

## Sugestões

### Alentejo

#### Castro Verde

##### Reservas da Biosfera

**Em Portugal encontram-se 12 áreas classificadas pela UNESCO como Reservas da Biosfera onde a conservação da diversidade biológica e cultural é conciliada com o desenvolvimento económico e social, mantendo o equilíbrio entre as pessoas e a natureza.**

Estes 12 espaços naturais fazem parte da **Rede mundial de Reservas da Biosfera** e são como laboratórios vivos, tendo por objetivos principais a conservação das paisagens, dos ecossistemas e das espécies bem como o seu desenvolvimento de uma forma sustentável a nível social, económico, cultural e ecológico.



No Norte de Portugal, encontram-se duas Reservas da Biosfera divididas pelas fronteiras geográficas, mas unidas pelas características da natureza e pela cultura: a **Reserva da Biosfera Transfronteiriça do Gerês-Xurés** cuja área em Portugal corresponde ao nosso único Parque Nacional que possui uma enorme riqueza de fauna e flora e a **Reserva da Biosfera Transfronteiriça da Meseta Ibérica**, no extremo nordeste do país que inclui os Parques Naturais de Montesinho e do Douro Internacional e a Paisagem Protegida da Albufeira do Azibo.



A primeira a ser classificada em Portugal, foi a **Reserva Natural do Paul do Boquilobo**, uma planície aluvial de pântanos e

zonas húmidas muito procurada por diversas espécies de aves em que se destacam as garças brancas. Ainda no Centro de Portugal, encontram-se mais duas Reservas da Biosfera - a **Reserva Natural das Berlengas**, um pequeno arquipélago em estado quase selvagem e a **Reserva Transfronteiriça do Tejo Internacional**, um espaço que se distribui pelas duas margens deste grande rio que marca a fronteira entre Portugal e Espanha, e que em território nacional coincide com a área do Parque Natural do Tejo Internacional. Mais a sul, nas extensas planícies do Baixo Alentejo, a **Reserva da Biosfera de Castro Verde** é um mosaico de sistemas ecológicos, ricos em habitats e espécies, em que se destaca uma grande variedade espécies de aves.



Reserva Natural do Paúl do Boquilobo - © ICNF

Quatro das nove ilhas do arquipélago dos Açores são Reservas da Biosfera, uma classificação que inclui também as zonas marinhas envolventes. No grupo ocidental, a **Ilha do Corvo** é procurada por uma grande diversidade de aves migratórias e possui um elevado número de endemismos de flora, tal como a vizinha **Ilha das Flores** em que o elemento água é marcante com as suas cascatas e ribeiras a enquadrarem paisagens deslumbrantes. Já no grupo central, integram esta rede a **Ilha Graciosa** que possui um conjunto de ilhéus com importantes colónias de aves marinhas e a Ilha de São Jorge com a designação **Reserva da Biosfera das Fajãs de São Jorge** pelas suas mais de 70 fajãs que tiveram origem em desabamentos de terras ou lava que se estenderam até ao mar.



Ilha de São Jorge (Açores) - © Portugal

No arquipélago da Madeira, a **Reserva da Biosfera de Santana** abrange toda a área do concelho, caracterizada pela sua riqueza florística inserida na Floresta Laurissilva, bem como a zona marinha envolvente, em que se destaca a Reserva Marinha da Rocha do Navio. A mais recente inserção portuguesa nesta rede mundial é a **Reserva da Biosfera da Ilha de Porto Santo** que possui paisagens consideradas únicas, com destaque para a imensidão da sua praia, a sua ruralidade, os seus ilhéus e o mar envolvente.

## Açores

### Ilha de São Jorge

#### Pico, Faial e São Jorge - as “Ilhas Triângulo”

**Todo o arquipélago dos Açores é belo e merecedor de uma visita, mas devido à proximidade, Pico, Faial e São Jorge formam o chamado “Triângulo” do Grupo Central do arquipélago que incitam a que se atravesse o mar para conhecer a vizinhança.**

O Triângulo: o Faial em primeiro plano, ao fundo à direita o Pico e à esquerda, alongando-se entre o mar e o céu... São Jorge.

**Nenhuma destas três ilhas é semelhante à outra, cada uma tem uma especificidade única, mas todas se completam.** A proximidade entre elas, bem como as numerosas ligações marítimas existentes, faz deste “Triângulo” um destino fascinante e surpreendente.

A **interligação marítima** é assegurada pela empresa **Atlanticoline** numa operação que se estende ao longo do ano. A frequência das partidas aumenta consoante os meses do ano. O canal entre a Horta (Faial) e a Madalena (Pico) leva cerca de 30 minutos a fazer-se e é servido por 4 a 6 ligações diárias. Um percurso alternativo permite a navegação entre a Horta e as Velas (São Jorge), com escala em São Roque (Pico). Utilizar estes barcos de carreira é **um modo fácil e económico de viajar entre as ilhas** e tem como **bónus admirar vistas alternativas e espetaculares, podendo por vezes avistar golfinhos.**

Durante os meses **de maio a setembro**, os portos do “triângulo” recebem a visita do **Express Santorini**, operado pela Atlanticoline, barco equipado com camarotes que assegura a longa rota que passa por oito ilhas dos Açores, de Santa Maria às Flores. A **possibilidade de transporte de viaturas** – desde automóveis de diversas classes até aos reboques, moto 4x4, jetski e bicicletas –, **faz deste cruzeiro uma excelente opção de transitar comodamente entre os grupos Ocidental, Central e Oriental.**

O **Faial** é uma das paragens obrigatórias na visita ao grupo central, com o seu **vulcão dos Capelinhos**, a sua magnífica **Caldeira** coberta de vários tons de verde, os seus campos de pastagens rodeados de hortênsias azuis e as praias de mar calmo. Merece especial destaque, a cidade da **Horta** em anfiteatro para as baías, onde se situa a **marina** mais conhecida internacionalmente por marinheiros de todo o mundo e a vista imponente da montanha do Pico. E ainda a não perder, os passeios de barco para a **observação de cetáceos.**

Do outro lado do canal, está a **ilha do Pico** e a sua **majestosa montanha** que no interior conserva longas e preservadas grutas vulcânicas. Nos seus campos de lava estende-se um reticulado único de muros entre os quais nasce a **vinha**, que foram considerados **paisagem património mundial** e onde se produz o **famoso vinho verde** que podemos degustar nas suas adegas. De destacar ainda as vistas para as ilhas de São Jorge e do Faial e a **observação de cetáceos.** Tudo isto torna esta ilha única no equilíbrio quase perfeito entre a terra agreste e o engenho da sobrevivência que permitiu uma cultura singular.

**São Jorge** é uma ilha estreita, que tem uma cordilheira ao centro e diversas particularidades como as **fajãs** – pequenas planícies que se prolongam pelo mar, formadas por abatimentos da falésia e muitas vezes só acessíveis através de trilhos pedestres que atravessam uma natureza encantada. De destacar

#### São Jorge: a ilha das fajãs

**São Jorge é a ilha das arribas, falésias e fajãs, uma das mais verdes do arquipélago dos Açores e o local perfeito para umas férias em contacto com a natureza e o mar.**

Esta ilha com 54 quilómetros de comprimento e 6,9 quilómetros de largura máxima está integrada no **Grupo Central** e é um dos vértices das chamadas **“ilhas do triângulo”**, em conjunto com o Faial e o Pico, do qual dista 18,5 km.

Paisagisticamente salta à vista o contraste da **cordilheira central que atravessa a ilha em quase todo o comprimento**, com a escarpada e recortada costa, salpicada pelas típicas fajãs que se estendem mar adentro. As **fajãs** são **pequenas planícies que tiveram origem em desabamentos de terras ou lava e nesta ilha existem mais de 40**, daí ser muitas vezes apelidada por **ilha das fajãs**. Nalguns casos apenas existe acesso pedestre, por isso os trilhos são uma das melhores formas de a descobrir, existindo caminhos adequados a várias condições físicas e acompanhamento especializado.

Da **Fajã da Caldeira do Santo Cristo**, a mais **famosa** pelas suas saborosas **amêijoas**, à **Fajã dos Cubres**, com uma cristalina **lagoa**, e à **Fajã do Ouvidor** com as suas **piscinas naturais**, passear pela ilha de São Jorge é admirar o terreno parcelado para a agricultura de subsistência, as casas de pedra com janelas de três guilhotinas, cascatas e os curiosos cabos de aço para transporte da lenha até às planícies costeiras.

Completando toda esta deslumbrante paisagem costeira, estão ainda o **Ilhéu dos Rosais** e, ao largo da ponta oriental da ilha, o **Ilhéu do Topo**, centro de nidificação de muitas aves marinhas e de bons exemplares da flora endémica dos Açores. São razões que, aliadas à vertente paisagística, levaram à sua classificação como **Reserva Natural.**

No planalto central da ilha, a 1.053 m de altitude, encontramos o **ponto mais alto** de São Jorge, o **Pico da Esperança**, de onde podemos avistar inesquecíveis panorâmicas sobre a própria ilha, de perto vigiada pelo Pico, Graciosa, Terceira e Faial. É nesta zona mais alta, numa área que se estende desde o Pico do Areeiro ao Pico das Caldeirinhas, passando pelos Picos da Esperança e do Carvão e pelo Morro Pelado, que pela presença de uma vegetação endémica de grande valor botânico e científico, foram criadas **três Reservas Florestais Naturais**, que adotaram o nome daqueles quatro Picos.

Os vários **miradouros** disseminados pela ilha, como por exemplo o da Ribeira do Almeida, Fajã das Almas, das Urzes, Fajã dos Cubres e do Norte Pequeno, **permitem vistas de indiscutível beleza.**

São Jorge divide a sua área por **2 concelhos**, as Vilas da Calheta e das **Velas**. Na Vila das Velas, o **Portão de Mar** acolhe os viajantes dos barcos que atracam no porto, encaminhando-os para a praça central da vila, onde se podem visitar a **Igreja Matriz de São Jorge**, com o **Museu de Arte Sacra** anexo, e os **Paços do Concelho.**

Ao passar pela **Urzelina** o olhar fixa-se numa torre de igreja

ainda o seu **queijo, único e famoso**, que chega a pesar 12 quilos, as colchas de ponto alto feitas num tear de madeira, uma **caldeira com amêijoas** e uma **onda mítica**.

**Toda esta exuberância faz destas três ilhas de beleza impar, um destino de férias único e sublime!**

#### Informações Úteis

##### Ligações marítimas:

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

##### Ligações aéreas:

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

[www.flytap.com](http://www.flytap.com)

##### Mais informações sobre as ilhas:

- Faial:

[www.visitazores.com/Faial](http://www.visitazores.com/Faial)

-Pico:

[www.visitazores.com/Pico](http://www.visitazores.com/Pico)

-São Jorge:

[www.visitazores.com/São\\_Jorge](http://www.visitazores.com/São_Jorge)

isolada no meio da paisagem, quase totalmente rodeada por rochas negras. Trata-se do único vestígio da construção original que foi soterrada pela erupção vulcânica de 1808. Em **Manadas**, de destacar um dos mais interessantes exemplos da arquitetura barroca nos Açores, a **igreja de Santa Bárbara** (do século XVIII), com fachada branca e negra e um rico interior. A **Calheta** e o **Topo** são pitorescos portos onde sobressaem casas e igrejas seculares com histórias para contar, como a **Igreja de Santa Catarina**, o **Museu de São Jorge** e a **igreja de Nossa Senhora do Rosário**.

As **colchas de ponto alto** continuam a ser manufaturadas em teares de madeira e as artesãs podem ser encontradas a trabalhar na Fajã dos Vimes. A cooperativa de artesanato da Ribeira de Nabo funciona como mostruário destas colchas, também conhecidas por **“mantas de São Jorge”**.

#### Festividades

Tal como nas restantes ilhas, também em São Jorge as Festas do Espírito Santo têm tradição entre a população e decorrem entre maio e setembro. A festa dedicada ao santo que deu nome à ilha, São Jorge, decorre no concelho das Velas por volta do dia 23 de abril, incluindo uma procissão, espetáculos musicais e exposições. A Semana Cultural das Velas anima São Jorge e restantes “ilhas do triângulo” durante o mês de julho. O programa é composto por diversas atividades como eventos náuticos, espetáculos musicais e feira gastronómica. Ainda no mesmo mês, a vila da Calheta apresenta um Festival de Julho repleto de desfiles etnográficos, música popular, provas desportivas e exposições. Na ilha também se realizam as romarias, as quais decorrem nas várias fajãs e constituem verdadeiras ocasiões em que a devoção religiosa e os arraiais populares convivem de mão dadas.

#### Atividades

São Jorge tem excelentes condições naturais para a prática de atividades marítimas como mergulho, observação de cetáceos, pesca, vela ou caiaque. No entanto, um dos maiores atrativos são as ondas da Fajã da Caldeira de Santo Cristo: a onda constante e regular que se forma sobre a bancada de pedra é classificada por profissionais e amadores como absolutamente extraordinária para a prática do surf. Em terra, o relevo da ilha é perfeito para os passeios pedestres ou circuitos de BTT inesquecíveis. A escalada desportiva, com base na Urzelina, o canyoning ou a exploração dos algares do Montoso e das Bocas do Fogo, os quais, com 140 e 120 metros de profundidade, respetivamente, constituem outro bom desafio para amadores e especialistas.

#### Gastronomia

Com fama internacional e paladar único, o Queijo da Ilha de São Jorge é provavelmente um dos produtos gastronómicos mais conhecidos dos Açores. Situada na Beira, a União de Cooperativas Agrícolas e Lacticínios de São Jorge, funciona como casa dos processos de cura, classificação e certificação do queijo produzido na ilha. A Denominação de Origem só é atribuída aos exemplares cumpridores dos ingredientes e métodos tradicionais. Julga-se que a produção de queijo de leite de vaca remonte às influências dos flamengos que povoavam o Topo. O Queijo da Ilha de São Jorge, de pasta semi-mole ou dura, tem um ligeiro travo a picante, apresenta-se em forma redonda e pesa 7 a 12 quilogramas, sendo usualmente cortado em cunhas. Nascidas e criadas espontaneamente na Reserva Natural e Área Ecológica Especial da Caldeira de Santo Cristo, as amêijoas são outra maravilha gastronómica de São Jorge. O microclima de algumas fajãs permitiu o aparecimento de especificidades agrícolas, como uma plantação de cafezeiros, caso raro na Europa: na Fajã dos Vimes pode apreciar-se um café de paladar e aroma intenso, feito com grãos colhidos

localmente. É um possível complemento, tal como a aguardente de canela, para a doçaria da ilha, onde coscorões, rosquilhas e bolos de coalhada são receitas tradicionais.

#### **Informações Úteis**

Sobre o Queijo de São Jorge consulte a União das Cooperativas Agrícolas de Lacticínios de S. Jorge, UCRL:-  
[www.portais.ws/uniqueijo](http://www.portais.ws/uniqueijo)- [www.lactacores.pt](http://www.lactacores.pt)

#### **Como Chegar**

Por via aérea com a “Sata-Air Açores”, que efetua voos diários para esta ilha normalmente a partir dos aeroportos de Ponta Delgada e Lajes na Ilha Terceira. O tempo médio de voo, a partir da Terceira, é de 30 minutos. Para mais informações: [www.sata.pt](http://www.sata.pt) Por via marítima, há ligações regulares a partir das ilhas: Faial (1.15h de viagem com escala em S. Roque do Pico e Madalena), Pico (30 minutos de viagem) e Terceira (2h e 30 minutos de viagem). A duração das viagens depende da transportadora que utilizar. Para mais informações: [www.atlanticoline.pt](http://www.atlanticoline.pt)