

## Portogallo – CAMMINO DEI PESCATORI

Trekking lungo l’Oceano seguendo la Rota Vicentina.



### SPECIALE PERCHÈ

- Uno dei Cammini più belli al mondo
- Panorami mozzafiato, alte scogliere e spiagge infinite
- Un viaggio attraverso i 5 sensi immersi nella natura più selvaggia

### AREA DI RILEVANZA NATURALISTICA

- Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina



Il Cammino dei Pescatori (Trilho dos Pescadores in portoghese) è un itinerario escursionistico unico in tutta Europa e annoverato fra uno dei luoghi naturalistici più affascinanti al mondo. Il percorso fa parte di una serie di sentieri che completano la Rota Vicentina, un Cammino suddiviso ufficialmente in 13 tappe, che si snoda prevalentemente lungo l’Oceano Atlantico, nei territori dell’Alentejo e dell’Algarve, con partenza da Sines e arrivo a Lagos. Nel nostro viaggio avremo il piacere di percorrere la prima parte costiera del Cammino, affacciata interamente sull’Oceano, considerata fra le più emozionanti dell’intero percorso. Avremo così l’opportunità di apprezzare alcuni dei territori più belli e incontaminati di tutto il Portogallo costeggiando un’importante riserva naturale, quella del Parque Natural do Sudoeste

Alentejano e Costa Vicentina, ricca di biodiversità e specie autoctone. Non mancheranno inoltre visite a deliziosi paesini di pescatori e soste gastronomiche in cui potersi immergere a pieno nel territorio e nella comunità locale. Un viaggio che si snoda fra l’entroterra e l’Oceano più imponente immersi fra vento, salsedine, il fragore del mare e i silenzi della natura. Sicuramente un viaggio attraverso i cinque sensi che ci regalerà emozioni difficili da dimenticare.



Segnaletica sentieri



Parque Natural do Sudoeste Alentejano



Cammino dei pescatori



Panorami mozzafiato



Dune di terra rossa



Lisbona

---

#### PASTEIS DE BELEM

*Situata nel quartiere di Belém a Lisbona, la Pastéis de Belém è la pasticceria più antica della città. I Pastéis de Nata, ovvero i tortini tradizionali portoghesi, sono preparati seguendo la ricetta originale, ovviamente segretissima. Questa ricetta risale addirittura al 1837, anno di produzione dei primi Pastéis de Belém, secondo un'antica ricetta del Monastero dos Jerónimose.*

*Trattandosi di una ricetta segreta, ancora oggi a prepararli sono pochissime persone. Una volta pronto l'impasto, i cuochi della pasticceria, sistemano la pasta sfoglia in piccoli contenitori, riempiendoli poi con la crema, e infornandoli ad alte temperature.*

*Ma attenzione, se i Pastéis de Nata sono diffusi in tutto il Portogallo, i Pastéis de Belém originali si trovano solo a Lisbona. E pur assomigliandosi, non sono uguali, perché la ricetta originaria è custodita esclusivamente da questa pasticceria.*

*Una vera fortuna dato che fin dal 1837, riscuotono un enorme successo, con una media di 20.000 vendite al giorno. Ma perché sono tanti buoni? Merito della crosta croccante, del profumo di burro, del dolce ripieno a base di uova e zucchero, probabilmente preparato con latte al posto della panna, a differenza del resto del Portogallo. Ma probabilmente la loro bontà è dovuta anche al segreto, che li tinge di gustoso mistero.*

---

## INFORMAZIONI GENERALI

<b>QUANDO</b>	Dal 18 al 25 aprile 2026 (8 giorni /7 notti)												
<b>COME</b>	Viaggio di gruppo con guida Four Seasons (min. 6 max 10 partecipanti)												
<b>GUIDA</b>	Manuel Zucchini ( <i>iscritto nel Registro Italiano Guide Ambientali Escursionistiche</i> ) <i>Vuoi saperne di più sulla guida? Visita il nostro sito, sezione "Le nostre guide", o clicca <a href="#">QUI</a></i>												
<b>COSA FACCIAMO</b>	Escursioni a piedi di difficoltà ; trekking itinerante (con trasporto bagagli incluso) lungo dune, percorsi sabbiosi, passerelle di legno e suggestive scogliere; i sentieri non presentano particolari dislivelli ma si percorreranno lunghi tratti sulle dune che possono rallentare l'andatura. Cammino tra natura, cultura e biodiversità; grande varietà di paesaggi tra spiagge e scogliere; enogastronomia locale. <i>Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando <a href="#">QUI</a></i>												
<b>DOVE DORMIAMO</b>	Hotel, B&B, Guesthouse N.B Il gruppo potrà essere suddiviso in alloggi diversi e le camere potranno essere con letti matrimoniali o separati.												
<b>PASTI INCLUSI</b>	7 prime colazioni.												
<b>PASTI NON INCLUSI</b>	Tutti i pranzi al sacco autogestiti; tutte le cene.												
<b>DIETE, ALLERGIE ED INTOLLERANZE</b>	Al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali allergie, intolleranze o diete specifiche, che sono comunque soggette a riconferma successiva da parte dell'Organizzatore.												
<b>COME SI RAGGIUNGE</b>	<b>VOLO DI LINEA TAP AIR PORTUGAL DA ROMA O MILANO CON BAGAGLIO 23 KG INCLUSO NELLA QUOTA*</b>												
	<b>DA ROMA FIUMICINO</b>												
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 2px;">18.04.2026</td> <td style="padding: 2px;">Roma Fiumicino</td> <td style="padding: 2px;">Lisbona</td> <td style="padding: 2px;">TP835</td> <td style="padding: 2px;">17.40</td> <td style="padding: 2px;">19.50</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">25.04.2026</td> <td style="padding: 2px;">Lisbona</td> <td style="padding: 2px;">Roma Fiumicino</td> <td style="padding: 2px;">TP832</td> <td style="padding: 2px;">08.35</td> <td style="padding: 2px;">12.35</td> </tr> </table>	18.04.2026	Roma Fiumicino	Lisbona	TP835	17.40	19.50	25.04.2026	Lisbona	Roma Fiumicino	TP832	08.35	12.35
18.04.2026	Roma Fiumicino	Lisbona	TP835	17.40	19.50								
25.04.2026	Lisbona	Roma Fiumicino	TP832	08.35	12.35								
	<b>DA MILANO MALPENSA</b>												
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="padding: 2px;">18.04.2026</td> <td style="padding: 2px;">Milano Malpensa</td> <td style="padding: 2px;">Lisbona</td> <td style="padding: 2px;">TP825</td> <td style="padding: 2px;">17.55</td> <td style="padding: 2px;">19.55</td> </tr> <tr> <td style="padding: 2px;">25.04.2026</td> <td style="padding: 2px;">Lisbona</td> <td style="padding: 2px;">Milano Malpensa</td> <td style="padding: 2px;">TP824</td> <td style="padding: 2px;">13.10</td> <td style="padding: 2px;">16.55</td> </tr> </table>	18.04.2026	Milano Malpensa	Lisbona	TP825	17.55	19.55	25.04.2026	Lisbona	Milano Malpensa	TP824	13.10	16.55
18.04.2026	Milano Malpensa	Lisbona	TP825	17.55	19.55								
25.04.2026	Lisbona	Milano Malpensa	TP824	13.10	16.55								
	<i>*Tasse aeroportuali non incluse, pari a € 90,00 (quotazione al 04/11)</i>												
	<b>CON SUPPLEMENTO SU RICHIESTA, POSSIBILITA' DI COLLEGAMENTO AEREO DA ALTRE CITTA' ITALIANE CON COMPAGNIA ITA AIRWAYS</b>												
<b>INIZIO E FINE VIAGGIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• INIZIO VIAGGIO: 18/04 direttamente in aeroporto a Lisbona</li> <li>• FINE VIAGGIO: 25/04 dopo la prima colazione - in hotel a Lisbona</li> </ul>												
<b>DOCUMENTI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Carta di Identità o Passaporto</b> validi per tutta la durata del viaggio. In caso di carta d'identità con validità prorogata si consiglia l'utilizzo del passaporto.</li> <li>• Tessera sanitaria</li> </ul>												
<b>TRASPORTI LOCALI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bus locale da Lisbona a Porto Covo e da Odeceixe a Lisbona</li> <li>• N° 2 trasferimenti locali con taxi privato</li> <li>• Taxi-boat a Vila Nova de Milfontes</li> </ul>												
<b>TRASPORTO BAGAGLI</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trasporto bagagli incluso (1 bagaglio a persona) per tutti i giorni di Cammino, dal 3° al 6° giorno.</li> </ul>												

## PROGRAMMA DI VIAGGIO

### 1° GIORNO

#### ITALIA – LISBONA

Partenza dall'Italia e arrivo a Lisbona. Trasferimento libero in hotel e incontro con la guida. Se il tempo a disposizione lo permetterà, possibilità di una passeggiata serale in centro città. Cena e pernottamento.

### 2° GIORNO

#### LISBONA – PORTO COVO

Questa prima parte della giornata la dedicheremo a una passeggiata esplorativa in questa suggestiva città dai mille contrasti. Visiteremo così il centro storico in compagnia di una guida locale passando per i suoi quartieri più famosi. Durante il percorso scopriremo molte particolarità senza tralasciare i luoghi più emblematici come Piazza del Commercio, la seconda piazza più grande d'Europa, l'elevador di Santa Justa, le botteghe storiche e non solo. Nel pomeriggio trasferimento con bus locale a Porto Covo, delizioso paese di pescatori caratteristico per le sue casette bianche e blu. Breve briefing sul Cammino, cena e pernottamento.

### 3° GIORNO

#### PORTO COVO – VILA NOVA DE MILFONTES | 1° GIORNO DI CAMMINO

Nella giornata di oggi avrà inizio ufficialmente il Cammino dei pescatori che ci porterà alla scoperta di uno dei luoghi più affascinanti e incontaminati dell'intero Portogallo. Già dai primi passi ci meraviglieremo della straordinarietà del cammino: le passerelle di legno, le spiagge immense e gli orizzonti infiniti, renderanno il cammino un susseguirsi di emozioni. Superata la Ilha do Passegueiro, continueremo il nostro percorso lungo dune sterminate e scogliere a picco. La giornata di oggi sarà una fra le più difficili in quanto avverrà quasi interamente su sabbia, ma i panorami che si presenteranno davanti ai nostri occhi, ripagheranno ampiamente tutta la fatica. Arrivo nel tardo pomeriggio nel paese di Vila Nova de Milfontes. Cena e pernottamento.

**Dislivello: 200 m – Lunghezza: 20 km – Durata: 8 ore – Difficoltà:** 

### 4° GIORNO

#### VILA NOVA DE MILFONTES – ALMOGRAVE | 2° GIORNO DI CAMMINO

La nostra seconda giornata inizierà con un breve servizio di traghettamento con una piccola imbarcazione locale che ci permetterà di raggiungere la splendida Praia da Furnas, situata nella sponda opposta del fiume Mira. Da qui, una tappa semplice ma sempre esaltante ci condurrà attraverso campi, pinete e vegetazione selvaggia alla seconda tappa del Cammino: il piccolo borgo di Almograve. Imperdibile, lungo il tragitto, la sosta all'incontaminata Praia do Brejo Largo, una delle spiagge più affascinanti di tutta la Costa Vicentina. Cena e pernottamento.

**Dislivello: 150 m – Lunghezza: 15.5 km – Durata: 5.3 ore – Difficoltà:** 

### 5° GIORNO

#### ALMOGRAVE – ZAMBUJEIRA DO MAR | 3° GIORNO DI CAMMINO

Nella tappa di oggi, dopo aver percorso una suggestiva strada sterrata che costeggia l'oceano, raggiungeremo, con grande emozione, le splendide dune di terra rossa che caratterizzano tutta l'area, in grado di rendere il paesaggio davvero surreale fra mare e deserto. A metà percorso si abbandona l'oceano per attraversare il piccolo paese di Cavaleiro, prima di raggiungere la tappa più esaltante di tutta la giornata: il famoso Cabo Sardão. Luogo estremamente ammirante, in cui poter godere a pieno della tranquillità e del silenzio e dove sarà impossibile non ammirare i particolarissimi nidi di cicogna, costruiti sulle rocce a picco sul mare. Lasciato alle nostre spalle il

---

faro, la strada ci condurrà inizialmente verso il piccolo porticciolo da pesca Portos das Barcas, fino a raggiungere in serata la splendida Zambujera do Mar, giusto in tempo per goderci un indimenticabile tramonto. Cena e pernottamento.

**Dislivello: 200 m – Lunghezza: 22 km – Durata: 7 ore – Difficoltà:** 

#### 6° GIORNO

#### ZAMBUJEIRA DO MAR - ODECEIXE | 4° GIORNO DI CAMMINO

Ed eccoci così giunti alla nostra quarta ed ultima giornata di Cammino. Il paesaggio cambia qui repentinamente rivelando oltre alle consuete dune di sabbia, verdi colline e suggestive scogliere. Dopo aver superato alcune delle più affascinanti spiagge, fra cui la splendida Praia da Amalia, si raggiunge il piccolo villaggio di pescatori di Azenha do Mar, in cui sarà possibile rifocillarsi, prima della ripartenza per gli ultimi meravigliosi chilometri. L'emozione crescerà ancora di più quando si presenterà davanti ai nostri occhi il luogo emblema della fine del cammino: Praia do Odeceixe. Carichi di entusiasmo, continueremo ancora per pochi chilometri fino a raggiungere il paesino di Odeceixe, un borgo, tra i più belli del Portogallo, con un bel mulino in cima alla collina e che separa i due territori della selvaggia Alentejo e della famosa Algarve. Cena e pernottamento.

**Dislivello: 300 m – Lunghezza: 18.5 km – Durata: 7 ore – Difficoltà:** 

#### 7° GIORNO

#### ODECEIXE - LISBONA

In mattinata, trasferimento a Lisbona con bus locale di linea. Nel pomeriggio, con i mezzi, raggiungeremo l'emblematica torre di Belem, posta sulla scenografica sponda del fiume Tagus: uno dei monumenti più rappresentativi della città. Dopodiché esploreremo l'area per ammirare il Monastero dos Jerónimos e per gustare, perché no, qualche prelibatezza locale. Rientro in centro città, cena di arrivederci e pernottamento.

#### 8° GIORNO

#### LISBONA - RIENTRO IN ITALIA

Check-out e trasferimento libero in aeroporto per il rientro in Italia con il volo prenotato. Arrivederci al prossimo viaggio!

---

#### ABBIGLIAMENTO

#### E ATTREZZATURA obbligatoria...

Il percorso è particolarmente esposto al sole, al vento e alle condizioni atmosferiche.

Si raccomanda pertanto di portare con sé un'adeguata protezione per il vento, la pioggia e il sole. Abbigliamento in generale comodo e pratico. Pantaloni lunghi per le escursioni o modulabili da lungo a corto. Scarpe comode per le visite ai monumenti e alle cittadine.

- Zaino per l'escursione giornaliera con copri-zaino
  - Scarponcini leggeri da trekking
  - Giacca a vento goretex
  - K-way antipioggia
  - 3/4 maglie tecniche
  - Biancheria intima, borsa e prodotti per l'igiene personale, sapone di Marsiglia
  - Borraccia, almeno 1.5 lt di acqua a tappa
  - Cappello per il sole, occhiali da sole, costume
  - Scaldacollo, bandana per ripararsi dal sole
  - Consigliato l'utilizzo delle ghette per evitare l'accumulo della sabbia nelle scarpe
  - Sacchetti stagni per proteggere l'equipaggiamento dalla pioggia e dalla sabbia
-

N.B Per consentire il regolare svolgimento del servizio di trasporto bagagli durante i giorni di Cammino, è richiesto un peso massimo del bagaglio di 15 kg. È previsto il trasporto di 1 solo bagaglio per persona. L'eventuale trasporto di colli aggiuntivi richiederà un sovrapprezzo.

*Per altre informazioni generali sull'attrezzatura e sull'abbigliamento clicca [QUI](#)*

<b>... e consigliati</b>	Abbigliamento in generale comodo e pratico. Pantaloni lunghi per le escursioni. Scarpe comode per le visite ai monumenti e alle cittadine. <b>Bastoncini da trekking o da nordic-walking:</b> sempre più diffusi, sono sicuramente utili anche se non indispensabili. Se desiderate portarli con voi, ricordate che in aereo NON possono essere imbarcati in cabina con il bagaglio a mano ma devono essere inseriti nel bagaglio in stiva, altrimenti... rassegnatevi, rischiate di doverli lasciare in aeroporto alla partenza!
--------------------------	--

## QUOTE DI PARTECIPAZIONE

**Quota individuale di partecipazione: € 1.270,00**

(In camera doppia condivisa)

**Supplemento camera singola: € 350,00**

**Sistemazione in singola: sempre su richiesta e a disponibilità limitata.**

### LA QUOTA COMPRENDE:

volo A/R Tap Air Portugal da Roma Fiumicino o Milano Malpensa per Lisbona; franchigia bagaglio 23 kg per persona; pernottamento in hotel/B&B, in camere doppie con servizi privati; tutte le prime colazioni; le tasse di soggiorno; bus locale Lisbona - Porto Covo e Odeceixe – Lisbona; n° 2 trasferimenti locali con taxi privato; visita guidata di Lisbona di mezza giornata; trasporto bagaglio per i 4 giorni di Cammino; taxi-boat a Vila Nova de Milfontes; assistenza di Guida Ambientale Escursionistica per tutta la durata del viaggio.

### LA QUOTA NON COMPRENDE:

spese di apertura pratica (vedi sotto); le tasse aeroportuali (circa € 90,00), i trasferimenti da/per l'aeroporto; i pasti e le bevande; i trasporti quando necessari; quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

**SPESE DI APERTURA PRATICA: € 30,00** obbligatorie, per persona. Comprendono l'assicurazione medico-bagaglio; sono utilizzate anche per finanziare progetti di compensazione delle emissioni di CO<sub>2</sub> derivanti dalla partecipazione ai viaggi

**IMPORTANTE! ANNULLAMENTO VIAGGIO.** In caso di annullamento, fare riferimento alle "Condizioni Generali" del pacchetto di viaggio.

I voli, se non inclusi nella quota di partecipazione, saranno soggetti alle seguenti penali:

- *Voli low cost/charter:* Nessun rimborso dopo l'acquisto
- *Voli di linea:* Penale prevista dalla regola tariffaria
- *Voli da contingente gruppo pre-acquistato:*
  - Fino a 60 giorni: 30%
  - Da 59 a 30 giorni: 50%
  - Da 29 giorni alla partenza: nessun rimborso

**NOTE:** la quota è basata sulla sistemazione in doppia (sistemazione in camera singola su richiesta con supplemento).

Per coloro che viaggiano da soli, richiedono comunque la sistemazione con altro/a partecipante, sarà assegnata la camera doppia in condivisione. Qualora però, a ridosso della partenza, l'abbinamento non si fosse completato, si procederà all'assegnazione della camera singola con relativo supplemento.

**ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO VIAGGIO, CONDIZIONI E GARANZIE PER ANNULLAMENTI.** **Facoltativa**, non inclusa nella quota, ma è possibile stipularla con un **costo del 5% del totale dell'importo assicurato**. Richiedi comunque il preventivo effettivo. L'assicurazione potrà essere stipulata esclusivamente al momento della prenotazione del viaggio.

## PER VIAGGIARE IN TRANQUILLITÀ'



Potrai partire tranquillo per le vacanze e dovrà pensare soltanto a rilassarti e divertirti, grazie alle nostre polizze Nobis Assistance.

### **POLIZZA "TOUR" MEDICO/BAGAGLIO N° 6001004547/F**

Tutti i nostri viaggi includono la **polizza assicurativa Medico/Bagaglio** che garantisce assistenza medica durante il viaggio e copertura assicurativa in caso di ritardata consegna, danneggiamento o smarrimento del bagaglio.

Richiedi l'opuscolo informativo

### **POLIZZA ANNULLAMENTO "TRAVEL" N° 6003000688/W**

Se desideri sentirti al sicuro contro eventuali imprevisti che potrebbero impedire la tua partenza, scegli la nostra **POLIZZA TRAVEL**, con un costo del 5% del totale assicurato. La polizza include anche la copertura in caso di positività al Covid-19

Richiedi l'opuscolo informativo

## PER SAPERNE DI PIÙ

### LA NOSTRA FILOSOFIA

Per rispetto verso la natura, la cultura degli abitanti locali e gli altri partecipanti, preghiamo di mantenere i cellulari spenti durante le escursioni o, in caso di necessità, con la suoneria disattivata o ridotta al minimo, allontanandosi per effettuare telefonate. In onore allo spirito di gruppo, il ritmo di camminata è dato dalle persone più "lente" e per questo il gruppo si fermerà sempre, quando necessario, per attendere eventuali "ritardatari"; ciò non esenta però i più "pigri" a fare del loro meglio per non distaccarsi troppo dal gruppo e rallentare eccessivamente le attività.

*Per altre informazioni generali su come essere più sostenibili clicca [QUI](#)*

### CLIMA

Grazie al clima temperato del Centro-Sud del Portogallo, ogni periodo è favorevole per percorrere il Cammino dei Pescatori. Sconsigliamo il periodo invernale a causa delle temperature che tendono ad abbassarsi fino a 10°C ed il forte vento e frequenti piogge. Si cerca di evitare i mesi di luglio e agosto a causa del caldo torrido e delle temperature molto alte. Da settembre a luglio, possiamo dire che è il periodo migliore. L'itinerario è esposto al sole, le temperature sono sopportabili, miti e ci sono buone possibilità di riuscire a fare il bagno.

### FUSO ORARIO

Un'ora in meno rispetto all'Italia

### LINGUA

Portoghese e Inglese

### MONETA e BANCHE

Euro

### ELETTRICITÀ

Voltaggio di 220 V. Non occorrono adattatori, ma le prese sono dotate di due soli fori e non tre.



<b>TELEFONO</b>	Prefisso internazionale per chiamare dall'Italia +351. Prefisso per chiamare l'Italia +39. Ampia copertura della rete GSM (cellulari) con possibilità di roaming internazionale.
<b>WI-FI</b>	Presente nelle strutture, nelle aree comuni.
<b>SANITÀ</b>	I cittadini italiani, che si recano temporaneamente per turismo in uno Stato membro dell'Unione Europea, possono ricevere le cure mediche necessarie previste dall'assistenza sanitaria pubblica locale se dispongono della Tessera Europea di Assicurazione Malattia (TEAM), la cosiddetta Tessera Sanitaria. La TEAM sostituisce il precedente modello E111 ed è stata distribuita da parte del Ministero competente. Coloro che non l'avessero ancora ricevuta possono rivolgersi alla propria ASL e richiedere il "Certificato sostitutivo provvisorio". <i>NB nel pacchetto di viaggio è inclusa la "Polizza Medico-No Stop" a copertura delle spese mediche (con massimale; dettagli, coperture e limitazioni disponibili presso i ns. uffici o dalla guida).</i>
<b>CUCINA</b>	Il Portogallo offre molto in termini di cibo e piatti tipici grazie all'utilizzo di ingredienti molto semplici che hanno fatto della gastronomia dell'Alentejo una vera sorpresa di sapori. In passato, l'Alentejo era una regione dove si coltivava il grano e nelle grandi pianure branchi di maiali pascolavano liberi fra gli ulivi e le querce da sughero. Per questo motivo, il pane, la carne di maiale e l'olio d'oliva sono diventati la base di una delle cucine più saporite del Portogallo, grazie alla delicata combinazione di erbe aromatiche come il coriandolo, il prezzemolo, il rosmarino, l'origano, la mentuccia o la menta. Protagonista è quindi la carne di maiale seguita dal pesce, in particolare le <i>sarde</i> . Il <i>choco frito</i> , una gigante seppia fritta, un must gastronomico. Nella lista dei dolci, non può mancare il <i>Pastel de Nata</i> , un pasticcino di pasta sfoglia ripieno di crema, cotto al forno e con una glassa caramellata in superficie.
<b>INDIRIZZI E NUMERI UTILI</b>	Numero unico d'emergenza: 112 (valido in tutti i 27 paesi membri della UE)  Ambasciata d'Italia Lgo Conde Pombeiro, 6 1150-100 Lisbona Tel. 00351.213.515.320 Fax 00351.21315.49 26 e-mail: ambasciata.lisbona@esteri.it web: <a href="http://www.amblisbona.esteri.it">www.amblisbona.esteri.it</a>
<b>PER SAPERNE DI PIÙ</b>	<b>Guide:</b> "La Rota Vicentina – Lungo il Sentiero dei pescatori", TERRE DI MEZZO Editore  <b>Internet:</b> <a href="http://www.portogallo.info">http://www.portogallo.info</a> <a href="http://www.rotavicentina.com">http://www.rotavicentina.com</a>  Informazioni sulla sicurezza, scheda del paese e notizie utili: <a href="http://www.viaggiaresicuri.it">www.viaggiaresicuri.it</a> .
<b>METTI UN LIBRO NELLO ZAINO</b>	<b>"Viaggio in Portogallo", José Saramago</b>  <i>"Il viaggio non finisce mai. Solo i viaggiatori finiscono. E anche loro possono prolungarsi in memoria, in ricordo, in narrazione. Quando il viaggiatore si è seduto sulla sabbia della spiaggia e ha detto: "Non c'è altro da vedere", sapeva che non era vero"</i>  Questo Viaggio in Portogallo è una storia. Storia di un viaggiatore all'interno del viaggio da lui compiuto, storia di un viaggio che in sé stesso ha trasportato un viaggiatore, storia di un viaggio e di un viaggiatore riuniti nella fusione ricercata di colui che vede e di quel che è visto... Prenda il lettore le pagine che seguono come sfida e invito. Faccia il proprio viaggio secondo un proprio

progetto, presti minimo ascolto alla facilità degli itinerari comodi e frequentati, accetti di sbagliare strada e di tornare indietro, o, al contrario, perseveri fino a inventare inusuali vie d'uscita verso il mondo. Non potrà fare miglior viaggio." Una "guida" anomala che va oltre la geografia di un paese amato, per addentrarsi nella psicologia di un popolo. Un invito a perdersi, più che a trovare la strada.

**LE LIBRERIE SONO UN PATRIMONIO DELL'UMANITA': OGNI VOLTA CHE UNA LIBRERIA CHIUDE, DIVENTIAMO TUTTI UN PO' PIU' POVERI E PIU' SOLI.**

Fai anche tu un piccolo passo: se ti è possibile, ordina e acquista i tuoi libri presso la tua libreria di fiducia evitando di acquistare on-line.

**GLI ALIENI  
SONO FRA NOI:  
COMBATTIAMOLI  
INSIEME!**



*Four Seasons Natura e Cultura aderisce al progetto Life ASAP – Alien Species Awareness Program (programma di consapevolezza sulle specie aliene).*

**COSA SONO.** Le *specie aliene* sono quelle specie trasportate dall'uomo in modo volontario o accidentale al di fuori della loro area d'origine. Tra gli animali, sicuramente la *zanzara tigre* è il caso più conosciuto di specie aliena invasiva.

Non tutte le specie aliene sono invasive, lo diventano solo quelle che nell'area di introduzione trovano le condizioni ottimali per riprodursi e diffondersi causando danni ecologici, economici e sanitari.

**PERCHÈ COMBATTERLE.** Le *specie aliene* invasive sono una delle principali cause di perdita di biodiversità e sono una minaccia per l'esistenza di moltissime specie autoctone oltre che per la salute umana. L'impatto sociale ed economico delle specie aliene invasive è stimato in oltre 12 miliardi di euro ogni anno nella sola Unione europea. Delle 12.000 specie aliene segnalate oggi in Europa, più di 3.000 sono presenti in Italia, di cui oltre il 15% sono invasive.

**MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA.** I nostri comportamenti sono spesso determinanti e scatenanti il fenomeno, ad esempio quando piantiamo nei nostri giardini piante invasive, rilasciamo una tartarughina in uno stagno o, ancora, trasportiamo inavvertitamente semi o insetti nei nostri bagagli rientrando da un viaggio.

**COSA POSSIAMO FARE A CASA.**

- 1) Se non siamo in grado di mantenere in casa o in giardino i nostri animali alieni, non rilasciamoli né in un parco urbano né tantomeno in natura, piuttosto riportiamoli al negoziante o nelle apposite strutture pubbliche di accoglienza.
- 2) Non piantiamo mai specie aliene vegetali in natura (prati, boschi, stagni, dune, ecc.). Se proprio vogliamo delle piante ornamentali aliene nel nostro giardino facciamo sì che non esista il rischio che possano propagarsi e diffondersi.

**COSA POSSIAMO FARE IN VIAGGIO.** Facciamo attenzione a non acquistare o trasportare volontariamente o involontariamente specie aliene. Prima di tornare a casa, laviamo gli scarponi sotto acqua corrente per eliminare semi, spore o piccoli organismi. Nel dubbio, chiedi alla guida del tuo viaggio maggiori informazioni al riguardo.



## IL TURISMO SOSTENIBILE

### COS'È IL TURISMO SOSTENIBILE?

Il principio fondamentale del turismo sostenibile è lo stesso del più generale sviluppo sostenibile: attingere a risorse del presente, come natura e città d'arte, con tutti i ragionevoli limiti che impone la preoccupazione per il futuro.

Il concetto di turismo sostenibile non aveva riconoscimento istituzionale fino al 1995, anno della prima Conferenza mondiale sul turismo sostenibile tenuta a Lanzarote, nelle isole Canarie, un convegno straordinario con più di seicento relatori provenienti da tutto il mondo.

Al termine della Conferenza, dopo lunghe e accese discussioni, fu redatta la Carta di Lanzarote, che adattava la strategia dello sviluppo sostenibile al mondo del turismo. Oggi considerata una pietra miliare nella storia del turismo sostenibile, individuava 14 punti e conteneva un Piano di Azione del Turismo sostenibile.

### L'ECOTURISMO

La parola "ecoturismo" indica una forma di turismo basato sull'amore e il rispetto della natura. La motivazione più grande dell'ecoturista è l'osservazione e l'apprezzamento della natura e delle forme culturali e tradizionali dei popoli che la abitano.

Tutti siamo consapevoli dell'impatto che i viaggiatori possono avere nelle zone visitate e quindi desideriamo preservarne i valori ambientali e sociali. Con l'ecoturismo è possibile sostenere la protezione di aree naturali anche attraverso la produzione di benefici economici per le comunità locali.

Questo è il vero spirito del viaggio. Potrete immergervi nella realtà locale senza alterarne gli equilibri, ma nello stesso tempo offrendo possibilità di guadagno e di lavoro, incrementerete la coscienza di conservazione degli aspetti naturali e culturali presso la gente del luogo.

### Cosa si propone l'ecoturismo attraverso gli operatori e i viaggiatori?

- **Proteggere l'ambiente** naturale e il patrimonio culturale del luogo.
- **Cooperare con le comunità locali** assicurando dei benefici economici con la presenza dei viaggiatori.
- **Rispettare la natura** e le popolazioni dei luoghi visitati.
- **Conservare flora, fauna e zone protette.**
- **Rispettare l'integrità delle culture locali** e delle loro abitudini.
- **Seguire le leggi e le regole dei paesi** visitati combattendo e scoraggiando l'abusivismo e le forme illegali di turismo (prostituzione e sfruttamento dei minori, acquisto di materiale esotico, etc.).
- **Dare sempre informazione**, anche agli altri turisti, sull'ecoturismo e i suoi principi.

A volte contrattare per qualche dollaro un souvenir può togliere a chi lo vende il minimo di sussistenza, mentre per noi è solo un gioco. Questo è un piccolo esempio per capire che anche un solo gesto può lasciare una traccia profonda sul nostro percorso.



## L'IMPEGNO DI FOUR SEASONS NATURA E CULTURA PER LA SOSTENIBILITÀ

Dal 1993 in Italia promuoviamo la cultura del turismo green e consapevole.  
Da sempre impegnati nella diffusione del viaggio autentico guidati dalla  
passione per la natura, da vivere insieme e in sicurezza.

### I nostri viaggi sono da sempre gestiti in modo responsabile e sostenibile

- **Abbiamo sempre creduto in quattro semplici principi guida:**
  - » che le comunità locali debbano beneficiare della nostra visita
  - » che ogni destinazione è prima di tutto la casa di qualcun altro
  - » che dovremmo lasciare i posti come vorremmo trovarli
  - » che viaggiare debba arricchire emotivamente e culturalmente
- **Siamo soci di AITR, l'Associazione Italiana Turismo Responsabile, e ne applichiamo e diffondiamo i criteri ai nostri partecipanti durante i viaggi:** [www.AITR.org](http://wwwAITR.org)
- **Siamo membri attivi della rete italiana ACTIVE ITALY, rete di imprese per un turismo attivo e sostenibile:** [www.activeitaly.eu](http://www.activeitaly.eu)
- **Prepariamo tutti i nostri viaggi seguendo le linee guida delle carte di qualità degli organismi** a cui aderiamo e ne applichiamo il più possibile i principi fondanti e inoltre:
  - » includiamo sempre un'esperienza educativa e di interpretazione;
  - » prevediamo un comportamento responsabile da parte dei partecipanti;
  - » organizziamo i viaggi in modo artigianale su piccola scala e per piccoli gruppi;
  - » usiamo il più possibile strutture ricettive e servizi gestiti da locali e non appartenenti a catene o network internazionali.

- **Compensiamo la CO<sub>2</sub> prodotta dai nostri viaggi grazie a Climate Care**



### Tutti i nostri viaggi sono a “zero CO<sub>2</sub>”

Four Seasons Natura e Cultura attraverso Climate Care aiuta a ridurre l'emissione di gas serra finanziando progetti trasparenti di compensazione del CO<sub>2</sub> emesso dai trasporti dei nostri viaggi!

Four Seasons Natura e Cultura utilizza una parte delle quote di partecipazione per compensare l'impatto sul clima causato dal viaggio dei propri partecipanti, tramite il finanziamento di iniziative di abbattimento delle emissioni di CO<sub>2</sub>.

Queste riduzioni sono fatte attraverso una serie di progetti trasparenti e contributi in tecnologie di energia sostenibili che non sono efficaci solo contro il cambio del clima ma possono portare anche estesi benefici alle comunità di tutto il mondo.

Calcola e compensa autonomamente emissioni provenienti dal volo aereo, dai viaggi in macchina e dall'uso di energia in genere durante il viaggio.

Per saperne di più sui progetti, visita [www.climatecare.org](http://www.climatecare.org) o contatta Four Seasons Natura e Cultura.



Le nostre guide sono iscritte ad AIGAE, Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche. Un marchio di qualità che garantisce professionalità, passione, competenza e sicurezza.



Four Seasons Natura e Cultura è socio di AITR, Associazione Italiana Turismo Responsabile, di cui condivide i principi che applica a tutti i propri viaggi.



THE CODE  
Organizzazione mondiale  
contro il turismo sessuale  
e l'abuso sui minori



FIAVET, Associazione  
Italiana Agenti di Viaggio,  
aderendo al Fondo di  
Garanzia delle Imprese  
Turistiche



Four Seasons Natura  
e Cultura è socia di  
Interpret Europe



rete italiana di imprese per un turismo attivo e sostenibile

