En longeant la côte de la région Centro de Portugal

AU SUJET DE

Photo: Turismo Centro de Portugal

En longeant la côte de la région Centro de Portugal

D’immenses plages limitées par des coteaux protégés par des dunes et des pinèdes, avec du sable fin et blanc et une mer agitée, d'un bleu intense... tel est le décor du littoral de la région Centre du Portugal. Des images d'une grande beauté que vous pouvez découvrir en longeant la côte, de Figueira da Foz jusqu'à Esmoriz.

De Figueira à Mira

Joyeuse, pleine de vie et d'animation, Figueira da Foz est l'une des principales stations balnéaires. Elle n'est pas seulement connue pour son immense plage où l'on peut jouer au football, au volley et pratiquer d'innombrables activités, mais aussi pour son casino inauguré à la fin du XIXe siècle, époque où l'aristocratie fréquentait assidûment ses salons élégants. Aujourd'hui, elle accueille de nombreuses épreuves sportives, allant du surf au motonautisme, de la voile au rugby de plage, gardant toujours son caractère cosmopolite. Que ce soit en été ou en hiver, des cyclistes et des patineurs sont toujours présents sur la route du bord de mer, qui mène à la plage de Buarcos, protégée des vents du nord par le Cap Mondego.

En suivant la route forestière, vous arrivez à une autre plage - Quiaios, un charmant village avec des petites maisons. Au nord se trouvent les lagunes Lagoa da Vela et Lagoa das Braças, zone de pique-nique et d'observation des oiseaux aquatiques. Un peu plus haut, vous avez la plage de Tocha. Vous pouvez encore y admirer l’art de la construction des anciens « palheiros », petites maisons en bois soutenues par des piliers en pin, construites par les pêcheurs à l'aide de bois provenant des forêts de la région. Elles servaient à garder leurs instruments et un grand nombre d'entre elles sont aujourd'hui des maisons de vacances. Le sable doré s'étend jusqu'à Praia de Palheirão, plage sauvage et presque déserte, un morceau de nature intacte entouré d'une pinède.

La route forestière vous mène jusqu'à Praia de Mira, petit village de pêcheurs jusqu'à la première moitié du XXe siècle. Là tout comme à Praia da Vagueira, se pratique encore la pêche à la senne de plage, où les bateaux colorés utilisent la technique traditionnelle de la pêche au chalut, même si aujourd'hui ce sont les tracteurs qui tirent les filets sur le sable, remplaçant ainsi les attelages de boeufs qui, jadis, accomplissaient cette tâche.

À proximité d'Aveiro

Sur la plage de Costa Nova, les « palheiros », ces cabanes pittoresques construites en bois et revêtues de rayures de couleurs vives, forment une image de carte postale que tout le monde souhaite garder. Praia da Barra dotée d'un phare centenaire, le plus grand du pays, marque le point de rencontre entre la ria et l'océan, à la fin d'une langue de terre qui démarre plus au sud, à plusieurs kilomètres de là, à Areão. Bien qu'elle soit plutôt située dans l'arrière-pays, près d'un des bras de la ria, Ílhavo est une ville liée à la mer, dont les habitants ont joué un rôle important pour la

2013 Turismo de Portugal. Tous droits réservés.
info@visitportugal.com

pêche à la morue dans les mers gelées de Terre Neuve. La mémoire de cette histoire séculaire est bien représentée au musée maritime d'Ilhavo et dans la gastronomie locale.

Dans une image unique de communion entre la terre et la mer, Aveiro est envahie par la ria dont les bras s'étendent au milieu des maisons et forment de nombreux canaux. En traversant la ria en bateau, vous arrivez rapidement à la réserve naturelle des dunes de São Jacinto, une vaste zone qui longe la côte. En parfait état de conservation, c'est un endroit privilégié pour observer la nature, surtout les oiseaux aquatiques qui s'y abritent et y nichent, avec en plus une autre grande attraction - la Praia de São Jacinto, plage de sable presque sauvage qui s'étend à perte de vue.

De Torreira à Esmoriz
Au nord, Praia da Torreira s'insère aussi dans le cordon littoral qui sépare la ria de la mer, une étendue de sable ininterrompue qui s'étend sur 25 kilomètres, à partir de Praia de São Jacinto jusqu'à Praia do Furadouro. Les amateurs de plage et de sports nautiques n'ont que l'embarras du choix : d'un côté, la mer agitée, excellente pour pratiquer le surf et de l'autre, les eaux de la ria, plus tranquilles, idéales pour la voile ou la planche à voile.

Ovar, située à quelques kilomètres dans l'arrière-pays, vaut le détour pour son célèbre « pão-de-ló » (sorte de biscuit de Savoie), qui complète à la perfection la gastronomie régionale, dans laquelle le poisson est roi. Dans cet ensemble de plages qui comprend aussi, au nord, celles de Cortegaça et d'Esmoriz, les traditions de la pêche artisanale sont conservées, transformées à table en mets délicieux, comme les anguilles en escabèche ou en « caldeirada » (matelote) et bien d'autres façons de déguster du poisson frais. Une occasion à ne pas manquer lors d'une promenade sur le littoral.

À ne pas manquer

> faire du sport sur la plage de Figueira da Foz

> déguster du poisson grillé sur une terrasse au bord de la mer

> faire une promenade en « moliceiro » (bateau typique) sur la ria d'Aveiro

> observer les oiseaux aquatiques dans la réserve naturelle des dunes de São Jacinto

> assister au retour des bateaux de pêche sur les plages de Mira ou de Vagueira

> goûter le « pão-de-ló » d'Ovar (sorte de biscuit de Savoie)

2013 Turismo de Portugal. Tous droits réservés.
info@visitportugal.com