

---

## Centro de Portugal

---

### AU SUJET DE



### Centro de Portugal

L'arrière-pays est composé de massifs montagneux et de villages de granit et de schiste. En bord de mer se trouvent des localités de pêcheurs et des plages cosmopolites, où les sports nautiques rythment les journées. Et un peu partout, le patrimoine millénaire raconte avec fierté l'histoire de la région.

Certains de ces lieux ont une telle importance pour l'humanité qu'ils sont désormais inscrits sur la liste du patrimoine mondial de l'UNESCO. C'est notamment le cas des monastères d'Alcobaça et de Batalha, du couvent du Christ à Tomar et de l'université de Coimbra.

Mais il y a d'autres caractéristiques uniques qu'il vaut la peine de découvrir. Par exemple, les villages historiques et les châteaux qui défendirent les frontières de la nation portugaise ; les villages du schiste et les petites villes aux maisons blanches, comme Óbidos, véritable trésor dans un écrin de murailles. Et sans oublier les villes où la modernité s'allie à la tradition - Coimbra et ses étudiants, Aveiro, entre la Ria et la mer, ainsi que Viseu, Guarda et Castelo Branco, où l'architecture en pierre a su garder les traits d'un passé immémorial.

Parmi les montagnes, à noter la Serra da Estrela, le plus haut massif du Portugal continental, avec des paysages à perte de vue et des lacs glaciaires. Ou les Serras de Lousã, d'Açor et de Caramulo, où les sentiers de randonnée pédestre et à vélo ouvrent le chemin de la découverte de la nature. Mais vous pouvez aussi y essayer l'escalade, le rappel, le rafting ou le canoë, comme dans le Géoparc Naturtejo, territoire protégé où vivent différentes espèces d'oiseaux et d'animaux.

Les eaux cristallines qui jaillissent des sources thermales équilibrent le corps et l'âme. Et les plages ! Fluviales et entourées de forêts ou maritimes sur le littoral atlantique, elles vous assureront des moments de fraîcheur dans la chaleur des journées estivales. Ce sont aussi des spots que les surfeurs de monde entier connaissent bien, puisqu'ils y trouvent des vagues parfaites à Peniche et même gigantesques à Nazaré.

Pour satisfaire votre appétit, il y a des saveurs pour tous les goûts. Les fromages et la charcuterie, les « caldeiradas » (matelotes) de poisson et le « leitão assado » (cochon de lait rôti) ou le miel et les pâtisseries conventuelles. Quant aux vins des régions délimitées, ils vont vous rafraîchir de façon remarquable. Ils sont tous le produit du savoir des habitants du terroir, au caractère authentique et hospitalier et qui ont l'art de recevoir les visiteurs avec ce qu'ils ont de meilleur.

Agência Regional de Promoção Turística Centro de Portugal  
E-mail [info@visitcentrodeportugal.com.pt](mailto:info@visitcentrodeportugal.com.pt)  
Website <http://www.visitcentro.com>

**EN SAVOIR PLUS**

Agência Regional de Promoção Turística Centro de Portugal

Tel +351 232 432 032 / Fax +351 232 432 030

E-mail [info@centerofportugal.com](mailto:info@centerofportugal.com)

Website <http://www.centerofportugal.com/pt/>

Facebook <http://www.facebook.com/Centro.de.Portugal.Fans>

Twitter <http://twitter.com/AboutCentro>

Pinterest <http://pinterest.com/centroportugal>

Instagram <https://www.instagram.com/centrodeportugal/>