

ESCAPE

magazine

LIVRO

REDWAN
2020



AVENTURA DACIA

SHE'S MERCEDES
OFF ROAD
EXPERIENCE

TERMAS CENTRO
CLASSIC CARS

SUZUKI IGNIS
VS
FIAT PANDA

CAMINHOS
DE SANTIAGO

ROTEIRO
FIGUEIRA DE CASTELO
RODRIGO

Descubra a gama SUV Mercedes-Benz Plug-in Hybrid Diesel e Gasolina.

A gama híbrida Diesel e Gasolina de SUV's Mercedes-Benz está cada vez mais completa. Ao GLC, GLC Coupé, GLE e GLE Coupé, juntou-se o novo GLA 250 e Plug-in Hybrid. Um SUV compacto com autonomia em modo elétrico de até 60 km. Perfeito para o dia-a-dia da cidade e capaz de o acompanhar nas aventuras do fim-de-semana com um consumo combinado de 1,5L aos 100 km.

Marque um Test Drive e experimente o SUV Plug-in Hybrid que melhor combina consigo, no seu Concessionário Oficial Mercedes-Benz.

Saiba mais em [mercedes-benz.pt](https://www.mercedes-benz.pt).



EQ POWER

FALE CONNOSCO
808 200 699



Consumo combinado (l/100km): 2,2 a 1,3.
Emissões de CO2 (g/km): 57 a 30. Método de medição WLTP.

ESCAPE livre

Produção: Organizações Escape Livre, SA
Redação: Luís Coelho, Luís Celínio, Nuno Antunes
Colaboradores Permanentes: António Catarino, Pinto Moreira,
Susana Costa, Rui Ramos, Daniela Jacinto
Capa: Redwan Cassamo
Fotografia: Escape Livre, João Cortesão, Daniel Margarido,
Luís Costa, Vitor Mota, Carlos Pedrosa
Vídeo: Daniel Miranda, Zero Graus
Publicidade: Rua Marquês de Pombal, 45 – 2º
6300-728 Guarda
Tel. 271 205 285 / 967 899 449
escapelivre@escapelivre.com
www.escapelivre.com
Impressão: Ligação Visual
Tiragem: 15.000 exemplares
Suplemento nos Jornais "A Guarda" e "Diário de Coimbra"
Nº de Depósito Legal: 292878/09
Esta edição foi escrita segundo o novo acordo ortográfico.

Acompanhe-nos nesta viagem:





Verão de S. Martinho

Luis Coelho

Reza a lenda que, sob forte tempestade, Martinho de Tours cortou um pedaço da sua capa para dar abrigo a um pobre homem que encontrou no seu caminho. Em resposta ao gesto de bondade do cavaleiro, a chuva parou, as nuvens desapareceram e, durante três dias, o outono deu lugar ao verão.

Entre vagas pandémicas, também o Sol voltou a brilhar durante alguns dias e deixou-nos voltar, cumprindo novas regras, ao (todo) terreno.

Num ano que todos gostaríamos de apagar do calendário, este curto verão de S. Martinho permitiu ao Clube Escape Livre provar que é possível, mesmo com fortes limitações, continuar a juntar aventureiros na descoberta dos segredos e da História de Portugal. Em primeiro lugar, prová-lo a nós próprios, exigindo ainda mais da nossa capacidade de organização e adaptação às regras vigentes. Mas prová-lo, também, a todas as entidades locais, instituições sanitárias, poder governativo, parceiros e participantes, que não só emitiram todos os pareceres necessários, como reconheceram e elogiaram os esforços e a dedicação do Escape Livre. Os resultados pode encontrá-los nas páginas desta revista.

Viajámos de Trancoso até Santiago de Compostela, percorrendo os trilhos dos peregrinos, atravessando fronteiras e desvendando estórias de fé, numa das mais emblemáticas aventuras do Clube. Explorámos novos caminhos, monumentos e geografias icónicas

na Aventura Dacia, entre Penela e Montemor-o-Velho. Aproveitámos uns merecidos dias de relaxamento, numa caravana de belíssimos carros clássicos, pelas magníficas águas termais das estâncias do interior, no Termas Centro Classic Cars, e vivemos todas as emoções da Nazaré no feminino, numa edição com direito a bis, no She's Mercedes Off Road Experience.

Pelo caminho, sempre ao volante de máquinas extraordinárias, ficámos a conhecer as vinhas e os vinhos da Quinta dos Termos, os encantos do Hotel Alambique de Ouro e a vista e os sabores do restaurante Paraíso Douro.

Entre viagens, tempo para uma conversa com Jorge Aguiar, Diretor de Marketing e Comunicação da Mercedes-Benz Portugal, sobre o ambicioso plano da marca até 2039 e, em mais um desafiante comparativo Escape Livre, Suzuki Ignis e Fiat Panda apresentam os seus argumentos.

Como habitualmente, a pausa para café na companhia do cronista António Catarino fecha a última revista de 2020, que volta a contar com o talentoso traço de Redwan Cassamo na capa.

Por agora, permanecemos confinados, mas esperançados. Aguardemos, então, novo milagre e um verão mais longo, desta feita não sob a forma de um ato de generosidade, mas de uma vacina que nos permita redescobrir tempos de saudável partilha e convívio despreocupado. Até lá...

...continue a viajar nestas páginas, descobrindo novos lugares, novos sabores e muitos motivos para manter acesa a paixão pela aventura.

8



She's Mercedes

Experiência

Elas fora de estrada

14



Termas Centro Classic Cars

Passeio

Termas, luxo e muito estilo

20

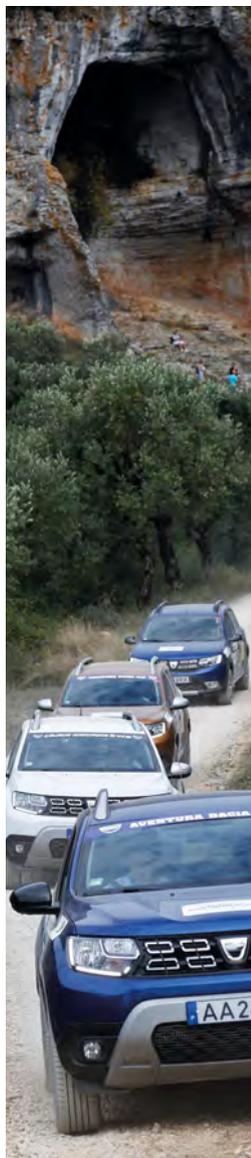


Caminhos de Santiago

Aventura

Pelos caminhos da fé

28



Aventura Dacia

Passeio

Mais que uma aventura

38



Pequenos Guerreiros

Comparativo

Suzuki Ignis contra Fiat Panda

46



Jorge Aguiar

Entrevista

O novo caminho da Mercedes-Benz

50



O Alambique de Ouro

Hotel

Um oásis na Serra da Estrela

56



Quinta dos Termos

Vinhos

Seguindo o ritmo da natureza

62



Paraíso Douro

Restaurante

Tradição com vista para o Douro

66



Figueira de Castelo Rodrigo

Roteiro

Entre o Castelo e a Marofa

Off Road Experience
She's
Mercedes





Todos os detalhes em
www.escapelivre.com



Elas fora de estrada

**Sejam muito bem-vindas
à Nazaré, ao novo Mercedes-Benz
EQ Lounge e à quarta edição
do She's Mercedes
Off Road experience.**

Menos é mais, já diz o bom senso. Menos preocupações e mais felicidade, menos adornos e mais elegância, menos objetos e mais experiências. Luxo é ter tempo e saber o que fazer com ele, é bem-estar e momentos felizes. É encontro social, crescimento pessoal e profissional. Com este ponto de partida, e no âmbito do projeto She's Mercedes, o She's Mercedes Off Road Experience, organizado pela Mercedes-Benz Portugal com o Clube Escape Livre, aconteceu pelo quarto ano... em dose dupla.

Em maio, altura em que deveria realizar-se o 4º She's Mercedes Off Road Experience, o mundo estava em suspenso, mas não adormecido. Nos planos, e a aguardar por melhores dias, continuava este encontro anual das condutoras Mercedes-Benz. A oportunidade chegou a 26 de setembro, e com tal aceitação e interesse, que teve que ser repetido, apenas duas semanas depois, com as equipas que tinham ficado de fora pelo número restrito de inscrições.

Depois de já ter dado a conhecer a Companhia

das Lezírias, os trilhos entre Torres Vedras e Mafra e as paisagens entre Sesimbra e Setúbal, a Nazaré foi, este ano, o destino das 19 equipas e 40 participantes que concretizaram o programa cheio de experiências fora de estrada e outras por mar, facilitador de contactos e amizades, e dedicado a mulheres dinâmicas e inspiradoras.

No terreno, a demonstrar as suas capacidades, fiabilidade e conforto, estiveram maioritariamente os GLC, mas também os GLA, GLE e ML. Nos momentos de socialização e visitas, foram cumpridas todas as regras de segurança sanitárias, desde logo a separação das equipas por grupos de 10 pessoas e a preferência por um programa quase totalmente ao ar livre.

O Mercedes-Benz EQ Lounge, no Porto de Abrigo da Nazaré, abriu pela primeira vez as suas portas para servir de centro de operações deste evento. A partir dali, a caravana realizou etapas todo terreno que incidiram sobretudo em caminhos arenosos, estradões e caminhos rurais, com o apoio da equipa técnica do Clube Escape Livre.





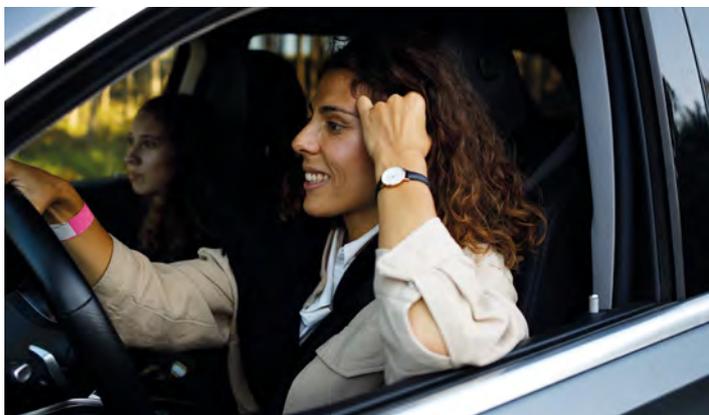
Partir à descoberta dos trilhos da Nazaré por asfalto, terra, areia e água.

Dividiram-se então as equipas e todas puderam, alternadamente, ter distintas experiências: a visita ao farol da vila piscatória, conhecendo o fenómeno do canhão da Nazaré e a formação das ondas gigantes, a sessão de ioga, a apresentação de cuidados de beleza com a marca Sisley e o passeio de barco, ou de sprum, cheio de adrenalina, com vista privilegiada para o promontório e para a vila. Já o grupo de 10 de outubro, com dez equipas e 19 participantes, experimentou as emoções da alta velocidade em motos de água.

Apostando também na saúde e na economia local, a organização quis ainda privilegiar os sabores e os produtos frescos da região, apresentando uma gastronomia saborosa e saudável, ao longo de todo o dia.

O encerramento foi feito no interior do EQ Lounge, e se no primeiro grupo coube a Michelle de Boullions, surfista de ondas gigantes, falar da sua experiência como mulher e desportista, no evento de outubro foi Nuno Santos, o surfista violinista, quem brindou as senhoras com um pequeno concerto de violino.

Para 2021 estão já prometidas novas surpresas, desafios, adrenalina e um abraço especial à natureza, numa edição de inverno, pela região Centro do país.



BRIDGESTONE

O A005 Evo é mais eficaz em piso molhado sem comprometer o comportamento em piso seco durante todo o ano com o mesmo nível de durabilidade que um pneu de verão.



NOVO



**WEATHER CONTROL
A005 EVO**

DOMINE A SUA VIAGEM, EM QUALQUER ESTAÇÃO DO ANO



TAMBÉM DISPONÍVEL COM TECNOLOGIA DRIVEGUARD RUN FLAT (RFT)
NUMA SELECÇÃO DE MEDIDAS



MELHOR ÍNDICE DE
ADERÊNCIA EM PISO
MOLHADO DA SUA GAMA¹⁾



DESEMPENHO
SEGURO NA NEVE²⁾



VIDA
ÚTIL SUPERIOR³⁾

1) Com base em testes internos realizados pela Bridgestone vs. Weather Control A005 nas pista de testes na Suécia. Medida do pneu 205/55 R16 94V. Força de tração a [5-35 kph] aumento da gama em 3% vs. antecessor. Distância de Travagem em Neve a [40-5 kph] gama diminuir em 3% vs. antecessor. Aceleração lateral aumentou em 4% vs. antecessor no teste slalom em neve a 50kh.

2) Quilometragem igual ao do seu antecessor vs os nossos pneus premium de Verão. Com base em testes internos realizados pela Bridgestone vs. Weather Control A005 em laboratório. Medida de pneu 205/55 R16 94V. A longevidade depende do estilo de condução, pressão de insuflação, manutenção do pneu e do veículo, condições atmosféricas, etc.

3) Oferece a mesma quilometragem dos nossos pneus premium de Verão. A mesma quilometragem do seu antecessor vs os nossos pneus premium de Verão. Com base em testes internos realizados pela Bridgestone vs. Weather Control A005 em laboratório. Pneu na medida 205/55 R16 94V. A longevidade do pneu depende do estilo de condução, pressão de insuflação, manutenção do pneu e do veículo, condições atmosféricas, etc.

Bridgestone Europe

Para aceder ao Agente autorizado Bridgestone mais perto de si, visite o nosso website www.bridgestone.pt





Termas Centro

CLASSIC CARS

O luxo da descontração



Todos os detalhes em
www.escapelivre.com



A arte de saber aproveitar a vida

Um clássico será sempre um clássico. Ao volante destes magníficos automóveis, a vida lá fora parece passar mais devagar. A desculpa perfeita para partir à descoberta de todas as maravilhas que as Termas da Região Centro têm para oferecer.

Seria impossível a uma caravana de carros, clássicos ou rápidos desportivos, conhecer as duas dezenas de estâncias termais da Rede Termas em apenas um fim de semana. O objetivo do Termas Centro Classic Cars nem foi, aliás, ganhar velocidade, mas sim uma pausa para saborear a vida.

O evento, que teve lugar entre 18 e 20 de setembro, resultou de uma parceria entre a rede Termas Centro e o Clube Escape Livre, e inseriu-se no ciclo de animação "Viva Termas Centro", promovido essa instituição nas suas estâncias termais.

Durante três dias, mais de meia centena de participantes, divididos por 29 equipas, portuguesas e espanholas, conheceram cinco emblemáticas estâncias da Beira Interior, bem como alguns pontos de visita e grandes paisagens deste território. Não faltaram alguns ilustres no conhecido meio dos clássicos, como o diretor do Museu de História de la Automocion de Salamanca (MHAS), Luis Mata, com um Mercedes-Benz 300 SL de 1991, e a presidente do MG Clube de Portugal, Isabel Tinoco, com um MG B de 1973.

O fim de semana ficou marcado pela passagem do ciclone Alpha por

Portugal, mas, por alguma proteção mais divina, acabaram por ser poucos os momentos de chuva, que apenas se fizeram sentir na sexta-feira e no sábado, a exigir maior precaução na condução das viaturas, que não dispõem da mecânica e da tecnologia mais atuais. Já as temperaturas foram bem agradáveis e convidativas ao passeio.

Tudo se desenrolou a partir do Cró Hotel Rural & Termal Spa, situado na freguesia de Rapoula do Côa, a cerca de 12 km da sede de

O Volkswagen Split, de 1950, determinou a antiguidade da caravana.

concelho, Sabugal. Além da visita às Termas do Cró, onde conheceram a história que remonta ao séc. XVIII, os participantes puderam desfrutar de experiências termais, antes da apresentação oficial do evento e do jantar de boas-vindas. Momento para relembrar sobre os cuidados a ter e as normas a cumprir ao longo do passeio, de forma a evitar riscos

de contágio por Covid-19.

O sábado amanheceu mais chuvoso, mas contou com boas aberturas ao longo do dia. No programa esteve a visita às Termas Fonte Santa de Almeida, que com mais tempo convidam a um programa de relaxamento e bem-estar ou a uma massagem, e a visita ao Museu Fronteira da Paz - Memorial aos Refugiados e ao Cônsul Aristides de Sousa Mendes, dedicado à passagem dos refugiados por Portugal, durante a Segunda Grande Guerra, um espaço localizado em Vilar Formoso.

As Termas de Monfortinho, enquadradas num belo cenário natural, marcaram a pausa seguinte após o de almoço. São uma das mais antigas fontes termais do país, a Fonte Santa, que remonta à época da civilização romana. Antes mesmo do fim do dia e do regresso às Termas do Cró, os apaixonados de clássicos puderam ainda subir ao castelo do Sabugal, ver o panorama e conhecer a sua torre de cinco faces e cinco quinas.

Domingo apresentou-se mais luminoso, a presentear com sol e piso seco a caravana até às Termas de Unhais da Serra, parte integrante do H2otel Congress & Medical Spa Hotel. Foi aqui que teve lugar o almoço de encerramento e a entrega de troféus SPAL.



Um desfile de clássicos de rara beleza.



À esquerda, de cima para baixo

A caravana a caminho do Castelo de Sortelha

O ponto de partida foi dado no Cró Hotel Rural & Termal Spa

A chegada às Termas de Monfortinho

À direita, de cima para baixo

Citroën DS 20

Liderados pelo Mercedes-Benz SL, a caravana deixa Penamacor

Os clássicos à porta do Centro Termal Fonte Santa, em Almeida

No final, todos os “velhinhos” se portaram muito bem, com acentuada presença dos Alfa Romeo, Porsche e Mercedes-Benz, o leque de clássicos e desportivos foi muito variado, liderando em antiguidade o Volkswagen Split de 1950, que já fez milhares de quilómetros em passeios pela Europa. Destaque ainda para um Alfa Romeo Giulia 1750 GTV de 1968, um Alfa Romeo 2000 GTV de 1973, um Jaguar XJR de 1995, um Alfa Romeo Giulietta Sprint GTA de 1968, ou um Rover 216 coupé de 1993, além de outros modelos que deslumbraram quem os viu passar.

A satisfação de todos os presentes e a vontade de divulgar mais algumas estâncias da rede Termas Centro resulta já numa certeza: em 2021, está garantida a segunda edição do evento.

Visita às termas do Cró, Fonte Santa, Monfortinho, e Unhais da Serra.



À esquerda, de cima para baixo
 A chegada às Termas de Unhais da Serra
 Almoço em Penamacor
 VW Split "Carocha" de 1950
À direita, de cima para baixo
 Termas de Fonte Santa, em Almeida
 Alfa Romeo Giulia 1750 GTV de 1968

NOVO PEUGEOT 2008

UNBORING THE FUTURE



ELÉTRICO, GASOLINA, DIESEL

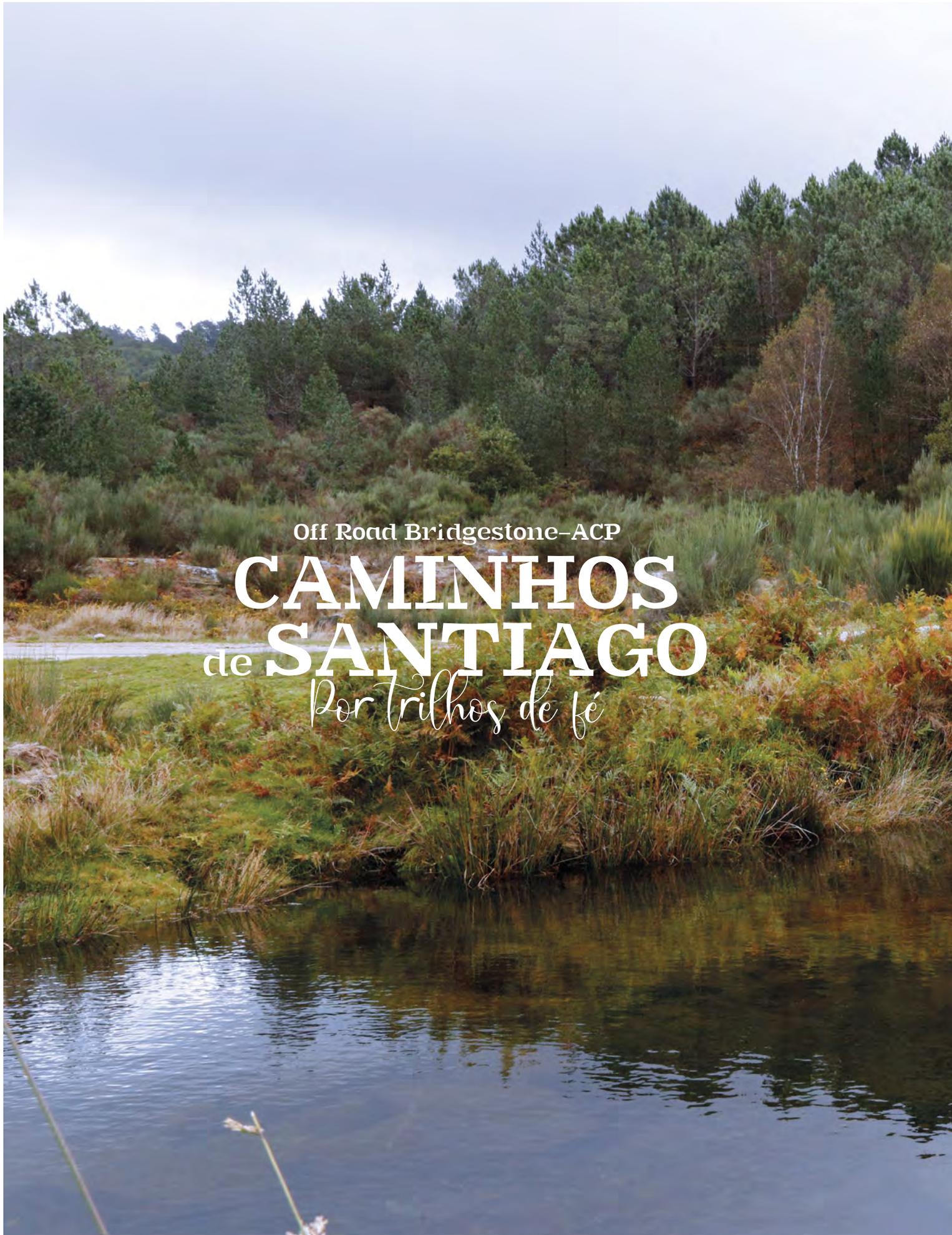
PEUGEOT i-Cockpit® 3D

CONDUÇÃO SEMIAUTÓNOMA

MOTION & e-MOTION



PEUGEOT



Off Road Bridgestone-ACP

CAMINHOS de SANTIAGO

Por trilhos de fé



Todos os detalhes em
www.escapelivre.com



Pelos caminhos da fé até Santiago

De Trancoso a Santiago de Compostela, percorremos os trilhos dos peregrinos, conhecemos a suas estórias abraçamos as suas paisagens e seguimos as conchas até à Praça do Obradoiro.

Dez anos, sete edições. E esta foi a mais desafiante de todas. As condições em que o XVII Off Road Bridgestone-ACP decorreu, neste 2020, poderiam ter abalado muitas organizações. O Clube Escape Livre analisou todas as possibilidades e optou pela realização do passeio. E não é que foi a melhor opção?

O que começou por ser um passeio ousado, em 2010, com cinco dias e mais de 500 quilómetros de

de proteção entretanto criadas, a habitual capacidade de inscrições foi reduzida a cerca de metade.

Assim, o evento que decorreu entre 2 e 6 de outubro, contou apenas com 28 equipas e 66 pessoas, cumprindo-se todas as regras e normas da DGS e do Plano de Contingência do passeio, desde logo com o devido distanciamento, o uso de máscara e a redução a grupos de dez pessoas durante as visitas. Medidas que também foram implementadas com a boa vontade dos hotéis e restaurantes, a cumprir rigorosamente todas as regras, disponibilizando, desde logo, salas maiores para as refeições.

Com toda a informação já disponibilizada, no Hotel Turismo de Trancoso, estava dada a partida para mais uma aventura. Ainda na histórica cidade de Trancoso, um passeio pelo centro histórico, com visita à Casa de Bandarra e ao Centro de Interpretação da Cultura Judaica Isaac Cardoso, serviu de quebra-gelo e confraternização entre os participantes, recebidos nas portas da vila pelo autarca e presidente de câmara, Amílcar Salvador.

No dia seguinte, os desafios passaram pela subida à capela de Santo Estêvão e N.ª S.ª ao Pé da Cruz, e pela passagem no centro Histórico de Sernancelhe, santuário de N.ª S.ª da Lapa, mosteiro de S. João de Tarouca e a ponte e torre medieval de Ucanha. O almoço no Paraíso Douro fez jus ao nome, com vista privilegiada para a

paisagem duriense, e já no percurso pela serra do Alvão, a pausa na cascata "Fisgas do Ermelo" complementou o álbum fotográfico. Ribeira de Pena foi este ano o concelho escolhido para pernoitar no segundo dia de viagem, onde a caravana foi recebida pela excelência do Pena Park Hotel.

À medida que nos dirigíamos para norte, as condições atmosféricas iam alterando, mas domingo ainda foi possível contemplar belas paisagens

Sete edições esgotadas, renovam a fé do Clube Escape Livre para regressar em 2021.

percurso, muito deles com solavancos, sobe e desce, lama, pedras e pó, acabou por se tornar, com os devidos ajustes ou alterações tendo em vista a sua melhoria, uma das mais interessantes e solicitadas aventuras do Clube Escape Livre. O sucesso foi tal, que em 2011, 2012, 2013, 2015 e 2018, a viagem entre Trancoso e Santiago de Compostela foi repetida e esgotou sempre. Em 2020, pela existência de uma pandemia e pelas normas

De Trancoso a Santiago, o percurso vestiu-se de outono para receber a passagem da caravana.

e observar os garranos nas serranias nortenhas. O programa privilegiou também a passagem no Santuário de N.ª S.ª do Viso e na bela aldeia de Agra, o almoço no Hotel S. Bento e as visitas ao Santuário de S. Bento da Porta Aberta, N.ª S.ª da Abadia e Mosteiro de Tibães, antes da chegada ao referencial Axis Hotel, em Viana do Castelo.





À esquerda

Ponte Romana de Ucanha

À direita, de cima para baixo

Urna de São Tiago, na Catedral de Santiago de Compostela

Porta Santa da Catedral de Santiago de Compostela que abre no ano Jacobeu 2021

Pelourinho de Agra, Aldeia de Portugal



100th
ANNIVERSARY

HYBRID

SWIFT

DEIXE
A SUA
MARCA



123€/mês*
TAEG: 8,5%

PVP: 16.942€ - PVP Campanha: 15.942€
Entrada Inicial: 4.782€ - Comissão de Cobrança: 4,25€
Prazo: 120 meses - Montante Financiado: 11.160€
Exclusivo Financiamento Santander Consumer

Elegante, desportivo e muito divertido

O icónico Swift é um automóvel feito para se destacar. O seu motor vai seduzi-lo assim que o colocar a trabalhar. O motor híbrido DUALJET + SHVS, o écran tátil com conexão smartphone e os seus múltiplos sistemas avançados de segurança vão recordá-lo de como o Swift é divertido de conduzir.

- Alerta de mudança de faixa
- Alerta anti fadiga
- Travagem de emergência autónoma
- Detecção de ângulo morto
- Reconhecimento de sinais de trânsito

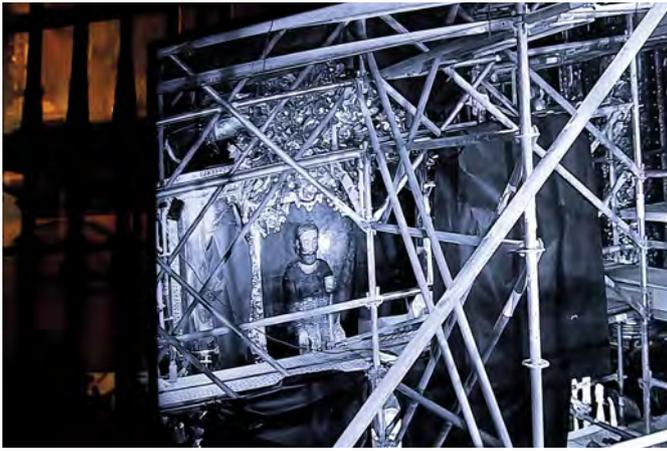
Consumo combinado WLTP (l/100 km): de 4,9 a 5,5. Emissões CO₂ WLTP (g/km): de 111 a 123.

*Contrato crédito automóvel com reserva de propriedade para, SUZUKI SWIFT 1.2 5MT GLE 2WD Mild Hybrid, PVP 16.942€, PVP Campanha de 15.942€ (exclusivo financiamento Santander Consumer), entrada inicial 4.782€, montante financiado 11.160€, 120 prestações de 123€, Taxa Fixa, TAN 5,615% e TAEG de 8,5% para um montante total imputado ao consumidor (MTIC) 16.039,74€. O MTIC inclui comissão de abertura de 420€, de reconhecimento e envio de declaração de extinção de reserva de 55,12€ e de cobrança de 4,25€ por prestação. Condições válidas até 31 de dezembro de 2020, condicionadas à TAEG máxima em vigor à data da contratação, nos termos do artº 28 do DL 133/2009, se aplicável. PVP de campanha válido no continente. Inclui IVA, imposto sobre veículos, transporte, despesas administrativas e taxas, campanha comercial e financeira. Não inclui pintura metalizada. Reservado aos concessionários que atuam como intermediário de crédito a título acessório do Santander Consumer Finance S.A. Informe-se no Santander Consumer.



Suzuki recomenda
MOTUL

www.suzukiauto.pt



Em ano Jacobeu, a porta Santa da Catedral de Santiago abre-se aos peregrinos.

A chuva e o nevoeiro marcaram presença na segunda-feira, aumentando os desafios dos percursos em serra, mais enlameados e com socalcos. Depois da subida ao Monte de Santa Luzia, os participantes seguiram para o Mosteiro de São João de Arga, passaram a fronteira e subiram ao miradouro sobre o rio Minho. Visitaram a igreja do Mosteiro de Oia e retemperaram forças no hotel, com o jantar, para de seguida iniciarem a caminhada noturna de 5km até à catedral, já empunhando os seus bastões de peregrinos.

A visita à Catedral de Santiago de Compostela foi reservada para o último dia. Este ano, o majestoso templo religioso encontra-se em obras de reparação, pelo que os aventureiros, não tendo assistido à missa do peregrino nem à cerimónia do Botafumeiro, conseguiram uma visita guiada mais detalhada, conhecendo-se pormenores da catedral nunca antes mostrados.

Com sentido de fé e de esperança, ou apenas pela oportunidade de voltar à descoberta e de reforçar os laços de amizade, estava concluída mais uma grande aventura, este ano com máscaras e maior distanciamento, mas igualmente com balanço muito positivo.

O Clube Escape Livre regressará a Santiago de Compostela em 2021, Ano Jubilar Compostelano, também conhecido como Jubileu ou Ano Santo (Jacobeu).

V O L V O

VOLVO XC40

Vivemos num mundo, onde quanto mais... melhor.
O que possuímos, acaba por nos possuir. Onde ter tudo, é tudo.
Mas o mundo está a mudar. Apresentamos o novo Volvo XC40.
Livre e inteligente, sem arrogância. Arrebatador, sem seguir modas.
Minimalista, com alma Escandinava. Seguro, como qualquer Volvo.
Definitivamente contracorrente. Porque ter tudo não é o essencial.

Volvo XC40. Nada mais do que precisas.



MADE BY SWEDEN*

VOLVOCARS.PT



AVENTURA D'ACTA

A vida fora de estrada



Todos os detalhes em
www.escapelivre.com



Reunião de família

Depois de um afastamento necessário, chegaram as tão desejadas reuniões de amigos e familiares. Asseguradas todas as condições de segurança, a família Dacia e o Clube Escape Livre reuniram-se novamente para mais uma aventura inesquecível.

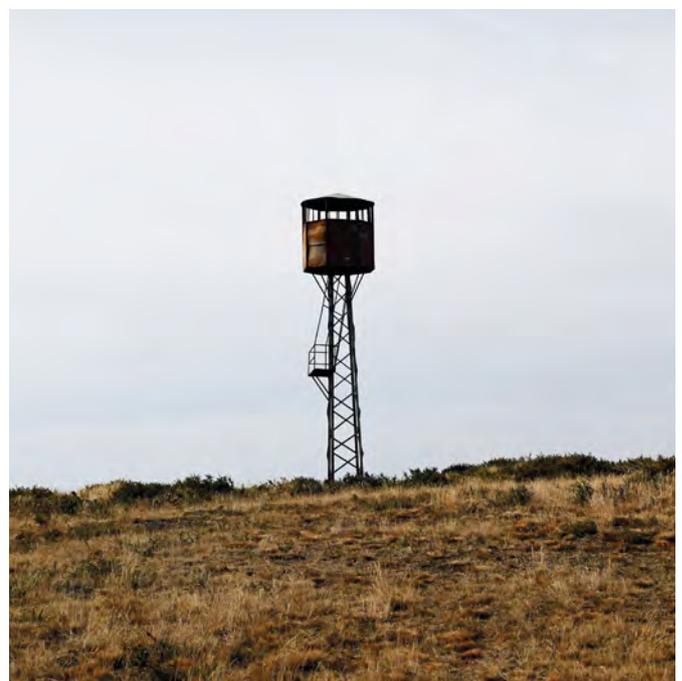
Foi o regresso tão ansiado do Clube Escape Livre e dos seus sócios e já amigos participantes ao fora de estrada. Após vários meses de confinamento e regras muito restritas, a abertura legal das mesmas permitiu a realização de um evento marcado pela precaução, mas também pela vontade de descoberta, pela saudade de rever a família Dacia e pelo bem-estar que advém de um encontro como este, de aventureiros com espírito bem positivo.

"Nestes tempos especiais que vivemos, considero importante manter uma certa normalidade, daí a realização deste passeio, para que não nos esqueçamos de tudo aquilo que é a nossa vida." - comentava Ricardo Oliveira, Diretor de Comunicação e Imagem do Grupo Renault, à chegada ao Duecitània Design Hotel.

A Dacia, em colaboração com o Clube Escape Livre, organizou, entre 11 e 13 de setembro, a 9ª Aventura Dacia,

que contou com 25 equipas e um total de 60 participantes. E não foi novidade a grande perícia e à vontade dos Duster 4x2 e 4x4 e Sandero Stepway na realização de um percurso recheado de subidas e descidas, estradões, corta fogos e trilhos estreitos.

Na sexta-feira, o Duecitània Design Hotel surpreendia os participantes com a sua decoração de inspiração romana, oferecendo-lhes ainda a possibilidade de utilizar os serviços de SPA, uma excelente forma de boas vindas. Depois, chegou o momento de falar de coisas sérias. Afinal, este foi o primeiro passeio do Escape Livre após o surgimento da pandemia, e nada podia falhar no cumprimento das regras em vigor, pelo que a sessão de briefing foi muito útil, não apenas no tocante às informações sobre o uso dos pneus, com a Bridgestone, a First Stop e Valorpneu, mas também sobre as medidas a cumprir ao longo do fim de semana.







NA REDE DE
OFICINAS FIRSTSTOP
A **REVISÃO DO**
SEU AUTOMÓVEL
MANTEM A **GARANTIA**
DO **FABRICANTE!**

Visite o agente **FIRSTSTOP**
mais perto de si!

CONHEÇA OS NOSSOS SERVIÇOS AUTO



Recomendamos



www.firststop.pt

Mário Mendes, Diretor da First Stop, aproveitou para "agradecer o convite que foi feito às Oficinas First Stop por parte da Dacia e do Clube Escape Livre para esta aventura, sendo a oportunidade perfeita para comprovar as excelentes características todo terreno destes automóveis."

Ainda na noite de sexta-feira, os Dacia saíram do estacionamento para a 1ª etapa, que incluiu a visita noturna ao castelo de Penela, com o apoio do historiador Mário Duarte. O anúncio da Declaração de Alerta por risco de incêndio, ainda neste dia, acabaria por obrigar à elaboração de um plano de última hora, com algumas alterações de percurso previstas para o dia seguinte. No entanto, com instruções do ICNF e a colaboração das Câmaras Municipais de Penela e Lousã, as soluções foram encontradas.

Assim, no sábado, o percurso conseguiu cumprir os seus objetivos de mostrar algumas excepcionais paisagens desta região, intercaladas com as visitas previstas: a subida à Capela de S. João do Deserto revelou um panorama verde imperdível e, depois da subida dos corta-fogos e do parque eólico, a caravana conheceu e descansou na praia fluvial da Louçainha. Os aventureiros Dacia subiram então ao Alto de Trevim e à ermida de Sto. António da Neve, com os seus antigos neveiros, passaram nas Aldeias de Xisto e conheceram o baloiço panorâmico na serra da Lousã. Houve ainda oportunidade de visitar a loja típica do Sr. Falcão, um retrato bem fiel da mercearia e taberna do séc.

"Nestes tempos especiais que vivemos, é importante manter uma certa normalidade, para que não nos esqueçamos de tudo aquilo que é a nossa vida."

XIX. E porque os aventureiros Dacia criaram, desde há nove edições, um forte espírito de família, assinalaram-se vários aniversários entre participantes e organização, com o próprio Clube Escape Livre a marcar 34 anos da sua fundação, ocorrida a 12 de setembro de 1986.

No domingo, o Espaço-Museu do Rabaçal, uma antiga casa senhorial romana datada do século IV d.C., e que guarda o espólio recolhido na estação arqueológica, foi o primeiro dos pontos de paragem da caravana, antes dos grandes abrigos rochosos designados Buracas do Casmilo. Depois, novo regresso à história, com passagem no Castelo de Soure e visita guiada ao castelo de Montemor-o-Velho, não sem a obrigatória passagem pelos arrozais de Montemor. Uma manhã muito preenchida e bem recheada de tons verde da natureza, que terminou em Tentúgal, na Quinta do Mourão, com o habitual almoço de encerramento e entrega de troféus SPAL.

No sábado celebrou-se em família o 34º aniversário do Clube Escape Livre, fundado a 12 de setembro de 1986.





As visitas culturais e históricas e as belas paisagens marcaram os caminhos desta aventura.

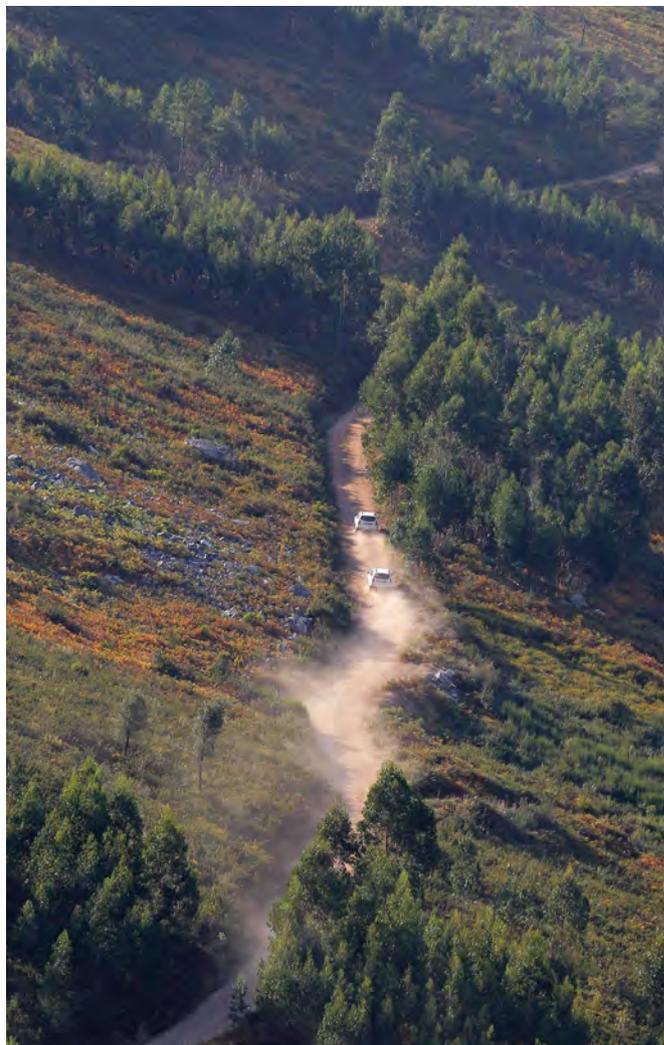
Dentro das condicionantes, o regresso foi extraordinário e o balanço muito positivo. Para André Bettencourt, Diretor de Marketing da Bridgestone, "foi um fim de semana também a ajudar o país a rolar, a ajudar hotéis, restaurantes e museus, e por isso um fim de semana extraordinário, mais uma vez com a excelente organização

"O Duecitânia Design Hotel recebeu-nos com a sua decoração de inspiração romana e todas as condições para que estadia e refeições se realizassem com todas as condições de segurança."

do Clube Escape Livre, em que nos vimos todos com máscaras, diferentes do habitual."

Com todas as restrições e desafios, esta foi uma excelente edição da Aventura Dacia. Desde logo, pela região escolhida, que tem os mais diversos encantos turísticos, apelativos à descoberta e, depois, porque mesmo nas atuais condições, estamos todos ávidos de saídas, de viagens, de ar puro e de contato social - e tudo isso, como demonstrámos durante este fim de semana da família Dacia, pode ter lugar em segurança.

Para finalizar, deixamos um convite e um desejo. O convite para que se voltem a juntar à Dacia e ao Clube Escape Livre na próxima edição, e o desejo de que a próxima aventura possa também assinalar um novo regresso, desta vez a uma normalidade e um convívio mais familiares.



Acima das expectativas.
Abaixo da tributação
autónoma.

SEAT FOR BUSINESS



Nova **SEAT**
Leon

Sportstourer **2.0 TDI FR 150 Cv**
com caixa automática DSG.



Todos os detalhes em
www.escapelivre.com

PEQUENOS AVENTUREIROS

Suzuki Ignis X Fiat Panda

por Nuno Antunes e Bruno Sampaio



Pequenos Aventureiros

Práticos e vocacionados para deslocções urbanas, os pequenos citadinos também já recebem ajudas híbridas e são obrigados a fazer muito... com pouco!

São, muitas vezes, porta de entrada no mercado automóvel para recém-encartados, mas, muitas vezes também acabam a servir funções de segundo carro, obrigados a cumprir tarefas familiares. Destinados essencialmente a percursos urbanos, é também por esses motivos que vemos as marcas a abdicarem destes em versões de três portas. Por definição, querem-se baratos, práticos e económicos. O Fiat Panda e o Suzuki Ignis, são bons exemplos disso e já não abdicam de uma ajuda híbrida.

Dois citadinos, abaixo dos 20K€, já com ajudas híbridas para reduzir emissões e consumos.

Com 40 anos de história, o Fiat Panda soube aplicar muito bem os fatores mais importantes neste segmento. Com a atual geração do Fiat Panda a rolar desde 2011, foi já neste ano de 2020 que o fabricante italiano introduziu uma versão híbrida para melhorar consumos e emissões. Deste modo temos um 1.0l tri-cilíndrico com um apoio mild-hybrid fornecido por uma bateria de 11Ah.

E se o Fiat Panda é um modelo carismático na marca italiana, existem traços no Suzuki Ignis que recordam modelos do construtor também com mais de 40 anos. O Ignis recebeu, também em 2020, uma versão

ampliada do sistema híbrido que já possuía. Este combina a bateria de 10Ah com o motor 1.2l de quatro cilindros com 82cv. Ambos são mild-hybrid, o que significa que a bateria não permite percorrer quilómetros em modo elétrico. Serve sim para apoiar o funcionamento do motor a combustão, e do sistema start-stop, mas também para apoiar outros sistemas como a climatização.

Espaço suficiente?

A "arrumação" de passageiros e bagagem em modelos que medem menos de quatro metros de comprimento, representa um desafio para os construtores. Neste particular, o Suzuki Ignis ganha ao Fiat Panda. Se na dianteira o espaço é equivalente nos dois modelos, na traseira o modelo japonês é bem mais desafogado, especialmente ao nível dos joelhos. Outro dos seus atributos é o banco traseiro deslizante, bem como a regulação da inclinação do encosto. A forma como o construtor japonês soube aproveitar o espaço é de louvar. O Panda contrapõe com a possibilidade de transportar um quinto passageiro... no livrete (o Ignis é exclusivamente para quatro), ainda que seja um opcional de 200€. Quando chega à altura de usar a bagageira, o Suzuki volta a levar a melhor, com 260l de capacidade, sendo que o Fiat se fica pelos 225l. O Fiat Panda perde ainda no ângulo de abertura das portas traseiras, com um acesso consideravelmente mais apertado e pouco prático.

Ainda no interior, encontramos plásticos duros na sua totalidade nos dois modelos. A montagem parece

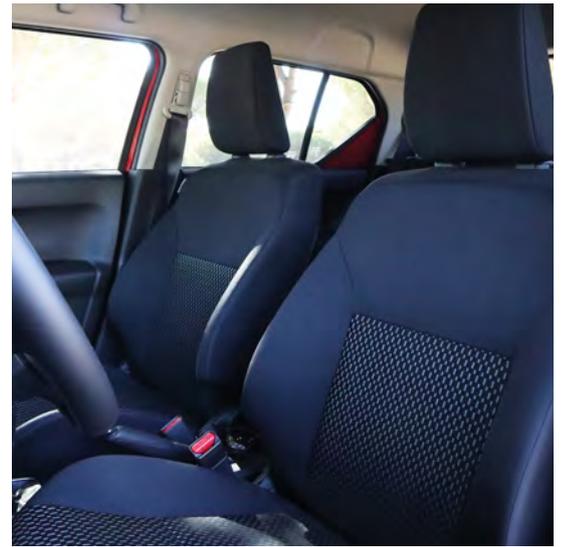
correta, mas já descortinávamos alguns ruídos parasitas em pisos degradados. Ambos têm espaços de arrumação em número suficiente, tanto na consola central como nas portas, mas lamenta-se que nenhum desses compartimentos seja coberto, algo minorado com o grande porta-luvas do Fiat Panda. O Suzuki Ignis ganha vantagem no que diz respeito ao Interior, com mais bagageira e mais espaço atrás a fazerem a diferença.

Andamento contido

Não se pede desportividade alguma a qualquer um destes citadinos, mas o Suzuki Ignis é mais expedito nas suas obrigações citadinas e os números da ficha técnica não enganam. O tato dos comandos, bem como a facilidade de dosear embraiagem, originam uma condução mais fluída. No Fiat Panda os comandos são menos progressivos e a direção mais vaga. Em andamento mais rápido, o Ignis demonstrou um melhor comportamento, ao passo que o modelo italiano é mais propício a ser "saltitão". Em maus pisos o panorama inverte-se, pois o modelo transalpino é mais confortável, sendo que beneficia de jantes de 15" face às de 16" do Ignis.

A inclusão do motor 1.0l atmosférico no Panda atribui-lhe alguma anemia. As recuperações são lentas e é sempre preciso usar a caixa para tirar tudo o que este 1.0 tem, com prejuízo de consumos e ruído. A inclusão da nova caixa de seis velocidades é positiva, apesar do escalonamento longo. O quatro cilindros do Ignis cumpre sem deslumbrar, mas permite-lhe criar vantagem. O sistema start-stop





funciona bem e é suave nestes dois modelos, e as baterias de capacidade majorada permitem desligar o motor ainda antes de imobilizar os veículos. A travagem cumpre, apesar da existência de tambores no eixo traseiro em ambos os modelos. Os melhores comandos e a vantagem nas performances dão a vitória ao Suzuki Ignis na categoria referente à Dinâmica.

Tecnologia desigual

A atual geração do Fiat Panda foi lançada no final de 2011, não tendo sofrido alterações profundas até agora. Facto que se nota especialmente no interior. Não existe qualquer ecrã de info-entretenimento, limitando-se o Panda a apresentar uma ligação Bluetooth e um suporte para o telemóvel com tomada USB. O ar

condicionado automático é de série e os espelhos são elétricos, mas não existem tecnologias de apoio à condução.

Em contraponto, o Suzuki Ignis, nesta versão GLX, tem uma lista de equipamento muito completa, da qual destacamos a câmara traseira, os bancos aquecidos, as luzes automáticas, o avisador de saída de faixa e o alerta de colisão dianteira. Adicionalmente ainda temos os vidros escurecidos e as referidas jantes de liga leve com 16". O ecrã central tem ligações Apple Carplay e Android Auto, bem como navegação. O interface pode evoluir, até porque é comum a todos os modelos do construtor, mas aqui no Ignis cumpre sem ser criticável. É uma enorme vantagem para o Suzuki no capítulo do equipamento.

Panda e Ignis incluem regulações em altura de banco e volante, com o cidadão japonês a permitir um melhor enquadramento do condutor.

Destaque ainda para a colocação

ergonómica do manípulo da caixa do Panda. Em estrada, a insonorização não impressiona em nenhum destes modelos, sendo que a utilização de regimes altos reforça o som do motor

A Fiat opta por um motor tri-cilíndrico, já a Suzuki mantém-se fiel aos 4 cilindros.

no habitáculo, com natural vantagem para o melhor refinamento do quatro cilindros do Suzuki.

A grande vantagem no equipamento de série, bem como a disponibilização de tecnologias

que não se encontram no Panda nem como opcional, dão a categoria Conforto ao Suzuki Ignis por larga margem, desequilibrando as contas.

E na carteira?

Com a ajuda dos sistemas mild-hybrid, tanto Panda como Ignis são capazes de fazer consumos contidos. Em situações de pouco trânsito, é comum os computadores de bordo marcarem valores entre 4 e 5 l/100km. Nos quilómetros que realizamos com algum trânsito e em vias rápidas terminámos com 5,5l/100km para o Suzuki Ignis e 5,8l/100km para o Fiat Panda, um empate face à pequena diferença registada. Nos valores de IUC anual e nas emissões, o equilíbrio mantém-se e só a garantia de cinco anos da Suzuki lhe permite ganhar vantagem face aos quatro anos da Fiat.

Os valores de aquisição destes

dois citadinos são similares, dado que o Fiat Panda 1.0 Hybrid Launch Edition tem um preço a começar nos 16 330€. O Suzuki, na sua versão de tração dianteira, tem um preço de 16 782€. Verificou-se um equilíbrio nesta categoria de Economia, só desempatado pela garantia adicional do Ignis de mais um ano face ao Panda.

Um ponto extra!

Como é habitual nos nossos comparativos, existe um ponto extra para a Estética e que é atribuído pelo resultado da votação que efetuamos no nosso Instagram. Neste caso, a escolha recaiu também sobre o modelo japonês. Se o Suzuki Ignis já levava um avanço tendo ganho todas as categorias do comparativo, o ponto extra na Estética veio reforçar o aspeto mais atualizado do pequeno japonês. O Panda, sendo um automóvel capaz para cumprir

todas as tarefas que lhe são exigidas, acusa os anos do projeto e por isso acaba significativamente derrotado.

A maior diferença entre os dois modelos é ao nível da tecnologia disponível a bordo.

Estamos em presença de dois produtos que cumprem o essencial que se espera de citadinos de entrada de gama. Espartanos e económicos, permitem deslocações despreocupadas em percursos urbanos e sub-urbanos.





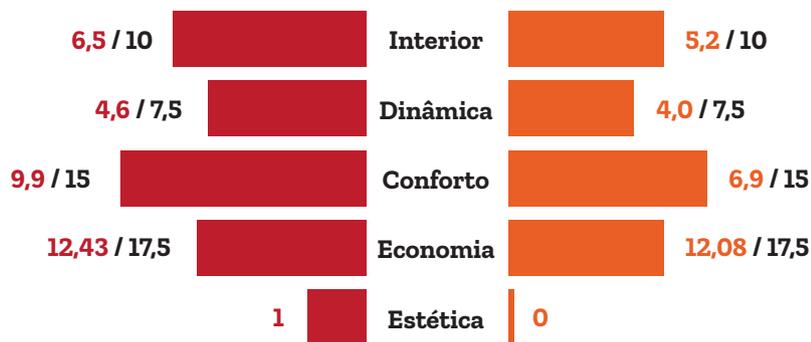
Suzuki Ignis

1.2 Dualjet Mild Hybrid

Fiat Panda

1.0 Hybrid

88 cv POTÊNCIA	107 nm BINÁRIO	1197 cc CILINDRADA		999 cc CILINDRADA	92 nm BINÁRIO	70 cv POTÊNCIA
	165 km/h VELOCIDADE MÁXIMA	12,7 s 0 - 100 KM/H		14,7 s 0 - 100 KM/H	155 km/h VELOCIDADE MÁXIMA	
114 g/km EMISSÕES CO ₂	5,5 l/100km REGISTADO	5,1 l/100km COMBINADO		5,6 l/100km COMBINADO	5,8 l/100km REGISTADO	126 g/km EMISSÕES CO ₂
18.320 ENSAIADO		16.782 BASE		16.330 BASE	18.683 ENSAIADO	



Veredito final

O Suzuki Ignis mostrou-se um veículo capaz e pôs a nu as limitações de um Panda que já leva nove anos de mercado e no qual o novo motor não conseguiu significativas melhorias de performance. A grande vantagem no equipamento de série e na tecnologia, proposta a um preço equivalente, bem como um motor mais despachado e o espaço traseiro mais amplo do que o rival de ocasião, dão o primeiro lugar neste comparativo ao Suzuki Ignis, por larga margem.

27 de novembro 2020
a 6 janeiro 2021



A cidade Natal Guarda



**Iluminação e Música nas Ruas • Photo Point
Instalações Anjo da Guarda • Camião RFM
Presépios • Concurso de Montras
Campanha de Promoção Comércio Local**



**ONDE O NATAL
BRILHA MAIS ALTO**



Há quase uma década à frente da comunicação da Mercedes-Benz em Portugal, falámos com um dos profissionais de marketing mais admirado pelos seus pares sobre as ambições da marca alemã.

À conversa com Jorge Aguiar



"Na Mercedes-Benz sabemos muito bem como queremos deixar o mundo para as gerações futuras."

Curiosamente, o teu percurso profissional não começou nos automóveis?

A minha formação é na área financeira. Passei pela Arthur Andersen, a atual Deloitte, depois pelo grande consumo, pela indústria farmacêutica e, finalmente, os automóveis, onde passei pela Direção de Marketing da Land Rover, da BMW e agora da Mercedes-Benz.

Como está a Mercedes-Benz em Portugal?

Estamos, neste momento, numa situação privilegiada. A estratégia e a forma como comunicamos no nosso país, diferente de como se trabalha a marca noutros mercados, faz com que a Mercedes tenha, em Portugal, a maior quota de mercado de todos os países da Europa. Mas mais do que ser líder em vendas, o que é importante para nós é ser a marca mais desejada pelos portugueses. Somos a marca automóvel número um na confiança, reputação e imagem. Indicadores, para nós, mais importantes que as vendas. As vendas são uma consequência natural e a liderança surge do acumular de tudo isto.

Falemos então do futuro. O que é o "Ambition 2039"?

É a nossa resposta à pergunta: como é que vamos deixar o mundo para as gerações futuras? A indústria automóvel tem enormes obrigações na preservação do Planeta. Não conseguimos viver sem o automóvel, mas ele polui o ambiente. O Ambition 2039 é o caminho para nos tornarmos neutros em emissões de carbono. Do fabrico dos automóveis, à sua utilização. Numa primeira fase, até 2022, todas as fábricas da Europa vão ser neutras em carbono. Não chega só ter carros elétricos. Faz falta tudo o que está para trás. Em todos os fatores da cadeia de produção, do tipo de matérias primas utilizadas à forma como são extraídas da natureza, das condições de trabalho aos fornecedores, as nossas fábricas vão produzir sem prejudicar o Planeta. Já o estamos a fazer na Factory 56, inaugurada em Sindelfingen, onde vai ser produzido o novo Classe S e, futuramente, o novo EQC. Tudo o que esta fábrica necessita para

funcionar vai buscar a fontes de energia alternativas.

O porta estandarte deste caminho é a Mercedes-Benz EQ?

Representa o nosso universo elétrico e híbrido. Temos os veículos EQ, totalmente elétricos, e os veículos EQ Power, que são os híbridos. Na vertente desportiva e de competição temos os EQ Performance, os Fórmula 1, Fórmula E e os futuros AMG. Neste momento, 40% das nossas vendas em Portugal já são EQ Power. Aliás, dos Classe C e Classe E, 80% já são EQ Power. Isto representa uma redução significativa dos consumos e das emissões. Temos híbridos com até 100kms de autonomia 100% elétrica, que permitem, em

muitos casos, semanas de trabalho com zero emissões e zero consumos. As próprias metas da União Europeia obrigam a caminhar neste sentido. Em Portugal já cumprimos esses valores, muito graças à nossa aposta nos híbridos diesel, que as outras marcas não têm. E, com algumas exceções como os AMG, o Classe G e o CLS, com a chegada ainda em 2020 da versão híbrida do GLA a Portugal, vamos ter uma opção eletrificada no mercado em toda a nossa gama.

Simplificar é a nova palavra de ordem na Mercedes?

Até 2025 vamos, claramente, simplificar a nossa oferta. E, com isso, simplificar a vida dos nossos clientes. Isto vai, certamente, passar por anular algumas motorizações e reduzir o portfólio em alguns segmentos. Menos complicação na altura de escolher e configurar um modelo e mais foco na experiência de marca.

É esse o ponto forte da estratégia da marca em Portugal?

A Mercedes-Benz era, tradicionalmente, uma marca mais fechada. E, nos últimos anos, fizemos um trabalho de rejuvenescimento gigante da marca e era preciso dar a conhecer isso às pessoas. Foi preciso sair dos concessionários, da nossa zona de conforto na publicidade tradicional e ir ao encontro das pessoas. Chegámos até a fazer 30 roadshows num ano, mais as experiências nos circuitos de Braga e do Estoril, e ainda a Driving Academy AMG, no Autódromo do Algarve.



Experiências ligadas aos automóveis, mas não só...

Queremos que as pessoas sintam que a marca lhes diz alguma coisa em todos os aspetos da sua vida. Uma experiência com o Garrett McNamara nas ondas gigantes da Nazaré é um bom exemplo disso. Hoje, este tipo de ativações faz parte do nosso ADN. São a nossa forma de injetar amor e confiança nos nossos clientes. Quando as pessoas amam e confiam, nasce um outro sentimento que é o respeito. E com essas três coisas temos um casamento para a vida.

Por falar na Nazaré, o EQ Lounge é um lugar que junta a vertente sustentável a esta aposta nas experiências?

É a casa que construímos no Porto de Abrigo da Nazaré, para ser a base de uma plataforma de experiências, que funciona 365 dias por ano. Foi todo construído com materiais recolhidos dos oceanos, carros estragados e ferro velho que havia ali de barcos abandonados. As paredes são feitas de cimento reciclado e os painéis que revestem a casa foram reciclados com madeira da área ardida do Pinhal de Leiria, que comprámos até como forma de dinamizar a economia local depois daquela tragédia. E todo o edifício é autossustentável com zero emissões. Recolhe energia solar que acumula em baterias aproveitadas de um antigo Classe B 100% elétrico, que, além de alimentarem todo o edifício, servem para carregar os nossos veículos. Mostrar que isto tudo é possível era o primeiro objetivo do EQ Lounge. Agora, queremos levar até lá o maior número de pessoas para partilharmos este conhecimento.

Como pintarias o quadro da Mercedes-Benz para 2021?

Queremos, claramente, continuar a caminhar na lógica da sustentabilidade. Vamos lançar uma nova gama de veículos elétricos, primeiro o EQA e o EQS, e depois o EQB e o EQE, a caminho de nos posicionarmos como uma das marcas líder, e de referência, nos automóveis elétricos. Depois, vamos tornar-nos, provavelmente, a marca mais digital que existe neste momento em Portugal. O software vai ser fundamental em termos de simplificação da forma como interagimos com os nossos clientes. Temos cá um hub digital que trabalha de Portugal para o mundo, no desenvolvimento de aplicações que vão ser implementadas nos automóveis. E tudo isto resulta numa marca de maior valor. Isso não significa uma marca mais cara, mas uma marca que entrega mais valor aos clientes, simplifica a sua vida e oferece experiências únicas.

Experiências como a parceria com o Clube Escape Livre?

É, obviamente, uma parceria para manter. Eu comecei a trabalhar com o Escape Livre na Land Rover, continuei na BMW e agora na Mercedes. Isto, para mim, quer dizer muito. Desde a forma como o Escape Livre trabalha, como gerem os eventos, especialmente os passeios fora de estrada, à forma como são acarinhados pelos participantes, tudo isso diz-me muito. Os valores da Mercedes-Benz e do Escape Livre são os mesmos. E acho que temos evoluído muito nos últimos eventos, fugindo ao tradicional passeio todo terreno. Agora é continuar com a mesma qualidade e ambição de fazer coisas novas, incluindo cada vez mais iniciativas sustentáveis na agenda dos nossos eventos. Fica já o convite a todos para se juntarem a nós em 2021!

"Os valores da Mercedes-Benz e do Clube Escape Livre são os mesmos. É, obviamente, uma parceria para manter."

De cima para baixo

A bandeira do Mercedes-Benz EQ Lounge, no Porto de Abrigo da Nazaré
Jorge Aguiar, na receção às participantes do She's Mercedes Off Road Experience
Símbolo EQ, reciclado com pedaços velhos de corda de barcos de pescadores





valorpneu

Porque existe Amanhã

VALORIZAÇÃO
ENERGÉTICA

RECAUCHUTAGEM

RECICLAGEM

TROCA
DE PNEUS

PREVENÇÃO

E OS SEUS PNEUS, ESTÃO PARA AS CURVAS?

**SABIA QUE SE CUIDAR DOS PNEUS DO SEU VEÍCULO VAI CONSEGUIR AUMENTAR O SEU CICLO DE VIDA?
E QUE QUANDO OS TROCAR POR UNS NOVOS, ELAS PODEM GANHAR UMA NOVA VIDA?**

A Valorpneu é responsável pela gestão e encaminhamento dos pneus usados para que possam voltar à estrada como pneus recauchutados, serem transformados em novas matérias-primas através da reciclagem ou podendo ser utilizados como fonte de energia. Faça parte deste ciclo.

JUNTOS, LEVAREMOS OS PNEUS MAIS LONGE.

Uma iniciativa:

ASSOCIAÇÃO
AUTOMÓVEL
DE PORTUGAL

ACAP



Associação
Nacional de
Indústrias da
Borracha

anirp



Saiba mais em: www.valorpneu.pt



Lisboa

Fundão

Um Oásis na Serra

Um dia no Alambique de Ouro

Um dia no Alambique de Ouro

A bordo do novo Nissan Leaf e+, viajámos de Lisboa ao Fundão para falar com Alberto Carlos e desvendar os segredos de um hotel que é um verdadeiro oásis no meio da Serra da Estrela.

A história do Alambique começou em 1979, no Fundão, na altura um restaurante, que rapidamente se tornou numa referência pela forma despretensiosa como, ainda hoje, continua a servir as iguarias tradicionais da comida beirã. Dez anos mais tarde surgiram os primeiros quartos, como forma de colmatar a falta de alojamentos na zona. Desde então não parou de crescer. Dos iniciais 15 aos 153 quartos foi um "saltinho" e pelo meio surgiu a primeira piscina. Depois outra, a ladear as ilhas, construídas a pensar nos casamentos. Hoje conta com 5, o que lhe conferiu o estatuto de oásis no meio da serra. No ano passado, para delícia dos mais novos, abriu um parque aquático. Agora, prepara-se para dar um passo que irá transformar este destino obrigatório na época balnear, num hotel de luxo em qualquer altura ano.

O caminho de Lisboa ao Fundão foi feito a bordo do Nissan Leaf e+. Mais potente e com mais autonomia, fomos descobrir se o elétrico nipónico está à altura de longas viagens sem grandes preocupações.

São agora 218cv, uma bateria de 62kWh com autonomia para 385km e uma enorme oferta de equipamento onde se inclui, por exemplo, sistema de som Bose, sistema de navegação, ProPilot com condução semi-

autónoma nível 2 e o e-Pedal, que permite a condução apenas com o acelerador.

Claro que, em autoestrada, as contas da autonomia deste Leaf e+ são, forçosamente, outras. Mesmo assim, e cumprindo todos os limites de velocidade, bastou uma curta paragem de 40 minutos para cada lado para cumprirmos o nosso trajeto. Nada que atrapalhe muito os planos do condutor, tendo em conta as enormes poupanças em combustível e emissões. Além disso, com duas crianças no carro, uma paragem a meio caminho é sempre bem-vinda!

Mas se os carros elétricos já não são a grande limitação para viagens longas, a rede de carregamentos rápidos, sobretudo a presente nas estações de serviço das autoestradas ainda é, manifestamente, insuficiente. Basta não ter a "sorte" de encontrar o carregador desocupado para que o tempo da sua paragem rapidamente duplique. Pode sempre recorrer a algumas aplicações móveis para verificar o número de utilizadores em cada posto a dado momento. Para nós, funcionou e chegámos ao Alambique de Ouro à hora prevista.

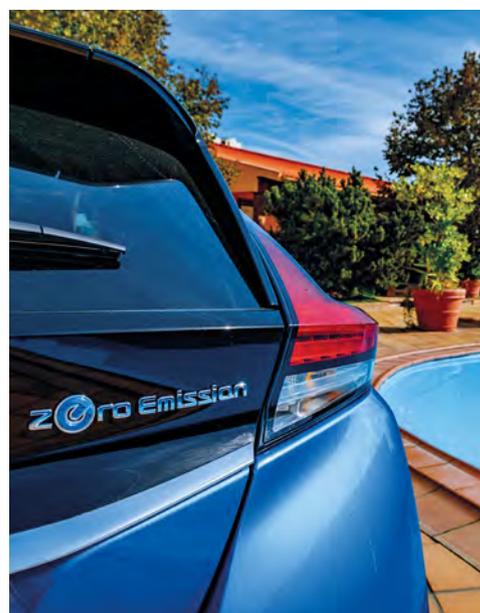
A viver no hotel, Alberto Carlos, proprietário, passa os dias entre o restaurante e a receção, acompanhado pelo Diretor, José Almeida, um nome incontornável na gestão



hoteleira nas Beiras. Em conjunto com toda a equipa do Alambique de Ouro, não poupam esforços para que cada estadia seja sempre memorável. "A aposta é nas famílias", para que façam desta a sua casa de férias, com quartos que podem acomodar com todo o conforto até 6 pessoas.

No Alambique há lugar para tudo menos para o aborrecimento. Lá dentro, das piscinas ao SPA, da sala de snooker e bilhar ao restaurante, sem esquecer a música ao vivo e as noites temáticas, há sempre uma boa razão para sair do quarto. Mas, porque as estadias, sobretudo as familiares, se tornam cada vez mais extensas, há muitos programas para aproveitar todas as riquezas da zona do Fundão. Impulsionados pelo Diretor do Hotel, permitem "estender a experiência da estadia" e criar laços com a comunidade. E se, para os mais graúdos, o difícil vai ser escolher, para as crianças, o difícil vai ser parar! As horas de diversão começam de manhã no recente Parque Aquático, sempre monitorizado por uma equipa de 4

O novo projeto de expansão do Alambique promete torná-lo num destino internacional.



peças, depois nos insufláveis nas piscinas e só terminam no Kids Club.

Se é verdade que "um hotel que não tenha um SPA, não é um hotel para muita gente", o projeto do novo Alambique promete elevar, e de que maneira, essa fasquia.

As obras já estão em curso. Para começar, serão mais 38 quartos familiares e uma sala de congressos preparada para receber 400 a 500 pessoas, alargando assim o espectro da oferta do Alambique para o lado empresarial. E depois o SPA. Um projeto "bastante arrojado que vai contar com espaços únicos em Portugal."

Começamos pelas 3 novas piscinas, uma de lazer e natação, outra para crianças e ainda uma totalmente dinâmica, com 90 jatos diferentes de água. Entre as piscinas, elevados dentro de água, dois jacuzzis com capacidade para 20 pessoas cada. E ainda mais dois, trabalhados em rocha, ao lado das piscinas. Na ilha do primeiro piso encontraremos uma gruta, que marca o início de um circuito com quatro saídas possíveis, correspondendo a quatro tratamentos de água distintos. Ao lado, um corredor de vidro suspenso sobre as piscinas do piso inferior, com 80 cm de água onde poderemos circular.

Depois os duches sensoriais, saunas e banho turco, com capacidade para mais de 25 pessoas, uma zona de águas correntes e gelo e duas salas de repouso total, uma com colchões de água quente e outra com chaise longues aquecidas.

No ano em que celebra o carro nº 500.000, o Leaf atinge também o número líder de 5.000 unidades vendidas em Portugal.

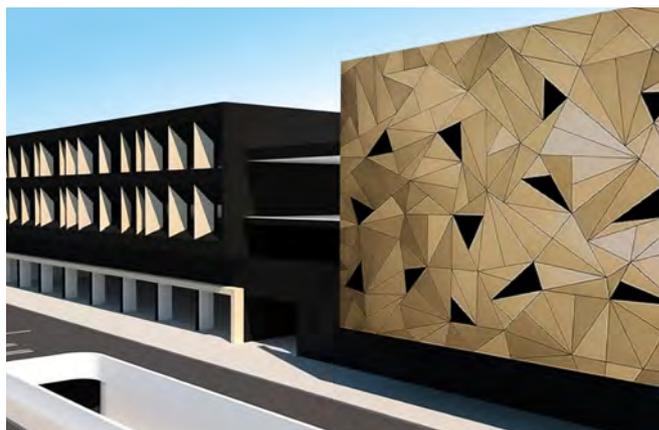
No deck, uma área para cerca de 100 espreguiçadeiras permite descansar e assistir ao ecrã gigante encrostado numa parede de rochas por onde brotam cascatas de água.

A zona de tratamentos será formada por 5 salas de massagem, quatro para casal e uma individual, e um tanque de suspensão de água salgada. E, além do SPA, ainda vai encontrar um novo ginásio que também estará aberto ao público em geral.

A cereja no topo do bolo, será a primeira cabine de neve do nosso país. Um espaço com 16m², onde nos vamos sentar em pequenos bancos e estar debaixo da neve artificial que cai e se vai formando lá dentro. "É a nossa forma de trazer para o Alambique a sensação de estar lá em cima na Serra da Estrela a ver nevar".

No total, falamos de uma área coberta de 4500m² que Alberto Carlos espera ver em funcionamento já no final de 2021, pese embora os trabalhos só avancem ao ritmo que a pandemia vai deixando.

Além de criar novos postos de trabalho numa zona que tanto precisa deles, o novo Alambique de Ouro está prestes a tornar-se um destino de nível internacional. Olhando para as imagens do projeto, não restam dúvidas disso mesmo. Tanto que, no momento de nos despedirmos, não tivemos outro remédio senão agendar já um regresso! Juntam-se a nós?



EU QUERO. POLITÉCNICO DA GUARDA.

CTeSP | LICENCIATURAS | MESTRADOS

mais em www.ipg.pt



CTeSP

Acompanhamento de Crianças e Jovens
Bioanálises e Controlo
Cadastro Predial
Cibersegurança
Comunicação Digital
Comunicação, Protocolo e Organização de Eventos
Construção Civil e Obras Públicas **NOVO**
Contabilidade e Fiscalidade
Cozinha e Produção Alimentar
Desenvolvimento de Aplicações Informáticas
Design e Fabrico Digital
Desportos de Montanha
Educação e Tecnologias da Informação e Comunicação
Energias Renováveis e Eficiência Energética
Gerontologia
Gestão Clínica Administrativa
Gestão de Alojamentos Turísticos
Gestão e Comércio Internacional
Gestão e Inovação de Produtos Endógenos
Indústria Automóvel
Manutenção e Reparação Automóvel **NOVO**
Manutenção Industrial Eletromecatrónica **NOVO**
Metalomecânica e Fabrico Computorizado
Relações Interculturais e Intervenção Social
Repórter de Som e Imagem
Riscos e Proteção Civil **NOVO**
Treino Desportivo **NOVO**
Turismo de Saúde e Bem-Estar

LICENCIATURAS

Animação Sociocultural
Biotecnologia Medicinal **NOVO** *
Comunicação e Relações Públicas
Comunicação Multimédia
Contabilidade
Design de Equipamento
Desporto
Educação Básica
Energia e Ambiente
Enfermagem
Engenharia Civil
Engenharia Informática
Engenharia Topográfica
Farmácia
Gestão
Gestão de Recursos Humanos
Gestão Hoteleira
Mecânica e Informática Industrial **NOVO**
Marketing
Restauração e Catering
Turismo e Lazer

* Parecer preliminar de acreditação por 6 anos da CAE da A3ES.

MESTRADOS

Ciências Aplicadas à Saúde
Ciências do Desporto
Computação Móvel
Construções Cívicas
Educação Pré-Escolar e Ensino do 1.º Ciclo do Ensino Básico
Enfermagem Comunitária
Enfermagem de Saúde Infantil e Pediatria
Ensino de Inglês no 1.º Ciclo do Ensino Básico
Gestão
Gestão e Sustentabilidade no Turismo
Marketing e Comunicação
Sistemas Integrados de Gestão (Ambiente, Qualidade, Segurança, Responsabilidade Social)

PÓS-GRADUAÇÕES

Educação e Organização de Bibliotecas Escolares
Gestão de Projetos*

* Uma parceria da IPMA, APOGEP, Bright Academy e IPG.

PÓS-LICENCIATURAS

Especialização em Enfermagem Médico-Cirúrgica
Especialização em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiatria



1931

QUINTA DOS TERMOS

Quando os vinhos são poemas

Lisboa



Quando os vinhos são poemas

São de vinhas da Beira Interior, com parcelas que remontam a 1931, que nascem os vinhos da Quinta dos Termos. A bordo do Peugeot 208 1.2 Puretech GT Line, visitámos um terroir que é uma herança de família e conversámos com João Carvalho sobre história, paixão e o novo projeto no Douro.

Na aba da encosta sul da Serra da Estrela, acobertada dos ventos frios do Norte e a banhos de Sol pela sua exposição a sul, é na Cova da Beira que encontramos a Quinta dos Termos. Adquirida pelo pai há 75 anos, são quase 200 hectares onde João Carvalho cultiva cereais, faz mel e produz dos vinhos mais premiados da região. Predicados mais do que suficientes para lhe fazermos uma

"Aqui, a filosofia é engarrafar aquilo que a natureza nos deixa fazer."

visita, muito bem acompanhados pelo Peugeot 208, responsável pela presença do "leão" no segundo lugar da tabela de vendas em Portugal.

O estilo jovem e irreverente do 208 estende-se do exterior para o interior e, logo nas primeiras curvas, podemos comprovar as características do chassis dinâmico em andamentos mais atrevidos. O motor 1.2 de 3 cilindros e 130cv de potência responde, e bem, sempre que solicitado e, apesar de cidadão por natureza, nesta viagem até Belmonte, não desilude no conforto, desempenho e consumos. Razões pelas quais

chegámos de muito bom humor ao portão da quinta, onde nos esperava João Carvalho.

Antigo professor universitário e empresário têxtil que continua a ditar tendências nos tecidos a nível internacional, é no meio das vinhas que se sente em casa. Juntamente com a esposa, Maria de Lurdes Carvalho, fizeram da quinta que herdou do pai um lar e um destino obrigatório para os amantes de bom vinho.

Os vinhos Quinta dos Termos nasceram apenas em 2001, quando João deu vida a uma tradição que ali remonta há mais de 2000 anos. Aliás, datadas do Século II ao Século V, ainda podemos ver as lagaretas com dois pisos e um corredor, onde o vinho era feito em bica aberta, onde o esmagamento das uvas dava origem ao vinho do proprietário, e o bagulho à água-pé, bebida por quem trabalhava a terra.

Foi a primeira adega em Portugal certificada em produção ecológica, e a única durante quase dez anos. "Devemos ser dos únicos produtores em Portugal com abelhas no meio das vinhas" diz das 70 colmeias que existem entre as vinhas, sabendo que são animais extremamente sensíveis a herbicidas e pesticidas.

Nesta quinta, onde se faz muita investigação da vinha e do vinho, do amanho até á colheita é tudo feito manualmente e vinificado em monocasta com as leveduras indígenas, das próprias uvas, sempre com especial atenção durante a fase

de fermentação para controlar o processo natural. "Agimos com o propósito de fazer vinhos que expressem o terroir e a casta com que são feitos". A par do esforço humano, o clima da região beirã, de temperaturas bastante elevadas nos meses mais quentes, traz um grau elevado de maturação, originando vinhos complexos, aromáticos e consistentes.

O Peugeot 208 tem as garras bem presas ao asfalto e permite andamentos bastante atrevidos!

Para provar, escolhemos o branco monocasta Fonte Cal. E não foi por acaso! A recuperação desta variedade de uvas para o portfólio nacional em muito se deve a João Carvalho. Quase exclusiva desta região, o produtor descobriu esta casta antiga e rara nas parcelas de vinhas velhas da Quinta dos Termos. "No início nem sabíamos o que era e só a ajuda de um consultor permitiu identificá-la". Depois deu início a um processo de recuperação e, atualmente, já ali se encontra um



As linhas felinas e exuberantes da versão GT Line do 208 fazem acelerar o pulso mesmo antes de nos sentarmos ao volante.

generoso campo de clones da casta. Esta uva, com o mesmo teor de açúcar que a Síria, acaba por ser mais doce e tostada, resultando num vinho aveludado, fino e de acidez perfeita, com grande equilíbrio, perfume e frescura.

Em cada garrafa, é possível saborear as horas de dedicação que esta família dedica à sua arte. Uma paixão que já trouxe para o negócio o filho, Pedro, um economista que resolveu tirar o mestrado em enologia e vinicultura para se dedicar de corpo e alma à nova empreitada da família: fazer vinhos do Douro.

A vontade já era antiga e o primeiro passo foi dado com a aquisição da Quinta do Pocinho, "muito maltratada, mas com muito potencial". A promessa de vinhos com características únicas, feitos com castas bem diferentes das da Beira Interior é o grande aliciante. "Somos um país pequenino, mas muito heterogéneo. No mundo do vinho isso dá-nos a capacidade de fazer de vinhos simples a muito complexos". Dos 22 hectares de vinha na quinta no Douro, cerca de 3 têm direitos de Vinho do Porto, um néctar que tencionam começar a produzir já em 2021 e que "vai para a cave até ter uma história para contar."

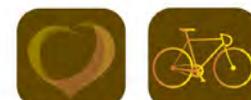
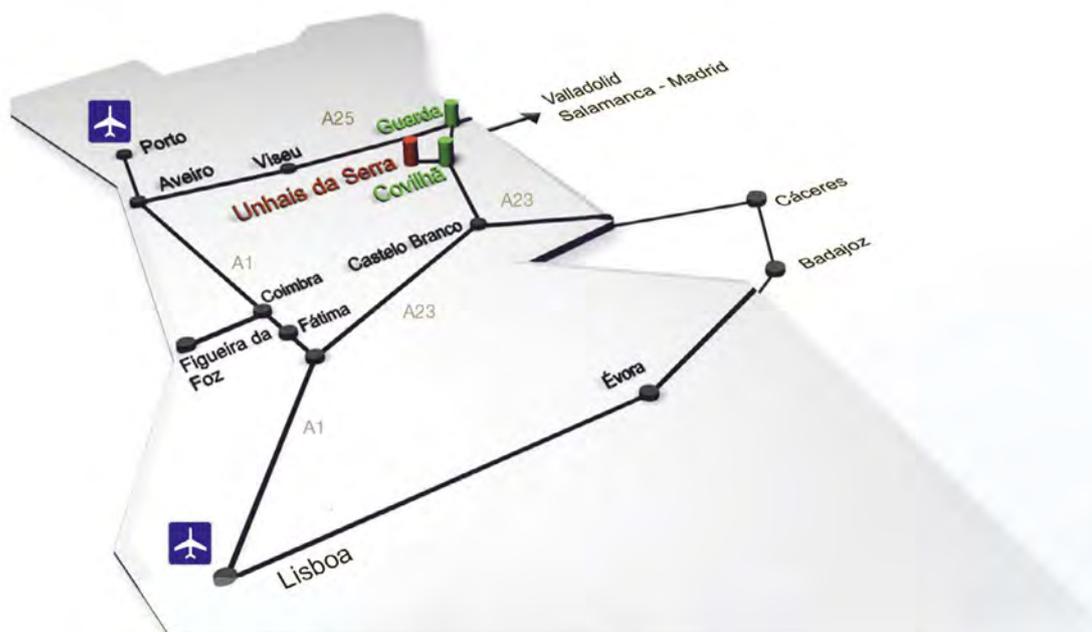
A Quinta dos Termos produz anualmente mais de 800 mil garrafas e "a tendência é aumentar". Reconhecidos nacional e internacionalmente, são um nome de referência, embaixadores por excelência da Beira Interior. E, enquanto o novo projeto no Douro não abre portas, aceite este convite e venha visitar João Carvalho e a família a Belmonte.

Quanto a nós, altura de regressar à base e aproveitar os quilómetros que nos restam ao volante do Peugeot 208. Uma experiência que o desafiamos a conhecer em detalhe em [escaplivre.com](https://www.escaplivre.com) e a descobrir como é que o leão se comporta face aos seus rivais!



Serra da Estrela

o destino todo o ano



SAÚDE & BEM ESTAR



ACTIVO



RELIGIOSO



GASTRONOMIA



CONGRESSOS E INCENTIVOS



VINHOS



NATUREZA



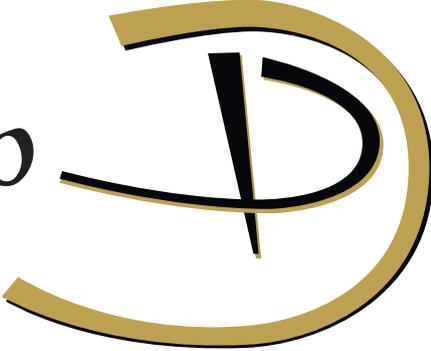
ALDEIAS HISTÓRICAS
& ALDEIAS DE XISTO



naturaimbhoteles.com

facebook.com/naturaimbhoteles

RESTAURANTE

Paraíso  Douro
LAMEGO



Um paraíso dourado em Lamego

Sobranceiro à cidade, no alto da Serra das Meadas, há um paraíso gastronómico com vista privilegiada para o Douro. Subimos até lá com o novo Suzuki Vitara Mild-Hybrid 48V e fomos provar os pratos da "Dona Aninhas".

Quando o restaurante da família em Lamego se tornou pequeno para tanta procura, o pai, João Paixão, subiu à Serra das Meadas em busca de mais espaço. Descobriu um lugar paradisíaco sobre o rio Douro onde construiu um restaurante e um espaço para eventos com alojamento próprio – o seu Paraíso Douro. Para lá chegar, decidimos fugir da estrada principal e subir a serra por maus caminhos. E que bom que é andar por maus caminhos com este Vitara!

Já falámos no início do ano das extraordinárias capacidades fora de estrada deste Suzuki e do seu sistema All Grip e, assim, o objetivo agora era testar a nova motorização Mild-Hybrid, que combina um 1.4 Boosterjet de 130cv a gasolina, com um motor elétrico de 10kW de potência e bateria de 48V. Esta atualização foi ainda motivo para outros pequenos retoques, como novos faróis LED, capacidade de travagem regenerativa e a otimização do sistema stop-start. Tudo somado, a marca prometia reduções de consumos e emissões de 15% face ao modelo anterior. Além de cumprir essa promessa, conseguiu algo mais. O novo sistema dota o Vitara de uma aceleração bastante mais musculada, graças à injeção imediata de binário que, aliada a uma suspensão eficaz e um elevado grau de aderência à estrada, sobretudo na versão de tração integral, resulta num comportamento ainda mais dinâmico, tanto dentro como fora de estrada. Resumindo, se já gostávamos, e muito, deste Vitara,



é agora indiscutível de que se trata de uma das melhores propostas do segmento.

João e a esposa, Ana do Carmo, estão há 44 anos na restauração. Começaram com um pequeno "tasco" que servia lanches e que depressa se transformou numa referência gastronómica em Lamego, onde ainda servem refeições durante toda a semana. Mas, há 16 anos, os fins de semana são passados aqui, no alto das Meadas.

"Para se saber receber, é preciso saber dar", diz Dona Aninhas.

A Dona Aninhas, como é carinhosamente chamada, diz-nos que só está feliz a cozinhar. A simplicidade e a humildade com que nos abriu a porta da sua cozinha, revela bem os valores que estão na base de cada prato. Guardiã das receitas da família que hoje passa para a filha, Maria João, admite algum cansaço dos anos passados a servir, mas sempre que chega um elogio à cozinha "o cansaço parece que até nos larga". Cozinha tradicional portuguesa, claro está, caseira, sempre com produtos da região e os mesmos fornecedores há mais de 30 anos. Os legumes da época ditam as sopas da ementa e em cada altura do ano há uma diferente para provar. Aos domingos, por demanda

O Vitara continua uma fera fora de estrada, agora mais económica e menos poluente.

popular, há sempre cabrito. Mas também o Bacalhau com Broa e a Cataplana de Tamboril. E o arroz de forno não há igual, não o fizesse a Dona Aninhas ainda à moda antiga, como aprendeu da mãe. Na carta de vinhos, destaque natural para o Douro e os espumantes Raposeira, marca da terra. E não podia faltar a doçaria tradicional, da Tarte de Lamego ao cobiçado Leite Creme que "ninguém faz como a mãe", conta Agostinho, o filho que "cresceu debaixo das mesas do restaurante" e, juntamente com a irmã, herda diariamente os ensinamentos dos pais. Para ele, a "comida é uma experiência de memória" que o faz recordar os anos de miúdo.

O cuidado e a atenção empregue em cada detalhe faz lembrar mais um pequeno restaurante de degustação que uma grandiosa sala de eventos, dos pastéis de bacalhau confeccionados bem ali, à nossa frente, aos assados à beira da piscina. Toda a equipa do Paraíso Douro é uma força da natureza movida pela vontade de bem receber. Aqui, os funcionários são "da família" e muitos já lá estão há mais de 20 anos. Fazem a casa mais pequena e nota-se o carinho e dedicação que têm por este lugar.

Aliar um belo prato a uma bela paisagem é motivo mais do que suficiente para atrair todo o tipo de eventos, sobretudo casamentos. O alojamento, com capacidade para 50 pessoas, que começou por ser apenas um apoio

Para Agostinho Paixão "a comida é uma experiência de memórias".

aos eventos, já ganhou vida própria. E em curso está um aldeamento com 10 pequenos bungalows e uma piscina interior aquecida.

O Paraíso Douro encontrou a receita perfeita. Localização magnífica, cozinha absolutamente deliciosa e a simpatia desta família, Paixão de apelido, e apaixonada pela arte de muito bem servir e ainda melhor receber.

Quanto a nós, trouxemos a barriga cheia e mais uma mão cheia de histórias para contar. Altura agora de nos sentarmos novamente ao volante do Vitara e regressarmos a casa. Mas a promessa de voltar está feita. E contamos consigo para se juntar a nós.



LEXUS UX 250h E ES 300h

DIFERENTES A FAZER A DIFERENÇA.

TROQUE O SEU DIESEL POR UM HÍBRIDO.
E NADA VAI VOLTAR A SER IGUAL.



CONDIÇÕES ESPECIAIS DE RETOMA

Poder conduzir até 50% do tempo em modo elétrico, ter silêncio a bordo e escolher uma durabilidade comprovada faz a diferença. Troque o seu diesel e veja como nada se equipara a um híbrido Lexus.

Faça a diferença num Centro Lexus ou em lexus.pt

7 ANOS
DE GARANTIA

Consumo combinado (l/100 km): Mín. 4,3 / Máx. 6,5. Emissões de CO₂ (g/100 km): Mín. 107 / Máx. 147. Imagem não contratual. Condições de garantia: Garantia Legal (2 anos sem limite de quilómetros). Garantia de Fabricante (até ao 3.º ano ou até aos 100.000 km). Extensão de Garantia (do 4.º ano até ao 7.º ano ou até aos 160.000 km).

LEXUS
EXPERIENCE AMAZING



Descarregue o roteiro em
www.escapelivre.com

Roteiro

**FIGUEIRA
DE CASTELO
RODRIGO**

Entre o Castelo e a Manófa

Uma Figueira cheia de bons frutos

Paisagens e gastronomia generosa são ex-libris de Figueira de Castelo Rodrigo. As amendoeiras hão de pintá-la de branco e rosa, arrancando suspiros. Hospitaleira e acolhedora, aguarda a sua visita, assim que os tempos que vivemos o permitam.

Conhecendo já a anual tela de flores, escolhemos o outono para a nossa viagem, até porque o objetivo era também experimentar o novíssimo VW Tiguan e pôr à prova os seus atributos.

Pelo caminho, não fomos indiferentes à beleza dos campos cultivados, ponteados com oliveiras, amendoeiras e antigos pombais que conferem à paisagem rural uma beleza única, nem à relevante arquitetura religiosa, com igrejas e capelas que além de contarem estórias, são referência importante na identidade destas gentes.

No Castelo, percorra as ruelas estreitas com casas espartilhadas pelas muralhas.

A história de Figueira remonta à pré-história e prossegue com ocupações dos túrdulos, romanos (que deixaram inúmeros vestígios, vilas, pontes e calçadas), e mouros. Até ao séc. XIX a sede de concelho era Castelo Rodrigo, em homenagem ao alcaide D. Rodrigo, que defendeu fortaleza em 1296. Hoje é uma das Aldeias Históricas da Beira Interior, diríamos até uma das mais belas, sendo obrigatória a sua visita. Na aldeia,

descubra as ruínas do Palácio de Cristóvão de Moura, o pelourinho quinhentista, a cisterna com arcos estilo árabe e manuelino, a igreja medieval e uma paisagem inesquecível.

As ruelas estreitas e sinuosas, e as casas espartilhadas pelas muralhas da velha fortaleza medieval, motivaram que a sede de concelho passasse para uma área mais ampla, no séc. XVII, na planície aos seus pés, designada Figueira de Castelo Rodrigo. Para soltar as pernas, nada melhor que um passeio pelo centro, pelo arco abatido do Coro da Igreja Matriz de Figueira e a Torre da Igreja que serve de ninho às cegonhas.

Ali bem perto, cerca de 3km, a igreja e convento de Sta. Maria de Aguiar, património nacional, é outro ex-libris, pela sua idade e pela sua monumentalidade. Pertença inicial da Ordem de Cister, esta edificação do séc. XII, é conhecido por convento, mas seria um antigo mosteiro, já que a regra vigente era do tipo monacal (exercida por monges), ou seja, vivendo e trabalhando em locais afastados dos povoados. Na auréola dos tempos deste convento, estão os inúmeros milagres atribuídos a Sta. Maria.

Depois de visitada a Aldeia Histórica de Castelo Rodrigo e o centro de Figueira, não resistimos a explorar aquele peculiar monte que se encontra num dos lados da aldeia e que nos chama. Subimos à Serra da Marofa, a 977 metros de altitude. Na verdade, é um dos cartões de visita de Figueira.

A geração de 2016 do VW Tiguan recebeu o ansiado restyling e chega ao nosso país com um leque de

argumentos digno do SUV favorito dos europeus. Esteticamente, pouco mudou. Exceção feita à nova grelha frontal, aos para-choques da frente e de trás e aos novos faróis LED. No interior as novidades são o painel de instrumentos digital e o sistema de info-entretenimento com ecrã tátil de 10", comandos por voz e Apple CarPlay sem fios.

Ao volante tínhamos a versão Life, com o motor 1.5 TSI de 130cv, que, apesar de ser um 4x2, se portou lindamente nos trilhos figueirenses que percorremos. Aliás, todo o roadbook que preparámos está

O VW Tiguan está de volta e traz consigo todos os argumentos de um SUV líder.

perfeitamente ao alcance de um 4x2, embora com chuva ou condições atmosféricas mais desafiantes, o melhor é contar com uma das versões com sistema 4Motion, tração integral e 6 modos de condução, incluindo neve e offroad. Ou, para os mais atrevidos, o Tiguan R, a versão desportiva do SUV, com um motor 2.0 TSI de 320cv.

Duas coisas são inegáveis neste automóvel. A primeira é que estamos perante um grande passo da marca



em direção ao futuro, tanto a nível de tecnologia a bordo como das novas motorizações, que irão incluir também uma versão híbrida. A segunda é que se trata de um carro (mesmo) muito agradável de conduzir!

Graças ao Travel Assist, podemos desfrutar de um apoio na direção, travagem e aceleração a velocidades até 210Km/h e a Gestão Ativa dos cilindros permite-lhe, em certas condições, "desligar" 2 dos 4 cilindros do motor para uma poupança efetiva de combustível.

Por estas e outras razões que pode ver no ensaio completo que realizamos em escapelivre.com, não será surpresa para ninguém quando dizemos que o VW mais vendido na europa no último ano, tem tudo para continuar a liderar vendas e preferências.

Quanto à nossa viagem, na chegada ao cume da Marofa não percebemos se a emoção é da adrenalina ou do panorama. A réplica do Cristo-Rei, com seis metros, saída do planalto que abrange Figueira, a albufeira da barragem

Do alto da Marofa podemos admirar todo o esplendor desta região.

de Santa Maria de Aguiar e Espanha, mas o panorama de 360 graus é todo ele extraordinário. Nas imediações foi ainda contruída uma via sacra com peculiares capelinhas.

Depois da subida, descemos ao vale do rio Côa. Nascido nos Foios, na serra das Mesas, é um dos poucos rios portugueses que efetuam o percurso de sul para norte. Percorre cerca de 135 km até desaguar na margem esquerda do rio Douro, perto de Vila Nova de Foz Côa. Todo o seu percurso é caracterizado por paisagens espetaculares designadas de Ribacôa, aqui e ali rubricadas com pontes seculares que dão outra graça à fotografia. Fomos encontrá-lo na divisão com o concelho de Pinhel e aproveitámos o momento para um piquenique.

Sugestões gastronómicas não faltam neste roteiro. A amêndoa, natural ou preparada artesanalmente das mais diversas formas, doces ou salgadas, está entre os produtos de excelência. Os pratos principais passam pelo caldo de couves, a sopa de peixe servida em Barca d'Alva, a sopa de "carrapatos" ou o forte caldo de feijões com hortaliça. Depois, os assados de cabrito ou borrego, os pratos de coelho, lebre e javali, torresmos ou o bacalhau assado com batata a murro. Não esqueça os enchidos, o queijo, as compotas, os biscoitos de Escalhão, os morteiros e os esquecidos de Mata de Lobos, o mel e também as azeitonas e o azeite, de grande sabor.

Antes da despedida, passe pela Adega e abasteça-se do precioso nêctar desta região. Desta vez, escolhemos o premiado espumante Castelo Rodrigo em garrafa Magnum 1.5L, resultado de um desafio lançado pelo Clube Escape Livre, em 2015, e que desde então sobe ao pódio em todas as provas desportivas que organizamos.

Bagageira aviada, é hora do novo VW Tiguan nos levar de volta casa!

Onde dormir?

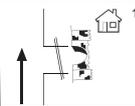
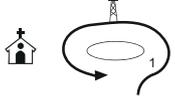
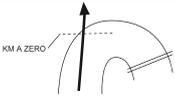
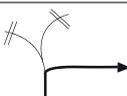
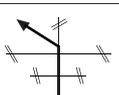
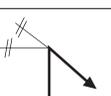
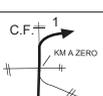
Hospedaria do Convento
Colmeal Countryside Hotel
Estalagem Falcão de Mendonça
Casa da Cisterna

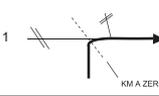
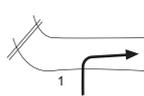
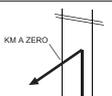
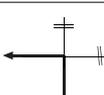
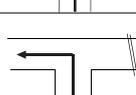
Onde comer?

A Cerca
Taverna da Matilde
O Lagar do Douro Superior



Trilhos Figueirenses

NOTA	PARCIAIS	TOTAIS	DIREÇÃO	OBSERVAÇÕES
1	0,000 0,000	0,000		1 - Casa de Chá Pátio do Castelo ALDEIA HISTÓRICA DE CASTELO RÓDRIGO INÍCIO DE PERCURSO/ PÔR KM A ZERO
2	0,100	0,100		DESCE
3	0,100	0,200		DESCE E SEGUE ASFALTO PRINCIPAL
4	1,600	1,800		DIR. MAROFA
5	3,900	5,700		1 - Sentido Obrigatório ALTO DA MAROFA ADMIRE A PAISAGEM DESCE ASFALTO PRINCIPAL
6	1,400 0,000	7,100 0,000		PÔR KM A ZERO ENTRA TERRA
7	0,100	0,100		
8	0,100	0,200		DESCE CORTA-FOGO
9	0,500	0,700		SOBE P.P. AO LADO DO CORTA-FOGO
10	0,200	0,900		SOBE
11	0,600	1,500		ENTRA E SEGUE P.P.
12	0,600	2,100		1 - Placas de caça POUCO DEPOIS DESCE CORTA-FOGO
13	0,400 0,000	2,500 0,000		1 - Placa de madeira
14	0,300	0,300		SEGUE P.P.
15	0,700	1,000		ATT!! PONTÃO ESTREITO ENTRA P.P.
16	0,800	1,800		ADMIRE À ESQUERDA A ALDEIA DO COLMEAL

NOTA	PARCIAIS	TOTAIS	DIREÇÃO	OBSERVAÇÕES
17	0,600	2,400		
18	0,400 0,000	2,800 0,000		1 - SIGA DIR1 E VISITE COLMEAL REGRESSE A ESTE LOCAL PÔR KM A ZERO
19	0,400	0,400		SEGUE P.P.
20	0,200	0,600		
21	1,800	2,400		SEGUE P.P.
22	1,200	3,600		DESCE
23	0,100	3,700		1 - Luzelos ENTRA E SEGUE ASFALTO
24	1,900 0,000	5,600 0,000		ENTRA TERRA PÔR KM A ZERO
25	0,600	0,600		SEGUE P.P.
26	0,900	1,500		SEGUE P.P.
27	0,600	2,100		DESCE P.P.
28	0,300	2,400		DESCE P.P.
29	0,300	2,700		MILHEIRO JÁ EM EMPEDRADO
30	0,050	2,750		SEGUE RUA DA CAPELA
31	0,250	3,000		JÁ EM ASFALTO
32	0,800 0,000	3,800 0,000		ENTRA TERRA PÔR KM A ZERO SEGUE P.P.

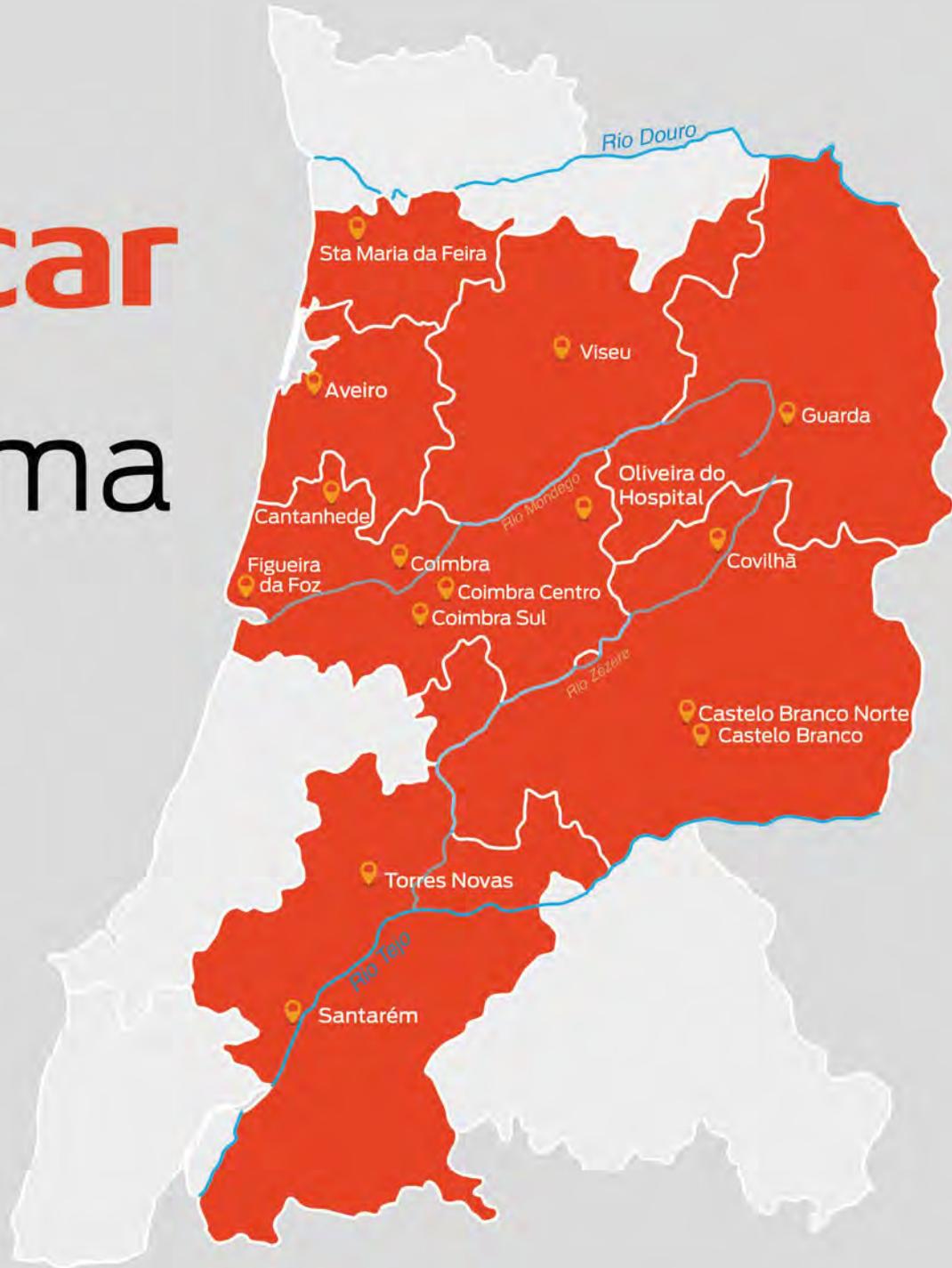
Trilhos Figueirenses

NOTA	PARCIAIS	TOTAIS	DIREÇÃO	OBSERVAÇÕES
33	0,600	0,600		SEGUE P.P.
34	1,100	1,700		DESCE P.P.
35	0,100	1,800		ENTRA E SOBE ASFALTO
36	0,800 0,000	2,600 0,000		ENTRA TERRA PÔR KM A ZERO DESCE P.P.
37	0,100	0,100		1 - Poste de cimento DESCE E SEGUE P.P.
38	0,200	0,300		CRUZA LINHA DE ÁGUA SOBE P.P.
39	0,200	0,500		ENTRA E SEGUE EN221
40	1,400	1,900		1 - Rio Cóa DIR. BIZARRIL
41	1,200 0,000	3,100 0,000		DIR. CAPELA N.º SR.º DE MONFORTE DIR. CASTELO DE MONFORTE ENTRA TERRA PÔR KM A ZERO
42	0,700	0,700		SEGUE P.P.
43	2,100	2,800		CONTINUA P.P.
44	0,400	3,200		
45	0,400	3,600		1 - Placa de caça SOBE P.P.
46	0,300	3,900		
47	1,700	5,600		

NOTA	PARCIAIS	TOTAIS	DIREÇÃO	OBSERVAÇÕES
48	2,100	7,700		ENTRA E SEGUE ESTRADÃO PRINCIPAL
49	1,000	8,700		
50	0,300	9,000		
51	0,300	9,300		ENTRA EMPEDRADO REIGADA
52	0,100	9,400		
53	0,100	9,500		SOBE
54	0,100	9,600		1 - Casa amarela - Largo do Terreiro 2 - Casa Nº1
55	0,100	9,700		
56	0,200	9,900		1 - Café Central
57	0,400	10,300		FIM DO PERCURSO REGRESSA A FIGUEIRA DE CASTELO RÓDRIGO

Litocar

Próxima de si.



f @ in v litocar.pt



Ncar

Coimbra Sul
Coimbra
Figueira da Foz
Cantanhede
Oliveira Hospital
Viseu
Guarda
Covilhã
Castelo Branco

Coimbra Sul
Coimbra
Figueira da Foz
Viseu
Guarda
Castelo Branco

Guarda
Castelo Branco

Coimbra Sul
Viseu
Sta. Maria da Feira
Santarém
Guarda
Castelo Branco

Sta. Maria da Feira

Sta. Maria da Feira

Coimbra
Viseu
Castelo Branco

Santarém

Santarém

Coimbra Centro
Coimbra
Figueira da Foz
Cantanhede
Oliveira Hospital
Viseu
Covilhã
Castelo Branco
Torres Novas
Santarém
Aveiro

A diabolização do automóvel

Uma pausa para café com António Catarino

O automóvel, essa máquina fantástica e revolucionária, que abriu caminho, na segunda metade do século XIX, à mobilidade tal como hoje a desfrutamos, é quase um mal amado dos tempos modernos.

Sobre ele vêm incidindo os holofotes dos radicalismos que tornam estranho o mundo em que vivemos, balizado por paradigmas e mitos urbanos.

É certo que a componente ambiental assume nos dias que correm acelerados, uma importância transcendente, mas daí a diabolizar o veículo que é sinónimo de liberdade individual e comodidade vai a distância que o bom senso recomenda.

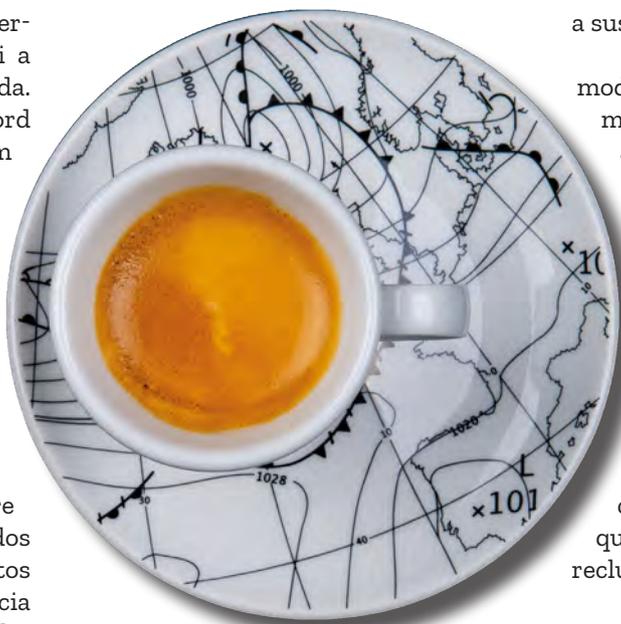
Democratizado graças ao Ford T, de eixos elevados que permitiam utilização no campo e na cidade, no alvorecer do século passado, o automóvel chegou a todas as classes, em particular no pós-Guerra, através de modelos populares e económicos, caso do VW (o Carro do Povo) Carocha, Fiat 500 e Citroën 2CV. Veículos de utilização versátil, reduzida manutenção e fácil mecânica.

A convivência urbana entre cidadãos e veículos motorizados nunca foi um mar de rosas, tantos são os espinhos nessa coexistência que hoje em dia lança para a ribalta um tema que suscita posições diametralmente opostas.

Há adeptos da erradicação, pura e simples, do automóvel do centro das cidades. Nada a opor, desde que a rede de transportes não seja servida por veículos com décadas de existência, altamente poluidores, como por aí se vê e sente a cada passo; que a frota ao serviço do Estado seja mais limpa e que as trotinetas, bicicletas e outros veículos não roubem ao peão a tranquilidade e, acima e tudo, a segurança desejadas.

O abandono de tais veículos a esmo; o uso desenfreado e sem qualquer tipo de regras dos ciclistas, longe de se limitarem a usar as ciclovias - grande parte autênticos enxertos rodoviários que só agravaram problemas nas principais cidades, em nome de uma suposta melhoria da mobilidade - são pedras no sapato de quem defende posições radicais e pisca o olho aos políticos, embevecidos com a possibilidade da recolha de mais uns quantos votos.

A mesma classe política que, há anos, suprimiu nas principais cidades



portuguesas linhas de elétricos e de troleicarros. Aliás, o abandono da ferrovia nacional é um bom exemplo da consciência ambiental no domínio dos transportes...

É necessário que se altere o paradigma? Sem dúvida. Será elétrico o futuro do automóvel? Há dúvidas.

A não ser por decreto, isto é, por força do poder político, subvencionando a sua compra; caso contrário, eletrificar o mundo automóvel vai demorar gerações.

Sempre será inspiração de aventuras e namoricos.

Nas cidades, os veículos elétricos são, de algum modo, a solução ideal, mas para quem não pode prescindir da autonomia e da facilidade de abastecimento, um automóvel dotado da tecnologia híbrida, movido a combustível fóssil, permite consumos mais reduzidos e não fere demasiado a sustentabilidade ambiental.

Alguns estudos indicam que os modernos motores Diesel consomem menos 15 por cento de CO2 face aos atuais propulsores a gasolina, o que acentua o caloroso debate em torno deste tema.

Conduzido de forma autónoma, elétrico, movido a hidrogénio ou com tecnologia híbrida, o automóvel sempre será inspiração de aventuras e namoricos, transporte para o emprego e para a família e, durante o confinamento, fez chegar a nossas casas tudo o que necessitámos nesses dias de reclusão ditados pela pandemia.

E, se não fosse o automóvel, era impossível desfrutar dos fantásticos passeios do Clube Escape Livre, meticulosamente organizados e que permitem descobrir um Portugal genuíno, ostracizado e que resiste, teimosamente, à capitulação.

E, se não fosse o automóvel, onde é que o Estado, sempre pronto a acelerar quando toca a impostos, ia buscar 20 por cento da receita fiscal, ou seja, o equivalente ao valor cobrado através do ISP, IVA, ISV e IUC?

Por maioria de razões, não parece boa ideia diabolizar o automóvel. A não ser por estar na moda.



Consumo combinado estimado desde 10,2 l/km. Emissões de CO₂ combinadas desde 268 g/km. Imagem da viatura não contratual.

Classe X 350d 3 Lugares. Com isenção de tributação autónoma e IVA dedutível.

Descubra o Mercedes-Benz Classe X com motor V6 e 258 cavalos de potência e encontre a robustez de uma verdadeira pick-up, disponível em versão 3 lugares. A segurança aliada à melhor performance, ao conforto e tecnologia de ponta tornam o Classe X um veículo que vence qualquer terreno.

Contact Center: 808 200 699
www.mercedes-benz.pt/vans

Mercedes-Benz





Nissan Juke

O Crossover Coupé

Impressiona até os menos impressionáveis.

O Nissan Juke é Impressionante em todos os aspetos. Desportivo e sofisticado com um design de quem nasceu para ser irreverente e a elegância de quem sabe o que vale. Deixe-se levar pelo seu Nissan Juke. Sempre conectado com o sistema NissanConnect, encostos de cabeça com altifalantes Bose Personal Plus e Tecnologia ProPILOT para uma condução mais segura.

Venha conhecê-lo num concessionário Nissan em total segurança e com atendimento personalizado. **Faça a marcação prévia da sua visita em www.nissan.pt**

Consumo combinado: 5,9 - 6,4 l/100 km. Emissões de CO₂: 135 - 145 g/km.

