e cronologico su due piani del convento Madre de Deus. Modelli geometrici ispano-moreschi (XV-XVI sec.), piastrelle di Anversa (XVI sec.), barocche, contemporanee ecc. A dir poco meraviglioso l'enorme pannello di 23 m con la veduta di Lisbona prima del terremoto del 1755.

Anche le pareti del complesso che ospita questi pezzi sono tappezzate di azulejos i suoi cortili richiamano atmosfere arabeggianti.

Da non perdere il caffè al piano terra, oltre la biglietteria, allestito in una parte dell'edificio che molto probabilmente ospitava le grandi cucine del convento: i motivi delle piastrelle che si trovano qui riproducono cibi e attrezzi da cucina.

Museo Nacional dos Azulejos

*Rua da Madre de Deus, 4*

Orari:

Lun.: 14-18; mer.-dom.: 10-18. Ultima entrata alle 17:30

Biglietti:

Intero: € 4,00

Riduzioni:

- ragazzi 15-25 anni, adulti >65: € 2,00

- Carta Giovani: € 1,60

- Famiglia (lo sconto è applicato sul biglietto di uno dei due genitori che accompagnano due o più figli): € 2,00.

Web: [www.mnazulejo-ipmuseus.pt/](http://www.mnazulejo-ipmuseus.pt/)

### *La Sé Patriarcal Lisbona*

In largo Santo António da Sé si trova la cattedrale romanica fatta costruire nel 1150 da Afonso Henriques, primo re del Portogallo.

Edificata sulle rovine di una moschea del 1147, è il solo monumento della città risalente alla fondazione della Nazione portoghese.

Maestosa nella facciata quanto decadente al suo interno, dove un po' in rovina convivono le grandi arcate romaniche con il coro barocco e le cappelle in stile gotico.

Nella Sala Capitolare ospita una bella collezione di tesori.

Orari:

Mar.-sab.: 9-19; dom., lun. e festivi: 9-17.

### *La Baixa*

La Baixa è il cuore commerciale e la parte più mondana di Lisbona; si stende nel suo nucleo fondamentale fra Praça Dom Pedro IV, conosciuta anche come Rossio, e la suggestiva spianata di Praça do Comercio che si affaccia sul fiume Tejo, o meglio vi si immerge, nel lato meridionale, protendendosi sulle acque del fiume. A fianco della piazza c'è il terminal fluviale del Terreiro do Paço da cui partono i traghetti per la sponda sud del Tejo.

Alle sue spalle è invece delimitata a est e a ovest rispettivamente dalla Rua da Madalena e dalla Rua áurea, che insieme alla centrale Rua da Prata costituiscono le principali arterie nord-sud del quartiere.

Musei Baixia

Fundação Calouste Gulbenkian/Museu Calouste Gulbenkian/Centro de Arte Moderna

Avenida de Berna, 45A

Calouste Gulbenkian, magnate del petrolio e amante dell'arte, dal 1942 al 1955 ha raccolto a Lisbona più di 6000 opere d'arte. Alla sua morte lascia disposizioni per la creazione della fondazione, che vedrà la luce nel 1969. Arte egizia, assira, greca, asiatica e islamica; ma anche: arti decorative e pittura europea dal Medioevo

al XIX sec. (Rembrandt, Fragonard, Manet, Degas). Magnifico spazio dedicato al gioielliere-decoratore Art nouveau René Lalique. Il Parco è disseminato di sculture moderne.

Orari:

Fondazione: lun.-ven. 9-13 e 14:30-17:30; Museo: mar.-dom. 10-18; Centro: mar.-dom. 10-17:45.

Biglietti:

Museo (Collezione permanente + più mostre temporanee all'interno del museo): € 4,00

Mostre temporanee all'esterno del percorso museale (Galeria de Exposições Temporárias): € 3,00 / € 5,000

Cumulativo Museo + Mostre temporanee: € 5,00

Cumulativo Museo + Centro di Arte Moderna: € 7,00

Ridotto (Carta Giovani, studenti ≤25, adulti >65): € 2,00

Ingresso gratuito la domenica e negli altri giorni per i bambini <12.

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

Cinemateca Portuguesa/Museu do Cinema

Rua Barata Salgueiro

Ingresso gratuito

Il palazzo, molto bello con il suo mix di decorazioni in stile arabo, strutture liberty e architetture cinefile (colonne fatte di pellicole cinematografiche e cose simili...), oltre alle normali proiezioni ospita rassegne e incontri. Inoltre: una biblioteca e un archivio fotografico (lun.-ven. 14-19:30); un'esposizione permanente degli oggetti che compongono la collezione della Cinemateca (macchine da presa, libri, fotografie...) (lun.-ven. 13:30-22); mostre temporanee (lun.-sab. 12:30-00:30); una libreria specializzata in pubblicazioni di cinema (13:30-22:30); un caffè/ristorante con tavolini anche all'aperto, un posto molto piacevole per un caffè o anche per un pranzo (pranzi completi a € 12 [marzo 2009]).

*Praça do Comercio - La Baixa Lisboa*

Praça do Comercio era storicamente il punto di arrivo e di distribuzione delle merci provenienti dalle colonie ed è in funzione di questo che si sviluppò alle sue spalle un intero quartiere commerciale, le cui vie ricordano tuttora con i loro nomi le attività commerciali che le animavano (oltre a Rua áurea e Rua da Prata, Rua dos Sapateiros, Rua dos Correiros e altre). Adesso quest'area accoglie boutique e locali alla moda.

L'intera piazza è stata restaurata dopo il terremoto del 1755, che ha distrutto molti quartieri della città; il basamento del monumento equestre al re José I, al centro della spianata, riporta scene della ricostruzione seguita al sisma. Risale alla stessa epoca anche l'imponente Arco da Vitória, monumentale porta d'ingresso alla piazza dalla Rua Augusta.

Oggi Praça do Comercio ospita sotto i suoi bei porticati le sedi di vari ministeri e, leggermente decentrato, un grande ufficio turistico, forse il più grande della città.

Al momento della nostra visita (marzo 2009) era in corso una grande opera di riqualificazione dell'intera piazza, ma i porticati laterali erano comunque accessibili.

Attraversato l'Arco da Vitória, le strade della Baixa sono lastricate di bellissimi mosaici di pietra nera su sfondo lattiginoso, uno spettacolo che si coglie meglio dall'alto della torre dell'elévador de Santa Justa

(aperto dalle 8 alle 22), una struttura in ferro alta 45 metri che sorge sul lato occidentale della Rua áurea e che collega la Baixa al quartiere alto del Chiado.

Il prezzo del biglietto a/r è di € 2,80 se acquistato a bordo, ma poiché l'elévador, come gli ascensor, rientra nel sistema di trasporti gestito dalla Carris (quella che gestisce anche bus e tram) non pagherete niente se avete acquistato la Lisboa Card o avete caricato un abbonamento sulla Cartão 7 Colinas o Viva Viagem. Arrivati a fine corsa, oltre ad ammirare dall'alto i mosaici della Rua sottostante e il viavai di passanti, avrete una stupenda visuale sul lato orientale della città; un posto ideale per le foto al Castelo de São Jorge. Un camminamento in ferro collega la torre dell'elévador al Largo do Chiado.

### *Il Rossio Lisboa*

Il Rossio è uno dei punti di incontro più frequentati dai lisboeti per un caffè o quattro chiacchiere dopo il lavoro.

Grande, luminosa, trafficata, ospita anche due bar che più che locali sono vere e proprie istituzioni cittadine: il Café Nicola, storico caffè letterario, e la Pastelaria Suiça, che ha i suoi tavolini anche in Praça da Figueira e che oltre alle colazioni serve anche pranzi e spuntini serali.

Consigliamo una colazione: non saprete da che parte rifarvi, le porzioni sono abbondanti e, nonostante il servizio ai tavoli non sia caro rispetto agli esosi prezzi italiani, la cosa migliore è consumare al bancone, sugli alti sgabelli all'americana, dove è anche più facile scambiare due parole in portoghese.

All'angolo nord occidentale della piazza si trova la superba Estação do Rossio, una stazione ferroviaria dall'enorme facciate in stile neomanuelino, qui molto somigliante liberty; la sua particolarità è nel dover salire al piano superiore per raggiungere i treni (da qui partono i convogli per Sintra e per Alverça). L'uscita superiore della stazione dà sul Bairro Alto, ma per raggiungerlo il modo migliore è farsi trasportare dall'ascensor da Glória.

In questo caso si tratta di un vagone come quello dei tram, forse solo leggermente più piccolo, che percorre solo questa ripida salita da Praça do Rossio a Rua São Pedro de Alcântara, esattamente accanto al miradouro omonimo.

Al centro di Praça dos Restauradores un obelisco di 30 m ricorda la guerra di Restaurazione che nel 1640 rese il Portogallo indipendente dalla Spagna. Poi la piazza prosegue verso nord in un tutt'uno con Avenida da Libertade, un lungo e largo boulevard alberato, con ampi viali pedonali, fontane e aiuole fiorite. In una traversa sul lato occidentale della Avenida, Rua Barata Salgueiro, ha sede la Cinemateca portuguesa e il Museu do Cinema. Mentre girando a est all'altezza di Largo Anunciada, che incrocia Rua de Santo Antão, si trova un altro ascensor, l'Ascensor do Lavra, che al momento della nostra visita (marzo 2009) era chiuso per lavori di manutenzione e di messa in sicurezza della Calçada do Lavra.

Tornando verso il Rossio, a est della piazza si trova il Largo São Domingos, noto per la chiesa che vide incoronazioni e altre cerimonie dei reali portoghesi, ma più noto per il locale A Ginjinha, favolosa e microscopica bottega dove si beve il dolcissimo distillato di ciliegia di Lisbona.

Da qui si dipana verso nord il borgo di Santo Antão, vivace e molto trafficato a pranzo e a cena dai numerosi avventori delle mille tascas della zona. Fra la Rua omonima e l'Hospital de São José infatti si trovano fra le

migliori di tutta Lisbona; un paio di queste, se non vi va di gironzolare per le stradine laterali, si trovano proprio sulla Rua de Santo Antão. La maggior parte dei locali che danno su questa strada (soprattutto quelli più vicini al Rossio e a Largo de São Domingos) sono super turistici, con menù “tipici” scritti in 20 lingue e con foto dei piatti in bella mostra sulla strada, ma due tascas, più a monte nella via, si distinguono dalla massa; le riconoscete subito, per la loro sobrietà e la loro semplicità, e potete andare a colpo sicuro: pesce freschissimo e ottimi piatti di carne a prezzi da fast food!

In questa via si trovano anche il Coliseu dos Recreios e il Politeama, due noti teatri di varietà; al Politeama si esibiva spesso la cantante di fado Amália Rodrigues.

Sotto il Largo São Domingos c'è Praça da Figueira, altro frequentatissimo ritrovo pomeridiano cittadino (e solo un po' meno frequentato posttribolo notturno), sorvegliato dalla statua equestre di João I.

A nord della Rua Augusta si trova la stazione Rossio dove si trova anche la funicolare Gloria che collega il quartiere al Barrio Alto, mentre a sud la via finisce con l'Arco da Vitoria che conduce alla Praca do Comercio dove prima sorgeva il palazzo reale mentre oggi si trovano i vari ministeri e l'ufficio del turismo.

#### *Il Chiado, Lisbona*

Il piccolo quartiere del Chiado si estende ad ovest della Baixa e arriva fino al Bairro Alto; gran parte del quartiere andò distrutto per colpa di un incendio che scoppiò nel 1998 in un negozio, e per colpa delle vie troppo strette, i mezzi dei pompieri non riuscirono a raggiungere e domare l'incendio, e ben quattro isolati vennero distrutti. Oggi il Chiado sta tornando a rivivere cerca di tornare all'importanza artistica e culturale del passato. è qui che si trovano il Teatro Nacional de São Carlos, il Teatro da Trindade, il Museu Arqueologico do Carmo ed il Museu do Chiado.

Il fulcro del Chiado è l'area compresa fra Rua Garrett e Praça Luis de Camões. La piazza è dominata dalla statua in bronzo del famoso poeta portoghese, che sembra guardare in direzione del suo collega letterato di ben quattro secoli più giovane: la statua in bronzo di Pessoa, seduto al tavolino dal caffè A Brasileira, si trova proprio lì vicino, all'angolo del Largo do Chiado dove inizia Rua Garrett.

Rinunciate a fotografarlo nel periodo delle gite scolastiche, quando orde di ragazzi lo assalgono più o meno affettuosamente ornandolo di moderni orpelli quali occhiali da sole, cellulari e altro per poi farsi immortalare insieme a lui.

Cosa vedere al Chado

Igreja e Museu Arqueológico do Carmo

*Largo do Carmo*

Orario invernale

Lun.-sab.: 10-17

Orario estivo:

Lun.-sab.: 10-18

Museu Nacional de Arte Contempôranea do Chiado

*Rua Serpa Pinto, 4*

Opere portoghesi dal romanticismo al modernismo in un'antica fabbrica di biscotti riadattata dall'architetto Jean-Michel Wilmotte.

Orari:

Mar.-dom.: 10-18

Biglietti:

Intero: € 4,00;

Riduzioni:

- giovani 14-25 anni, adulti >65: € 2,00;

- Carta Giovani: € 1,60.

Ingresso gratuito per i bambini e i ragazzi <14.

Web: [www.museudochiado-ipmuseus.pt](http://www.museudochiado-ipmuseus.pt)

Teatro Nacional de São Carlos

*Rua Serpa Pinto, 9*

La vecchia Opera (ormai consacrata al teatro) ha ospitato i più grandi interpreti. Presenta una facciata neoclassica (1792), arcate, colonne doriche e terrazza ispirate al San Carlo di Napoli.

*Il Bairro Alto*

Il Bairro Alto si presenta come un intrico di vicoli strettissimi; di giorno è affollatissimo di gente che gira per i negozi e per i caffè all'aperto, la sera di avventori dei frequentatissimi locali notturni che animano la vita del quartiere.

Per arrivare nei quartieri alti si può prendere l'ascensor da Gloria da Praça dos Restauradores a Rua de São Pedro de Alcântara e al miradouro omonimo, oppure l'elévador de Santa Justa, che dalla Baixa arriva all'altezza del Largo do Carmo, passando accanto alle affascinanti rovine a cielo aperto della Igreja do Carmo. Anche questa chiesa è stata semidistrutta dal terremoto del 1755; adiacente alla chiesa, ospitato all'interno dell'area conventuale, un piccolo Museo Arqueológico raccoglie opere dall'età preistorica all'epoca medievale.

Il Bairro Alto ha avuto varie vite: da quartiere di mercanti all'epoca delle grandi scoperte, a sede delle redazioni dei quotidiani lisboeti a partire dall'Ottocento, e ancora quartier generale della malavita locale, fino a diventare alla moda per la sua movida serale e notturna (bar, ristoranti, discoteche, locali di musica fado, tascas... e bordelli).

Adesso è il quartiere alternativo per antonomasia: ospita iniziative culturali, performance e installazioni d'avanguardia, atelier di moda, locali gay ed è meta gettonatissima fin dall'aperitivo.

Sia il Bairro Alto che il Chiado sono letteralmente pieni di librerie dell'usato e antiquarie, in cui anche libri venduti a pochi euro sono tenuti alla perfezione e spesso esposti in bellissime teche di legno e vetro al pari delle edizioni più pregiate.

Se volete fare una pausa nel verde, a nord del Bairro Alto si trova il Jardim Botânico, un bel parco che

raccoglie piante da ogni parte del mondo. L'ingresso dal lato del Bairro Alto è accanto alla Faculdade de Ciências dell'Università di Lisbona; quello inferiore è su Avenida da Libertade.

A sud del Bairro Alto:

Per tornare verso sud e verso il Tejo, l'ascensore da Bica scende da Rua do Loreto a Rua de São Paulo. Da qui in 2 minuti a piedi si arriva al lungo fiume e alla stazione di Cais do Sodré, passando accanto al Mercado da Ribeira, una struttura al chiuso in stile liberty dove al piano terra si trova il mercato alimentare e che al primo piano ospita una serie di negozi dove si possono trovare prodotti artigianali e degustazioni di prodotti tipici. Lungo il fiume verso ovest da qui si estendono i rinnovati dock, un tempo antichi magazzini, che ora ospitano ristoranti, locali, e negozi di vario tipo. Proseguendo oltre, ai locali si sostituiscono i grandi musei di Alcântara e di Belém.

Sulla riva opposta del Tejo, la statua del Cristo Rei si innalza per quasi 110 metri; fu costruita nel 1959 per imitare, senza nemmeno nascondere troppo, la più celebre statua del Cristo di Rio de Janeiro.

Cosa vedere al Bairro Alto

Mercado da Ribeira

*Avenida 24 de Julho*

<http://www.espacoribeira.pt>

Jardim Botânico/Museu Nacional de História Natural

*Rua da Escola Politecnica, 58*

Orari

Invernale: 9-18 (entrata da Rua da Alegria chiusa a partire dalle 17); sab. e festivi: 10-18 (entrata da Rua da Alegria chiusa).

Estivo: 9-20 (entrata da Rua da Alegria chiusa a partire dalle 18); sab. e festivi: 10-20 (entrata da Rua da Alegria chiusa).

Biglietti:

intero: € 1,50

Ridotto (studenti, adulti >65, Carta Giovani): € 0,75

Ingresso gratuito per bambini fino a 6 anni.

*Belém e lungo-Tejo*

Nella parte più a ovest di Lisbona sorge il quartiere di Belém, una zona molto affascinante e ricca di interesse: qui si concentrano i musei più grandi e importanti di tutta la città; qui si trova l'imponente Monastero dos Jeronimos; da qui partivano le navi portoghesi all'epoca delle grandi scoperte; qui la luce che illumina Lisbona si fa ancora più forte per la vicinanza dell'Oceano; qui si trovano chilometrici parchi, frequentati da sportivi, famiglie, Coppiette, ma anche da chi cerca semplicemente un angolo di relax guardando il panorama; qui, infine, vengono prodotti artigianalmente i favolosi pasteis de Belém.

è assolutamente impossibile non visitare il Mosteiro dos Jeronimos mentre lo spettacolo architettonico di quest'area continua lungo il fiume con la Torre di Belem.

Tornando verso est si trova il Padrão dos Descobrimentos, il monumento alle scoperte geografiche fatto erigere nel 1960 da Salazar. Su un'enorme prua di pietra stilizzata si affacciano, protesi verso l'oceano, i protagonisti delle grandi scoperte. All'interno della struttura un ascensore porta in cima al monumento. Una piccola ma irrinunciabile visita è da fare anche alla storica e più rinomata pasticceria di Lisbona, la Antiga Confeitaria de Belém dove le ricette con le quali si preparano gli squisiti pasteis de Belém, vaschette di sfoglia ripieni di crema pasticcera, pare siano ancora oggi conservate segretamente. Se vedete la fila fuori dalla pasticceria non vi spaventate: è solo per chi prende i pasticcini da asporto. Ma siccome i tavoli sono tantissimi, le sale così numerose da perdervi, il servizio al tavolo gratuito (!!!), veloce ed efficientissimo, non vale proprio la pena ammattire nel fare la fila. I pasteis vengono serviti caldi, appena fatti, e la loro morte è velarli leggermente con cannella e zucchero a velo. Due vanno giù come niente; con tre ci si sente soddisfatti. Costano la modica cifra di € 0,90 l'uno, anche al tavolo.

#### *Cosa vedere a Belém*

Padrão dos Descobrimentos

Avenida de Brasília

Orari:

Mar.-dom.: 10-18 (orario invernale); 10-19 (orario estivo). Nel mese di agosto è aperto tutti i giorni.

Centro cultural de Belém

Praça do Imperio

Moderno edificio sul Tejo in pietra calcarea grezza: cortili interni, scaloni, terrazze con olivi... Costruito nel 1992, dal 2006 ospita il Museo Berardo (ingresso gratuito; aperto tutti i giorni: 10-19 [22 il ven.];

[www.museuberardo.com](http://www.museuberardo.com)), che accoglie la straordinaria collezione d'arte moderna e contemporanea del magnate José Berardo, con opere di Mondrian, Picasso, Miró, Warhol, Basquiat e altri, esposti a rotazione.

All'interno del Centro si trova anche il Museo do Design (lun.-ven.: 8-21, sab. e dom.: 10-19), una collezione di 600 lavori, realizzati da 230 artisti, dove si ripercorre la storia la storia del XX secolo attraverso i mobili e gli oggetti che hanno caratterizzato il nostro quotidiano.

Aperto tutti i giorni.

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

Centro Ciêntifico e Cultural de Macau

Rua da Junqueira

Museo didattico per saperne di più su Macao, piccola colonia portoghese in Estremo Oriente dal XVI sec., tornata alla Cina nel 1999.

Orari:

Mar.-dom.: 10-17

Biglietti:

Intero: € 3,00

Riduzioni: Carta dello studente, Carta Giovani, Lisboa Card, adulti >65: € 1,50

Ingresso gratuito: bambini e ragazzi <14.

web: [www.cccm.mctes.pt](http://www.cccm.mctes.pt)

Museu Nacional de Arte Popular

Avenida de Brasília

Esposizione di abbigliamento, arnesi da lavoro, mobili e ceramiche.

Orari:

Mar.-dom.: 10-12:30 e 14-17.

Palácio Nacional da Ajuda

Calçada da Ajuda

Nelle sale dell'ex palazzo reale neoclassico: arti decorative (XV-XX sec.), oggetti di oreficeria (servizio da tavola dei re portoghesi e gioielli della corona).

Orari:

Gio.-mar.: 10-17 (orario invernale), 10-20 (orario estivo)

Palácio de Belém

Praça Afonso de Albuquerque

Palazzo settecentesco, attuale sede del presidente della repubblica.

Orari:

Mar.-gio.: 10-18

All'interno del Palácio de Belém

- Museu Nacional dos Coches

Eccezionale collezione di carrozze, berline, calessi, portantine d'epoca (XVII-XIX sec.)... raccolti dal 1905 nell'ex maneggio del palazzo reale di Belém. Dipinti, legni scolpiti e dorati, allegorie in onore delle conquiste e delle scoperte...

Orari:

Mar.-dom.: 10-18; ultimo ingresso alle 17:30.

Biglietto:

Intero: € 4,00;

Riduzioni:

- giovani 15-25 anni, insegnanti, pensionati: € 2,00;

- Carta Giovane: € 1,60;

- Famiglia (lo sconto è applicato sul biglietto di uno dei due genitori che accompagnano due o più figli): € 2,00.

Ingresso gratuito: per tutti entro le ore 14 dei giorni festivi; bambini e ragazzi <14 anni.

Web: [www.museudoscoches-ipmuseus.pt](http://www.museudoscoches-ipmuseus.pt)

Jardim do Ultramar

Largo dos Jerónimos

Bellissimo (e profumatissimo in primavera) parco di 7 ettari con specie botaniche importate da Brasile, India,

Angola e Mozambico.

Orari:

Invernale: tutti i giorni 10-17

Estivo: lun.-ven. 10-17, sab. e dom. 11-18

Jardim botânico da Ajuda

Calçada da Ajuda

Con un'estensione di 35.000 mq è il più grande giardino botanico del Portogallo. Creato nel Settecento dal marchese di Pombal per volontà di José I, raccoglie specie botaniche provenienti da tre continenti.

Orari:

Aprile: 9-19

Mag.-set.: 9-20

Ott.-mar.: 9-18

Biglietti:

Intero: € 2,00; fine settimana: € 1,50

Ridotto (studenti e pensionati): € 1,00; fine settimana: € 0,75

Ingresso gratuito per bambini <7.

Web: [www.jardimbotanicodajuda.com](http://www.jardimbotanicodajuda.com)

Museu Nacional de Etnologia

Avenida Ilha de Madeira

Collezione di reperti etnografici da tutto il mondo, con arte primitiva del Brasile e dell'Africa Occidentale e mostre temporanee.

Orari:

Mar.: 14-18, mer.-dom.: 10-18

Biglietto:

Intero: € 4,00

Riduzioni:

- giovani 15-25 anni, insegnanti, pensionati: € 2,00;

- Carta Giovane: € 1,60;

- Famiglia (lo sconto è applicato sul biglietto di uno dei due genitori accompagnano di due o più figli <18): € 2,00.

Ingresso gratuito: per tutti entro le ore 14 dei giorni festivi; bambini e ragazzi <14 anni.

Web: [www.mnetnologia-ipmuseus.pt](http://www.mnetnologia-ipmuseus.pt)

Museo do Design

Centro Cultural de Belem, Praca do Imperio

Tel. +351.21.3612400

*Mosteiro dos Jeronimos, Belém Lisboa*

Il Mosteiro dos Jeronimos per la sua bellezza e la sua unicità è stato dichiarato Patrimonio dell'Umanità dall'Unesco. Il monastero fu voluto dal re Manuel I come simbolo politico dell'espansione portoghese dell'epoca, infatti fu eretto in prossimità della spiaggia dove trionfanti tornavano dalle loro spedizioni in India le navi di Vasco da Gama.

La sua costruzione iniziò nel 1502 e andò avanti per più di un secolo, in una felice unione di vari elementi architettonici; il suo chiostro in particolare è considerato uno dei più belli di tutto il Portogallo. All'interno del complesso si trovano, fra le altre, le tombe di Manuel I e della sua famiglia, di Vasco de Gama, del poeta Luis de Camões e di Fernando Pessoa

Monastero dos Jeronimos

Praco do Imperio

Tel. +351.21.3620034

Bus: 27,28,29,43,49,51

Orari:

Mar.-dom.: 10-17 (ott.-apr.); 10-18 (mag.-set.)

Chiuso: il Lunedì

Biglietti:

Intero: € 6,00

Cumulativo Mosteiro/Torre de Belém: € 8,00

Cumulativo Lisboa Monumental (Mosteiro/Torre de Belém/Palácio da Ajuda): € 10,00

Riduzioni:

- Adulti >65 anni e persone disabili: € 3,00;

- Carta Giovane: € 2,40;

- Famiglia (lo sconto è applicato sul biglietto di uno dei due genitori accompagnano di due o più figli <18): € 3,00.

Ingresso gratuito: per tutti entro le ore 14 dei giorni festivi; bambini e ragazzi <14 anni; possessori di Lisboa Card.

*All'interno del complesso dos Jerónimos*

- Museu Nacional de Arqueolgia

Ceramiche, armi e gioielli illustrano la storia del Portogallo dalle origini alla fine dell'epoca romana; in esposizione anche una collezione di arte egizia, romana e lusitana.

Orari:

Mar.-dom.: 10-18; ultima entrata alle 17:45 dall'ingresso principale, alle 17:30 dall'ingresso orientale

Biglietti:

Intero: € 4,00

Riduzioni:

- giovani 15-25 anni, insegnanti, pensionati: € 2,00;

- Carta Giovane: € 1,60;

- Famiglia (lo sconto è applicato sul biglietto di uno dei due genitori che accompagnano due o più figli): € 2,00.

Ingresso gratuito: per tutti entro le ore 14 dei giorni festivi; bambini e ragazzi <14 anni; possessori di Lisboa Card.

Web: [www.mnarqueologia-ipmuseus.pt](http://www.mnarqueologia-ipmuseus.pt)

- Museu da Marinha

La storia della navigazione portoghese, dal XVI sec. ai giorni nostri, illustrata attraverso carte nautiche, strumenti di navigazione e modellini.

Orari:

Mar.-dom.: 10-17 (ott.-mar.); 10-18 (apr.-set.)

Biglietti:

Intero: € 3,00

Riduzioni:

- studenti, bambini e ragazzi 6-17 anni, adulti >65 anni: € 1,50;

- Lisboa Card: € 2,25.

Ingresso gratuito: bambini <6.

Web: [museu.marinha.pt/museu/site/pt](http://museu.marinha.pt/museu/site/pt)

### *Torre di Belem Lisbona*

La Torre di Belém, fu voluta da Manuel I, che la fece erigere nel punto in cui Vasco de Gama salpò per le Indie, è stata dichiarata Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO

La torre fu edificata nel 1519 dai fratelli Francisco e Diogo de Arruda per proteggere la città dagli attacchi dei pirati; è un capolavoro gotico del periodo manuelino e comprende anche torrette di osservazione e piccole logge veneziane.

Costruita sulla foce del fiume, è separata dalla terraferma da uno stretto canale d'acqua, che con la bassa marea praticamente diventa inesistente. Immane una visita alla terrazza situata in cima alla torre dalla quale si può godere un panorama straordinario.

Si accede alla Torre da un camminamento in ferro piazzato dove prima si trovava il ponte levatoio. Da qui si hanno meravigliose panoramiche sul fiume e sul Ponte 25 de Abril.

Torre di Belem

Avenida de Brasília

Tel. +351.21.3620034

Orari:

Mar.-dom.: 10-17 (ott.-apr.); 10-18:30 (mag.-set.); ultimo ingresso 30' prima della chiusura.

Chiuso il Lunedì e Festivi.

Biglietti:

Intero: € 4,00

Cumulativo Torre de Belém/Mosteiro: € 8,00

Cumulativo Lisboa Monumental (Torre de Belém/Mosteiro/Palácio da Ajuda): € 10,00

Riduzioni:

- Adulti >65 anni e persone disabili: € 2,00;

- Carta Giovane: € 1,60;

- Famiglia (lo sconto è applicato sul biglietto di uno dei due genitori accompagnano di due o più figli <18): € 2,00.

Ingresso gratuito: per tutti entro le ore 14 dei giorni festivi; bambini e ragazzi <14 anni; possessori di Lisboa Card.

### *Il Parque das Nações, Lisboa*

Il Parque das Nações è situato a est della città, risalendo il corso del Tejo. Questo immenso quartiere è stato rivoluzionato in seguito all'Expo del 1998, quando, svuotati gli enormi padiglioni espositivi si è pensato bene di dargli nuova vita riconvertendoli in strutture ricreative, uffici e abitazioni. Anche molti ministeri e uffici amministrativi si sono trasferiti in quest'area.

Sempre per l'occasione è stata progettata dal famoso architetto spagnolo Calatrava la spettacolare e avveniristica Gare do Oriente, una stazione integrata per metro, treni e autobus; il ponte Vasco de Gama è stato completato (18 km per unire le due sponde del Tejo; il ponte più lungo d'Europa); la vecchia degradata area industriale è stata rivalorizzata trasformandola in un quartiere di servizi, negozi, impianti sportivi, attrazioni culturali e scientifiche, giardini pubblici, caffè e ristoranti. Il Parque sembra insomma un riuscito esempio di architettura urbana viva e pulsante.

L'unico dubbio che sorge, vedendo dalla metropolitana alcune sparute baraccopoli proprio lungo la linea per raggiungere il Parque, è se in tutto questo, rispetto ai costi totali del progetto, i finanziamenti destinati alla costruzione di nuove abitazioni (il progetto per l'intera area verrà completato nel 2015) saranno sufficienti a coprire le esigenze di una città come Lisbona.

Con qualsiasi mezzo arrivate, la prima cosa che vedrete del Parque sarà l'avveniristica Gare do Oriente. Di fronte alla stazione si trova il Centro Vasco de Gama, dello stesso Calatrava, un enorme centro commerciale con annessi cinema, ristoranti e un enorme parcheggio.

Di fronte al Centro, il Pavilhão Atlântico (o Pavilhão da Utopia, o Pavilhão Multiusos), complesso polifunzionale di forma più o meno ovale per concerti, congressi e manifestazioni sportive.

Da non perdere l' Oceanário de Lisboa, il secondo acquario più grande al mondo, visibile su due livelli, dove si possono ammirare oltre 10.000 esemplari di animali e piante provenienti da tutti gli Oceani e dove si possono imparare a conoscere i problemi di sopravvivenza legati in natura all'inquinamento e alla presenza umana. L'esperienza è molto coinvolgente anche per un adulto, i bambini poi ne andranno pazzi.

Il Pavilhão do Conhecimento (o Pavilhão da Ciência) ospita un museo della scienza e della tecnologia con mostre temporanee ed esposizioni permanenti.

Il Pavilhão Jorge Vieira è un centro per mostre d'arte contemporanea, architettura e fotografia.

L'enorme bowling accanto al Centro de Gama ospita bar, pizzerie, sale giochi e da biliardo.

Imperdibile per il fantastico panorama sul fiume e sul ponte è una salita fino alla cima della spettacolare Torre Vasco da Gama (140 m), se non fosse che spesso in inverno si trova chiusa, come ci è successo a marzo di quest'anno.

Per consolarsi della mancata ascesa sulla Torre in questo enorme Luna Park urbano gli svaghi non mancano: il Teleferico è una struttura altrettanto spettacolare, collega l'Oceanario, a sud, alla Torre, a nord. Inutile fare accenni al panorama...

Se visitate più di una attrazione del Parco conviene fare la Cartão do Parque che permette di risparmiare notevolmente rispetto al prezzo dei singoli biglietti e offre alcuni sconti e convenzioni.

Parque das Nacoes

Alameda dos Oceanos

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

Cartão do Parque

Cosa vedere al Parque das Nacoes

Oceanário

Orari:

Estivo: 10-20; ultimo ingresso: 19

Invernale: 10-19; ultimo ingresso: 18

Natale: 13-18

Capodanno: 12-18

Prenotazioni:

Tel.: 21 891 7002; 21 891 7006

Mail: [reservas@oceanario.pt](mailto:reservas@oceanario.pt)

Biglietti:

Intero (13-64 anni): € 11,00

Riduzioni:

- adulti >65: € 6,00;

- bambini 4-12 anni: € 5,50;

- Famiglia (fino a due adulti con figli <17 anni): € 26,50.

Comitive (con prenotazione): intero (13-64 anni): € 10,00; riduzioni adulti >65: € 5,50; riduzioni bambini 4-12 anni: € 5,00.

Ingresso gratuito per bambini <4 anni, per le persone disabili e per i possessori della Cartão do Parque.

Pavilhão do Conhecimento

Orari:

Mar.-ven.: 10-18

Sab. e festivi: 10-19

Ultimo ingresso per i gruppi: 16:30

Chiuso il lunedì, il 24, il 25 e il 31 dicembre e il 1° gennaio.

Prenotazioni:

Tel.: 21 891 7100

Mail: info@pavconhecimento.pt

Biglietti singoli:

Intero: € 7,00

Riduzioni:

- ragazzi 7-17 anni e adulti >65: € 4,00;
- persone disabili e loro accompagnatori, insegnanti, studenti universitari, Carta Giovani: € 3,50;
- bambini 3-6 anni: € 3,00;
- soci National Geographic: € 5,60;
- Famiglia (fino a due adulti con figli <17 anni): € 15,00.

Ingresso gratuito per bambini <2 anni e per i possessori della Cartão do Parque.

Ingresso gratuito nei giorni 18 maggio (Giornata internazionale dei musei), 25 luglio (anniversario del Pavilhão do Conhecimento, 24 novembre (Giornata nazionale della cultura scientifica).

Teleférico

Orari:

Mar.-ven.: 11-19

Sab.-dom.: 10-20

*Musei ad Alcântara ed Estrela*

Museu Nacional de Arte Antiga

Rua das Janelas Verdes, 9

Il museo più ricco del Portogallo, istituito dopo l'esposizione di arte ornamentale del 1882. Al primo piano: oggetti artistici (XV-XVII sec.) e dipinti dei maggiori maestri europei; al secondo piano: oreficeria religiosa e arti decorative orientali dell'epoca delle antiche conquiste portoghesi (collezione di paraventi giapponesi raffiguranti la partenza dei portoghesi da Goa e il loro arrivo a Nagasaki, nel 1543); al terzo piano: un panorama completo della pittura portoghese dal Medioevo al XIX sec. Dal belvedere del giardino annesso si gode una vista magnifica della stazione marittima di Alcântara.

Orari:

Mar.: 14-18; mer.-dom.: 10-18

Biglietti:

Intero: € 4,00

Riduzioni:

- giovani 15-25 anni, adulti >65, persone disabili: € 2,00;
- Carta Giovane: € 1,60;
- Famiglia (lo sconto è applicato sul biglietto di uno dei due genitori che accompagnano due o più figli): € 2,00.

Ingresso gratuito: per tutti entro le ore 14 dei giorni festivi; bambini e ragazzi <14 anni; possessori di Lisboa Card.

web: [www.mnarteantiga-ipmuseus.pt](http://www.mnarteantiga-ipmuseus.pt)

Casa di Fernando Pessoa e Museo della Poesia

Rua Coelho da Rocha, 16-18

Museo allestito a partire dal 1993 nella casa dove Fernando Pessoa (1888-1935) visse gli ultimi 15 anni della sua vita. Letture e mostre di opere dedicate alla poesia in generale e a Pessoa in particolare: documenti, manoscritti e la stanza dello scrittore, l'unico elemento della casa conservatosi nello stato in cui era in origine. Nel cortile interno si trovano un caffè e un ristorante.

Orari:

Lun.-ven.: 10-18; gio. 13-20

Ingresso gratuito.

Web: [casafernandopessoa.cm-lisboa.pt](http://casafernandopessoa.cm-lisboa.pt)

Museu de Carris

Rua 1° de Maio, 101-103

Museo dei trasporti con un'esposizione di tram antichi.

Orari:

Lun.-ven.: 10-17, ultimo ingresso alle 16:30; sab.: 10-13 e 14-17, ultimi ingressi alle 12:30 e alle 16:30.

Biglietti:

Intero: € 2,50

Riduzioni:

- bambini <12 e adulti >65: € 1,25

- Famiglia (2 adulti + 2 minori): € 4,00

Web: [www.carris.pt/museu/museu.html](http://www.carris.pt/museu/museu.html)

## GASTRONOMIA E RISTORANTI

### Cucina

Le *tascas* sono il regno della cucina portoghese casalinga e genuina; sono piccole osterie, spesso piccolissime, che a Lisbona si concentrano soprattutto nei vecchi quartieri del centro, i quartieri arabi, la Baixa, il Bairro Alto e il Chiado.

Diffidate di quelle appariscenti, con cameriere-imbonitore all'esterno che salutano in tre o quattro lingue e vi invita ad accomodarvi. Le *tascas* più autentiche hanno un aspetto piuttosto sobrio e sono a gestione familiare, con una persona o due che cucinano e una persona a servire ai tavoli.

I prezzi bassi (anzi, bassissimi) delle *tascas* non rispecchiano affatto la qualità dei cibi, sempre freschi e cucinati con semplicità. Ogni piatto costituisce un pasto, perché vengono tutti serviti con abbondanti contorni di verdura, riso e patate, e il vino (*vinho*) della casa è economico e in genere, soprattutto quello rosso, molto

buono. La loro clientela di habituè (operai e impiegati in pausa pranzo e la sera, anche nei giorni feriali, la gente del quartiere) è una specie di “certificato di garanzia” in proposito.

La scelta ideale è optare per i piatti del giorno (*pratos do dia*): arrivano prima, sono più economici e sono sempre freschissimi; il menù di questi piatti è sempre esposto fuori, anche semplicemente scritto a mano su un foglio di carta, e se per alcuni non riuscite a capire dal portoghese (o dalla calligrafia...) di che tipo di pietanza si tratti non esitate a chiedere all'oste (vi capiterà soprattutto per il pesce, che ha mille nomi diversi anche in Italia...). In tutte le *tascas* hanno anche un menù con i piatti che si trovano tutti i giorni, in genere *sope* (zuppe) e carni e pesci alla griglia. Vi sarà utile soprattutto se arrivate tardi, quando alcuni piatti del giorno potrebbero essere finiti (in Portogallo si pranza e si cena piuttosto presto: 12:30/13:00 a pranzo, 20:00/20:30 a cena). A fine pasto si può scegliere in genere fra due o tre dolci, da provare anche perché in molti casi si tratta di dolci casalinghi che difficilmente si trovano nelle pur fornitissime e ottime pasticcerie. Per grigliate di carne, anche qui con abbondanti contorni, e con un ottimo rapporto qualità-prezzo, ci sono le *churrascherie*, delle griglierie/rostitorie dove si può mangiare anche al banco e dove si trovano anche *sope*. Non mancano ristoranti di classe media e alta, così come locali di cucina africana, indiana e brasiliana, oltre a diversi ristoranti vegetariani, che al contrario dell'Italia, hanno prezzi molto economici.

Altri locali molto diffusi in tutto il paese sono le sale da tè (*casas do chá*), che per frequentazione corrispondono più o meno ai pub inglesi e irlandesi, ovvero: ci troverete chiunque, dalle signore di una certa età agli operai all'uscita dal lavoro, dalle famiglie con bambini ai gruppi di ragazzi. Quasi sempre le sale da tè sono anche pasticcerie e sono il posto ideale per una merenda pomeridiana o per concludere in maniera rilassante la giornata.

L'alimento base della cucina portoghese è il pesce (*peixe*): ne troverete in ogni *tasca* o ristorante del paese. Sempre freschissimo, viene consumato in gran quantità alla griglia (*grelhado*) (soprattutto le sardine, ma anche orate, spigole, seppie, calamari...), ma anche bollito o lessato (*cozido*).

Capitolo a parte va riservato al *bacalhau* (baccalà), piatto nazionale che viene cucinato in centinaia di modi, anzi, si dice che in Portogallo ci siano 365 ricette di *bacalhau*, una per ogni giorno dell'anno... I soli pescherecci portoghesi non riescono da soli a supplire alla continua richiesta di merluzzo, e negli ultimi anni è cominciata l'importazione dalla Norvegia; per questo il suo prezzo è leggermente aumentato, ma nelle *tascas* della stessa Lisbona, più cara rispetto al resto del paese, un piatto (e quindi un pasto...) pasto a base di *bacalhau* continua a non superare i 6/7 euro.

Nonostante la sua presenza praticamente in quasi tutti i menù del giorno e in tutti quelli à la carte, difficilmente il *bacalhau* stanca, perché le ricette con cui è preparato sono davvero molto varie.

L'accompagnamento più comune è con le patate, in preparazioni piuttosto sostanziose: con patate e ceci (*com batata e grão*), *á Gomes da Sá* (lessato con le patate e condito con cipolla, olive e uova sode), *á Brás* (che non è alla brace [*á brasa*]! ma strapazzato con uova, patate e olive), *sfoliado com batatas* o *á conventual* (lesso, sfogliato e impastato con purè di patate e poi cotto in forno).

Altra preparazione molto comune è *á minhota* (impanato e fritto).

Varianti più leggere ma ugualmente ottime e saporite sono *á portuguesa* (in umido con pomodoro e aglio), *á alentejana* (al forno con patate, pomodori, peperoni verdi e olive nere), *cozido* con verdure miste lesse, *de caldeirada* (in umido con verdure miste), *á biscainha* (infarinato e passato in padella, poi condito con pomodoro, olio, aglio e cipolla e cotto in forno).

Troverete ogni tipo di carne alla griglia e nei paesi e nelle città dell'interno si trovano spesso anche agnello, capretto e selvaggina. A Porto una specialità a base di carne è la trippa, che qui viene cucinata in molti modi diversi.

Altra “specialità” di Porto è la *francesinha*, una cotoletta con sopra il formaggio fuso, l'uovo e una salsa alla birra: una bomba culinaria non proprio alla portata di tutti gli stomaci...

In Portogallo si producono e si consumano anche molti formaggi, dal gusto e dal “profumo” intensi. Alcuni tipi di formaggi caprini vengono serviti in *tascas* e ristoranti come antipasti, insieme a olive, paté vari o qualche stuzzichino casalingo.

A proposito di questi antipasti, che vengono serviti in tavola a prescindere da quello che avete ordinato, ricordatevi che non sono inclusi nel prezzo del coperto ma vanno a consumo e spesso si può arrivare a pagare quasi quanto il piatto principale. Nel caso dei paté, serviti in piccole confezioni industriali monoporzione, non ne vale proprio la pena, ma se siete fortunati fra i piccoli antipasti espressi potreste trovare ottime sardine grigliate, verdure impastellate e fritte sul momento o altre preparazioni simili; ottime sono anche le olive, in genere del tipo grosso e polposo, simili a quelle che si trovano nel sud Italia o in Grecia.

Numerosi anche i vini, sia rossi sia bianchi. Per *vinho verde* si intende il vino novello, leggero e dissetante. Il vino portoghese più conosciuto non è però un vino da tavola, ma un vino liquoroso, il Porto: prodotto dai vitigni coltivati nelle verdi valli del Douro, viene portato a invecchiare nelle storiche cantine di Porto, dove la sapiente scienza degli enologi sceglierà le migliori miscele di vitigni e stabilirà quale annata diventerà un pregiato *vintage*. Facendo il tour delle cantine della città ne potrete provare di diverse qualità, sia bianche che rosse, e acquistare direttamente dai produttori, con sconti anche fino al 20%, quello che più vi è piaciuto. Le degustazioni nelle cantine di Porto sono in genere gratuite o comprese nel prezzo di una visita guidata, assolutamente consigliabile ed economica (in genere fra i 2 e i 4 euro).

Per quanto riguarda i dolci, si può scegliere fra un'infinita varietà di dolcetti alle mandorle, alle noci, alle nocciole o altra pasticceria secca, e la ricca pasticceria fresca: sono ottime sia le paste da colazione, con brioches e croissant in genere grandi il doppio di quelli che si trovano nel centro/nord Italia, sia le torte, con creme, frutta fresca, cioccolato, che anche nelle pasticcerie (*pastelarie*) si possono consumare a porzione come nelle *tascas* e nei ristoranti.

Da provare i budini artigianali, al riso o al latte, e, se siete a Lisbona, i *pasteis de Belém*, squisiti pasticcini di sfoglia ripieni di crema pasticcera, serviti caldi e da condire con cannella o zucchero a velo a piacere.

Nei mercati di frutta e verdura si trovano comunemente mango, papaya, banane (quelle lunghe e verdi), patate dolci e altri frutti tropicali, tutti provenienti dall'isola di Madeira.

Non poteva mancare ovviamente il caffè, visto il passato coloniale in terra brasiliana; il Portogallo è riconosciuto all'unanimità come il paese in cui si trova il migliore espresso dopo l'Italia! Nelle botteghe di

caffè la passione per gli aromatici chicchi neri dà libero sfogo anche in vetrina, dove spesso sono esposti interi repertori di macchinette da moka per tutti i gusti e per tutte le tasche.

## **RISTORANTI CONSIGLIATI DA NOI**

### **A Confraria**

Indirizzo

Lapa

Rua das Janelas Verdes 32, 1200-690

York House

Telefono & fax

tel: 213 962 435 (informazioni)

Orari

12 - 15 , 15.30 - 21.30

Prezzo

(medio)

Keywords

cucina francese

Il raffinato ristorante della York House, A Confraria, serve prelibatezze della cucina francese, come il *magret* e il *foie gras*, aragoste e costolette di capriolo in padella. Sedetevi all'aperto nel delizioso cortile screziato dal sole.

### **Cervejaria da Trindade**

Indirizzo Bairro Alto - Rua Nova da Trindade 20-C, 1200-303

Telefono & fax tel: 213 423 506 (informazioni)

Indirizzo web [www.centralcervejas.pt](http://www.centralcervejas.pt)

E-mail [cervejariatrindade@centralcervejas.pt](mailto:cervejariatrindade@centralcervejas.pt)

Orari 10 - 2

Prezzo (medio)

Keywords cucina portoghese

Questa antica birreria, ubicata in un convento sin dal 1834, è uno dei locali più straordinari di Lisbona. Le pareti sono decorate con magnifiche *azulejos* (mattonelle tradizionali) e una vivace atmosfera riecheggia tra le stanze monastiche. Tra le specialità della casa ricordiamo il *bife picado à trindade* (bistecca alla birra).

### **O Bêco Restaurante Típico**

Indirizzo Alfama - Largoda Misencórdia 24

Telefono & fax tel: 265 524 617 (informazioni)

Orari 12 - 15

Prezzo (medio)

Keywords cucina portoghese

Un posto fantastico in cui ascoltare autentica musica fado. Il proprietario ha avuto l'accortezza di aprire questo ristorantino in una zona appartata rispetto ai luoghi più frequentati dai turisti nel quartiere dell'Alfama. Diversi giorni la settimana si esibiscono musicisti non professionisti e chiunque può prendere parte alla sessione musicale. La cucina, tra cui spiccano le sardine alla griglia, è tipica dell'Alfama.

### **Eleven**

È uno dei più sofisticati posti che Lisbona sia in grado di offrire, con una scultura di Joana Vasconcelos sul soffitto all'ingresso dello spazio neomoderno nel parco Eduardo VII. Responsabile della cucina è Joachim Koerper, premiato da Guide Rouge per la sua attività in tutta la penisola Iberica.

Indirizzo Rua Marquês de Fronteira

Telefono +351 213 862 211

Web [www.restauranteleven.com](http://www.restauranteleven.com)

### **Bica Do Sapato**

Un ristorante di tendenza famosa per il suo comproprietario, John Malkovich, che comunque vale la pena visitare anche quando lui non è presente (spesso non lo è). Un magazzino portuale, arredato con mobili retrò, con sala da pranzo, bar, un reparto dedicato al sushi ed un piccolo caffè all'aperto. Eccellente cucina moderna portoghese ed internazionale.

Indirizzo Cais da Pedra à Bica do Sapato

Telefono +351 218 810 320

Web [www.bicadosapato.com](http://www.bicadosapato.com)

### **Terreiro Do Paço**

La Brasserie è all'aperto a pianterreno mentre il ristorante gourmet è collocato al piano superiore. Vitor Sobral utilizza i migliori ingredienti portoghesi per un onesto e semplice menù riservato al pianterreno ed uno più elaborato e fantasioso per il piano superiore.

Indirizzo Praça do Comércio

Telefono +351 210 312 850

Web [www.terreirpaco.com](http://www.terreirpaco.com)

### **La Moneda**

olo ristorante pieno di vita e con un variegato e conveniente menù dove vengono menzionate anche l'Asia ed il Sudamerica. Arredamento moderno, buona musica e un bar dove appoggiarsi.

Indirizzo Rua da Moeda 1C

Telefono+351 213 908 012

Webwww.lamoneda.pt

### **Real Café**

La coppia Nobre è un'istituzione nel mondo della ristorazione di Lisbona. In una sala da pranzo piuttosto anonima posta al primo piano si possono gustare i classici piatti come la Justa Nobres, una succulenta zuppa di granchio oppure il cosciotto di capretto marinato con erbe e vino.

IndirizzoRua da Escola Politécnica 275

Telefono+351 213 852 090

### **Martinho Da Arcada**

Uno dei più vecchi ristoranti di Lisbona, con un illustre cliente abituale come Fernando Pessoa. Cucina tradizionale portoghese in una caotica sala da pranzo o nell'arcata, all'aperto. C'è anche un cortile, una bella caffetteria rivestita in ceramica con del cibo a buon prezzo.

IndirizzoPraça do Comércio 3

Telefono+351 218 879 259

### **Casa Do Alentejo**

Un ambiente unico in un decadente palazzo privato in stile neomoro a due piani dalla strada. Qui viene offerto cibo casereccio tipico della regione di Alentejo. Indimenticabile.

IndirizzoRua Portas de Santo Antão 58

Telefono+351 213 405 140

## **VITA NOTTURNA**

Durante il giorno il modo migliore per scoprire Lisbona è certamente passeggiare lungo le vie della Baixa e del Chiado, quartieri storici della città. Oppure lasciarsi trasportare dall'elettrico 28 che si inerpica per le stradine dell'Alfama fino al Castello di San Giorgio. Ma anche la notte la città bianca riserva sorprese con i suoi tantissimi ristoranti, locali e discoteche, aperti fino all'alba. Il quartiere della notte per eccellenza è da sempre il Bairro Alto, ma nell'ultimo decennio l'area lungo i cais, le rive de Tago, è diventata un vero proprio punto di riferimento per la vita notturna della città.

La "night life" di Lisbona è un aspetto di questa città da non perdere: la vita notturna della capitale portoghese è generalmente considerata tra le migliori in Europa. La notte di Lisbona comincia al tramonto e va avanti fino all'alba. Le persone a Lisbona amano uscire, e la città ha diverse zone con diversi tipi di ristoranti e bar per tutti i gusti dove si può andare. I bar di , i teatri e le discoteche di Lisbona aggiungono un sapore speziato alla vita di questa città dopo il tramonto. Di notte, i vecchi quartieri si animano con il suono delle chitarre e del canto del fado, l'espressione musicale dell'anima degli abitanti di Lisbona. Le Case del

Fado, sono i luoghi dove si può gustare l'ottima cucina locale e ascoltare la musica emozionale di Lisbona e sono unici nel loro genere. E ancora, giù per la collina con i caffè all'aperto, i bar e le discoteche che riflettono le loro luci nelle acque del fiume Tago. Di solito, una uscita notturna per un lisbonese dura una notte intera fino al mattino successivo, dato che la maggior parte dei bar non chiudono fino alle 2 e le discoteche sono aperte fino alle sei o anche più tardi. Le opzioni e le offerte per una serata nella notte di Lisbona sono varie e vanno incontro ai gusti più diversi, ma la qualità e il divertimento sono sempre garantiti.

Ci sono quattro grandi zone che è necessario considerare quando uscirete la sera a Lisbona: Avenida 24 de Julho (Alcantara, soprattutto bar e discoteche), Bairro Alto (ristoranti, bar e discoteche), le Docas (Doca de Alcântara, ex zona di magazzini portuali diventata zona ricca di ristoranti, bar e discoteche) e Parque das Nações (principalmente ristoranti e bar).

Avenida 24 de Julho è un lungo viale con molti bar e discoteche, di solito molto frequentati di notte e non molto lontano dalle Docas. Bairro Alto è sempre stato uno dei luoghi favoriti fra gli amanti della vita notturna, e ha coltivato il suo stile unico nel corso degli anni, che la distingue da altre zone della vita notturna soprattutto perché si trova nella parte più antica di Lisbona. Qui potrete trovare ristoranti che rimangono aperti fino a tardi, con una vasta selezione di piatti tipici della cucina portoghese e internazionale. Le Docas, sono una delle zone più vivaci della vita notturna di Lisbona. Lo scenario sul fiume è bello e troverete numerosi ristoranti, bar, caffetterie e discoteche per una serata veramente speciale. Infine, il Parque das Nações, dove è stata organizzata l'esposizione universale del '98 (l'Expo 98), è la parte più moderna della città, con edifici futuristici e una splendida vista sul fiume. Qui si possono trovare molti ristoranti e bar alla moda, con piatti portoghesi e internazionali.

In ogni caso il quartiere della notte per eccellenza è da sempre il Bairro Alto, ma nell'ultimo decennio l'area lungo i *cais*, le rive de Tago, è diventata un vero proprio punto di riferimento per la vita notturna della città.

### **Lux Frágil**

Il più moderno club-bar di Lisbona, molto chic e underground, è Lux Frágil (St. Apolónia, Av. Infante D. Henrique, Armazém A, Cais De Pedra). Al piano inferiore c'è la sala da ballo, dove ci si può scatenare al ritmo delle musiche più trendy del momento selezionate dai migliori DJ portoghesi e internazionali: house, techno ed electro-pop sono la ricetta ideale per una notte indimenticabile. Al primo piano invece si trova un ambiente più intimo e "cool" dove domina il colore rosso. Nelle serate speciali si può assistere a performance live di artisti famosi come gli americani Peaches o il duo tedesco Kruder&Dorfmeister.

### **Hot Club de Portugal Jazz**

Uno dei bar storici di Lisbona è l'Hot Club de Portugal Jazz Club (Praça de Alegria, 39), chiamato più semplicemente "Hot" dagli affezionati frequentatori. Caratterizzato da un ambiente intimo e minimal, è un locale dove si sono esibiti i più leggendari nomi internazionali del jazz. E' un luogo perfetto per tutti gli amanti di questo genere musicale, ma anche per chi ama le calde atmosfere del blues.

### **Cafè dos Teatros**

Aperto poco più di un anno fa il Cafè dos Teatros (Rua António Maria Cardoso, 58), è invece un ritrovo abituale per tutti coloro che lavorano nell'ambiente teatrale, inclusi attori e registi. Situato vicino al teatro S. Luiz, sopra il teatro Mário Viegas Studio e di fronte al S. Carlos, questo bar/ristorante/caffè rappresenta un'eccellente alternativa quanti vogliono cenare in tarda serata (la cucina non chiude mai). L'arredamento è minimal e nei toni del rosa e la musica di sottofondo fa da piacevole colonna sonora alle animate serate portoghesi.

### **Pavilhão Chinês**

Al Pavilhão Chinês (Rua Dom Pedro V, 89) non si trova solo musica, decori e altre influenze asiatiche. Il solo elemento orientale è dato dalla vasta selezione di tè. Decorato con elementi Art Nouveau - miniature di soldati, vecchi cappelli, accessori militari e lavori del noto artista e caricaturista Rafael Bordalo Pinheiro - il Pavilhão Chinês è uno dei più originali e caratteristici bar di Lisbona. Situato a Príncipe Real, vicino al Bairro Alto, è un locale popolare, frequentato da persone di diverse età (dai 18 agli 80 anni). La lista di drink proposta è infinita, con una scelta tra più di 100 cocktails, molti dei quali creati esclusivamente per il bar.

### **Frágil**

Dovendo scegliere un locale che rappresenti al meglio la vita notturna di Lisbona, il Frágil (Rua da Atalaia 126), sarebbe vincente per molti. Negli anni 80 era la più nota discoteca di Lisbona e ancora oggi attira giovani e non. Diviso in aree distinte, una con un bar l'altra con una pista da ballo, il Frágil è situato dentro un vecchio edificio sottoposto a restauro. All'interno invece lo stile è moderno, anche un po' "dark", con musica house e alternativa a fare da colonna sonora.

### **Indochina**

Tra i club più particolari di Lisbona spicca Indochina (Rua Da Cintura Do Porto De Lisboa, Armazém H). Le decorazioni ricordano il parigino "Buddha Bar", ma le differenze si notano soprattutto nel tipo di musica proposta. Qui si beve e si balla nelle due sale al ritmo delle hit del momento: pop, rock e latinoamericane.

### **Kapital**

Se si avvista un edificio bianco a due piani completamente illuminato con un fiume di gente in attesa di entrare, ci si trova di fronte proprio al Kapital (Avenida 24 De Julho, 68).. Decorato dal famoso designer Maria José Salavisa, questo club è dotato di due zone bar, di un enorme sala da ballo e anche di una terrazza sul tetto. Questo è il luogo preferito per gli incontri del Jet Set portoghese di ogni età, spesso ospiti delle numerose feste qui organizzate.

Lisbona è il posto ideale per fare shopping, non fosse altro che per i suoi ritmi poco frenetici. Nonostante i moderni centri commerciali stiano prendendo piede e siano grandi e numerosi, si riescono ancora a trovare moltissimi negozi tradizionali e di specialità un po' fuori dal tempo dove curiosare con calma tra la merce in vendita. Inoltre se si ha tempo voglia ed opportunità si possono trovare alcune cose che da noi non è più possibile trovare.

Alcune curiosità e suggerimenti:

MANUEL TAVARES cibi raffinati, sfiziosità e porto

Baixa

Rua da Betesga 1A-B, 1100-090

tel: 213 424 209 (informazioni)

Orari: da lunedì a venerdì 9.30 - 19.30, sabato 9 - 13

Indirizzo web: [www.manueltavares.com](http://www.manueltavares.com)

Indirizzo email: [info@manueltavares.com](mailto:info@manueltavares.com)

Negozi delizioso in stile art déco si trova in pieno centro a pochi passi dal Rossio è uno dei più antichi di Lisbona, una tappa impedibile per i cultori della gastronomia, per gli appassionati di vino di porto, per chi ama le sfiziosità insomma per i palati più raffinati. Il negozio è stracolmo di prelibatezze come la frutta secca in tantissime varietà, canditi deliziosi, marmellate e cioccolatini. Inoltre moltissimi vini portoghesi di ogni tipo.

Il negozio ha personale gentile e disponibile ed un ottimo rapporto qualità-prezzo.

VISTA ALEGRE Ceramiche portoghesi di pregio

Bairro Alto

Rua Ivens 53, 1200-108

Orari: 9.30 – 19

tel: 213 475 833 (informazioni)

È la ceramica portoghese di qualità per eccellenza ed è conosciuta ed apprezzata in tutto il mondo. Questa fabbrica di porcellane fu fondata nel 1824 produce e vende pregevoli servizi di piatti di grande raffinatezza molti dei quali copie delle prime serie originali dell'800 ed anche oggetti per la casa. È presente anche all'interno dell'aeroporto di Lisbona

MADEIRA HOUSE tovagliato e biancheria per la casa ricamata a mano

Baixa

Rua Augusta 131

tel: 213 426 813 (informazioni)

Orari: da lunedì a venerdì 9.30 12.30 - 15.30 – 19.00, sabato 9 – 12.30

I ricami portoghesi sono rinomati in tutto il mondo, i ricami più famosi provengono da Madeira la bella isola

portoghese al largo delle coste africane , ed in questo negozio nel pieno centro di Lisbona è quasi come trovarsi a Madeira isola regina dei ricami a mano.

SOLAR DO VINHO DO PORTO vino di porto

Bairro Alto

Rua de São Pedro de Alcântara 45, 1250-237

Orari: da lunedì a sabato 11 - 24

tel: 213 475 707 (informazioni)

Indirizzo web: [www.ivp.pt](http://www.ivp.pt)

Indirizzo email: [solarlisboa@ivp.pt](mailto:solarlisboa@ivp.pt)

In questo elegante ed accogliente locale sono raccolti più di 200 tipi di porto, accompagnati da sfiziosità quali formaggio, e torte al cioccolato. E' gestito ... all'Instituto do Vinho do Porto che ha lo scopo di controllare la qualità della produzione dei vini di porto.

A GINJINHA liquori e specialità

Baixa

Largo de Domingos 8

Orari: 9 - 22.00

Questo negozio, un po' bar ed un po' negozio, deve la sua fama alla ginjinha Espinheira, un liquore alle ciliegie bevanda estremamente dolce ma molto potente. Fermatevi al bar per una degustazione

FÁBRICA SANTA ANA artigianato di qualità

Baixa

Rua do Alecrim 95

tel: 213 638 292 (informazioni)

Una celebre fabbriche di azulejos di Lisbona, con uno show room in cui si vendono belle piastrelle decorate ed altri oggetti caratteristici di buona fattura

FEIRA DE LADRA Mercato vintage modernariato bric a brac

Alfama

Campo de Santa Clara, vicino alla Igreja de São Vicente de Fora

Orari: inverno martedì e sabato 6 - 14 ; estate 6 - 16

In questo mercato dell' Alfama troverete davvero un po' di tutto vestiario e calzature e libri usati a prezzi economici oltre a una vasta gamma di articoli di modernariato e bric a brac , un po come andare dal rigattiere .... Sono in vendita anche antichità e mobili .

CENTRI COMMERCIALI

Amoreiras Shopping Centre

Av Duarte Pacheco Lisbona  
www.amoreiras.com

Centro Colombo  
Lisboa  
Tel: +351 217 113 621  
Web: [www.sonaesierra.com](http://www.sonaesierra.com)

Centro Vasco Da Gama  
Parco delle Nazioni  
Lisboa  
Tel: +351 218 930 601  
Web: [www.sonaesierra.com](http://www.sonaesierra.com)

El Corte Inglés  
Av. António Augusto de Aguiar, 31 - 1069-413 Lisboa  
Tel: +351 213 171 700  
Web: [www.elcorteingles.pt](http://www.elcorteingles.pt)

## EVENTI

Lisbona è una città che ama feste ed eventi che infatti non mancano mai. Oltre a Natale, Capodanno e Pasqua, alle molte feste religiose, ci sono processioni, fiere, eventi artistici e culturali, eventi sportivi, e feste di varia natura. Lisbona è una città tradizionalmente molto cattolica come tutto il Portogallo quindi molte sono le feste religiose chiamate festas , mentre le feste non religiose vengono chiamate festival tra queste citiamo:

Gennaio

Lisbona Dakar corsa automobilistica

Febbraio

Il Carnevale del tutto simile al nostro con Martedì Grasso giorno di grande festeggiamenti.

Festival das Músicas e dos Portos (Festival della Musica e dei Porti) perfetto per gli appassionati di fado celebra la tradizione dei malinconici canti portoghesi.

Marzo i 18 concerti del festival Super Bock Super Rock

Aprile

Festa della Libertà il 25 aprile commemora la rivoluzione dei garofani del 1974

Festa del cinema indipendente , open di tennis (tra aprile e maggio)

Maggio

1 festa del lavoro

Corpus Domini ( in maggio o giugno )

Giugno

Festa dos santos populares con musica danze e fuochi d'artificio,

10 Festa di Camoes

campionato mondiale di vela (tra giugno e luglio)

Luglio

7 vengono dichiarate le nuove 7 meraviglie del mondo

Agosto

Festival dos Oceanos (festa degli oceani celebra la importante storia del Portogallo con musica degustazioni

e regate

15 Assunzione

Settembre:

Festival de Cinema Gay e Lésbico a fine mese

Ottobre:

5 Festa della Repubblica ricorda la proclamazione della Repubblica avvenuta del 1910

Novembre :

Ognissanti

Maratona internazionale

Festival do Vinho (festa del vino)

festival cioccolato di Obidos ricco di eventi ed assaggi una gioia per i golosi!

Dicembre :

1 Festa dell' indipendenza ricorda l'indipendenza dalla Spagna proclamata nel 1640,

8 l' Immacolata

La crociera sul Tejo ( durata completa 90 minuti) che Potrete salire a bordo della nave più volte durante il giorno (secondo gli orari delle imbarcazioni ) effettuando le soste che vorrete (lo stesso giorno in cui viene emessa la carta di accesso a bordo ) oppure scegliere di effettuare la crociera cocktail (una sola volta ) il drink è incluso. La crociera parte sia dal centro di Lisbona che dalla torre di Belem e vi porta da Praca do Comercio con uno magnifico spettacolo su Lisbona e su alcuni tra i suoi monumenti più importanti , come la statua del Cristo Re , il Ponte del 25 aprile , il monastero Jeronimos , il monumento alle scoperte fino alla torre di Belem offrendo quindi non solo un suggestivo panorama sulla città ma anche una comoda e veloce via di comunicazione fra le diverse zone di Lisbona

Tutti i giorni da luglio a settembre dalle 10.45 alle 16.05 € 18 a persona

### **Lisbona vista dal Tago - cena a bordo**

Altra opportunità è la cena in crociera sul Tejo , 3 ore di navigazione sul fiume di Lisbona con cena e musica dal vivo.

Un'opportunità di gustare la buona cucina portoghese navigando sul fiume al tramonto .

La cena che viene servita durante la navigazione. include 4 portate , vino della casa e caffè e la musica dal vivo

Tutte le sere da luglio a settembre € 88 a persona tutto incluso

### **Lisbona Turistica**

Mezza giornata per scoprire Lisbona. Attraverso i monumenti più importanti ed i quartieri più caratteristici si scoprirà Lisbona. Dal Rossio cuore pulsante di Lisbona all'Alfama, il quartiere più antico, Torre di Belem, Monumento ai Navigatori (o delle Scoperte) il magnifico monastero Jeronimos, Museo delle Carrozze (lunedì entrambi chiusi sostituiti da Palazzo Ajuda e Fundacao Medeiros Almeida)

Tutti i giorni ore 09.00 o 14.30 mezza giornata

€ 38 per persona - pomeriggio in lingua italiana

### **Queluz , Mafra, Sintra, Cascais, Estoril**

Una escursione appassionante a cominciare dal Palazzo di Queluz con le sue sontuose sale del XVIII secolo (il martedì sostituito con Cabo da Roca), quindi Mafra con la Basilica ed il Monastero, il grazioso villaggio sul mare di Ericeira. Pranzo incluso; si prosegue per Sintra con il Palazzo Ducale (il mercoledì sostituito da Cabo da Roca) si prosegue lungo la costa per Guincho con la spiaggia selvaggia e le scogliere quindi la caratteristica cittadina di Cascais ed infine Estoril. Rientro a Lisbona

Tutti i giorni alle 09.00 intera giornata, pranzo incluso

### **Costa di Estoril e Sintra**

Un incantevole pomeriggio da Lisbona ad Estoril, Cascais, Guincho fino a Cabo da Roca punto più occidentale d'Europa, tutta la "costa do sol" con i suoi angoli più belli. Si raggiunge poi la deliziosa Sintra attraverso la bella Serra; a Sintra visita del Palacio (il mercoledì sostituito dal Palacio di Queluz)

Tutti i giorni alle 14.30 mezza giornata

€ 63 per persona

### **Fatima, Obidos, Alcobaça, Nazarè, Batalha**

Da Lisbona verso nord cominciando da Obidos pittoresco villaggio di origine medievale, si prosegue per Alcobaça con la bella chiesa del XII secolo. Pranzo incluso a Nazarè tipico villaggio di pescatori; quindi Batalha con il suo storico Monastero ed infine Fatima centro mondiale della cristianità e della fede. Rientro a Lisbona.

Tutti i giorni alle 09.00 intera giornata, pranzo incluso

€ 96 per persona

### **Arrabida e Sesimbra**

Attraverso il ponte sul Tago dal quale si ha una splendida vista su Lisbona si arriva a Sesimbra, villaggio di pescatori. Proseguimento per Azeitao e visita delle cantine e di un centro di artigianato per vedere come vengono realizzate le classiche Azulejos. Quindi alla Serra di Arrabiida una bella riserva naturale con panorama mozzafiato su Setubal e Troia. Breve sosta alla Pousada do Castelo a Palmela. Rientro a Lisbona attraverso l'aveniristico Ponte Vasco da Gama.

Tutti i giorni alle 14.30 mezza giornata

### **Evora**

Attraverso la campagna del Portogallo un bel viaggio verso Evora cittadina museo dichiarata Patrimonio dell'umanità dall'UNESCO, visita delle rovine del tempio romano, della Cattedrale in stile romanico gotico, la cappella dos Ossos e l'Ateneo. Una passeggiata tra le vie della città è d'obbligo per apprezzarne lo stile e l'atmosfera. Pranzo incluso. Rientro a Lisbona via Setubal cittadina di pescatori dove si effettua una sosta.

Martedì e Sabato ore 09.00 intera giornata, pranzo incl.

€ 89 per persona

### **Lisbona Arradiba e Setubal**

Una intera giornata che partendo dalle bellezze del centro di Lisbona, il monastero di Jeronimos, il museo delle carrozze (lunedì sostituiti da Palazzo di Ajuda), Torre di Belem, monumento ai Navigatori e delle Scoperte. Tempo per il pranzo (libero) si riparte attraverso il ponte sul Tago per la scoperta della regione dei "3 castelli" Sesimbra Setubal Palmela; Proseguimento per Azeitao e visita delle cantine e di un centro di

artigianato per vedere come vengono realizzate le classiche Azulejos. Rientro a Lisbona attraverso l'aveniristico Ponte Vasco da Gama  
Da Lunedì a Venerdì alle 09.00 intera giornata

### **Coimbra**

Partenza per Coimbra storica cittadina universitaria e sede vescovile. Si visiteranno la chiesa di Santa Clara, la libreria e la Cappella dell'Università, l'antica cattedrale. Pranzo incluso. Una passeggiata tra le vie della città per apprezzare l'atmosfera particolare. Tempo libero. Rientro a Lisbona.

Mercoledì ore 09.00 intera giornata, pranzo incluso

## **NUMERI E INDIRIZZI UTILI**

### NUMERO UNICO DI EMERGENZA 112

Si segnala che è possibile contattare gratuitamente i servizi di Pronto Intervento in qualunque Paese dell'Unione Europea, componendo il numero 112 da qualsiasi telefono fisso o mobile.

Il numero 112 è disponibile 7 giorni su 7, 24 ore su 24. Il servizio, gestito dalle Autorità locali, è offerto nella/e lingua/e ufficiale/i del Paese e spesso anche in una lingua veicolare.

### Ambasciata d'Italia

L.go Conde Pombeiro, 6

1150-100 Lisbona

Tel. 00351.213.515.320

Fax 00351.213.521.516

00351.213.551.420

e-mail: [ambasciata.lisbona@esteri.it](mailto:ambasciata.lisbona@esteri.it)

web: [www.amblisbona.esteri.it](http://www.amblisbona.esteri.it)

### Aeroporto di Lisbona

+351 21 841 35 00 / 21 841 37 00

### Aeroporto di Faro

+351 289 800 800

### Aeroporto di Funchal (Madeira)

+351 291 520 700

### Aeroporto di Ponta Delgada (Isole Azzorre)

+351 296 205 400

Aeroporto di Porto

+ 351 22 943 24 00

Polizia (Esquadra de Turismo di Lisbona)

+351 21 342 16 23

Polizia (Esquadra de Turismo di Oporto)

+351 22 208 18 33

Ulteriori numeri utili potranno essere consultati all'interno del sito dell'ente del turismo portoghese,  
[www.visitportugal.pt](http://www.visitportugal.pt)

Automovel Club de Portugal (ACP)

Rua Rosa Araújo 24

1250 Lisboa

Tel. 00351 21 3180100 Fax 3180237

sito internet [www.acp.pt](http://www.acp.pt)

Soccorso stradale:

In tutto il paese 00351 219 429 113

## FRASI UTILI IN PORTOGHESE

SÌ = SIM

NO = NÃO

GRAZIE = OBRIGADO (M), OBRIGADA (F)

GRAZIE MILLE = MUITO OBRIGADO(A)

PREGO = DE NADA

PER FAVORE = POR FAVOR

MI SCUSI, SCUSA = DESCULPE-ME, COM LICENÇA

SALVE, CIAO = OLÁ, OI

ARRIVEDERCI, CIAO = ADEUS, TCHAU

ADDIO = ATÉ MAIS, ATÉ LOGO

BUON GIORNO = BOM DIA

BUON POMERIGGIO = BOA TARDE

BUONA SERA = BOA NOITE

BUONA NOTTE = BOA NOITE

NON CAPISCO. = EU NÃO ENTENDO.

COME SI DICE QUESTO IN [ITALIANO]? = COMO VOCÊ DIZ ISSO EM [PORTUGUÊS]?

PARLA ... = VOCÊ FALA ...

INGLESE = INGLÊS  
FRANCESE = FRANCÊS  
TEDESCO = ALEMÃO  
SPAGNOLO = ESPANHOL  
CINESE = CHINÊS  
IO = EU  
NOI = NÓS  
TU = VOCÊ, TU  
LEI = O SENHOR (M), A SENHORA (F)  
VOI = VOCÊS  
ESSI (M), ESSE (F) = ELES(M), ELAS (F)  
COME SI CHIAMA? COME TI CHIAMI? = COMO VOCÊ SE CHAMA?  
FELICE DI CONOSKERLA. FELICE DI CONOSCERTI. PIACERE. = PRAZER EM CONHECÊ-LO(A)  
COME STA? COME STAI? = COMO VAI?  
BUONO (M), BUONA (F), BENE = BOM (M), BOA (F)  
CATTIVO (M), CATTIVA (F), MALE, NON BENE = MAU (M), MÁ (F), RUIM  
COSÍ COSÍ = MAIS OU MENOS  
MOGLIE = ESPOSA, MULHER  
MARITO = ESPOSO, MARIDO  
FIGLIA = FILHA  
FIGLIO = FILHO  
MADRE = MÃE  
PADRE = PAI  
AMICO (M), AMICA (F) = AMIGO  
DOVE É IL BAGNO? = ONDE É O BANHEIRO? ONDE É O QUARTO DE BANHO?

SINISTRA = ESQUERDA  
DESTRA = DIREITA  
(SEMPRE) DIRITTO = A DIREITO, EM FRENTE  
IN ALTO, SU = PARA CIMA  
IN BASSO, GIÚ = PARA BAIXO  
LONTANO = LONGE  
VICINO = PERTO  
LUNGO = LONGO (M), LONGA (F)  
CORTO, BREVE = CURTO (M), CURTA (F)  
MAPPA, CARTINA GEOGRAFICA, CARTINA STRADALE = MAPA  
INFORMAZIONI TURISTICHE = INFORMAÇÕES TURÍSTICAS

UFFICIO POSTALE, POSTA = CORREIO  
MUSEO = MUSEU  
BANCA = BANCO  
POLIZIA, STAZIONE DI POLIZIA = DELEGACIA DE POLÍCIA  
OSPEDALE = HOSPITAL  
FARMACIA = FARMÁCIA  
NEGOZIO = LOJA  
RISTORANTE = RESTAURANTE  
SCUOLA = ESCOLA  
CHIESA = IGREJA  
TOILETTES, BAGNI, SERVIZI = BANHEIRO  
STRADA, VIA = RUA  
PIAZZA = PRAÇA  
MONTAGNA, MONTE, PICCO = MONTANHA  
COLLINA = COLINA  
VALLE = VALE  
OCEANO, MARE = OCEANO  
LAGO = LAGO  
FIUME = RIO  
PISCINA = PISCINA  
TORRE = TORRE  
PONTE = PONTE

## ITINERARIO TIPO LISBONA

Lisbona in tre giorni. Lisbona e dintorni meritano senz'altro una visita di diversi giorni, se non addirittura di qualche settimana, per godersi con calma le bellezze locali. Ma per coloro che sono solo di passaggio o che non hanno molto tempo a disposizione, ecco un possibile itinerario per vedere la città in soli quattro giorni, ad esempio visitando le maggiori attrazioni turistiche in un romantico fine settimana:

### **1 ° giorno: Belem, Bairro Alto**

All'arrivo all'aeroporto, dopo aver fatto i controlli di sicurezza e ritirato i bagagli uscire dall'aerea interna e come da guida raggiungete l'hotel. Posati i bagagli, se non siete stanchi e avete tutta la giornata davanti a voi

seguite il nostro itinerario passo passo, altrimenti riposatevi e cominciate da domani! Meglio conservare le forze...sarà una vacanza davvero indimenticabile!

**Belem:** Fate un giro in centro da Avenida da Liberdade alla piazza del Rossio prima di passeggiare nella zona pedonale Rua Augusta di piazza Comercio, dove si può salire sul tram 15 per andare nel quartiere di Belem. Qui recatevi a vedere il chiostro del Monastero di Jeronimos e rilassatevi all'Antiga Confeitaria, gustandovi una delle sue leggendarie torte alla crema. Poi prendete il sottopassaggio dai giardini del monastero e fatevi una passeggiata sul lungomare fino alla Torre di Belem, faro e fortezza situato sulla riva del fiume Tago. Al ritorno percorrete la stessa strada scegliendo quale visitare tra i diversi musei nelle vicinanze: il Museo Carrozze e il Museo Berardo sono i due migliori, mentre il Museo Marittimo è una buona scelta se siete curiosi del passato marittimo del Portogallo.

**Pranzo:** Per il pranzo si consiglia di prendere in considerazione uno dei ristoranti internazionali nella vivace zona di Docas o, se si decide di rimanere a Belem per esplorare un altro museo o forse a visitare l'Ajuda Palace (un palazzo reale del 19° secolo), potete trovare dei buoni ristoranti tradizionali portoghesi lungo Rua Vieira Portuense, di fronte al parco tra il monastero e il Palazzo di Belem.

**Bairro Alto:** Tornati in centro, andate a piedi fino a Chiado e bevetevi un caffè o una bevanda rinfrescante al Brasileira Café. Proseguite fino alla Chiesa di São Roque, famosa per le sue splendide cappelle barocche (e se non volete rimanere a Belem per il pomeriggio, c'è ancora tempo per visitare le rovine gotiche e l'ecclettico museo della chiesa Carmo), seguita da una sosta al belvedere Miradouro de São Pedro de Alcantara per ammirare il tramonto sulla città.

**Sera:** E'ora di cena, così passeggiando sulle strade lastricate del quartiere di Bairro Alto potete scegliere tra i vari ristoranti. Dopo una lunga e rilassante cena, potete girare tra i bar ed i locali del quartiere.

## 2 ° giorno: Oceanario, Alfama, Castello

**Alfama:** Prendete la metropolitana fino a Parque das Nações e visitate l'Oceanario, un grande acquario dedicato alla fauna acquatica degli oceani. Fate una passeggiata sul lungomare per ammirare l'imponente architettura moderna, futuristica, dei dintorni in questo quartiere (tra cui l'apparentemente interminabile ponte Vasco da Gama), prima di dirigervi ad Alfama, il quartiere più antico di Lisbona, che si trova sul lato sud-orientale della collina dominata dal Castelo de Sao Jorge. Girate per il labirinto di stradine, recandovi a piedi verso il castello. Si può a questo punto scegliere di visitare il Museo Tile (nel qual caso, prendere un taxi) o la chiesa di São Vicente de Fora, oppure andare direttamente al castello, specie se ormai è tardo pomeriggio e non si vuole perdere il tramonto visto da sopra la città.

**Cena:** Se il quartiere di Belém da solo merita un giorno intero o più, con tanti monumenti gloriosi e affascinanti musei da vedere, anche il quartiere di Alfama dovrebbe essere esplorato senza fretta, con la sua

serie di vicoli pittoreschi, scorci e chiese. Se non avete pranzato nella zona di Docas quando avete visitato Belem, è forse una buona idea cenare lì, essendo uno dei quartieri con maggiore vita notturna. Dopo cena, si può bere qualche drink, ed eventualmente ballare, nei numerosi bar e club vicini.

### 3 ° giorno: Musei vari

**Museo Gulbenkian e altri:** Il terzo giorno potrebbe essere dedicato all'arte e alla cultura. Inizio della mattina presso il Museo Gulbenkian dove si può trascorrere una mezza giornata ad ammirare i suoi tesori che vanno dall'Impero Greco e Romano all'Europa moderna, e rilassarsi nei suoi giardini, con conclusione presso il Centro di Arte Moderna. Dopo pranzo, si consiglia di continuare ad ammirare l'arte, questa volta presso il Museo di Arte Antica. Prendete un tram e tornate in centro, dove potete decidere dove andare a cena. Per terminare la vostra giornata, tornate ad Alfama la sera, oppure date un'occhiata alla sezione "Vita notturna" all'interno della guida, troverete tanti consigli su dove recarvi per spettacoli serali o discoteche.

Un'avvertenza: Se si segue questo itinerario di 4 giorni, da noi proposto, in un week-end "lungo" - e il terzo giorno è quindi un lunedì - allora occorre invertire le raccomandazioni per il secondo e il terzo giorno, dal momento che in Portogallo i musei sono chiusi il lunedì.

### 4° Giorno

Giunti alla fine di questo splendido viaggio, se avete tempo fate una delle escursioni consigliate (vedi guida) oppure visitate ciò che non siete riusciti a vedere nei giorni precedenti.

Un ultimo consiglio: raggiungete l'aeroporto con un paio di ore d'anticipo rispetto all'orario di partenza del volo di ritorno, quindi con un pizzico di amarezza...si parte!