

## Cascais e a Costa do Estoril

### SOBRE



Foto: Turismo do Estoril

### Cascais e a Costa do Estoril

**Cascais e o Estoril, na costa a norte de Lisboa, tornaram-se um dos locais mais cosmopolitas e turísticos de Portugal, a partir do momento em que o rei D. Luís I escolheu a baía para sua residência de verão, no final do séc. XIX.**

O clima ameno e uma média de 260 dias sem chuva por ano foi com certeza um motivo forte para esse facto e para as famílias mais abastadas da época seguirem a casa real e aí terem as suas vivendas e palacetes. Vale a pena fazer o passeio e sentir ainda hoje o ambiente desses tempos.

Para lá chegar, ir pela estrada marginal de Lisboa até Cascais ou de comboio é uma boa opção. É um percurso muito cénico, sempre acompanhando o rio Tejo e as concorridas praias da costa do Estoril. Ao longo do caminho, passamos por vários fortes que defendiam a capital, em fogo cruzado com o Forte do Bugio, bem no meio da foz, entre Santo Amaro, de um lado, e a Trafaria, na outra margem.

#### **Não deixe de...**

- > saborear uma refeição de peixe fresco, com vista para o mar
- > conhecer Cascais de bicicleta
- > comer um gelado, à beira mar
- > ir à praia
- > aprender a fazer surf
- > divertir-se nas noites quentes de verão de Cascais e do Estoril

### CASCAIS

Cascais nasceu como vila piscatória, mas atualmente são as esplanadas, os restaurantes e o comércio que animam a baía e o centro histórico.

Um primeiro passeio servirá para sentir a ligação ao mar e o espírito descontraído de quem vive em Cascais. Os palacetes do séc. XIX e início do XX de carácter aristocrata são hoje espaços culturais e de lazer, que dão a conhecer mais sobre a história desta vila. Como o Museu dos Condes de Castro Guimarães, a Casa de Santa Maria, o Farol de Santa Marta ou o Museu do Mar - Rei D. Carlos. Muito perto deste último, não podemos deixar de reparar na Casa das Histórias de Paula Rego, um edifício contemporâneo de arquitetura muito peculiar, onde se encontra parte das

---

obras da artista portuguesa e que vale a pena visitar.

Mesmo à beira-mar, num dos pontos mais altos, vemos o Palácio da Cidadela, casa do antigo governador de Cascais, a que foi escolhida pelo rei D. Luís para sua residência. Atualmente é tutelada pela Presidência da República Portuguesa. No lado virado para o mar, vê-se a Marina de Cascais.

Naturalmente, a proximidade do Atlântico sempre ajudou a manter viva a tradição da pesca e dos desportos náuticos, em que se destaca a vela. As condições da Marina de Cascais, o mar calmo, o clima, as praias e o património são razões mais do que suficientes para ser uma escolha de muitos marujos que aqui passam em férias e para a realização frequente de regatas, sejam de lazer ou de competição.

Embora perto do mar, um dos aspetos que chamam a atenção e que se deve ao microclima desta área, é o facto de existir muita arborização e espaços verdes, como o Parque Marechal Carmona. A não esquecer que nos encontramos numa parte do Parque Natural Sintra-Cascais.

No limite norte da vila, a Boca do Inferno é um dos locais mais visitados. É uma formação rochosa impressionante onde podemos observar a força da natureza e do mar. Mais à frente, vemos o Forte de São Jorge de Oitavos e, a cerca de 10 km, fica a Praia do Guincho, outro cenário de mar que nos espera para uma boa refeição de peixe fresco ou marisco. É um dos principais spots de surf e windsurf da costa portuguesa que faz parte de campeonatos mundiais.

Cascais e o Estoril são também reconhecidos no Golfe. Os vários campos aqui situados são considerados dos melhores do mundo e integram campeonatos internacionais. Permitem uma prática de qualidade, com vários níveis de experiência e desafios exigentes, num ambiente agradável todo o ano.

---

## **ESTORIL**

Antiga estância balnear das famílias reais europeias, o Estoril mantém o ambiente alegre, descontraído e cosmopolita que lhe deu fama.

Este espírito e a sua beleza terão sido também razões para se ter tornado um refúgio durante a Segunda Guerra Mundial, para os que procuravam um lugar mais reservado e com possibilidade de fuga de uma Europa turbulenta. Nos hotéis mais antigos, é ainda possível ouvir histórias desses tempos.

É um lugar perfeito para férias em família. O passeio marítimo entre a praia da Azarujinha e a praia de Nossa Senhora da Conceição, em Cascais, é ótimo para umas caminhadas a pé, a sentir a brisa do mar, ou para passear de bicicleta. E é sempre difícil resistirmos a um mergulho nas praias de areia branca e fina ou na piscina do Tamariz. O mar está sempre presente. Nem que seja para um fim de tarde a ler ou para um jantar a ver o pôr do sol, é um sítio de eleição.

Entre palacetes e quintas, num microclima que possibilita temperaturas amenas todo o ano, o Museu da Música Portuguesa, na Casa Verdades de Faria é um bom motivo para um passeio pelo Estoril.

O grande Casino continua a ser um polo de atração. Para além de podermos tentar a sorte no maior casino da Europa, há um programa de eventos e exposições que contribui muito para a animação local, que se completa nos bares de praia.

Durante o verão, entre junho e setembro, a FIARTIL, a feira de artesanato mais antiga do país que aqui se realiza todos os anos, é uma oportunidade para conhecer os ofícios mais tradicionais e para saborear a grande variedade de produtos regionais que comprovam a excelência gastronómica portuguesa.

---

## **DE CARCAVELOS A OEIRAS**

Enquanto haja quem prefira as piscinas de água salgada do Estoril, Carcavelos é a primeira praia que encontramos com ondas dignas de bodyboarders e surfista e um dos primeiros sítios em Portugal onde se iniciaram estas

---

modalidades.

É um bom local para comer peixe fresco e também uma oportunidade para provar o vinho de Carcavelos, com tradição nas quintas locais e com características muito particulares na sua produção.

Continuando o percurso ao longo da costa, encontramos Oeiras, onde merecem referência o Parque dos Poetas, um espaço verde dedicado aos poetas portugueses, os Jardins do Palácio Marquês de Pombal, que foi também o 1º Conde de Oeiras, e a Fábrica da Pólvora de Barcarena, um espaço de cultura e lazer.

Daí até Paço de Arcos, são 4 km que se podem fazer a pé, numa caminhada revigorante pelo passeio marítimo.

Já mais perto de Lisboa, no Dafundo, podemos ver a coleção oceanográfica do rei D. Carlos no Aquário Vasco da Gama, um dos primeiros aquários do mundo, constituído em 1898, e em Algés, visitar o Centro de Arte Manuel de Brito, uma coleção privada dedicada à arte contemporânea portuguesa.

---

### **INFORMAÇÕES ÚTEIS**

Nos Postos de Turismo da Câmara Municipal podem-se requisitar as BICAS, bicicletas gratuitas para conhecer cascais de forma descontraída. É apenas necessário apresentar um documento de identificação e assinar um termo de responsabilidade. Mais informações em [www.cm-cascais.pt](http://www.cm-cascais.pt).

---

### **COMO CHEGAR**

Cascais fica a cerca de 20 km de Lisboa e existem bons acessos para lá chegar, seja pela autoestrada A5 ou ao longo da estrada marginal à beira da foz do Rio Tejo e do mar.

CP Comboios de Portugal – Bilhete Turístico + Bilhete Praia

A partir do Cais do Sodré em Lisboa, a linha de comboio urbano passa por várias localidades de interesse turístico, ao longo do rio: Paço de Arcos - Santo Amaro - Oeiras - Carcavelos - Parede - S. Pedro - S. João - Estoril - Monte Estoril e Cascais. Informações em [www.cp.pt](http://www.cp.pt).

Para além das tarifas regulares nas viagens de comboio, a CP oferece descontos em deslocações diárias ou de lazer, como o Bilhete Turístico, que permite viajar de forma ilimitada nos comboios urbanos de Lisboa (Linhas de Sintra/Azambuja, Cascais e Sado), do Porto (Linhas de Aveiro, Braga, Guimarães e Marco de Canaveses) e nos comboios regionais da Linha do Algarve ou o Bilhete Praia, para viagens a partir de Lisboa, Porto e Coimbra até às praias mais próximas.