

---

# Lisboa - Itinerário Acessível

---

## SOBRE



Foto: João Paulo

### Lisboa - Itinerário Acessível

Conhecida como a cidade das sete colinas, **Lisboa** tem vindo a tornar-se cada vez mais acessível pela eliminação de barreiras arquitetónicas e desníveis. Através da introdução de novos pavimentos, rampas e sinalização adequada têm sido criadas condições para facilitar a deslocação de pessoas com dificuldades de mobilidade e tornar possível que todos possam usufruir dos espaços públicos, deslocando-se autonomamente.

Sugerimos-lhe **três itinerários** para conhecer as zonas mais emblemáticas de forma autónoma: **Belém**, um bairro monumental que foi o porto de partida de naus e caravelas para a epopeia marítima dos Descobrimentos, um passeio entre o **Bairro Alto** e o **Castelo de São Jorge**, o centro nevrálgico de Lisboa onde vai encontrar maior animação, e o **Parque das Nações**, um espaço moderno requalificado para a Exposição Universal de 1998 que celebrou os feitos dos grandes navegadores portugueses dos séculos XV e XVI.



Photo Ponte 25 de Abril - Lisboa © Turismo de Lisboa

**Para seguir estes percursos consulte os respetivos separadores** (ao cimo deste texto), onde vai encontrar informações detalhadas sobre cada um deles e mapas que poderão servir de apoio à sua visita.

Para se deslocar entre as várias áreas pode contar com uma rede de **transportes públicos** que assegura as ligações na região. No interior da cidade a Carris, a empresa que gere os autocarros e elétricos, disponibiliza transportes adaptados, tal como o Metro, embora neste caso nem todas as estações sejam acessíveis. Já em relação aos comboios da CP, em algumas das ligações é possível a utilização autónoma e noutras será necessário pedir apoio com antecedência. O transporte em táxi é uma alternativa que pode ser considerada, existindo diversas empresas que disponibilizam veículos adaptados. Para informações detalhadas sobre os transportes públicos em Lisboa consulte por favor o separador “**Informações úteis**”.

## BELÉM



Nos séculos XV e XVI foi daqui que partiram as naus e caravelas que descobriram terras distantes noutros continentes. Testemunhos dessa época são dois dos monumentos que aqui pode visitar, classificados património mundial pela UNESCO – Mosteiro dos Jerónimos e Torre de Belém. Mas há muito mais para conhecer neste bairro de zonas ajardinadas à beira-rio tão agradável para passear.

---

Acompanhe este itinerário com o mapa

Belém é uma zona plana, com pavimento regular, na sua maior parte em bom estado de conservação o que torna as deslocações mais fáceis e seguras para todos. Sugerimos que comece este passeio no Museu dos Coches (10) que apresenta uma coleção única no mundo num edifício recente e totalmente acessível.

Photo © Museu Nacional dos Coches

O percurso prossegue pela Rua de Belém onde será necessário circular com mais cuidado, especialmente pelo pavimento dos atravessamentos que em alguns locais está um pouco degradado, como pela presença das linhas do elétrico que dificultam a estabilidade. Nos passeios existem alguns obstáculos devido às muitas lojas e restaurantes desta zona, o que pode tornar necessário circular pela via destinada aos veículos. A maioria desses espaços comerciais não têm entradas acessíveis, no entanto muitos dos restaurantes possuem esplanadas na área pedonal virada para o Jardim, uma excelente opção para as refeições. As passeadeiras, que na sua maioria estão rebaixadas, têm por vezes um desnível de dois ou três centímetros que poderão implicar algum esforço adicional.

O Jardim Botânico Tropical (7), um dos maiores espaços verdes da cidade, é o próximo ponto de visita antes de conhecer o Mosteiro dos Jerónimos (6) situado do outro lado da estrada. Este belíssimo monumento é o expoente do estilo manuelino e para que todos tirem o máximo partido da visita possui um percurso tátil, material comunicacional em Braille e equipamento áudio de apoio. A circulação no piso térreo faz-se por espaços amplos e sem barreiras, permitindo conhecer os seus espaços mais emblemáticos como a Igreja e o Claustro. Situado no extremo oeste deste edifício, o Museu de Marinha (5) oferece condições semelhantes para que todos apreciem a sua coleção que inclui muitos instrumentos náuticos e réplicas das caravelas da época dos Descobrimentos.

Photo: Praça do Império - Mosteiro dos Jerónimos © Arquivo Turismo de Portugal

Na Praça do Império (8) recomenda-se também um passeio pelo jardim que possui um pavimento regular, em alcatrão e terra batida embora com algumas áreas de acentuada trepidação. O seu ex-libris é a fonte monumental que à noite é iluminada em diversas cores. Ainda nesta Praça é imprescindível visitar o Centro Cultural de Belém (4) que se destaca pela sua modernidade, sendo um espaço totalmente acessível que alberga o Museu Berardo, várias esplanadas e possui um vasto programa de espetáculos e exposições.

O itinerário continua do outro lado da linha de comboio, mas como não existem travessias acessíveis entre a Avenida da Índia e a Avenida Brasília mais próxima do rio (todas possuem escadarias) será necessário recorrer aos meios de transporte para fazer esta ligação.

Do outro lado da linha pode visitar o Museu do Combatente (1), que possui espaços amplos onde é fácil circular, excetuando-se as muralhas e os pisos superiores cujo acesso se faz por escadas. Nas imediações, situa-se o amplo Jardim da Torre de Belém (3), um espaço de lazer muito apreciado onde se encontra uma maquete da própria Torre bem a sua descrição em Braille para que todos possam ter uma ideia clara deste monumento que é património mundial, mas que pela sua arquitetura tem um acesso difícil para pessoas com mobilidade reduzida.

Photo: Padrão dos Descobrimentos - Torre de Belém © Arquivo Turismo de Portugal

O Padrão dos Descobrimentos (9) é outra das principais atrações desta área que no entanto devido às escadarias na entrada e no acesso ao terraço impossibilita o acesso a pessoas em cadeira de rodas. No entanto, há sempre possibilidade de apreciar as esculturas que ornamentam os dois lados do monumento e homenageiam os grandes navegadores dos séculos XV e XVI, cujas rotas marítimas estão representadas na enorme Rosa dos Ventos desenhada no empedrado do chão.

O último ponto deste percurso é o MAAT - Museu de Arte, Arquitetura e Tecnologia (11), na Central Tejo que fornecia a eletricidade a toda a cidade de Lisboa na primeira metade do século XX. A sua envolvente tem um pavimento um pouco mais irregular, pelo que será necessário circular com algum cuidado. O interior do Museu, tem um espaço totalmente acessível a pessoas com mobilidade reduzida, onde se podem apreciar as exposições temporárias inseridas num vasto calendário bem como a estrutura dos edifícios.

---

## DO BAIRRO ALTO AO CASTELO



Acompanhe este itinerário com o mapa

Para conhecer o coração de Lisboa propomos um percurso que o leva do Bairro Alto ao Castelo de São Jorge, passando pela Baixa Pombalina, uma zona repleta de lojas e espaços de restauração. O ponto de partida é o Largo de Camões mas antes de iniciar o itinerário, não queremos deixar de lhe falar de alguns locais nas imediações deste largo que podem ser o pretexto para próximas jornadas. Por exemplo se subir a Rua da Misericórdia encontra a Igreja e o Museu de São Roque, cujo interior guarda verdadeiros tesouros da arte sacra. Na direção contrária ao fundo da Rua do Alecrim situa-se o Cais do Sodré, onde encontra outras alternativas como o passeio da Ribeira das Naus, um percurso muito agradável pela beira-rio até ao Terreiro do Paço (ou Praça do Comércio) com esplanadas e espaços de lazer, o Mercado da Ribeira que foi remodelado e possui uma área de restauração e lazer muito animada e a uma curta distância, o Museu das Comunicações (14), todos acessíveis a pessoas com mobilidade reduzida. No Cais do Sodré situa-se também a Estação de Caminho-de-ferro de onde partem os comboios que asseguram a ligação a Cascais, um percurso com belíssimas vistas sobre o Rio e o mar.

Photo: Miradouro de São Pedro de Alcântara © Turismo de Lisboa

Mas voltando ao ponto de partida deste passeio, o Largo de Camões dominado pela estátua deste grande poeta português, o percurso segue pela Rua Garrett, onde decerto irá reparar nas duas igrejas frente a frente - do Loreto e do Sacramento, cujo acesso por escadaria dificulta a visita. Mais abaixo, decerto não vai deixar de fazer uma paragem para a foto obrigatória à mesa da esplanada do Café "A Brasileira" junto à estátua de Fernando Pessoa. À direita, na Rua de Serpa Pinto situa-se o Museu Nacional de Arte Contemporânea (12) que apresenta uma retrospectiva muito completa da evolução artística portuguesa. Tal como o Museu, todos estes trajetos são totalmente acessíveis mas a inclinação acentuada das ruas pode dificultar a fluidez do percurso. Mais abaixo, destaca-se a Igreja dos Mártires (11) cuja escadaria na entrada a tornam inacessível para quem se desloca em cadeira de rodas, uma situação que é comum a vários dos muitos espaços de restauração e lojas desta área que compreende a Rua Garrett e a Rua do Carmo. No Rossio (8), o piso plano, pavimento regular e as passarelas rebaixadas facilitam as deslocações permitindo apreciar livremente as fontes, a fachada do Teatro Nacional D. Maria II e o pavimento em calçada portuguesa cujo motivo "mar alto" cria uma ilusão de ótica dando a ideia da ondulação. Perto, situa-se a Igreja de São Domingos (9) e a Praça da Figueira dois espaços totalmente acessíveis.

Photo: Rossio © José Manuel

O itinerário prossegue pela Rua Augusta (7) totalmente pedonal e acessível tendo como únicos obstáculos as esplanadas na área central pelo que se devem preferir as vias laterais para circular sem problemas. No final desta via, o Arco da Rua Augusta (6) é visitável, no entanto para alcançar o terraço e apreciar a vista é necessário subir uma escadaria estreita, inacessível a pessoas com mobilidade reduzida. Em alternativa pode aproveitar para passear no pavimento regular da Praça do Comércio (5) que se abre para o rio Tejo e é considerada uma das mais bonitas praças da Europa. Aprecie o espaço sob as arcadas onde se encontram diversos restaurantes e esplanadas para uma refeição descontraída e não perca o Lisboa Story Centre, um espaço onde se pode conhecer a história da cidade de uma forma interativa, num edifício totalmente adaptado, onde existe também um Posto de Turismo que proporciona um atendimento inclusivo.

Photo: Praça do Comércio © Turismo de Lisboa

O último ponto deste itinerário é o Castelo de São Jorge. A partir da Baixa existem transportes públicos que asseguram a subida, mas são pequenos autocarros ou elétricos cuja entrada com degraus elevados é inacessível para pessoas com mobilidade reduzida. O percurso mais comum segue ao lado da linha do elétrico a partir da Rua da

---

Conceição e implica a subida de ruas bastante inclinadas, que têm no entanto vários pontos de interesse como a Igreja da Madalena (4) em que a escadaria na entrada e algumas barreiras no interior dificultam a sua visita. Um pouco mais acima, a Sé Catedral (3) de origem românica também tem uma escadaria na entrada, mas o interior tem espaços amplos e sem barreiras. Mais acima dois Miradouros oferecem vistas esplêndidas sobre a cidade de que todos podem usufruir sem dificuldade de acessos - o Miradouro de Santa Luzia (6) e o das Portas do Sol. A partir daqui a ligação ao castelo faz-se pelas ruas íngremes do bairro de Alfama, que implicam maior esforço. Este percurso não é fácil para pessoas com dificuldades de mobilidade, que se o quiserem seguir talvez seja melhor optarem por fazê-lo num veículo adaptado.

Photo: Sé de Lisboa © Turismo de Portugal | RR

Existe no entanto uma forma de chegar ao castelo autonomamente utilizando os elevadores a partir do edifício nº 170/178 da Rua dos Fanqueiros totalmente acessíveis a pessoas com mobilidade reduzida. Um primeiro elevador sobe até ao Largo Adelino Amaro da Costa, onde a única dificuldade será atravessar este espaço amplo que não tem linhas orientadoras até à entrada do outro elevador próximo do Mercado do Chão de Loureiro. Ao sair do elevador depara com um Miradouro onde vale a pena apreciar a vista panorâmica sobre a cidade antes de iniciar o restante trajeto de cerca de 500 metros até às muralhas, um percurso com inclinações e pavimento irregular que podem dificultar um pouco a circulação.

A entrada no Castelo de São Jorge (1) faz-se por uma rampa, um acesso bem mais fácil do que aquele que os cristãos comandados por D. Afonso Henriques, 1º Rei de Portugal, encontraram no século XII quando o conquistaram aos muçulmanos. No interior, um espaço amplo com algumas barreiras pontuais, permite que todos possam conhecer este monumento que testemunhou uma longa história e apreciar as melhores vistas sobre Lisboa.

---

## PARQUE DAS NAÇÕES



O Parque das Nações, uma área junto ao Rio Tejo que foi totalmente renovada para a Expo 98 é plana com espaços amplos, pavimento regular e muitas zonas pedonais, o que permite deslocações confortáveis e seguras. Esta é uma das mais modernas áreas da cidade, apontada como um exemplo de requalificação urbana a nível mundial, contando com diversos edifícios assinados por nomes prestigiados da arquitetura contemporânea.

Acompanhe este itinerário com o mapa

O passeio que sugerimos começa na Estação do Oriente da autoria do arquiteto espanhol Santiago Calatrava, que para além de ser uma plataforma de transportes intermodal e um espaço totalmente acessível, é também uma obra de grande beleza em que vale a pena apreciar a complexa estrutura de linhas verticais que fazem lembrar arcos góticos.

Photo: Parque das Nações © Arquivo Turismo de Portugal

Daqui o nosso itinerário atravessa a Avenida Dom João II e prossegue pela Avenida do Índico até à Alameda dos Oceanos, uma avenida com cerca de dois quilómetros que atravessa o Parque das Nações de um extremo ao outro. Aqui e ali, diversas áreas proporcionam o repouso quando necessário, possuindo árvores, bancos e os curiosos vulcões de água que “explodem” sobre pequenos lagos e refrescam o ambiente no verão. O pavimento, sem inclinação, tem algumas zonas de elevada irregularidade e também há que tomar atenção aos prumos que impedem

---

o estacionamento e às caldeiras das árvores que podem tornar-se obstáculos inesperados.

Ao chegar a esta Alameda certamente vai notar vários edifícios que chamam a atenção, destacando-se dois dos que mais pessoas atraem a esta zona e, cujo interior adaptado é totalmente acessível. Logo em frente, o Altice Arena (5), também conhecido como Pavilhão Atlântico, uma estrutura que faz lembrar uma nave extraterrestre. Este é um dos maiores espaços para eventos em Lisboa, aqui tendo lugar concertos e espetáculos de grandes nomes internacionais. Logo ao lado esquerdo, situa-se a Feira Internacional de Lisboa (7) que acolhe diversas feiras e certames de várias áreas da economia.

Photo: Parque das Nações - Pavilhão de Portugal © Arquivo Turismo de Portugal

À sua direita, fica o Pavilhão de Portugal em que a enorme pala é uma notável obra de arquitetura e engenharia assinada por dois dos maiores nomes da arquitetura portuguesa - Siza Vieira e Souto de Moura. Um pouco mais à frente, no centro da Doca dos Olivais situa-se o Oceanário (4), um dos maiores da Europa, onde os ambientes marinhos dos vários continentes são retratados com tanta precisão que quase nos sentimos transportados numa viagem. Construído a pensar em pessoas com necessidades especiais, é um edifício totalmente acessível e adaptado, que disponibiliza equipamento áudio em vários idiomas e assistentes para apoio à visita e um espaço que permite a experiência tátil. Também a não perder, o passadiço sobre a Doca dos Olivais que oferece uma vista panorâmica sobre o rio e o Parque das Nações; no entanto deve ser atravessado com cuidado já que existe alguma irregularidade no pavimento em ripas de madeira.

Parque das Nações - Oceanário © Turismo de Lisboa

Bem perto, o Pavilhão do Conhecimento (3), um museu interativo de ciência e tecnologia, cujo interior amplo e sem barreiras é acessível a todos, disponibiliza também informação em Braille e assistentes que comunicam em linguagem gestual. Outros espaços públicos acessíveis que vale a pena conhecer são a Marina Parque das Nações (1) e o Teatro Camões, que é sede da Companhia Nacional de Bailado e oferece um vasto calendário de espetáculos ao longo do ano.

Photo: Pavilhão do Conhecimento © Paula Teles

De destacar ainda vários espaços ajardinados, como os Jardins da Água (2) cujo percurso tem alguns obstáculos, o Passeio das Tágides (6) e os Jardins Garcia d'Orta com flora exótica dos territórios descobertos pelos Portugueses noutros continentes durante a grande epopeia dos séculos XV e XVI.

Para uma vista panorâmica sobre a cidade e o Rio Tejo nada como um passeio de teleférico, que está totalmente adaptado, dispendo de quatro cabinas destinadas a pessoas com necessidades especiais. As duas estações, também totalmente acessíveis, situam-se a sul no Passeio de Neptuno, próximo do Oceanário, e a norte no Passeio das Tágides, junto ao Hotel Myriad.

---

## **INFORMAÇÕES ÚTEIS**

### **Autocarros e elétricos**

A Carris - Transportes Públicos de Lisboa possui autocarros adaptados para pessoas com mobilidade reduzida, equipados com rampas de acesso, plataformas elevatórias (nos autocarros mais recentes), espaços interiores amplos, lugares reservados, avisos sonoros e luminosos e Braille nos botões de paragem.

Os abrigos de paragem dispõem de informação relativa aos horários, ao tarifário e aos diagramas das linhas. Existem também ecrãs informativos que indicam o tempo de espera pelos próximos autocarros.

Os elétricos mais recentes, que asseguram a carreira nº 15 entre a Praça da Figueira e Algés com passagem por Belém, encontram-se equipados para permitir a utilização por pessoas com mobilidade reduzida.

Informações mais detalhadas em [www.carris.pt](http://www.carris.pt)

### **Metro de Lisboa**

Nos últimos anos têm sido melhoradas as condições de acessibilidade, mas ainda se verificam algumas barreiras à utilização deste meio de transporte por todos.

Como nem todas as estações de Metro são acessíveis, sugerimos a consulta do diagrama da rede onde estão identificadas quais as são as acessíveis para programar a viagem, com conhecimento das melhores soluções para a sua condição.

As bilheteiras automáticas disponíveis nas estações estão preparadas para serem utilizadas pelos turistas com necessidades especiais, existindo informações em Braille e nas plataformas das estações existem avisos sonoros e

---

luminosos que emitem informação simples em português e inglês que auxiliam os utilizadores. Nas entradas e saídas é necessário algum cuidado já que existem fossos entre a plataforma e a carruagem de metro que se podem tornar perigosos.

As carruagens têm lugares reservados para pessoas com mobilidade reduzida e avisos sonoros e luminosos indicativos das paragens seguintes.

Informações mais detalhadas em [www.metrolisboa.pt](http://www.metrolisboa.pt)

#### Comboio

Grande parte das estações ferroviárias é acessível e as carruagens dos comboios possuem lugares específicos para pessoas com mobilidade reduzida, plataformas de acesso ao interior, espaços interiores amplos e avisos sonoros e luminosos ao longo da viagem, identificando os diversos momentos de paragem.

Acessibilidade das estações de Lisboa que servem os itinerários sugeridos:

- Estação de Belém - não existem obstáculos ao percurso de pessoas com necessidades especiais; a principal barreira é a travessia entre a Avenida de Brasília e a Avenida da Índia que é assegurada por uma escadaria.
  - Estação do Rossio - a entrada acessível situa-se na lateral do edifício e o interior amplo está totalmente adaptado para pessoas com necessidades especiais.
  - Estação do Oriente - dá acesso ao Parque das Nações e está totalmente adaptada para pessoas com necessidades especiais. Esta estação é uma plataforma intermodal de transportes que também integra o Metro e autocarros.
- A CP-Comboios de Portugal disponibiliza o SIM - Serviço Integrado de Mobilidade, centralizado através de uma linha telefónica - (+351) 707 210 746 (707 210 SIM) e encontra-se disponível 24 horas, todos os dias do ano, para informações bem como para prestação do serviço. Através deste serviço o Cliente com necessidades especiais poderá obter informações sobre a acessibilidade dos comboios e nas estações, o serviço de assistência no embarque, em viagem e no desembarque, entre outros serviços.

Mais informações em [www.cp.pt](http://www.cp.pt)

#### Táxis

Em Lisboa diversas empresas de Táxi possuem veículos totalmente adaptados, para as pessoas com mobilidade reduzida. Abaixo indicamos os respetivos contactos:

- Auto Táxis Serra D'Arga, Lda - Lisboa - [www.taxisarga.pt](http://www.taxisarga.pt)
- AventuraTrans - Lisboa - 917 219 594
- Jorge Alves - Lisboa - 966 225 212
- Táxis Belchior Lda. e Vital Táxis - Lisboa - 962 702 272
- Vital Táxis - 966 227 786
- Táxis Manuel João Almeida - Lisboa 964 092 989