

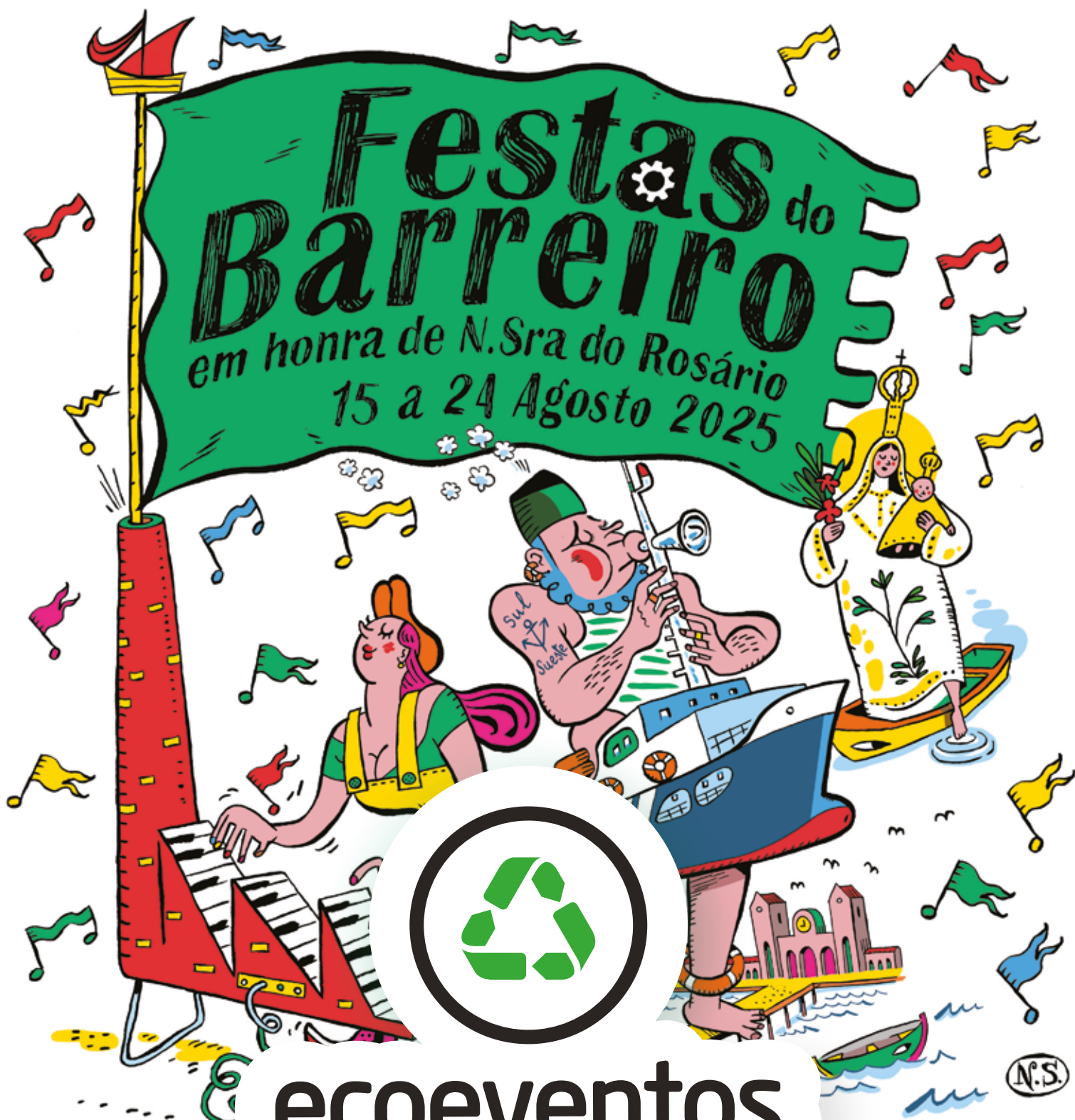
portugalidade

Edição n.º 13 | agosto 2025

m a g a z i n e

PATRIMÓNIO | NATUREZA | TURISMO

**ESTRADAS HISTÓRICAS
PATRIMÓNIO GENÉTICO
VERÃO EM PORTUGAL**



ecoeventos





EDITORIAL

Herdamos a ideia de que devemos tudo à terra. Que é ela que nos dá nome, lugar, substância. Mas raramente perguntamos o que fizemos por ela, além de a nomear com orgulho nos dias de festa. Estar num lugar não é o mesmo que pertencer, e pertencer não é o mesmo que cuidar.

Fala-se muito de raízes, mas algumas são só teimosia, ou medo, ou preguiça de pensar um destino. E há pertenças que não passam de hábitos cansados. A verdade é que a terra só nos reconhece se a pensarmos, se viver em nós e nós nela, se a confrontarmos. Se não a deixarmos cair no esquecimento nem no folclore de domingo.

Grande parte do nosso país vai vivendo à espera de uma expectativa nunca consumada de que alguém resolva tudo. Corremos o risco de estarmos a tornar-nos espectadores da nossa própria paisagem. Olhamos para ela como quem vê um postal antigo, com ternura, mas sem urgência, sem desconforto. Talvez seja altura de voltarmos a pôr as mãos na terra, não para a venerar, mas para a pensar, para a reconstruir com lucidez.

Há aldeias onde já ninguém acende luzes. Há palavras que deixaram de se dizer porque já ninguém sabe o que querem dizer. Há linhas de comboio por onde nada passa, a não ser o vento e o pó. E há territórios onde a única coisa que chega é o silêncio, não o do descanso, mas o do abandono.

E depois há os poucos que vão resistindo e invertendo a narrativa, tantas vezes olhados apenas como românticos ou pitorescos. Os que semeiam com afeto e tratam os animais pelo nome. Os que não deixam cair as árvores nem os gestos. Os que ainda acreditam que habitar é um verbo ativo. Que estar num lugar é um ato de responsabilidade, não de passividade.

Esse imenso Portugal interior não vai ser salvo por discursos, nem por fundos europeus mal-amanhados. Vai ser salvo, se o for, por quem se sujeita, por quem age antes de ter certezas. Por quem aceita viver longe de tudo e mesmo assim continuar a cuidar. E também por quem visita estes lugares, todos os anos, com respeito e afeto, contribuindo para a economia local.

Agosto, com todo o seu calor e suspensão, pode ser o mês do repouso. Mas não tem de ser o da anestesia. Pode ser o tempo de olhar o país de frente, sem sentimentalismos nem slogans. De perguntar: o que é que ainda queremos construir? O que é que ainda estamos dispostos a perder? E, mais duro, o que é que já perdemos sem notar?

Portugalidade não é um rótulo. É uma luta permanente entre o que somos e o que fingimos ser. Entre o que preservamos e o que deixamos definhar. Se há algum sentido em continuar a usar esta palavra, que seja para incomodar, para exigir mais. Para obrigar a uma escolha: ou fazemos parte da paisagem, ou limitamo-nos a vê-la desaparecer pela janela do carro.

ÍNDICE

Estradas Históricas

4 EN 222

Viagens com História

6 Resende
(EN 222)

Raças Autóctones

8 O tesouro vivo
de Portugal
10 Centro
Interpretativo
do Porco e do
Fumeiro, Vinhais

Ambiente

13 Repensar Lisboa
para um futuro
mais fresco

Turismo

14 Gala Michelin
2027

Natureza

16 Penamacor
18 Sabugal



A LINHA DE ASFALTO QUE DESENHA O DOURO

Entre curvas, socalcos e miradouros, a Estrada Nacional 222 liga Vila Nova de Gaia a Vila Nova de Foz Côa, desenhando um dos percursos mais emblemáticos e panorâmicos do Douro.

Inaugurada oficialmente nos anos 40 do século XX, a EN222 foi, desde cedo, um eixo fundamental de ligação entre o interior duriense e o litoral nortenho. Muito antes das autoestradas, era por aqui que se escoava o vinho, as pessoas e os produtos agrícolas. A estrada acompanha o curso do Douro, ora subindo às aldeias empoleiradas nas encostas, ora descendo até aos cais fluviais.

Muitos dos seus troços recuperam caminhos ancestrais, usados por almocreves e barqueiros, testemunhos vivos de uma mobilidade que acompanhou o crescimento da Região Demarcada do Douro, criada em 1756.

Em 2015, um estudo da Aston Martin, em parceria com a Avis, catapultou a EN222 para o estrelato internacional. Segundo esse ranking, o troço entre o Peso da Régua e o Pinhão proporcionava “a melhor experiência de condução do mundo”, com base numa fórmula que equilibrava número de curvas, distância e fluidez do percurso.

Independentemente da ciência por trás da equação, esse segmento (com vinhedos em socalcos a perder de vista), o rio a espelhar a luz dourada das encostas e uma sucessão de miradouros naturais, é uma imersão no património paisagístico, cultural e humano do Douro



Vinhateiro, classificado como Património Mundial da UNESCO.

Hoje, a EN222 é muito mais do que uma via de trânsito. É uma rota turística, cruzando quintas de vinho do Porto, aldeias vinhateiras, estações ferroviárias históricas (como a do Pinhão), museus e pontos de interesse natural. A estrada passa por locais como Castelo de Paiva, Cinfães, Resende, Lamego ou São João da Pesqueira, sempre com o Douro como presença constante — ora visível, ora apenas pressentido entre serras.

Ao longo do caminho, há inúmeras sugestões para parar: degustar um vinho numa quinta familiar, almoçar num restaurante tradicional, visitar uma

capela barroca ou simplesmente contemplar a paisagem num dos muitos miradouros, como o de São Leonardo de Galafura.

A EN222 não precisa de ser promovida a ícone, basta-lhe ser a estrada que é. Cumpre o seu papel com curvas, socacos e silêncios, ligando margens e vontades, entre a rotina de quem lá vive e a curiosidade de quem passa. O Douro, esse, continua indiferente ao ranking das melhores estradas do mundo, às modas turísticas ou ao GPS. Quem quiser entender o que é o Douro, que faça a viagem.



RESENDE PELA EN222: UMA VIAGEM COM VISTA PARA O DOURO

Resende, porta de entrada no Douro Vinhateiro, classificado Património Mundial da UNESCO, tem um excecional valor paisagístico natural e cultural, onde o rio, as montanhas e as vinhas se encontram em perfeita harmonia.



Neste concelho, a EN222 revela-se em todo o seu esplendor, cruzando vales verdejantes, encostas vinhateiras e recantos históricos que convidam à descoberta e ao deslumbramento.

Percorrer esta rota é entrar numa viagem sensorial: o Douro acompanha-nos em grande parte do percurso, revelando paisagens que parecem ter parado no tempo. Dois marcos simbólicos assinalam a travessia da estrada por Resende — o km 97, em Caldas de Aregos, e o km 104, na vila de Resende — locais perfeitos para registar o momento e guardar memórias deste território.

Encaixado entre o rio Douro e a Serra de Montemuro, Resende é um destino que alia o turismo de natureza ao bem-estar e à autenticidade das tradições. Os amantes da aventura encontram aqui trilhos desafiantes para caminhadas e BTT, integrados na Grande Rota de Montemuro e no Centro Cyclin'Portugal.

Para quem prefere momentos de lazer à beira-rio, os parques fluviais de Porto de Rei e do Cais do Bernardo oferecem espaços onde pode viver momentos de puro lazer e relaxamento, com vistas panorâmicas sobre o Douro.

Caldas de Aregos, onde se situa a sede da Rota N222, é um dos pontos mais emblemáticos, destacando-se pelas suas termas centenárias, atualmente em fase final de requalificação. O balneário termal prepara-se para recuperar o seu estatuto como destino de saúde e bem-estar, afirmando-se como uma Estância Termal de referência no Douro.



O cais moderno, as piscinas exteriores e os serviços de apoio convidam a uma paragem prolongada neste ponto de encontro entre natureza, saúde e lazer.

O património cultural de Resende também marca a diferença. Mosteiros, igrejas românicas e pontes históricas integram a Rota do Românico e transportam os visitantes numa viagem pela memória. E porque uma viagem só está completa com sabores locais, não pode deixar de provar o famoso anho assado, as cavacas de Resende e, claro, as doces cerejas, que fazem jus à fama da região.

Resende é o coração da EN222. Um convite a abrandar, contemplar e viver a beleza do Douro em estado puro!



www.cm-resende.pt

A CAMINHO...

As distâncias não são meras métricas, são camadas de memória, promessa e, muitas vezes, pretexto para refazer o mesmo caminho. Os principais destinos do imaginário coletivo funcionam como bússola interior para quem parte da cidade, seja por fé, por impulso de descoberta ou apenas pelo gosto de estar a caminho.

SANTIAGO

Percorrer os mais de duzentos quilómetros até Santiago de Compostela é, para muitos, um rito de iniciação à lentidão e à introspeção. Ali, ecoa a velha tradição dos caminhos medievais, onde tanto cabiam reis devotos como agora estudantes com mochila às costas, todos em busca daquela certeza improvável que só as grandes distâncias oferecem: a de que “chegar” é irrelevante sem os desvios, as conversas improváveis e o confronto com a própria resistência.

Santiago mantém esse apelo duplo. Espiritual e identitário (para quem se quer perder e salvar ao mesmo tempo). A cidade em si funciona como palco de reencontros entre tradição ibérica, animação universitária, e uma saudade que só pede três tempos verbais: partir, caminhar, chegar.

FÁTIMA

A rota para Fátima é um microcosmo do catolicismo popular português. Aqui, misturam-se o silêncio dos que caminham toda a noite, as filas intermináveis nas tardes de domingo, o brilho das velas e dos terços em plástico luminoso. Mais do que lugar, Fátima é acontecimento recorrente, um espaço onde a fé se reinventa numa coreografia coletiva e, tantas vezes, onde a esperança serve tanto de motor como de muleta.

É ponto de encontro nacional no calendário e também exemplo de como a paisagem e a economia aprendem a viver do mesmo milagre. Não há memória familiar (do Norte ao Sul) sem alguém que “foi cumprir promessa”, mesmo que, na verdade, só se vá medir o peso do verão em companhia.

BOM JESUS (BRAGA)

O Bom Jesus, à entrada de Braga, apresenta-se como um lugar de pausa e transformação. Subir as suas escadarias monumentais significa aceitar um convite para abrandar e observar, percorrendo um percurso onde cada patamar revela novas perspetivas da cidade. A arquitetura foi desenhada para surpreender, equilibrando sombra, luz e a presença do granito que estrutura o caminho.

Ao chegar ao topo, a experiência conquista-se pelo envolvimento físico e pela disponibilidade para se deixar



afetar pela dimensão do espaço, pelo silêncio e pelo horizonte limpo que ali se revela.

Estes destinos são pontos de fuga, onde cada partida guarda, no fundo, o mesmo segredo. Continuamos a precisar destes lugares para transformar as distâncias da geografia em caminhos da nossa própria pertença.

RAÇAS AUTÓCTONES: O TESOURO VIVO DE PORTUGAL



A identidade de um país mede-se também pela sua herança natural. Em Portugal, um património genético de valor incalculável resiste nas pastagens, nos montes e nos vales: as raças de animais autóctones.

De norte a sul do país, um impressionante leque de bovinos, ovinos, caprinos, suínos, equídeos, canídeos e galináceos constitui um capital biológico fundamental. Estas raças, perfeitamente ajustadas aos ecossistemas locais, foram durante gerações a força motriz da agricultura, a fonte de alimento, o motor das deslocações e a matéria-prima de lanifícios, curtumes e outros ofícios rurais. Hoje, enfrentam o desafio da globalização e da uniformização genética, mas um esforço concertado entre criadores, cientistas, universidades e autoridades públicas luta por manter este património vivo.

GUARDIÕES DAS MONTANHAS E DOS VALES

Nos bovinos, a diversidade é vasta e orgulhosamente regional. No Norte, a Raça Barrosã impõe-se pela monumentalidade dos seus chifres em lira, um ícone da paisagem do Minho e de Trás-os-Montes. Utilizada historicamente para o trabalho agrícola, é hoje celebrada sobretudo pela sua carne com Denominação de Origem Protegida (DOP). Na mesma região, a Mirandesa, de pelagem castanha e temperamento dócil, está intrinsecamente ligada ao Planalto Mirandês, dando origem à afamada Posta Mirandesa (DOP). Mais a sul, a Arouquesa, de porte mais pequeno, demonstra uma

extraordinária capacidade de adaptação aos terrenos acidentados do Maciço da Gralheira, sendo valorizada tanto pelo seu labor como pela qualidade superior da carne.

Outras raças bovinas portuguesas autóctones, como a Minhota, a Mertolenga, a Maronesa, a Alentejana, a Cachena ou a Marinhola, espelham a variedade de geografias e culturas rurais do país, do planalto transmontano às planícies alentejanas, das encostas do Gerês aos campos do Baixo Mondego.

Entre os ovinos e caprinos, a sua importância económica e gastronómica é indiscutível. A Ovelha Serra da Estrela é talvez o exemplo mais emblemático: o seu leite é a matéria-prima exclusiva do Queijo Serra da Estrela (DOP), um dos produtos mais nobres da nossa mesa. Mas há dezenas de outras raças que sustentam queijarias e tradições pastorícias: Churra Galega Mirandesa, Bordaleira de Entre-Douro-e-Minho, Merino Branco, Campaniça, Churra do Campo, entre outras.

Nas cabras, destaca-se a Cabra Serrana, uma raça rústica e resiliente, criada nas serras do Norte e Centro de Portugal, essencial para a produção de queijo e de cabrito de excelência. Mas há também a Cabra Charnequeira, a Preta de Montesinho, a Algarvia e a Bravia, sinais vivos da rusticidade lusa nas zonas áridas e de montanha.

Nos suínos, duas raças autóctones destacam-se. A norte, o Porco Bísaro sobreviveu às mudanças de paisagem



alimentar e é hoje uma raça em franca recuperação, fundamental na confeção de fumeiro tradicional transmontano — da alheira ao salpicão, há muito de Bísaro no que cheira (e sabe) a Portugal.

O Porco Alentejano, de origem ibérica, foi durante séculos o pilar da economia rural alentejana. Alimentando-se de bolotas sob a copa da azinheira e do sobreiro, é o produtor nativo do presunto de porco preto, que orgulhosamente ostenta o selo DOP.

DO TRABALHO RURAL À FAMA INTERNACIONAL

Entre os equídeos, Portugal conta com dois embaixadores excecionais em extremos opostos da pirâmide equestre. O Puro Sangue Lusitano, cavalo de sela de nobre linhagem, destaca-se pela coragem, pela inteligência e por um porte que o faz brilhar tanto na alta escola de equitação como nas arenas da tauromaquia. É talvez o animal português mais internacional. Em contraste, o Burro de Miranda, pacato e resiliente, foi durante gerações o infatigável companheiro das populações rurais transmontanas. Hoje é uma raça em risco que está a ser recuperada com dedicação exemplar. Com ele, resistem também o Burro da Graciosa, nos Açores, e o ainda pouco conhecido Pónei da Terceira, também em processo de salvaguarda.

As raças caninas autóctones portuguesas são funcionais, moldadas por séculos de trabalho, clima e necessidade. O Cão da Serra da Estrela, imponente e leal, reina nas serranias como guardião de rebanhos, nobre e desconfiado, mas um fiel defensor contra predadores antigos e modernos. O Cão de Água Português, atlético e perspicaz, foi durante séculos o parceiro inseparável dos pescadores algarvios. A sua pelagem densamente encaracolada e o apurado instinto para mergulho valeram-lhe um lugar de carinho na história... e mesmo na história norte-americana, quando um exemplar desta raça viveu na Casa Branca com a família Obama.

Mas o “clube dos nativos de quatro patas” vai mais longe: o Cão de Castro Laboreiro, guardião austero do

Norte; o Rafeiro do Alentejo, vigilante das herdades de planície; o Cão da Serra de Aires, pastor incansável e elástico, de pelo desgrenhado e movimentos quase felinos; e o Podengo Português, o nosso cão de caça em três tamanhos e dois estilos de pelo.

TAMBÉM AS AVES “FALAM” PORTUGUÊS

O universo avícola também participa nesta biodiversidade patrimonial. A Galinha Pedrês Portuguesa, a Preta Lusitânica e a Preta do Campo e são animais de dupla aptidão (carne e ovos), cuja rusticidade e resistência justificam o seu resgate em quintas, cooperativas e hortas familiares. Nalgumas regiões, o Peru Preto mantém-se como ave de eleição para refeições festivas e tradições de Natal.

UM ESFORÇO DE PRESERVAÇÃO CONTÍNUO

A proteção deste património genético é uma tarefa complexa e inacabada. A Direção-Geral de Alimentação e Veterinária (DGAV) gere os livros genealógicos das raças reconhecidas, assegurando a sua fiabilidade, enquanto as associações de criadores e as universidades agrárias trabalham no território para promover o melhoramento genético adequado, evitar a consanguinidade e inovar sem descaracterizar.

A valorização dos produtos derivados destas raças (carne, leite, queijo, lã, peles) através de selos de qualidade como a Denominação de Origem Protegida (DOP) ou a Indicação Geográfica Protegida (IGP) é uma das estratégias fundamentais para garantir a sua viabilidade económica. O que chega ao prato pode salvar o que resiste no pasto.

Preservar as raças autóctones não é um capricho saudosista. É um investimento consciente na biodiversidade, no desenvolvimento rural sustentável e na identidade de um país que se quer inteiro, nos seus sotaques e nos seus animais.

CENTRO INTERPRETATIVO DO PORCO E DO FUMEIRO, VINHAIS

VEM SENTIR, SABOREAR E DESCOBRIR O QUE FAZ DO PORCO BÍSARO UM TESOURO NACIONAL!



SEJA MUITO BEM-VINDO DESCUBRA A TRADIÇÃO, EXPERIMENTE O SABOR

No coração de Trás-os-Montes, o Centro Interpretativo do Porco e do Fumeiro leva-te numa viagem única pelas tradições do fumeiro transmontano e do emblemático porco bísaro. Trata-se de um espaço interativo e sensorial, onde a cultura, a gastronomia e a história se encontram!

O QUE VAIS ENCONTRAR EXPLORA, APRENDE, PROVA

- Recriações históricas e cozinha tradicional
- Vídeos, painéis interativos e aromas únicos
- Raças autóctones e saberes ancestrais
- Provas de enchidos e presuntos de Vinhais, com IGP
- Atividades pedagógicas para escolas e famílias

PORQUE VISITAR? UM CENTRO, MIL SABORES E HISTÓRIAS

- Ideal para famílias, turistas, estudantes e grupos
- Experiência educativa e divertida para todas as idades
- Complementa a visita à Feira do Fumeiro e à Rota da Terra Fria
- Apoiado pela ANCSUB e produtores locais



VINHAIS: ONDE O FUMEIRO TEM ALMA E O PORCO CONTA HISTÓRIAS

Horário:

Segunda a Sexta: 09h–12h30 | 13.30h–17h00
Fins de semana e feriados: 10h–12h30 | 14h–18h

Localização:

Largo do Arrabalde, 5320-318, Vinhais
Tlm. 273 771 340
www.cm-vinhais.pt • www.porcobisaro.net

*Estacionamento gratuito nas imediações

Para visitas guiadas ou provas de fumeiro, reserva através de:

+351 937 822 933 / Cipfvinhais@gmail.com
anclub@porcobisaro.net

**“Mais do que visitar, é viver
uma cultura que se saboreia!”**

Só em Vinhais!



ENTRE A SÉRIEDADE E A BRINCADEIRA

Chega agosto, a praia pulsa com cheiros de protetor solar e promessas de descanso. No meio da areia quente ergue-se uma baliza azul, desafiante, como se pedisse a cada veraneante, “vens jogar ou vais só olhar?” Não há linhas desenhadas nem marcador de tempo, só a vontade de transformar, por instantes, o areal num campo de encontros, improviso e gargalhadas.



Com o mar por pano de fundo, a bola roda entre amigos, família, desconhecidos. Uns chegam por acaso, outros esperam por este momento o ano inteiro. O início é sempre desorganizado, mas o importante é participar, colecionar lançamentos tortos e celebrar cada golo como se fosse a final da taça.

Crianças disputam a vez com adultos, tias que nunca jogaram arriscam um remate e rapidamente contestam o guarda-redes, porque “aquilo foi falta claríssima”. Não há árbitro, ou melhor, todos arbitram. E há sempre quem traga um chapéu para marcar “a grande área”.

Com as horas mais quentes, o jogo entra em compasso de espera. Surge a pausa das merendas, o garrafão de água dado a rodar, a sombra disputada democraticamente entre jogadores e adeptos improvisados. Quando a bola se esconde na areia, arranjam-se novos campeonatos, de saltos para a água, de quem apanha mais conchas ou de quem faz a melhor imitação do vendedor de bolas de Berlim.

Os jogos terminam tantas vezes por cansaço, pelo chamado irresistível de um mergulho ou pelo eco das mães a chamarem para o lanche. Mas ninguém vai embora sem aquela sensação de missão cumprida, sem areia entre os dedos dos pés e um sorriso impossível de disfarçar.

Ali, entre a formalidade da vida e a leveza das férias, aprendemos que improvisar é importante, que as regras podem ser combinadas na hora e que ganhar é poder contar a história. E quando alguém se entusiasma demasiado, o grupo lembra que perder não custa quando se joga à beira-mar com amigos e desconhecidos. Aquilo que levamos para casa não são troféus, mas memórias partilhadas, sempre que possível, ao sol.

Num país onde gostamos de discutir tudo, até as regras de um jogo sem linhas, talvez seja isso que define o verão português. A capacidade de, juntos, nos rirmos da seriedade, e de levarmos a brincadeira a sério.

DOMINGOS DE CULTURA, JOGOS E MÚSICA NOS JARDINS DO PORTO

O verão no Porto faz-se de sombra fresca, encontros improváveis e olhar atento ao espaço público. Em agosto, o programa municipal “Vizinhanças” reafirma esta vocação, transformando os domingos em verdadeiras festas ao ar livre, onde a cidade se reencontra em parques e jardins.



Depois do arranque em julho, é agora hora de Ramalde acolher a animação, a 10 de agosto, no Jardim de Sarah Afonso. O alinhamento cruza o jazz-funk do grupo G Combo com os malabarismos do brasileiro Kaio Apolinário, referência do novo circo em colaboração com o INAC, prova de que no Porto se partilha tanto a relva como o palco.

A 17 de agosto, a Alameda de Eça de Queirós, no Bonfim, torna-se novo epicentro da festa. O grupo Garajau leva a música a público diverso, enquanto Felipe Algo, artista vindo da Costa Rica, promete surpreender com uma performance “inspirada” que cruza géneros e geografias.

Se é fã de tardes ao som de clássicos das filarmónicas e merendas sobre mantas, marque na agenda o dia 24 de agosto no Jardim do Passeio Alegre, na Foz. Banda Marcial da Foz do Douro e Banda Musical da Póvoa de Varzim lideram um grande piquenique musical ao ar livre, pensado para todas as idades e sem qualquer custo de entrada.

O ciclo despede-se a 31 de agosto no histórico Jardim de Arca d'Água (Paranhos), com concerto de Francisco Primeiro, espetáculo vocal dos Beatvoice e uma oficina participativa de danças gregas, ideal para quem gosta de experimentar fora da zona de conforto ou simplesmente juntar-se numa roda.

A cada domingo, a programação é reforçada por três propostas repetentes: a oficina para construção da ecogaivota articulada, dirigida pelo Mestre Luciano Britto Gomes (das 10h às 13h e das 14h às 19h), os já icónicos Jogos do Hélder (das 10h às 12h e das 15h às 19h) e a música da Rádio Jardim (10h-18h), uma banda sonora de conversas e descobertas com direito a convidados-surpresa.

O “Vizinhanças” assume-se como pretexto feliz para restituir tempo e espaço à convivência, sem bilhetes nem filas - a entrada é livre. O programa completo e os horários detalhados estão disponíveis nas plataformas oficiais do município do Porto.



REPENSAR LISBOA PARA UM FUTURO MAIS FRESCO

Lisboa já não é a mesma quando o termómetro dispara. Para quem vive, trabalha ou sonha a cidade, o calor deixou de ser mero incómodo de Verão e tornou-se alerta coletivo de saúde pública, urbanismo e economia. Num cenário europeu cada vez mais escaldante, a cidade posiciona-se agora na linha da frente da regeneração climática, juntando em mesa-redonda alguns dos melhores cérebros nacionais e internacionais.



Durante os três dias de Archi Summit, as figuras de proa do urbanismo climático, arquitetura, saúde pública, sustentabilidade e paisagismo colaboraram numa proposta robusta, já integrada no Contrato Climático Cidade de Lisboa 2030. Pretende-se entender Lisboa como um sistema vivo, cheio de contrastes térmicos, e ir buscar aos dados do IPMA e da FFMS a urgência de atuar, face aos 2,7°C de aumento médio até meados do século.

O plano assenta em cinco pilares fundamentais. Em primeiro lugar, aposta-se numa ampliação massiva da cobertura verde, capaz de funcionar como barreira térmica e elemento de coesão social. Paralelamente, defende-se a substituição do asfalto tradicional por materiais inteligentes que retenham menos calor e garantam maior permeabilidade do solo, ajudando a mitigar a acumulação térmica. O redesenho dos espaços públicos é outra linha estratégica: praças devem transformar-se em ilhas sombreadas, e as ruas precisam de ser recuperadas para dar prioridade à presença das pessoas, promovendo o conforto e a vivência coletiva. Há ainda a urgência de intervenção nas zonas mais vulneráveis da cidade, numa perspetiva de reabilitação justa que garanta que a qualidade de vida térmica não seja uma questão de código postal. Por fim, o projeto sublinha a necessidade de mobilizar toda a sociedade, estabelecendo uma aliança entre cidadãos, setor privado

e entidades públicas para que o conforto climático deixe de ser uma meta isolada e passe a ser uma conquista coletiva.

Com metodologias, prazos e parceiros claramente definidos, a proposta inspira-se em exemplos já dados em cidades como Paris, Barcelona e Viena. A capital portuguesa, que integra o núcleo europeu das 100 “Cidades Climaticamente Neutras” até 2030, mantém o olhar centrado no que é replicável, prático e urgente.

“Em Lisboa, pensar a cidade deixou de ser luxo criativo, passou a ser cálculo de sobrevivência”, desafia um dos autores do plano. A entrega deste contributo técnico-científico à Câmara Municipal marca assim o início de um novo ciclo. Desta vez não basta anunciar mudanças: o desafio é implementar. Mais sombra, mais verde, mais água, e a criação de novas rotinas urbanas estão no centro deste compromisso.



CENTRO DE PORTUGAL SERÁ ANFITRIÃO DA GALA MICHELIN EM 2027

A edição portuguesa do evento mais prestigiado da gastronomia internacional realiza-se pela quarta vez e, pela primeira vez, escolhe o Centro do país como anfitrião da gala de apresentação em 2027. Já a edição de 2026, que se aproxima, decorrerá na ilha da Madeira, adianta a nota de imprensa da Turismo Centro de Portugal.



Este é o momento mais aguardado do ano pela comunidade gastronómica, onde são oficialmente anunciadas as novas estrelas Michelin atribuídas aos restaurantes de Portugal, assim como as menções especiais no Guia.

Ainda com o local do evento desconhecido, de acordo com a Turismo Centro de Portugal, esta escolha “representa um reconhecimento claro da evolução, qualidade e autenticidade da oferta gastronómica”.

O Presidente da Turismo Centro de Portugal, Rui Ventura, sublinha que “receber a Gala do Guia Michelin é um motivo de orgulho para a região. A gastronomia é uma das maiores riquezas do Centro de Portugal, e este evento será uma oportunidade única para mostrar ao país e ao mundo as nossas potencialidades enquanto destino turístico”.

Anabela Freitas, Vice-presidente da Comissão Executiva da Turismo Centro de Portugal, acrescenta que “acolher mais um evento de referência é motivo de grande satisfação para o Centro de Portugal” e que “esta decisão reconhece o excelente trabalho que tem vindo a ser feito no setor em toda a região e motiva-nos a continuar a valorizar o que nos torna únicos”.

A gala do Guia Michelin é aguardada anualmente por chefs, críticos e jornalistas da área gastronómica, que acompanham a atribuição das estrelas e “distinções que representam excelência e projetam os restaurantes premiados internacionalmente”, garante a organização.

A Turismo Centro de Portugal é a entidade que estrutura e promove o turismo na Região Centro do país. Esta área turística nacional abrange 100 municípios.

TOPONÍMIA COM HISTÓRIA(S)

A toponímia portuguesa serve de espelho à história nacional. Reflete tanto as grandes influências que moldaram o território como a criatividade e a ironia involuntária do quotidiano. Por detrás de nomes que hoje são pitorescos, há raízes tão fundas como as dos sobreiros.



Muitos nomes de localidades portuguesas remontam à ocupação romana, quando topónimos derivavam de denominações de deuses, características geográficas ou administrações rurais. Com a passagem do latim para o português popular, esses nomes foram evoluindo, muitas vezes em resultado de erosão fonética e adaptações espontâneas, nem sempre racionais, mas invariavelmente criativas.

A partir do século VIII, a presença muçulmana expandiu ainda mais este mosaico: prefixos como “Al-” (Algarve, Albufeira, Almodôvar) denunciam raízes árabes, sobretudo no sul do país. Mesmo após a Reconquista, estes nomes foram assimilados, misturando morfemas, lendas e pequenas corrupções fonéticas.

PRAGMATISMO E HUMOR

Existem localidades cujo nome nasceu da observação prática de um traço da paisagem ou da atividade dominante. Por exemplo, Albergaria das Cabras terá recebido o nome em referência a uma albergaria ou hospital antigo, fundado sob impulso régio, tendo-lhe o povo associado a presença de cabras, abundantes na região. Em outras situações, a erosão fonética altera interpretações ao longo dos séculos: “Ancas” (Anadia), não tem relação com anatomia, derivando possivelmente do termo medieval “Enchas”.

Há também nomes que hoje soam bizarros ou até

caricatos, mas cuja origem era fundamentalmente utilitária. Em Deixa-o-Resto (Santiago do Cacém) ou Venda da Gaita (Pedrógão Grande), o nome está ligado a histórias locais de comércio, divisão de terras ou lendas de estrada. Estes topónimos tornam-se depois terreno fértil para anedotas regionais, mesmo que o sentido original se tenha perdido.

O PAPEL DA TRADIÇÃO ORAL E A IDENTIDADE DAS ALDEIAS

Como sublinham estudiosos como Manuel de Paiva Boléo, a tradição oral foi fulcral para manter a identidade fonética destes nomes. Muitas vezes, a pronúncia local guarda o segredo da sua origem, mais fiel à raiz que a documentação escrita.

No norte do país, a proximidade linguística com a Galiza reforça o parentesco de topónimos entre as duas regiões. Os nomes persistem como cápsulas identitárias, ao mesmo tempo guardando segredos históricos e alimentando o humor e o orgulho local.

O estudo académico da toponímia portuguesa encontra apoio em investigadores como Leite de Vasconcelos e José d'Encarnação, assim como nas orientações do Conselho Nacional de Toponímia, que se dedica à preservação e esclarecimento destes nomes. Publicações regionais e estudos de história local completam o quadro de fontes para quem deseja mergulhar mais fundo neste universo.

UM TERRITÓRIO DE ELEIÇÃO PARA O CONTACTO COM A NATUREZA



História e Natureza é o slogan que, espontaneamente, ‘assalta’ a mente de quem visita o concelho de Penamacor. Para além de vislumbrar vales verdejantes, cristalinos cursos de água e serras intensamente florestadas, é possível usufruir de espaços de lazer, que convidam a juntar a família para viver dias inesquecíveis.



A 11 quilómetros da vila de Penamacor, o Parque de Campismo do Freixial, distinguido com o Prémio Cinco Estrelas Regiões 2025, insere-se numa vasta área livre de aglomerados urbanos, sulcada por vales e ribeiras, nas proximidades da Reserva Natural da Serra da Malcata. O clima, tipicamente mediterrâneo, demarca de modo incisivo as quatro estações. A primavera destaca-se pela intensa paleta de cores de que se revestem os campos e pelos aromas que inundam o ar que se respira. Como aqui o verão é quente, o sol, por vezes abrasante, convida às sombras frescas dos freixos, dos amieiros e salgueiros que abundam no Parque e ao longo das linhas de água. Nada que um banho refrescante na piscina ou num qualquer dos remansos não compense.

Na imensidão do plano de água da albufeira da Ribeira da Meimoa encontra-se a Zona Balnear do Meimão, com ótimas condições para ir a banhos. Possui piscina flutuante com vigilância e areia, que permite estender a toalha para descansar ou apanhar banhos de sol. É possível ainda usufruir de passeios de barco, canoagem, gaivotas, passeios pedestres e de bicicleta, fazer pesca desportiva, observar aves e merendar. Caso o objetivo seja pernoitar pela zona, está à disposição um empreendimento de Casa de Campo, composto por bungalows totalmente equipados.

A Zona de Lazer da Meimoa tem uma praia, de fácil acesso, contém sombras abundantes, espaço de relva e uma ponte romano-filipina em pano de fundo. Dispõe

de um bar, que dá apoio aos banhistas, e proporciona o ambiente ideal para um dia bem passado em pleno contacto com a natureza.

A agradável sombra das frondosas árvores à beira do curso da ribeira é um dos muitos prazeres que poderá usufruir na Zona de Lazer da Benquerença. Este sítio possui churrasqueira, bar, WC, duches, parque infantil, campo de jogos, parque de estacionamento, área de serviço para autocaravanas e um extenso relvado, indicado para momentos de lazer e descanso.

Como não podia deixar de ser, a Reserva Natural da Serra da Malcata é também um lugar a percorrer numa visita a Penamacor. Composta por uma fauna e uma flora absolutamente ricas em espécies, ainda que algumas se encontrem atualmente em extinção, é possível usufruir de vários hectares de natureza no seu expoente máximo.





Em Penamacor,
descubra espaços
únicos onde pode
relaxar e viver
experiências autênticas,
sempre em harmonia
com a natureza.

RELAXE, EXPLORE, DESCUBRA PENAMACOR.

**MERGULHE NA NATUREZA,
REFRESQUE O VERÃO!**



**LUGARES FRESCOS
PARA O VERÃO
EM PENAMACOR**

www.cm-penamacor.pt

UM MUNICÍPIO HISTÓRICO A MODERNIZAR-SE

Nesta edição da Portugalidade Magazine, partimos à descoberta do Sabugal. O município está a desenhar novas rotas de futuro, com a Estação Náutica do Alto Côa certificada, Serra da Malcata a destacar-se como modelo nacional de conservação e as Cinco Vilas Medievais.



O Alto Côa deu um importante passo na afirmação do seu potencial turístico com a certificação da Estação Náutica do Alto Côa (ENAC), um projeto que tem como principal missão desenvolver um polo turístico de excelência, centrado em atividades náuticas e de montanha, bem como no turismo de natureza, sempre em respeito pelas melhores práticas ambientais e com o objetivo de impulsionar o desenvolvimento económico e social da região. O objetivo passa por criar um destino de eleição para desportos náuticos, como remo, vela e canoagem em altitude, ao mesmo tempo que proporcionam experiências acessíveis a quem procura momentos de lazer em contacto direto com a natureza.

A Reserva Natural da Serra da Malcata, situada entre os concelhos do Sabugal e de Penamacor, está a consolidar-se como um dos principais exemplos de cogestão ambiental em Portugal. Com uma área de 16.348 hectares, assume atualmente um papel central na valorização do património natural do Interior, graças à gestão partilhada entre entidades locais, regionais e nacionais.

Quem visita este município raiano tem a oportunidade de conhecer as “Cinco Vilas Medievais”. A de Alfaiates partiu de um povoado proto-histórico, tem nome de origem árabe e uma fortificação que foi decisiva na defesa da região durante a Guerra da Restauração e

atingida durante os últimos combates da 3ª invasão francesa, em 1811.

A do Sabugal destaca-se pelo castelo de Cinco Quinas, a ponte que ainda atravessa o Côa, o chafariz localizado no Largo da Fonte e o museu que alberga uma exposição de longa duração dedicada à história da vila histórica.

Num percurso pelas ruas de Sortelha, uma das aldeias históricas de Portugal, é possível apreciar diversas casas, além do castelo, igreja matriz, pelourinho, forno, antiga casa da Câmara, tribunal e prisão. Na parte mais elevada da povoação, encontramos vistas panorâmicas sobre a Cova da Beira e a Serra da Estrela.

Em Vila do Touro, localidade que, outrora, pertenceu aos Templários e à Ordem de Cristo, existe um tabuleiro de jogo gravado num afloramento rochoso, mas, dentro do castelo, encontramos uma boa coleção de outros tabuleiros, ilustrativa do lazer dos habitantes medievais.

Em Vilar Maior, na encosta, junto ao castelo leonês, foi encontrada, nos anos cinquenta, uma espada de bronze, exposta no Museu da Guarda. Também por aqui, um painel de gravuras na rocha ajuda a atestar a antiguidade do povoamento local.

Ao longo do concelho, tem ainda a oportunidade de usufruir de seis baloiços panorâmicos, que são já atrações para moradores e visitantes.



SABUGAL
SURPREENDA OS SENTIDOS

f i y t www.cm-sabugal.pt



ESTAÇÃO NÁUTICA
ALTO CÔA
SABUGAL

ZONAS FLUVIAIS DE LAZER

2025



ALFAIATES

QUADRAZAIS



FÓIOS

MALCATA

PENALOBO



BADAMALOS

RAPOULA DO CÔA

Desfrute
do Rio Côa...



SEIXO DO CÔA

VALE DE ESPINHO



SABUGAL

VALE DAS ÉGUAS



A feira franca mais antiga do país

XXXVI
FESTIVAL FOLCLORE
ACRT



ROUXINOL
FADUNCHO
10 AGOSTO
2º Avecalhos

CALEMA
8 AGOSTO
Mark Guedes

MARIZA
9 AGOSTO
Fucking Bastards

DILLAZ
11 AGOSTO
Dilecio

DAMA
12 AGOSTO
Deeper

FEIRA DE SÃO BARTOLOMEU

8 A 17 AGOSTO 2025

WET BED
GANG
13 AGOSTO
Mayara Azevedo

FERNANDO
DANIEL
15 AGOSTO
Forever 80s

MIGUEL
ARAÚJO
14 AGOSTO
Quim das Remisturas

NÉMANUS
16 AGOSTO
Damin Systems

TIAGO
SILVA
17 AGOSTO

TRANCOSO

www.cm-trancoso.pt | www.facebook.com/cmtrancoso.pt

OS CONCERTOS ESTÃO MARCADOS PARA AS 22H00. A
EXCEÇÃO DOS DIAS 10 E 17 DE AGOSTO, COM O PROGRAMA
DE ANIMAÇÃO A TER INÍCIO PELAS 19H00.

