

ESCAPE LIVRO



CAMINHO DE SALOMÃO

De Belém a Castelo Rodrigo,
seguindo a Viagem do Elefante

24H DE LE MANS

Exclusivo com Eduardo Freitas no Centro
de Controlo da corrida do centenário

NAMÍBIA 2023

Uma expedição inesquecível
ao coração africano

EQE SUV


O NOVO EQE SUV.

Entre num novo nível de condução e sinta por dentro as dimensões luxuosas, a tecnologia inovadora e a autonomia de até 578 km do novo EQE SUV.



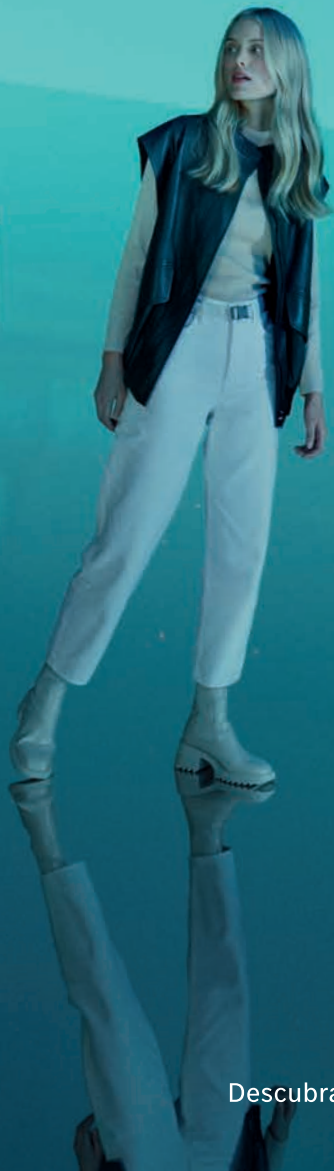
 **FALE CONNOSCO**
808 200 699

(Chamada para rede fixa nacional*)

 **RESERVE ONLINE**
mercedes-benz.pt

*Valor mínimo da chamada 0,07 euros, para o primeiro minuto e, nos minutos seguintes, em 0,0277 euros por minuto, no horário normal (dias úteis das 9h às 21h e em 0,0084 euros por minuto, no horário económico, definindo-se a tarifação ao segundo a partir do primeiro minuto). A estes valores acresce IVA.

EQE SUV | WLTP: consumo de energia em kWh/100 km (combinado): 25,5-17,6; autonomia elétrica em km (combinada): 578-452; emissões de CO₂ em g/km (combinadas): 0.



Descubra mais



ESCAPE livre

Produção: Organizações Escape Livre, SA
Redação: Luís Coelho, Luís Celínio
Colaboradores: Nuno Antunes, António Catarino,
Daniela Jacinto, José Manuel Costa
Capa: Ricardo Santos - Ricardo Fine Car Artwork
Fotografia: Escape Livre, João Cortesão, Luís Costa,
Daniel Margarido, Paulo Maria
Arte Final: Joaquim Areias
Publicidade: Rua Marquês de Pombal, 45 – 2º
6300-728 Guarda
Telf. 271 205 285 (chamada para rede fixa nacional)
Tel. 967 899 449 (chamada para rede móvel nacional)
escapelivre@escapelivre.com
www.escapelivre.com
Impressão: Ligação Visual
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:



escapelivre.com



fb.com/escapelivre



@clubeescapelivre



3 países, 2 continentes

Luís Coelho

A amantes de viagens, continuamos a cruzar fronteiras para manter viva a chama da aventura e do prazer de conduzir.

Voltámos a Belém para seguir as pisadas do elefante Salomão até Castelo Rodrigo, na recriação histórica de “A Viagem do Elefante” de José Saramago. Depois, cruzámos a fronteira até Espanha numa caravana de automóveis clássicos e desportivos, no Classic Cars Tour, e seguimos viagem até França para, no ano do centenário das 24h, regressar a Le Mans onde tivemos o privilégio de ser os primeiros jornalistas portugueses a poder entrar e conversar com Eduardo Freitas, Diretor de Corrida, em pleno Centro de Controlo do Circuito de La Sathre. E, a cereja no topo do bolo, rumámos até África, numa expedição mágica à Namíbia. Uma viagem todo-terreno a um lugar mágico onde a natureza em estado bruto brilha em todo o seu esplendor.

Esperamos ter reunido todos os ingredientes para uma leitura atenta que, esperamos, desperte a vontade de se juntar a nós nas próximas viagens. Venha daí.

Nas páginas desta revista, vai ainda descobrir Tábua, em mais uma Aventura Dacia que percorreu os troços icónicos do Rali de Portugal, Arganil, Góis e Lousã. E vamos ainda até ao Alentejo com uma caravana no feminino, no She’s Mercedes Offroad Experience, para visitar Vila Viçosa, Estremoz e Campo Maior, onde visitámos a herdade da Delta de uma forma muito particular.

Pausa depois para celebrar o décimo aniversário

da Cápsula do Tempo – Guarda 2050 antes de lhe mostrarmos as melhores imagens do Caminho de Salomão, nesta viagem imortalizada na nossa capa pelo magnífico traço de Ricardo Santos.

Entre viagens, falámos com Rodolfo Baldaia de Queirós, Presidente da Comissão Vitivinícola Regional da Beira Interior, sobre a crescente notoriedade dos vinhos de altitude produzidos nesta magnífica região. E, já que falamos em vinhos, vai poder descobrir nesta edição da Escape Livre a Quinta de São Lourenço, onde se produz o vinho Quinta do Ministro. Mas antes, já que estamos pela Beira Interior, aproveitámos também para descobrir o conforto do Pena D’Água Boutique Hotel & Villas, na Covilhã, e saborear um manjar de arte e sabores no restaurante Aquáriu’s, na Guarda.

Como habitualmente, lançamos-lhe o desafio de saltar das páginas da nossa revista para as estradas e trilhos de Portugal, desta vez com um roteiro por Gouveia, para descobrir as maravilhas desta zona do interior do país.

Todas estas viagens feitas ao volante de magníficos automóveis que nos proporcionaram momentos de verdadeiro prazer de condução a cada quilómetro. E, claro, vamos contar-lhe tudo sobre eles também.

Para encerrar, a obrigatória Pausa para Café com a nova chávena da coleção Cápsula do Tempo e mais uma história do jornalista António Catarino que, desta vez, nos traz os relatos de um “navegador de ocasião”.

Por tudo isto, esperamos que desfrute da leitura e...

**deixe-se inspirar pelo espírito aventureiro
e a vontade de sair de casa para continuar
a descobrir novos lugares.**

14



Classic Cars Tour

Clássicos

Desfile ibérico de máquinas intemporais

20



She's Mercedes

Passeio

Uma aventura no feminino no Alentejo

32



Caminho de Salomão

Passeio

Ao sabor das palavras de José Saramago

40



Namíbia

Expedição

Viagem mágica ao esplendor de África

48



24h de Le Mans

Exclusivo

Com o Diretor de Corrida no Centro de Controlo

56



Rodolfo Queirós

Entrevista

A notoriedade dos vinhos da Beira Interior

60

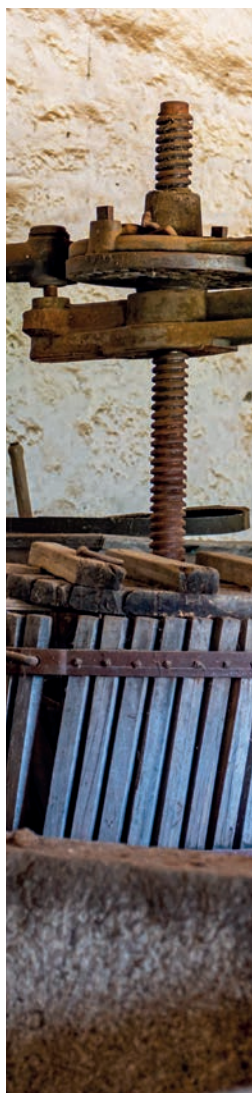


Pena D'Água

Boutique Hotel & Villas

Vilas de luxo no coração da cidade

66



Quinta do Ministro

Vinhos

Vinho, azeite e muito pedigree

72



Aquáriu's

Restaurante

Sabores e arte à mesa

78



Gouveia

Roteiro

Viagem à Princesa da Serra



EX AVENTURA DACIA

Na pista do Rali de Portugal



Descubra mais em
www.escapelivre.com



Uma aventura com pé na Tábua

Dias antes de Lousã, Góis e Arganil se transformarem no epicentro dos aficionados da velocidade, foi a vez dos aventureiros da família Dacia e Escape Livre fazerem a sua passagem pelas classificativas mais emblemáticas do Rali de Portugal.

Aventura Dacia, evento organizado pelo Clube Escape Livre em colaboração com a Dacia, exclusivo para modelos Dacia Duster e Sandero Stepway realizou-se, pela primeira vez, pelos trilhos e paisagens de Tábua, desfrutando do "Encanto das Beiras" e oferecendo uma pontinha de adrenalina com a passagem pelas três classificativas da primeira etapa do Rali de Portugal 2023, Lousã, Góis e Arganil.

Tábua, o "Encanto das Beiras", foi a casa desta Aventura Dacia.

"Esta parceria com o Escape Livre justifica-se não só pela organização, competência e profissionalismo, mas sobretudo pelas pessoas que traz até nós com esta iniciativa e outras que vão-se somando e oferecem uma mais-valia ao nosso território que aposta muito em ser o Encanto das Beiras", comentou Ricardo Cruz, Presidente da Câmara Municipal de Tábua.

Com cerca de 40 modelos Dacia e 90 pessoas, a edição deste ano da Aventura Dacia foi, uma vez mais, um enorme sucesso estando já em preparação a edição 2024.

Assim, a 12^a Aventura Dacia arrancou com a receção aos participantes no Luna Hotel de Tábua que, depois de receberem todo o material para o evento, foram acolhidos no Centro Cultural de Tábua pelo vereador da Câmara Municipal, David Pinto.

Aí teve lugar a apresentação do concelho e alguns filmes elucidativos da capacidade turística de Tábua, assim como o briefing do passeio.

Ao lado, no Jardim Sarah Beirão, decorreu depois uma prova de vinhos e degustação de produtos da região. Ao final da tarde, todos os participantes visitaram a Capela do Senhor dos Milagres e a Igreja Matriz onde foram recebidos pelo pároco local para uma partilha da história daqueles locais.

Céu cinzento e alguns chuviscos receberam a caravana, sábado de manhã, que se encaminhou para os troços da Lousã e Góis, feitos com piso húmido e sem pó. As pistas do Rali de Portugal foram o grande aperetivo de uma manhã de aventura e a Quinta do Hospício, na Lousã, foi o palco da primeira paragem do dia para retemperar forças, num segundo pequeno-almoço oferecido com a colaboração da Câmara Municipal da Lousã.

Já a classificativa de Arganil foi percorrida com piso seco e muito pó, deixando uma antevisão daquilo que os pilotos do Mundial de Ralis iriam experimentar dali a uma semana durante o Rali de Portugal.

Esta passagem nos troços da

primeira etapa do Rali de Portugal 2023 reuniu o consenso dos participantes, agradados com a injeção de adrenalina oferecida pelo Clube Escape Livre nesta Aventura Dacia.

Para Ilídio Santos, representante da Dacia, "esta iniciativa é importante porque reúne proprietários Dacia, concessionários, e sendo muito bem organizado constitui um momento anual de convívio de quem gosta do seu Dacia e quer aproveitar todas as suas capacidades fora de estrada."

Os Dacia mostraram-se à altura do desafio dos troços do Rali de Portugal.

Após o almoço junto ao Rio Alva, na Praia da Ronqueira, foi degustada a cerveja artesanal Taboa, cortesia da Junta de Freguesia de Mouronho. O percurso continuou atravessando as vinhas da Adega Ladeira da Santa, onde nova paragem criou a oportunidade perfeita para uma prova de vinhos já a poucos quilómetros do Hotel para o final da etapa.

O longo dia de sábado terminou com o jantar no Luna Hotel de Tábua onde foram entregues os troféus SPAL aos participantes e feitos alguns



Os saberes e sabores das beiras combinam na perfeição com a adrenalina dos Ralis.



reconhecimentos, antecedendo a merecida noite de repouso.

O derradeiro dia encaminhou os participantes para outro momento alto deste evento: o Penedo C'Abana. Graças à colaboração da Junta de Freguesia de Póvoa de Midões, foi servido um reforço de pequeno-almoço com iguarias locais, antes de todos ficarem a conhecer como é possível abanar um enorme Penedo com um simples empurrão!

A passagem pela queda de água de Sevilha foi o prelúdio para o excelente almoço servido na Quinta dos Corgos, ao ar livre e perante uma paisagem deslumbrante.

Foram três dias de aventura em mais uma reunião da família Dacia e Escape Livre, com muitas novidades e a sempre acolhedora hospitalidade portuguesa. Trilhos emocionantes, paisagens deslumbrantes, muita história e provas gastronómicas que nos vão fazer certamente voltar novamente para estes lados, seja em tempo de Rali de Portugal ou em qualquer altura do ano. Voltam connosco?





POLI TÉCNICO GUARDA

DESCOBRE O TEU POTENCIAL INTERIOR

Numa das quatro escolas do Politécnico da Guarda encontrarás tudo o que precisas para potenciar as tuas capacidades, elevares a tua formação, fortalecer os alicerces para uma vida profissional e pessoal compensadora a todos os níveis.

LICENCIATURAS

Animação Sociocultural
Biotecnologia Medicinal
Ciência de Dados e Inteligência Artificial **NOVO**
Comunicação e Relações Públicas
Comunicação Multimédia
Contabilidade
Design de Equipamento
Desporto
Desporto, Condição Física e Saúde
Educação Básica
Educação Social Gerontológica **NOVO**
Energia e Ambiente
Enfermagem

Engenharia Civil
Engenharia Informática
Engenharia Topográfica
Farmácia
Gestão
Gestão de Recursos Humanos
Gestão do Turismo e da Hospitalidade **NOVO**
Gestão Hoteleira
Marketing
Mecânica e Informática Industrial
Restauração e Catering
Turismo e Lazer





Descubra mais em
www.escapelivre.com



Classic Cars
Tour
De Portugal a Espanha

Desfile ibérico de clássicos

O Classic Cars Tour fez-se à estrada e uma caravana de 35 automóveis clássicos e desportivos ligaram a Guarda a Salamanca, passando por Trancoso, Mêda, Foz Côa, Figueira de Castelo Rodrigo e Almeida. Uma parada de máquinas intemporais que marcaram o seu tempo e não deixam ninguém despercebido à sua passagem.

A novidade da edição 2023 do Classic Cars Tour esteve na internacionalização do evento organizado pelo Clube Escape Livre, cruzando a fronteira até Espanha para visitar Ciudad Rodrigo e Salamanca. O desafio à condução oferecido pelo percurso escolhido deixou todos os participantes muito agradados e com o firme desejo de regressar novamente para percorrer estas estradas e visitar, com mais tempo e vagar, todos os lugares visitados.

A visita ao Museo de Historia de la Automoción de Salamanca foi um dos pontos altos da viagem.

O Classic Cars Tour é um passeio dedicado a automóveis clássicos e desportivos com o apoio dos municípios da Guarda, Trancoso, Mêda, Vila Nova de Foz Côa, Figueira de Castelo Rodrigo e Almeida e, nesta edição ibérica, os Ayuntamientos de Ciudad Rodrigo e Salamanca. Um percurso exigente, um cenário deslumbrante, sem perder de vista

o prazer de condução, enfim, um evento que, uma vez mais, deixou os participantes muito satisfeitos.

Na primeira parceria com o novo concessionário BMW da Guarda, A MatosCar, o Escape Livre levou toda a caravana a conhecer o novo BMW M2 apresentado nesse dia a nível nacional.

Houve, ainda, oportunidade de conhecer o Centro Histórico da Guarda, numa visita encenada pelo grupo Hereditas e provar os excelentes vinhos de altitude na espetacular sede da Comissão Regional Vitivinícola da Beira Interior e receber as boas-vindas do chefe de gabinete do Presidente da Câmara Municipal da Guarda.

Um excelente aperitivo antes da viagem até Trancoso, onde o Classic Cars Tour pernitoou no Hotel Turismo. Após o jantar, visita à Casa do Bandarra e Centro de Cultura Judaica, num passeio noturno muito agradável, com os participantes a serem acompanhados por guias e pelo Presidente da Câmara Municipal, Aníbal Salvador.

No sábado, primeira paragem na Mêda, onde a vereadora da educação e saúde do município, Carla Sequeira, recebeu os participantes e os acompanhou até ao espaço Vinhos & Eventos onde todos tiveram a oportunidade de adquirir vinho das diversas adegas e quintas da região.

O percurso encaminhou a caravana até Foz Côa onde o grupo se dividiu entre um café com a magnífica vista para o Rio Douro e a visita ao

Museu do Côa.

Paragem seguinte em Figueira de Castelo Rodrigo, onde o presidente da edilidade, Carlos Condesso, recebeu os participantes no Centro Interpretativo de Castelo Rodrigo. O Classic Cars Tour passou, ainda, pelas imponentes Muralhas de Almeida antes de chegar à fronteira em Vilar Formoso.

A beleza da caravana de clássicos e desportivos espalhou classe pelas estradas de Portugal e Espanha.

Aqui, foi visitado o Museu da Paz com o próprio presidente da edilidade, António Machado, a servir de guia, enquanto Catarina Moura, diretora da Associação Territórios do Côa, entregou aos viajantes livros sobre os territórios desta região raiana, na passagem da fronteira.

A caminho de Salamanca, paragem em Ciudad Rodrigo onde foi possível estacionar os automóveis participantes na Praça do Castelo e



A beleza dos automóveis clássicos atrai todos os olhares à sua passagem.

todos foram recebidos no Salão Nobre da cidade. Um café no Parador da cidade reconfortou o espírito e regenerou forças para o caminho final até Salamanca.

Depois da chegada a Salamanca, tempo para repousar das emoções do dia antes do jantar que decorreu num local de exceção: a antiga Capela do Palácio Arzobispo Fonseca. Uma refeição fantástica que desaguou num passeio, muito agradável, pelas ruas estreitas e muito movimentadas do centro histórico da cidade de Salamanca.

Domingo seria o derradeiro dia Classic Cars Tour. A possibilidade de estacionar os carros clássicos na Plaza del Concilio de Trento proporcionou fotos inéditas e únicas antecedendo um dos momentos altos deste passeio: a visita ao Museo de la Historia de la Automoción de Salamanca, onde o diretor, Luis Miguel Mata, que havia acompanhado toda a viagem desde Portugal, serviu de cicerone a toda a caravana.

No final, após o almoço e a entrega dos Troféus SPAL, todos elogiaram o excelente percurso e a forte componente cultural e gastronómica associada ao passeio. O sorriso na face de todos indicava a felicidade por terem participado no evento e muitos com o desejo de regressar para uma nova edição em 2024.





Serra da Estrela

O DESTINO TODO O ANO

COVILHÃ | GUARDA | UNHAIS DA SERRA



H2HOTEL
CONGRESS & MEDICAL SPA

Puralã
Wool Valley Hotel & Spa

SPORT
HOTEL GYM + SPA

HOTEL ** LUSITÂNIA**
CONGRESS & SPA

VERZATILE
the hotel that suits you

DA beira
COUNTY & LEISURE RESTAURANT



ACTIVO



SAÚDE & BEM-ESTAR



VINHO



GASTRONOMIA



NATUREZA



CONGRESSOS & INCENTIVOS



RELIGIOSO



ALDEIAS HISTÓRICAS & ALDEIAS DE XISTO

WWW.NATURAIMBHOTELS.COM



Offroad Experience

She's
Mercedes



She's Mercedes Off Road Experience

AJ99SQ

Descubra mais em
www.escapelivre.com



Puro charme alentejano

O Alentejo foi palco de mais um She's Mercedes, o passeio todo-terreno exclusivo para mulheres ao volante dos SUV Mercedes-Benz com sistema 4MATIC. Três dias de aventura, convívio e descoberta numa caravana que espalhou charme e glamour pelas planícies alentejanas.

Uma caravana recorde com 85 mulheres partiu rumo ao Alentejo para desvendar os seus segredos e viver uma experiência fora de estrada Mercedes-Benz.

Na sua sétima edição, o desafio proposto às mulheres condutoras de modelos da marca de Estugarda equipados com o excelente sistema 4MATIC foi explorar o centro do Alentejo, percorrendo os caminhos de Vila Viçosa, Estremoz e Campo Maior, tendo como palco a exigente Serra de Ossa.

Com uma adesão cada vez maior, o She's Mercedes promete voltar para novas edições.

O Alentejo Marmoris Hotel & SPA foi a casa da edição 2023, recebendo as participantes com o requinte e a beleza do mármore de Vila Viçosa, cumprindo o ritual de boas-vindas para o evento. As participantes puderam desfrutar do magnífico SPA daquela unidade hoteleira, antes do jantar que contou com o habitual "briefing" e a companhia do belo Cante

Alentejano pelo grupo de Cantares de Évora.

Depois do jantar, tempo de uma visita guiada a Vila Viçosa, com um guia que animou e contou a sua história enquanto percorriam as ruas da vila alentejana debaixo de uma temperatura amena.

Temperatura primaveril que se manteve no segundo dia, sábado, onde antes de começar a percorrer as pistas alentejanas, a caravana visitou o Paço Ducal com a Câmara Municipal de Vila Viçosa e a direção do monumento a permitir o alinhar dos 35 Mercedes-Benz frente ao imponente palácio para uma fotografia que ficará na memória de todas.

Os caminhos escolhidos pelo Clube Escape Livre para este She's Mercedes, tendo a Serra de Ossa como palco, deixaram muito satisfeitas todas as condutoras, apesar dos pisos desafiadores e do muito pó que acompanhou a caravana.

Em Estremoz, as condutoras foram surpreendidas com a Feira Medieval, onde o presidente da edilidade, José Daniel Sádio, surgiu vestido com roupa da época e recebeu a comitiva da marca da estrela com todas as honras para o almoço na Pousada de Estremoz.

Foi ele, também, quem deu a partida à caravana para o percurso da tarde de sábado. Percurso esse que devolveu as participantes ao Alentejo Marmoris Hotel & SPA, com passagem pela Adega Cooperativa de Borba e por uma espetacular pedreira

de mármore da região. Tempo para retemperar forças antes de um jantar memorável.

A começar pela boa gastronomia servida ao som da música dos "Prós e Contra", o conjunto musical da Guarda que tem marcado presença constante neste evento. E, depois, por um "Quiz" onde foram colocados à prova os conhecimentos das senhoras sobre a Mercedes-Benz e o evento, de onde resultou a distribuição de muitos prémios exclusivos num jantar que se prolongou noite fora, tal o entusiasmo sentido na sala.

Os trilhos da Serra de Ossa puseram à prova máquinas e condutoras.

Apesar das previsões menos otimistas, o derradeiro dia do evento amanheceu, também, com tempo primaveril, e foi possível desfrutar dos caminhos na Herdade do Forte do Conde e das suas magníficas paisagens.

Um She's Mercedes Offroad Experience realizado no Alentejo não podia deixar de visitar o Centro da Ciência do Café, localizado em Campo Maior nas instalações dos Cafés Delta. E aqui, toda a caravana foi recebida de



A visita à herdade Delta Cafés foi o ponto alto de uma aventura inesquecível.

forma amável pela neta do saudoso Comendador Rui Nabeiro, Rita Nabeiro, responsável pela Adega Mayor, igualmente visitada, e que fez questão de estar presente no almoço final e durante a apresentação exclusiva do novo Mercedes EQE SUV 100% elétrico.

A Mercedes-Benz e o Clube Escape Livre aproveitaram a ocasião para a homenagear com a entrega de uma exclusiva Boneca de Estremoz, criada propositadamente para o evento pelas irmãs Flores, arte que é património imaterial e cultural da Unesco.

No final, Holger Marquardt, CEO da Mercedes-Benz Portugal, destacou a presença de todas "as mulheres que gostam dos nossos carros" e "Portugal, as suas paisagens e caminhos fantásticos". Por fim, elogiando uma "organização perfeita de A a Z", deixou o convite a todos para "virem também ao nosso próximo evento, ainda este ano, o Mercedes-Benz 4MATIC". Aceitam o desafio?





Sernancelhe

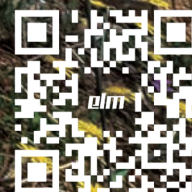
"Terra da Castanha"

CÁPSULA DO TEMPO

Dez anos a pensar o futuro



Descubra mais em
www.escapelivre.com



Dez anos de Cápsula do Tempo

O 10º aniversário da Cápsula do Tempo – Guarda 2050 celebrou-se a 1 de julho, entre a Encosta do Tempo e a biblioteca Eduardo Lourenço. Aida Carvalho, Presidente da Fundação Côa Parque, foi a oradora convidada, e mostrou como se pode continuar a preservar o passado com os olhos postos no futuro.

Dez anos é muito tempo, diz a canção, mas para a Cápsula do Tempo – Guarda 2050 nem metade do percurso desta importante iniciativa com chancela Escape Livre foi cumprido. Encerrando em si os preciosos pensamentos de 40 personalidades, a iniciativa criada para comemorar os 40 anos do Programa Escape Livre, hoje já com 50 anos, ultrapassou esse espartilho e é, hoje, um marco da Guarda, da região e do país.

O cinzelar da pedra de 2023 marcou o início das celebrações na Encosta do Tempo na Guarda.

A ideia inicial desta iniciativa do Clube Escape Livre já ultrapassou o dique da celebração do programa de rádio e inundou a agenda anual da cidade da Guarda e da região. Como tradicionalmente, a Cápsula do Tempo – Guarda 2050 reuniu na Encosta do Tempo, ao lado da Torre de Menagem da Guarda, as principais figuras da cidade da Guarda, com destaque para o Presidente da Câmara

Municipal da Guarda, Sérgio Costa, e dois representantes dos parceiros desta iniciativa, o Vice-Presidente do Instituto Politécnico da Guarda, Carlos Rodrigues, e o diretor da Rádio Altitude, Luís Baptista-Martins.

Dividida em dois momentos, a cerimónia comemorativa do 10º aniversário da Cápsula do Tempo começou com o cinzelar do ano de 2023 na pedra, ato que esteve entregue ao Presidente do Clube Escape Livre, Luís Celínio.

“Esta é uma iniciativa que marca a agenda anual da Guarda e coloca a cidade e a região no mapa nacional, com uma ideia que temos de agradecer ao Presidente do Escape Livre. É algo importante e que merece o nosso elogio e apoio e esperamos conseguir estar cá em 2050 para abrir a cápsula. Até lá, marcamos encontro aqui para esta celebração anual”, reforçou Sérgio Costa, Presidente da Câmara Municipal da Guarda.

Cinzelada a pedra do monumento e cumprida a tradição de plantar uma árvore no Jardim do Tempo, este ano uma Faia, com a ajuda de todas as personalidades presentes, seguiu-se o segundo momento das celebrações na Biblioteca Municipal Eduardo Lourenço.

Patrono da Cápsula do Tempo, iniciativa do Clube Escape Livre, com o apoio do Instituto Politécnico da Guarda e da Rádio Altitude, em parceria com a Câmara Municipal da Guarda, Junta de Freguesia da Guarda e o patrocínio da SPAL e COFICAB,

Francisco Pinto Balsemão não teve oportunidade de estar presente. Porém, enviou uma mensagem onde lembrou a importância local e nacional da iniciativa. “Acompanho-a, orgulhando-me do meu sangue egitaniense, e deixo um grande abraço de parabéns por esta iniciativa e pela promoção que tem feito pela Cidade mais Alta de Portugal.”

Aida Carvalho, Presidente da Fundação Côa Parque, liderou a conferência sob o tema “Preservar o Património, Olhar o Futuro”

Depois de breves palavras dos parceiros Rádio Altitude e Instituto Politécnico da Guarda, pela voz de Luís Baptista-Martins e Carlos Rodrigues, respetivamente, chegava o momento alto da celebração do 10º aniversário da iniciativa.

Debaixo do tema “Preservar o Património, Olhar o Futuro”, Aida Carvalho, Presidente do Conselho Diretivo da Fundação Côa Parque, lançou um olhar sobre a região do Côa



O Jardim do Tempo, no ponto mais alto da cidade é um lugar obrigatório de visita na Guarda.

e todas as iniciativas que estão a ser feitas para preservar o património com olhos postos num futuro de desenvolvimento. Um tema muito interessante e que deixou a muito preenchida sala da Biblioteca Municipal Eduardo Lourenço esclarecida sobre as maravilhas da região e como ela olhar para o seu futuro.

“É um privilégio enorme falar nestes temas em pleno século XXI, ainda por cima na Cidade mais Alta. Esta reflexão sobre o futuro no local onde foram encontradas as primeiras manifestações artísticas é criar uma ponte com o nosso futuro sobre este tema que me é tão querido na celebração desta iniciativa”, comentou Aida Carvalho.

No final, foi revelada a nova chávina da coleção “Chávenas do Tempo”, da autoria do Arquiteto António Saraiva e com produção da SPAL, que todos os presentes puderam levar para casa para completar a sua coleção.

Rumo a 2050, a Cápsula do Tempo vai continuar a pensar a região e o seu futuro, dando palavra aos principais pensadores e agentes de desenvolvimento do território. Um evento que, anualmente, continuará a ser um marco da cidade da Guarda.



★
DESTINO
GASTRONÓMICO DO ANO

Guarda



PRÉMIOS

Os Melhores
do Ano 2022

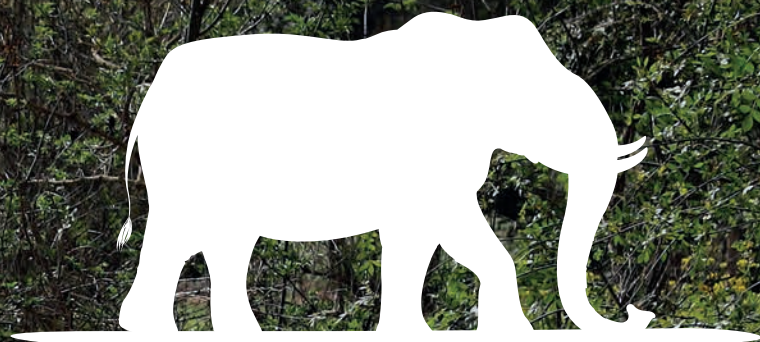
26ª EDIÇÃO

REVISTA DE
VINHOS
A ESSÊNCIA DO VINHO





Descubra mais em
www.escapelivre.com



BRIDGESTONE  **FIRSTSTOP**

CAMINHO DE SALOMÃO

Trilhos de Saramago

Nas pisadas do elefante Salomão

A segunda edição do Offroad Bridgestone First Stop Caminho de Salomão, voltou a ligar Belém a Figueira de Castelo Rodrigo pelos antigos caminhos imortalizados na obra "A Viagem do Elefante" pelas palavras do Nobel da Literatura, José Saramago.

Liderada pelos Suzuki Vitara, a caravana reuniu-se no Hotel Vila Galé Ópera, em Lisboa, para dar início a cinco dias de aventura palmilhando o caminho percorrido pelo elefante Salomão, oferecido por D. João III, Rei de Portugal, ao Arquiduque da Áustria, Maximiliano II, seu primo, descrito por José Saramago na obra "A Viagem do Elefante".

Depois de terem sido recebidos por Pilar del Rio na Fundação Saramago na véspera da partida, o primeiro dia do Offroad Bridgestone First Stop Caminho de Salomão arrancou com a "foto de família" junto à Torre de Belém, situação possível graças colaboração e apoio da Câmara Municipal de Lisboa, da Junta de Freguesia de Belém e da Polícia Municipal de Lisboa.

Os Suzuki 4x4, do Vitara ao Jimny e S-Cross, lideraram a expedição.

A confiança para abordar os trilhos fora de estrada estava assegurada com o apoio da Bridgestone e First Stop que acompanharam todo o evento. E, alguns quilómetros mais tarde, o

aperitivo foi servido pelas margens do Tejo que guiaram os participantes até Salvaterra de Magos. A visita à Falcoaria Real antecedeu a passagem por Escaroupim e chegada à Casa Cadaval, onde se recuperaram forças com um excelente almoço.

Seguiram-se o Miradouro do Castelo de Almourol e a visita a Constância, onde a Associação Casa Memória de Camões realizou passeio guiado ao Jardim Horto de Camões, para terminar o dia em Tomar, no Hotel dos Templários, com um belíssimo jantar e uma noite de repouso bem merecida.

O segundo dia levou os participantes a apreciar a paisagem deslumbrante do Miradouro do Bando dos Santos e, depois, momento de condução mais exigente com a passagem pelo rio Ocreza, onde os Suzuki, demonstraram mais uma vez todas as suas capacidades. Para Ana Guerreiro, Diretora de Comunicação da marca em Portugal, "o conceito de aventura faz parte do ADN da Suzuki e mostrar àqueles que não são clientes da marca as potencialidades dos nossos modelos no terreno, é excelente."

Tempo depois para apreciar a gastronomia de Proença-a-Nova, oferecida pelo Amoras Country Club. Uma escolha acertada pela simpatia e profissionalismo da equipa de Fernando Almeida, mas também pela qualidade do manjar.

A praia fluvial de Alameda tornou a receber a caravana para

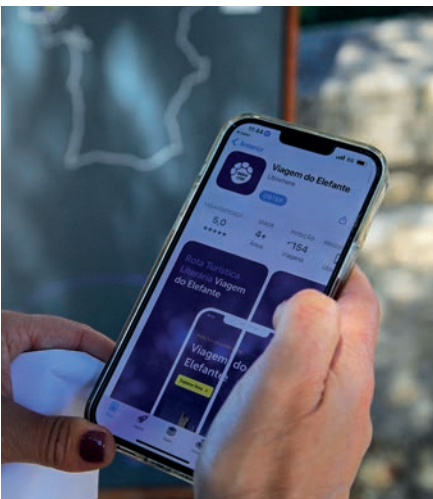
um lanche junto à praia fluvial, uma gentileza da junta de freguesia. Depois, mais um momento para colocar à prova as capacidades de condução de cada um, pela antiga Estrada Real até Castelo Novo.

De Belém a Castelo Rodrigo, são 662km de uma viagem memorável.

Paisagens de cortar a respiração e locais apelativos para a reflexão e fusão com a natureza abrandaram a caravana para guardar na memória a passagem por estes locais quase desconhecidos.

Ao final do dia, todos visitaram Castelo Novo com a ajuda dos guias que descreveram a história e a importância do imponente castelo na preservação do território português face a Castela. A chegada ao Hotel Alambique Resort & SPA assinalou o final de um dia longo onde o jantar foi momento de partilha e comunhão entre os participantes antecedendo uma merecida noite de repouso.

O terceiro dia de percurso ofereceu a oportunidade de visitar o Castelo de Belmonte e o Museu dos Descobrimentos, antes de um almoço na Pousada. Uma refeição



Durante 5 dias de aventura descobrimos um Portugal único.

tipicamente beirã com ajuizado acompanhamento dos vinhos da região.

A passagem na Aldeia Histórica de Sortelha, pelas magníficas Termas do Cró, onde todos aproveitaram para desfrutar da sua peculiar arquitetura e de um café no Cró Hotel Rural Termas & SPA, e a visita ao Castelo do Sabugal, fecharam este dia de passeio com muitas visitas e que deu a descobrir muitos dos atrativos da região Centro de Portugal. "É fundamental apoiar uma iniciativa onde várias instituições bastante diferentes entre si se associam num evento importante para o turismo. O Clube Escape Livre aporta a sua experiência e profissionalismo, os outros parceiros oferecem as paisagens, a gastronomia e as vivências, fatores que nos impelem a continuar a apoiar projetos como este. Mas não queremos ficar por aqui e, quem sabe, aumentar esse envolvimento neste ou em outros eventos" referiu Adriana Rodrigues, representante do Turismo Centro de Portugal.

Através da aplicação para smartphone "Viagem do Elefante" já todos podem seguir as pisadas do elefante Salomão.

A Guarda e o Hotel Lusitânia Congress & SPA receberam a caravana para mais uma noite retemperadora. Não sem antes desfrutarem de um jantar recheado das coisas boas da gastronomia local, os excelentes vinhos da região e, a anteceder a entrega a todos os participantes do Troféu SPAL, a realização de uma corrida de carros telecomandados pela Bridgestone e First Stop, que premiou os vencedores com um conjunto de pneus e outros valiosos prémios.

O derradeiro dia de aventura cumpriu aquilo que será uma tradição: a passagem por Cidadelhe. Apelidada de "Calcanhar do Mundo" por José Saramago, a aldeia recebeu os participantes com as famosas farturas, e uma visita à Casa-Forte para descobrir o Pálio bordado a ouro. A Serra da Marofa foi o obstáculo final antes da chegada a Figueira de Castelo Rodrigo, onde decorreu o almoço final deste Offroad Bridgestone First Stop Caminho de Salomão. O último repasto, no Restaurante A Cerca, teve como anfitrião o presidente da edilidade, Carlos Condesso, que reforçou que "somos interior, mas somos grandes nas



S-CROSS **(HYBRID)**

CROSS THE LINE

- Eletrificado com tecnologia Mild Hybrid 48V
- Equipado com tração 4x4 AllGrip Select
- 4 modos de condução selecionáveis
- Design SUV completamente renovado
- Conectividade Suzuki Connect via aplicativo
- Teto solar panorâmico
- Ecrã multifunções com integração smartphone
- Múltiplos sistemas de segurança avançada



Descubra o S-Cross



Uma viagem ao sabor das palavras imortais de José Saramago.

tradições e únicos na gastronomia. Temos muito para mostrar e dar a conhecer e Figueira de Castelo Rodrigo está de braços abertos para vos receber!"

A grande novidade desta segunda edição do Caminho de Salomão foi a estreia do Programa de Embaixadores da Rota Turística Literária Viagem do Elefante, promovida pela Territórios do Côa. Para Catarina Moura, coordenadora desta associação, "a parceria com o Clube Escape Livre tem vindo a crescer e percebemos que com ela estamos a lançar a mensagem da solidariedade e da cooperação, sempre com o intuito de cada um dar o seu melhor para um objetivo comum. Com esta parceria estamos a dar um sinal claro para outras instituições se empenharem em conjunto no desenvolvimento da região."

Com a nova aplicação para smartphones, "Viagem do Elefante", os participantes puderam colecionar os QR Codes ao longo da viagem e, no final, cada equipa recebeu uma garrafa de vinho personalizada da Adega de Figueira de Castelo Rodrigo, tornando-se nos primeiros embaixadores desta rota.

Quem sabe, num futuro mais próximo do que se imagina, possamos seguir as pisadas deste paquiderme além fronteiras, calcorreando os trilhos de Castelo Rodrigo até Valladolid e, quem sabe também, seguir até Viena de Áustria. Mas essa aventura ficará para outra altura! Para já, podemos fazê-la na nossa imaginação, saboreando a narrativa nas palavras de José Saramago.



SERRA DA ESTRELA

AQUI O VERÃO É OUTRA COISA!

GARAGENS - SUITES FAMILIARES - KID'S KLUB - AQUA FUN PARK - RESTAURANTE REGIONAL - DISCOTECA - BAR INGLÊS - REGIÃO TURÍSTICA



ALAMBIQUE

HOTEL RESORT & SPA



PARA AS CRIANÇAS
AQUA FUN PARK
BRINCADEIRAS EM SEGURANÇA



WWW.HOTELALAMBIQUE.COM



Hararibia

Um safari de Escape Livre



Descubra mais em
www.escapelivre.com



Namíbia, um lugar mágico

Uma comitiva de 23 participantes partiu com o Escape Livre e a R-Travel para uma expedição todo-terreno à Namíbia. Convívio, diversão e contacto com outras tradições e paisagens, levaram os aventureiros a viver dias únicos e memoráveis pelos magníficos trilhos africanos.

A Namíbia é um país fascinante com mais de 825km² e apenas 2,55 milhões de habitantes. Com 30% dessa população acantonada na capital, é um dos países no mundo com menor densidade populacional, o que deixa perceber a imensidão da savana, do deserto e dos bosques de acácias onde é raro viverem seres humanos.

Cada dia de viagem trouxe experiências diferentes, com muito para descobrir.

A aventura começou com um percurso desenhado por estradões ladeados de capim e acácias, rumo ao deserto do Namíbe para ter o primeiro contacto com as gigantescas dunas Sossusvelei, que seriam exploradas no dia seguinte. Este primeiro dia de aventura serviu para visitar, também, o Sesriem Canyon, gigantesca fissura geográfica que as águas torrenciais escavaram nas areias do deserto.

Hoje, quase seco, ainda permite o cada vez mais raro avistamento de animais selvagens como Kudus, chacais, raposas do deserto, macacos e vários Springbok.

O segundo dia amanheceu cedo para a caravana que se fez à estrada para observar os cambiantes de cores que o nascer do sol provoca nas gigantescas dunas do deserto do Namíbe. Durante algumas horas o todo-terreno foi substituído pela subida da famosa duna 45, com cerca de 160m de altitude. Um exercício de cortar o folego, mas de encher os olhos pela sua beleza inebriante.

Após a travessia do deserto, com paragem obrigatória no Vale da Morte e, claro em Solitaire, onde um português tem uma casa de referência a servir café e tartes de maçã, a chegada à beira-mar com o Atlântico a banhar a cidade piscatória de Swokapomund, visitada no dia seguinte. Pelo caminho, a passagem do Trópico de Capricórnio.

Na manhã seguinte, o todo-terreno voltou a ceder o lugar, desta feita, a atividades marítimas. A bordo de um catamarã, a caravana explorou a lagoa que rodeia a cidade de Swokapomund. Foi o convívio perfeito da comitiva com as focas, golfinhos, pelicanos e flamingos. Anos de hábito levam-nos a aproximar-se das embarcações e a conviver com as pessoas. São aos milhares!

As emoções fora de estrada voltaram à tarde com um carrossel alucinante de condução nas dunas gigantescas que acabam de forma abrupta no oceano. São quilómetros de areia a perder de vista com vertiginosas descidas e subidas que fizeram as delícias de todos.

O quarto dia marcou o regresso ao interior do país para uma visita às gravuras rupestres de Twinfontein, onde astrologia, misticismo, animais e natureza foram ali gravados há milhares de anos. Foi então que a caravana portuguesa foi brindada com a língua "bosquiwane" e os seus famosos quatro tipos de estalidos.

Por aqui, o respeito pela natureza e pelos animais é um exemplo a ser seguido.

O dia que se seguiu ficou reservado para o percurso a caminho do parque do Etosha, com visita a uma aldeia dos nativos Himba, conhecidos pelo uso na pele e cabelos do Otjize (mistura de gordura com pigmento ocre), proteção crucial para as elevadas temperaturas e poeiras do deserto. Vivem como os seus antepassados e, junto com os Herero, são os povos nativos desta região.

Chegados ao Parque Nacional do Etosha, tempo para contemplar os milhares de animais e compreender a complexidade da hierarquia destas diversas espécies na fabulosa natureza que envolveu a caravana.







Na hora da partida fica o desejo de regressar aqui com novos aventureiros.

O penúltimo dia ficou reservado para conhecer um santuário de vida animal, o Erindi Game Reserve. Uma reserva privada, criada por um amante da natureza para preservar a vida animal selvagem da Namíbia, sendo possível ver várias espécies raras e ameaçadas de extinção que aqui se encontram sem artificialismos.

Tempo depois para regressar à capital deste magnífico país, Windhoek, e preparar o regresso a Portugal. Não sem antes visitar uma feira de artesanato, com os trabalhos espetaculares que mãos hábeis formaram a partir de diversos tipos de madeira. Já na capital, tempo para apreciar a multiculturalidade dos habitantes deste país, a mistura do povo nativo com a dos seus colonizadores e com os dois países vizinhos. Um povo que se tem tentado afirmar, sobretudo, pelo zelo com que tratam a natureza e os recursos disponíveis. Aqui, a necessidade aguça o engenho: as energias renováveis são dominantes na Namíbia e o cuidado com a limpeza e a aversão ao lixo, seja nas cidades, seja nos locais mais inhóspitos, dão lições aos ocidentais.

E porque estas viagens sabem sempre a pouco, já estamos com vontade de voltar em 2024. Junta-se a nós?



Inspire-se



Município de CELORICO DA BEIRA

Nos contrafortes da Serra da Estrela emerge Celorico da Beira, estendido por uma área de cerca de 250 km². O rio Mondego atravessa este concelho de fundação antiquíssima, cheio de história e tradição, que desempenhou um papel determinante na defesa e definição do território, testemunhado pelos seus dois castelos: Celorico da Beira e Linhares da Beira.

Município essencialmente rural, as suas gentes laboriosas têm sabido retirar da agricultura e, principalmente, da pastorícia o seu principal sustento, ao longo dos tempos. Nos pastos férteis e verdejantes pastoreiam os maiores rebanhos de ovelhas da raça Bordaleira Serra da Estrela e Churra Mondegueira, ilustres produtoras de leite, matéria-prima do afamado Queijo Serra da Estrela. Produz-se neste território grande quantidade de queijo, de qualidade singular, que lhe advém das características do clima e do relevo aliadas à qualidade dos pastos, situação que granjeou para Celorico da Beira o epíteto de Capital do Queijo Serra da Estrela.

Em homenagem ao pastor e ao Queijo Serra da Estrela, a Autarquia ergueu, no centro histórico da vila, junto ao castelo, num antigo edifício brasonado do Séc. XVIII, o Solar do Queijo Serra da Estrela, montra do melhor queijo aqui produzido, verdadeiro ex-libris e cartão-de-visita do concelho.

Mas, Celorico da Beira é muito mais que a Capital do Queijo Serra da Estrela: é um território acidentado, de sumptuosas paisagens, onde o granito impera com toda a sua imponência; oferece as melhores condições para a prática dos desportos de montanha e de aventura, como o parapente na Aldeia Histórica de Linhares da Beira (Catedral do Parapente), e do BTT/ENDURO na freguesia do Cadafaz; é também cultura, tradição, património e, sobretudo, é uma terra de sabores inigualáveis, onde a par do queijo, o requeijão, o borrego Serra da Estrela, a castanha e o azeite ocupam lugar de destaque.

Atreva-se. Estamos à sua espera!

www.cm-celoricodabeira.pt



100 ANOS 24h DE LE MANS

NA CADEIRA DO MAESTRO

por Luís Coelho





Leia a entrevista completa em www.escaplivre.com



24h de Le Mans

A festa do centenário prometia e Le Mans não desiludiu com uma corrida emocionante do princípio ao fim. Estivemos lá e, pela primeira vez, jornalistas portugueses foram convidados a entrar no Centro de Controlo da Corrida para uma conversa exclusiva com o Diretor de Corrida, Eduardo Freitas.

Abrindo os braços para nos ajudar a percorrer com o olhar a panóplia de ecrãs, computadores e postos de trabalho necessários para controlar uma prova como as 24h de Le Mans, Eduardo Freitas recebeu-nos no "seu cantinho" em La Sarthe. "Bem-vindos ao Centro de Controlo de Corrida."

Com uma carreira ímpar como oficial de desportos motorizados, Eduardo reflete na calma e objetividade com que analisa cada situação uma ponderação como poucos. A serenidade no tom de voz com que transmite as decisões para a pista é já bem conhecida por pilotos e Chefes de Equipa. Dono de uma ética de trabalho irrepreensível, confessa que o dia em que parar de aprender com cada corrida é o dia em que "já não estou aqui a fazer nada."

"As 24h de Le Mans são uma corrida que dura o ano todo!"

Se o Diretor de Prova é o dono da orquestra das 24h de Le Mans, o Diretor de Corrida é o Maestro que a mantém no tempo, gerindo os crescendos e os diminuendos e fazendo entrar e sair cada secção no momento certo. "O Diretor de Corrida zela pela gestão desportiva das categorias que estão em pista. Tem de saber os regulamentos na

ponta da unha e o comportamento do universo dos pilotos. O Diretor de Prova coordena os comissários que estão à volta da pista e todos os meios. Quando tenho um problema, peço-lhe uma solução. Se estiver de acordo, avançamos. Se não, peço-lhe outra ou, por vezes, ajusto a que ele propõe. Sendo que a última palavra é minha, está regulamentado assim."

São várias as ferramentas que fazem prevalecer a justiça desportiva. "Há muita gente que pensa que sou eu quem decide as penalizações. Felizmente o sistema está feito para que não possa ser o único detentor do poder de decisão. Se constatar uma infração, reporto ao Colégio de Comissários e são eles quem decide a penalização. Eu depois aplico-a."

Os regulamentos procuram, não só garantir a segurança de todos os envolvidos e, sobretudo, a imparcialidade e o espetáculo. Mas o papel do Diretor de Corrida é mais do que aplicá-lo à letra. "Como um bom advogado dirá, às vezes, existe uma diferença entre o texto da lei e o espírito da lei. O regulamento é fácil de aplicar, o fundamental é transmitir o que se pretende com cada artigo. Boa parte das reuniões que faço com os Chefes de Equipa são exatamente sobre isso. Quando há situações que podem não estar especificamente descritas num artigo, mas que se enquadram no espírito do regulamento, são para utilizar."

Um papel que não começa quando caem os semáforos vermelhos nem termina quando é dada a bandeirada de xadrez. "Há todo um

trabalho de preparação onde eu intervenho. O plano de segurança, que me permite saber exatamente onde estão todos os meios de intervenção ao longo do circuito, o plano médico, a preparação dos horários, as inspeções ao traçado. Muitos pormenores que requerem a minha maior atenção, dos mais óbvios que todos conseguem ver, até ao detalhe da informação que aparece nos ecrãs dos carros, que só os pilotos têm acesso."

Após 50 anos, a Ferrari regressou para vencer a prova centenária.

Mesmo antes do circo das corridas começar no circuito, já Eduardo Freitas fez os seus trabalhos de casa. "Le Mans é uma prova que dura o ano todo! Começo por ler todos os relatórios de corrida desde o primeiro ano, para procurar coisas que não estejam tão bem quanto deviam estar. Consulto as minhas notas e revejo vários vídeos de incidentes para analisar o que poderia ter sido feito para os evitar caso ocorram novamente."

Diretamente sob a sua alçada, o novo procedimento do Safety Car já fez correr muita tinta, mas Eduardo sente apenas que foi "um produto mal compreendido" que poderia ter



sido melhor explicado. "Não é algo que penso estar a usar de vinte em vinte minutos, está completamente fora de questão. Este circuito tem as chamadas Slow Zones, é o único no WEC que atualmente as utiliza, e ainda os Full Course Yellow. Ferramentas que posso usar para diminuir ao máximo o número de Safety Car. Nos últimos 20 anos, tem havido uma forte redução de Safety Car utilizados em Le Mans. O que se pretende com este novo sistema é que, já que estragámos a corrida, mal por mal, vamos tentar arranjar forma de melhorar o espetáculo e apimentar um pouco a corrida, voltando a colocar as categorias por ordem e permitindo que se desdobrem atrás do líder."

Se cada carro tem três pilotos para realizar os muitos stints da corrida, só há um Diretor de Corrida. Felizmente, Eduardo tem "uma equipa fantástica" à sua volta. "É um grupo de trabalho fora de série. Não tenho problemas em fazer uma pausa quando necessito. O meu adjunto assume o meu lugar e toda a gente sabe como é que eu reagiria em determinada situação."

Numa prova tão exigente, é preciso salvaguardar a integridade dos "humanos" que estão ao volante mas também dos "humanos" que garantem funcionamento da corrida. "Para muitos de nós, não são 24 horas seguidas, são muito mais do que isso." E tomar uma decisão ao fim de 23 horas de corrida não é a mesma coisa que ao fim da primeira hora. "Se for uma corrida animada, com várias situações, acaba por ser relativamente simples porque a cabeça não tem tempo para desligar. Agora quando há longos períodos mais calmos em pista, temos de puxar pela imaginação para não entrar no modo de latência!"

"Para mim, não existem corridas perfeitas, podemos sempre melhorar alguma coisa."

Felizmente, a tecnologia colocada ao dispor de quem necessita analisar cada detalhe da corrida é cada vez melhor. "A qualidade das imagens é muito boa. Diria que 90% das câmaras já permitem imagens 360°, com boa qualidade de zoom. Claro que, se quisesse ver os 13km de circuito em detalhe, teria que ter o dobro das câmaras!"

A experiência de quem anda por aqui há largos anos tem também um papel crucial na forma como se dirige uma corrida. "A minha trajetória é uma mais-valia e permite-me saber exatamente que é que é possível pedir aos Comissários de Pista. Já estive na posição deles. Não seria a primeira vez que salto com soluções que eu próprio testei enquanto comissário. Aprendemos sempre com cada corrida e trazemos esse conhecimento para transmitir formas mais eficazes de ultrapassar cada situação."

Apesar de uma regulamentação extensiva, as especificidades de cada circuito e a dinâmica própria de cada prova obrigam a um constante diálogo entre Chefes de Equipa e Diretor de Corrida. "São sempre muitas perguntas e reuniões. Nós temos um sistema de chat onde está o Race Control e os Chefes de Equipa. Quando uma

"Tenho à minha volta um grupo de trabalho fora de série."

equipa faz uma pergunta, todas recebem a resposta. Se for diretamente relacionada com a estratégia da própria equipa, podem abordar-me de forma privada. Claro que eu avalio a pergunta e se considerar que deve ser respondida para todos, é isso que faço. O grosso das perguntas que me fazem no chat privado são para perguntar no público!"

No dia da corrida, a última inspeção à pista é feita ainda "antes das galinhas porem ovos". E, embora estejamos a poucas horas do arranque, "há sempre muitas perguntas de última hora dos Chefes de Equipa." Transparente e disponível, Eduardo tem sempre a porta aberta e prefere "perder o tempo que for preciso antes da corrida" para evitar surpresas e dúvidas em plena prova. "Isso facilita muito a vida ao Colégio de Comissários e a mim." Depois, segue-se o briefing com os primeiros quatro qualificados de cada categoria "para falar do procedimento de partida" antes das últimas afinações permitidas aos carros.

Com tudo a postos para dar início à edição do centenário das 24h de Le Mans, tempo para o Diretor de Corrida fazer "uma horita em off!" De café na mão e



19º CERCO DE

ALMEIDA

25.26.27 AGO 23

Recriação Histórica



ALMEIDA
Estrela do Interior

VILAR FORMOSO
FRONTEIRA DA PAZ

"Deixar alguém para trás é algo que marca para sempre."

auscultadores nos ouvidos, não seria a primeira vez que Eduardo se descaracteriza do uniforme, coloca um boné discreto e vai passear incógnito pelo Paddock. "Nessa altura gosto de estar com a minha mulher, que me acompanha desde sempre."

De regresso ao Centro de Controlo de Corrida a adrenalina sobe e começa a tensão. "Tenho várias câmaras apontadas para mim, mas estamos cá para isso! Agora são 62 carros, 62 pilotos e temos uma corrida para fazer."

A espetacular prova a que todos pudemos assistir, mostrou, uma vez mais, porque é que Le Mans é uma das corridas mais espetaculares do mundo. Pese a pouca sorte dos pilotos portugueses, a prova que marcou o regresso da Ferrari ao primeiro lugar do pódio das 24h proporcionou muitos momentos emocionantes. Mas o trabalho do



Diretor de Corrida não acaba quando a corrida termina. No final, depois de uma curta pausa para repor níveis físicos e mentais, Eduardo e a sua equipa já estão sentados a analisar o que podia ter sido melhorado. "Imediatamente, começamos a fazer uma recapitulação da corrida, com tudo ainda muito fresco. Enquanto estou aqui posso pedir imagens, obter informações em tempo real, analisar o que é que correu menos bem e ver o que se pode melhorar a pensar não só nas próximas 24h de Le Mans, mas na próxima prova do WEC."

Quando lhe perguntámos quais os momentos que mais o marcaram nesta cadeira, não há hesitação na resposta. "Dois mil e treze", diz, referindo-se ao infeliz acidente que tirou a vida ao piloto Allan Simonsen na quarta volta das 24h de Le Mans. "Para mim, uma boa corrida é quando toda a gente volta para casa. O resto é uma questão de dinheiro e papelada. Deixar alguém para trás é uma coisa que fica para sempre. O que é que poderia ter feito para que não tivesse acontecido? Em 2016, quando pela primeira vez na história das 24h se fez uma partida atrás do Safety Car, sabia que ou ia para casa com um peso na consciência para o resto da vida, ou com um chapéu de estúpido. Optei pelo chapéu. Mas o facto é que ninguém se aleijou e, mais tarde, todos os pilotos que falaram comigo me agradeceram. Os pneus de chuva dos carros da frente pareciam bombas de água!"

Com um palmarés desportivo invejável no currículo, Eduardo confessa que ainda há algumas provas que gostaria de fazer. "Gostava de fazer o Mónaco e Indianápolis como Comissário de Pista. Já fiz Le Mans e no dia em que conseguir isso tenho a minha "Triple Crown!"

Em www.escapelivre.com, pode ler a entrevista completa a Eduardo Freitas.





• 1664 •



BATALHA DE

CASTELO RODRIGO

RECRIAÇÃO † HISTÓRICA

6 JULHO

RECRIAÇÃO DA BATALHA FINAL

MATA DE LOBOS

7 • 8 • 9 JULHO

CASTELO RODRIGO

CORTEJO HISTÓRICO . REPASTO SEISCENTISTA
ANIMAÇÃO ITINERANTE . MÚSICA . DANÇA . MERCADO
JOGOS INFANTIS . VIVÊNCIAS CASTRENSES



O presidente da Comissão Vitivinícola Regional da Beira Interior, fala-nos da riqueza dos vinhos de altitude e do trabalho desenvolvido para promover o néctar produzido nesta região.

À conversa com Rodolfo Queirós



“A qualidade é inequívoca. O nosso trabalho é aumentar a notoriedade dos vinhos da Beira Interior.”

Fale-nos do seu percurso rumo à CVRBI?

Nasci em Marco de Canaveses, e licenciiei-me em engenharia agrícola na Escola Superior Agrária de Viseu. Em 1999, vim para a Guarda, para a Comissão Vitivinícola Regional da Beira Interior, como técnico. Foi o realizar do desejo de sempre de trabalhar com o vinho. Apesar do frio e da distância, senti que este era um lugar de futuro para fazer aquilo que realmente gosto. Acabei por ter o privilégio de ajudar a Comissão a crescer e, sobretudo, também eu cresci com ela. Depois, já quando era diretor técnico, fui desafiado a encabeçar uma lista para concorrer à presidência da CVRBI e acabei eleito em dezembro de 2018.

Um projeto cheio de desafios?

Há mais de 20 anos, os vinhos da Beira Interior eram pouco reconhecidos. Na época havia meia dúzia de marcas ou nem tanto. Mas existia grande potencial de crescimento e os vários presidentes da CVRBI sempre trabalharam nesse sentido. Nos anos seguintes à viragem do milénio surgiram novos projetos que se juntaram às 5 adegas cooperativas e quatro ou cinco produtores individuais que faziam o núcleo da CVRBI. Apareceram novos produtores e os vinhos da Beira Interior começaram a crescer de notoriedade. Começámos por aproximar os associados e continuar a apostar na certificação, controlo e promoção dos vinhos nos vários mercados. Também a criação da Rota dos Vinhos como ferramenta fundamental para o Turismo da região. Claro que a CVRBI é um organismo que tem funções emanadas pela tutela do Ministério da Agricultura, mas que é privado e funciona sem subsídios estatais, vivendo dos rendimentos obtidos com as taxas cobradas pela aposição do selo de garantia em cada garrafa produzida. Por isso, quanto mais vendermos, mas a CVRBI pode ajudar a vinha e o vinho da região.

Um caminho que tem vindo a dar frutos?

Hoje estamos no Solar do Vinhos da Beira Interior, com excelentes condições de trabalho e uma equipa de cinco pessoas com quem posso contar permanentemente

e ainda mais quatro para nos ajudar no terreno. Tudo para um grupo que já conta com cerca de 70 associados. Hoje a Beira Interior e os seus vinhos começam a estar na moda e há mais produtores que se querem associar. É esta a importância da CVRBI e que reflete a crescente apetência pelo nosso vinho que no passado não existia.

Uma região com muito valor?

A denominação de Origem Beira Interior foi criada a 2 de novembro de 1999, resultado da aglutinação das regiões de Castelo Rodrigo, Cova da Beira e Pinhel. Tem um passado histórico que remonta à fundação da nacionalidade portuguesa e está localizada no interior centro de Portugal. São mais de 13 mil hectares de vinhas, maioritariamente, de origem xistosa com um clima agreste de extremos e uma variedade de castas enorme, influenciadas pela montanha, rodeadas pela Estrela, Marofa e Malcata e com altitudes a variar entre os 400 e os 700 metros.

Por tudo isto, os vinhos da Beira Interior são exuberantes e únicos, quer nos brancos quer nos tintos, com aromas complexos a frutos silvestres e especiarias. E sempre com uma frescura marcante.

A CVRBI realiza vários papéis fundamentais?

Com o anterior presidente, João Carvalho, fizemos um trabalho muito importante de afirmação da região. E quando assumi funções tracei como rumo reforçar esse trabalho de promoção e de agregação. Tentamos, todos os dias, fazer perceber que o cimento que nos mantém todos unidos a defender esta região é o vinho. Explicar, serenamente e com fortes argumentos, que se caminarmos juntos num determinado sentido, seremos mais fortes e teremos melhores resultados. Posso dizer que terminámos o ano de 2022 com um aumento de 43,6% nas vendas, o que é absolutamente notável. Ultrapassámos os 5 milhões de garrafas de vinho da Beira Interior no mercado e, dessas, cerca de 30% foram para exportação. Temos um plano de marketing e promoção anual que tem dado frutos. A loja online, hoje é responsável pela maior parte das vendas.



Claro que, a CVRBI é também o organismo que certifica o vinho. É isso que mantém a qualidade e a autenticidade dos vinhos da Beira Interior. Por exemplo, uma garrafa de vinho, seja da Beira Interior seja de outra região, tem, no rótulo traseiro, um selo da identidade que certificou aquele vinho e um código alfanumérico. Através desse código vamos ao detalhe de saber de que cuba é que esse vinho veio e quais as uvas usadas. E depois, claro, assegurar que tudo é cumprido. Vamos às grandes superfícies e compramos garrafas de diversos produtores e analisamos para perceber se o que chega ao consumidor não tem desvios do boletim de produção original. Adulterar os vinhos não seria um tiro no pé, seria mais uma rajada de metralhadora!

Tudo num mercado plural e difícil?

O mercado do vinho é tudo menos fácil de trabalhar. No vinho não há uma marca que valha 5% ou 10% do mercado. No que toca a regiões é diferente e o Alentejo, como um todo, é a que vende mais, porém, sem um domínio que se traduza por 20 ou 30% do mercado. Por isso, este é um setor ultracompetitivo e cada vez mais profissionalizado. Hoje temos enólogos de grande qualidade e categoria, quer a nível nacional, quer na nossa região, seja de forma permanente ou como consultores. Acompanhando esta evolução, a CVRBI cuida da exportação, da parte comercial e temos gente preparadíssima, com domínio das partes económicas, das línguas e dos mercados, marcando presença nas principais feiras nacionais e internacionais. O objetivo é vender vinho, mas, sobretudo, a região.

Com forte aposta também no vinho biológico?

A nossa região é aquela que em Portugal tem mais vinha em modo de produção biológica. Dos mais de 13 mil hectares que temos de vinha na região, mais de um milhar já está nesse tipo de produção. Para além disso, temos alguns produtores de referência que fazem dos vinhos biológicos a sua bandeira. O que é muito importante porque os vinhos biológicos estão a crescer a ritmo acelerado e nos países nórdicos, por exemplo, são altamente apreciados.

O segredo do sucesso está também nos parceiros?

A comunicação e divulgação são essenciais e as parcerias, como a que temos com o Escape Livre, são fundamenais. Apostamos também muito na Rota dos Vinhos. Lançámos há pouco um livro da Beira Interior que mostra como os vinhos desta região já existem há dois mil anos e não apenas há 24, quando surgiu a denominação de origem controlada. E, finalmente, tentamos juntar todos os municípios da região. Dos 20 que fazem parte desta área, 10 já são nossos parceiros mas queremos muitos mais. E depois há toda uma rede de colaboração com superfícies de vendas, lojas e restaurantes, cruciais para promover o nosso vinho.

Qual o próximo passo para a CVRBI?

Portugal tem 14 regiões em termos de comissões vitivinícolas, dois institutos da vinha e do vinho, o IVDP e o Instituto dos Vinhos. Queremos abandonar o meio da tabela e chegar ao pódio. Temos a ambição de dentro 3 a 4 anos podermos estar a produzir o dobro das garrafas de vinho que fazemos. Acho que temos potencial e qualidade para isso. E dentro das capacidades do nosso organismo, tudo faremos para isso.

“Temos a ambição de, dentro de três ou quatro anos, estar a produzir o dobro das garrafas de vinho que fazemos hoje.”

De cima para baixo

A sala de provas do Solar dos Vinhos da Beira Interior, na Guarda. Na sede da CVRBI, Rodolfo Queirós fala das ambições para o vinho da região. Em 2022, a Beira Interior vendeu 5 milhões de garrafas.



côa
summer
- fest -
VILA NOVA DE FOZ COA

4 AGO

THROWBACK THURSDAY

6 AGO

BISPO LHAST
DJ COZTA LOS BANDIDOS

5 AGO

MUNDO SEGUNDO & SAM THE KID

MUNDO SECRETO DJ JOHN GOULART FUNK BOYS





PENA D'ÁGUA

Boutique Hotel & Villas



O prazer do luxo na medida certa

No meio da selva urbana da Covilhã há um paraíso secreto de luxo que estimula os sentidos. Fomos descobrir o Pena D'Água Boutique Hotel & Villas ao volante do SUV 100% elétrico BMW iX xDrive40.

Olhamos e não vemos que, na Covilhã, cidade serrana encrustada na Serra da Estrela, há um paraíso escondido. Nasceu de uma casa senhorial e conheceu reviravolta tal que é o único a oferecer vilas no coração da Covilhã. Tendo como farol a sustentabilidade, nada melhor que conhecer o Pena D'Água Boutique Hotel & Villas a bordo do BMW iX xDrive40.

Com uma posição de condução dominante, amplo espaço interior e quatro rodas motrizes, o BMW iX xDrive40 é um automóvel 100% elétrico no formato da moda que chega mais longe na exploração de novos lugares neste retângulo à beira-mar plantado. Com um estilo disruptivo, destaca um chassis em fibra de carbono e alumínio com um interior onde sabe muito em estar. Com tudo ao alcance da mão, a tecnologia embarcada deixa tirar excelente partido dos 325cv e dos mais de 400km de autonomia da bateria de 71kWh. Este iX não é um automóvel para grandes proezas desportivas, porém é capaz de nos lançar até aos 100km/h em 6,1s. É, sobretudo, um excelente cruzador e levou-nos, rapidamente, ao nosso destino. Da Guarda à Covilhã, o BMW iX, gentilmente cedido pela A MatosCar, mostrou que a marca alemã mantém todos os atributos de prazer de condução, na transição para a era da mobilidade elétrica.

E tal como este SUV, o Pena D'Água é uma unidade hoteleira sustentável. Não só por reutilizar muito daquilo que existia na antiga casa senhorial que lhe deu origem, por dar preferência a materiais da região e servir-se de energias renováveis, mas também por usar apenas uma pena de água para alimentar grande parte das suas necessidades. Curioso? Nós explicamos...

O BMW iX xDrive40 é um parceiro ideal para calcorrear os trilhos da serra.

Antes da entrada em vigor do sistema métrico decimal, as quantidades de água com que se mediam os caudais das nascentes, fontes, levadas, etc., tinham por unidade a "pena". Aproximadamente o diâmetro de uma pena de pato. Assim, uma "pena de água" é uma medida, que se exprime pela quantidade de água necessária para encher 1 litro no espaço de 1 minuto.



Para Rui Jorge Barata e Carlota Vicente Barata, sua filha, este é um projeto de família e de amor. Amor à Covilhã e amor à hotelaria e restauração. "Nasci aqui nesta cidade e sempre gostei de regressar. A experiência com um alojamento local na casa onde nasci deu-me vontade de ir mais além e com a oportunidade de comprar esta casa, o sonho virou realidade."

Esta era uma casa senhorial do final do Séc. XIX, pertença de uma família de industriais da Covilhã. Aqui se guardava azeite, azeitonas, batatas e restantes alimentos mas também tecidos. Houve aqui uma enorme preocupação na recuperação de tudo o que estava dentro da casa. Das vigas e pilares aos candeeiros e portadas das janelas, são muitos os detalhes que podemos encontrar que foram restaurados e requalificados.

O Pena D'Água Boutique Hotel & Villas é um hotel ligado à natureza e à montanha. Como a muitos outros

Encontrar vilas que abraçam a natureza da Serra da Estrela no meio da cidade é um luxo raro.



empreendedores a pandemia pôs travão nos sonhos de Rui Barata. Mas com determinação e vontade, foi-se levantando o pé, a tormenta passou e tudo entrou no ritmo certo.

A primeira surpresa está escondida no nome. Um hotel no meio da cidade com vilas! "Essa é uma exclamação que quase todos fazem." Pode parecer um edifício pequeno mas, sendo uma antiga casa senhorial, o espaço disponível permite-nos encontrar aqui 27 alojamentos – Suites Familiar e Executiva, Quartos Supreme e Classic e as Villas Familiar e Executiva. Todos decorados de uma forma peculiar onde as cores fortes da montanha e da floresta predominam, como o ocre, verdes, castanhos e cinzentos, numa combinação perfeita entre modernidade, sustentabilidade e reutilização. "Quisemos uma unidade hoteleira moderna, com toda a tecnologia que permite adicionar conforto, mas perfeitamente sustentável. Por isso temos painéis solares, fotovoltaicos e utilizamos água de uma nascente ao mesmo tempo que reciclamos água para eliminar o desperdício."

Mas as surpresas não param. A piscina exterior está virada para a Serra da Estrela e mergulhar na água tépida é um prazer para os sentidos. Relaxar no "deck" superior, uma vez mais, olhando a natureza a perder de vista, estando dentro de uma cidade, é algo verdadeiramente fantástico.

Um espaço com todos os confortos da tecnologia aliados ao luxo e prazer da natureza em estado bruto.

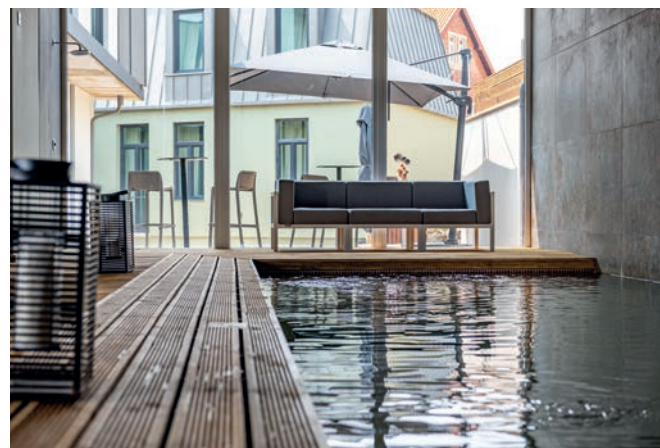
Para lá dos passeios pedestres e BTT, provas de vinhos, circuitos de visita à Covilhã em veículo 100% elétrico e salas para eventos, encontramos ainda o laboratório do Pena D'Água, onde uma bióloga utiliza espécies autóctones, colhidas na Serra da Estrela, para desenvolver efusões usadas no SPA, que conta com piscina interior, Banho Turco e Sauna, e ainda os óleos usados nas várias massagens propostas.

Uma das notas que ficam desta visita são os livros e as obras de arte espalhados um pouco por todo o lado. "Queremos que a cultura nunca se despegue do prazer do ócio e, aqui na nossa casa, temos muito gosto que um pequeno-almoço seja acompanhado por leitura ou que uma pausa para descansar o corpo seja aproveitada para o conhecimento."

Claro está que a gastronomia não podia ficar de fora. O Açafrão, o premiado restaurante de cozinha de autor do Pena D'Água, preenche a lacuna deste género de espaços na Covilhã. Um espaço muito apreciado, sobretudo pelos visitantes estrangeiros que procuram "a nossa gastronomia, os nossos vinhos, mas sempre de qualidade superior".

Tivemos "pena" de deixar este lugar onde luxo e prazer andam de mãos dadas, mas tínhamos o iX à nossa espera para mais alguns quilómetros de tranquilidade e paz de espírito, combinadas com emoção suficiente nas curvas e contracurvas das estradas serranas, sempre com absoluta segurança.

Para trás, ficava a qualidade no atendimento, a simpatia dos anfitriões e a atenção aos detalhes que revelam todo o cuidado colocado neste Pena D'Água Boutique Hotel & Villas. Visita obrigatória, não concordam?



Autoprodução solar
com 4.5 MW já instalados



Na rota para um
➤ Futuro Sustentável

Temos o objetivo de atingir uma autoprodução renovável
que cubra 90% do nosso consumo até 2025



Quinta do Ministro

Vinhos com pedigree



Um oásis vínico na Serra da Estrela

No Parque Natural da Serra da Estrela, num lugar único com vinha antiga de castas autóctones, nasce um néctar fresco, austero, mas elegante, como só um terroir de altitude consegue oferecer. Quinta do Ministro é o nome deste vinho e fomos conhecê-lo a bordo do Polestar 2.

Sob a alçada da Volvo, a Polestar já nasceu na era da eletrificação. Distinto e elegante, o Polestar 2 é qualidade premium, reforçada nesta versão Dual Motor com Pack Performance. Os cintos de segurança amarelos condizem com as pinças de alumínio dos travões de discos ventilados Brembo e dão-lhe um ar robusto e agressivo. Como se quer num desportivo de 408cv e 690Nm de binário instantâneo!

**100% elétrico,
o Polestar 2
brilha pela
performance
e qualidade.**

Mas nada melhor do que entrar no carro, programar o sistema Google para a Quinta de São Lourenço e seguir viagem. E aqui, a primeira surpresa. Pese a consumos de 23,5kWh, a bateria de 77kWh (75kWh úteis) permite-nos fazer toda a viagem em autoestrada, pouco mais de 300km, sem paragens para carregamento. Numa condução urbana, facilmente chegamos perto dos 400km de autonomia anunciados pelo fabricante. Mas agora, tempo de colocar o Polestar 2 à carga e passar algum tempo a conhecer o nosso anfitrião, Tiago Mendonça, e claro, a história do Sr. Ministro.

Nasceu no Seixo Amarelo, na Guarda, e foi um administrador de empresas visionário que exerceu funções de Ministro das Corporações e da Providência Social durante o Estado Novo. José Soares da Fonseca tinha o seu refúgio na Aldeia Viçosa, Guarda, na Quinta de São Lourenço. Era a Quinta do Sr. Ministro.

A amпуlhetta do tempo avançou célere e a Quinta de São Lourenço, com mais de 12 hectares de vinha autóctone, dedicou-se a produzir vinho. Situada em pleno Parque Natural da Serra da Estrela, esta propriedade é a única que dentro do maciço central produz e engarrafa vinho produzido neste "terroir único e sensacional" como nos diz Tiago Mendonça, atual proprietário.

Tiago Mendonça é engenheiro, nasceu em Aldeia Viçosa, na Quinta de São João, na margem direita do Rio Mondego. A terra e a produção de azeite e de maçãs eram companhias de meninice e, a partir dos 22 anos, ficou a gerir o negócio dos seus avós. "Desde esse dia até hoje, já dentro dos sexagenários, estou neste paraíso".

A Quinta de São João é a sua casa, mas não perdeu a oportunidade de expansão com a aquisição da Quinta da Campanária. Foi o início da produção de azeite, o Ethos, ouro líquido de excelência que é por demais cobiçado nestas partes. Já o vinho, chegou mais tarde, com nova expansão, desta vez o terreno contíguo, a Quinta de São Lourenço.

Se a Quinta do Campanário tem

o lagar de onde "brota" o Ethos, a Quinta de São Lourenço tem a adega tradicional onde a jovem e talentosa enóloga, Mariana Salvador, utiliza as castas autóctones para criar o Quinta do Ministro. Orgulhoso das vinhas antigas, a maioria com 60 e 70 anos, por aqui encontramos Síria, Fonte Cal e Arinto, nas castas brancas, e Jaen, Touriga Nacional, Rufete, Trincadeira e Tinta Roriz, nas tintas.

A Quinta de São Lourenço é hoje um Produtor Biológico.

Bandeira do esforço e dedicação da enóloga, do responsável da adega, Paulo Monteiro, e do responsável agrícola, Carlos Veiga, é o rótulo de Produtor Biológico. "Tenho muito orgulho no facto de termos chegado ao terceiro ano de produção biológica e, agora, recebermos o rótulo de produtor de vinhos biológicos." Mas ainda mais importante é o facto de os vinhos que produz serem de baixa intervenção. Vinhos "onde mexemos o menos possível, deixando a natureza revelar o seu sabor". Tudo, aliado a um processo rigoroso de escolha da uva para que tudo o que aqui se produz seja de altíssima qualidade.

São as vinhas fortes, para resistir ao solo e ao clima, que dão a estes



Aqui, as vinhas têm de ser muito fortes, já que os solos são pobres e, em altitude, o clima é duro.

vinhos características muito próprias. Néctares minerais, frescos e austeros, mas elegantes que desafiamos os leitores a provar quando os encontrarem, porque aqui se prima pela qualidade e não pela quantidade.

E se uma referência nos brancos e outra nos tintos é um bom começo, o futuro promete novidades. Mas, sobre elas, ainda não podemos falar. Até porque, sendo a Quinta do Ministro, estão em segredo de estado! O que podemos adiantar é a chegada em breve de uma experiência de enoturismo, juntando à renovação da casa da Quinta de São Lourenço, a restauração do "Ninho do Amor", uma antiga casa de pedra na Quinta da Campanária, para uma oferta combinada de cerca de 15 quartos para por aqui passar dias descontraídos, a beber da natureza.

Quanto a nós, tempo agora para regressar a Lisboa, não sem antes aproveitar a performance extraordinária do Polestar 2 pelas serpenteantes estradas da Serra da Estrela. E podemos dizer que, na viagem de regresso, mesmo com ar condicionado ligado, chegámos com média de 21,8kWh (a descer todos os Santos ajudam), fazendo mais de 350km com uma bateria a velocidades de autoestrada. Nada mau, mesmo!





SABUGAL
SURPREENDA OS SENTIDOS

f i y www.cm-sabugal.pt

ZONAS FLUVIAIS DE LAZER

2023



QUADRAZAIS



FÓIOS



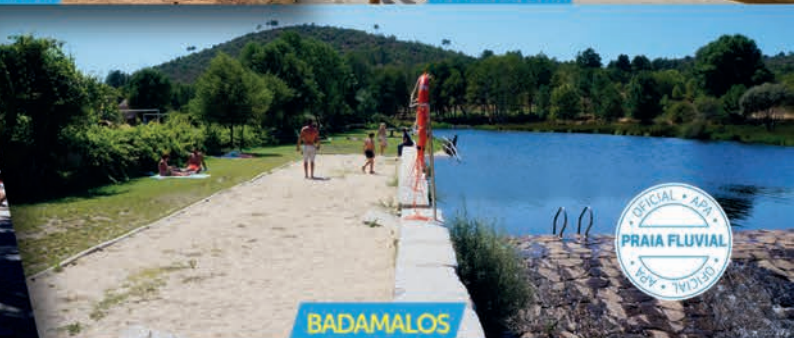
MALCATA



PENALOBO



ALFAIATES



BADAMALOS

Desfrute
do Rio Côa...



SEIXO DO CÔA



VALE DE ESPINHO



RAPOULA DO CÔA



VALE DAS ÉGUAS



AQUÁRIU'S

Néctar e sabores



Santuário de arte e sabores

O restaurante Aquáriu's, que Jorge Silva construiu ao longo de décadas, é um lugar onde a arte que nos recebe nos coloca na disposição certa para o festim de sabores que nos aguarda. Fomos visitá-lo ao volante do Renault Arkana E-Tech.

Há 30 anos a marcar a restauração na Guarda, o Aquáriu's tem acesso simples e fácil. Porém, tendo à disposição um Renault Arkana E-Tech fomos "marotos" e escolhemos o caminho mais longo para lá chegar! Decidimos percorrer a EN18 e enfrentámos a sinuosidade desta magnífica estrada com um sorriso nos lábios. Tudo porque o Arkana mostrou-se sempre um parceiro de confiança ao longo do percurso e revelou-se um pisco no que toca aos consumos.

O sistema híbrido E-Tech da Renault – aqui numa versão de 145cv – funciona de forma perfeita e devolveu-nos consumos abaixo dos 5,5 litros de gasolina por cada centena de quilómetros. Sendo que a maior surpresa foi a agradávelidade na condução. Tanto que, envolvidos pelo conforto, eficácia e boas sensações do Arkana E-Tech, distraímo-nos e, de supetão, foi preciso uma condução mais atrevida para recuperar minutos em direção à nossa reserva no Aquáriu's. E o Arkana não desiludiu!

Diferenciando-se pela ementa com um leque de propostas que satisfaz os gostos mais requintados, este

santuário de vinho e arte é uma casa de raízes profundas. "O meu pai tinha uma mercearia e uma taberna onde, muito jovem, comecei a dar os primeiros passos nesta área. Aos 11 anos fui trabalhar para um restaurante na Covilhã. Os tempos eram outros..." conta-nos Jorge Silva, proprietário, que sempre teve a restauração presente na sua vida.

Na versão eletrificada do Renault Arkana, a tecnologia reforça o prazer de condução.

"Nasci numa quinta onde, orgulhosamente, ainda vivo. E devido à atividade do meu pai, esta área sempre me fascinou." Claro que, o tempo foi transformando



a restauração e da casa de pasto da província até aos modernos santuários de comida de fusão, hoje, cada refeição é uma experiência diferente. Mas, se nem sempre encontramos o nosso gosto em cada casa, na cozinha de Jorge Silva há sempre algo que agrade a “gregos e troianos”. Da carne Jarmelista, terna e succulenta de vitelas criadas em altitude, ao peixe e marisco mais fresco. Mas aqui encontra muito mais que uma ementa recheada. É uma experiência para os cinco sentidos!

Quando entramos no Aquáriu's somos recebidos por uma garrafeira absolutamente fantástica. A visão fica servida por centenas de garrafas de vinhos de todas as procedências, com destaque para a Beira Interior. “Temos 999 referências de vinhos diferentes e a entrada do restaurante funciona, também, como uma loja de vinhos”. Porém, o que mais nos espantou quando entramos no Aquáriu's foram as obras de arte que nos dão as boas-vindas, lado a lado com os vinhos.

Amante de arte, Jorge Silva criou, propositadamente, esta exposição para que ninguém se sentisse num mero restaurante, mas sim num local onde a gastronomia e a cultura se abraçam numa experiência imersiva.

Diz com satisfação que o que mais deseja é que cada cliente que aqui entre, saia de cá um amigo. A alma do Aquáriu's está nesta paixão. Um amor que transbordou gerações e, apesar de ter chegado a pensar que a chama se iria extinguir com ele, é com um brilho nos olhos que confessa que a filha mais nova, com formação superior ligada a esta área, já pediu para se sentar à mesa com o pai e conversar sobre o futuro!



Aos sabores mais tradicionais juntam-se os vinhos e a arte numa experiência a repetir.



O equilíbrio entre performance e consumo é o trunfo do Arkana.

O outro ingrediente secreto que forjou este espaço é a resiliência. Até porque, como diz Jorge Silva, "neste país nada é fácil e ter um restaurante no interior fica mais complicado porque nos faltam pessoas. Por isso temos de ser muito criativos para as cativar." E o elogio, merecido, à Câmara Municipal da Guarda acaba por sair sem esforço, já que os diversos cartazes turísticos, como os recentes Passadiços do Mondego, são uma grande mais valia.

"Que aqui entrem como clientes mas que saiam como amigos", deseja Jorge Silva.

Entre vários dedos de conversa, começaram a chegar os pratos à mesa. "Agora vão ficar a conhecer aquilo que de melhor temos para oferecer", lançou Jorge Silva de sorriso rasgado. A explosão de sabores foi despoletada por um Estaladiço de Queijo de Cabra com Doce de Abóbora e Creme de Maçã. O bom pão caseiro e a broa rimaram na perfeição com um patê de atum de fabrico caseiro, de comer e chorar por mais. Depois de uma introdução deste calibre, um Bacalhau Fresco com Mousse de Sapateira, Puré de Batata-Doce, Legumes e Crocante de Presunto mostrou a versatilidade da cozinha do Aquáriu's e a qualidade do Chef Paulo Fonseca. Seguiu-se um Arroz de Míscaros a acompanhar Nacos de Vitela Jarmelista que nos levou a um patamar de sabor único. Mas Jorge Silva, sempre animado, avisava que "ainda temos aqui mais umas surpresas".

Os Medalhões de Vitela com Ananás, Gambas e Puré de Batata e Ervas explodiram na boca e foram saboreados de olhos fechados para não prejudicar o palato massajado com carinho por tantos e tão bons sabores. Fechámos a experiência das carnes com um Cabritinho de Leite com Migas de Boletos. Um final em apoteose que deixou espaço para o aplauso às sobremesas. Um festim de sabor que foi devidamente acompanhado por um vinho da Beira Interior suave e intenso.

Recomendamos a visita a este santuário dos sabores, mas também da arte e do vinho. Um espaço onde pode reconfortar o corpo e a alma e celebrar a amizade à volta da mesa.

À porta, o Renault Arkana E-Tech esperava para nos levar de regresso, não sem antes voltarmos a ser marotos e escolher o caminho (muito) mais longo de volta a casa!





1 2 7 3 - 2 0 2 3

750

A N O S

FEIRA DE SÃO
BARTOLOMEU

11a20deagosto

TRANCOSO



Descarregue o roteiro em
www.escapelivre.com

— ROTEIRO —

GOUVEIA

A Princesa da Serra

Uma tela emoldurada pela Estrela

Para lá do horizonte dos poetas e dos pintores, numa paisagem tecida entre a Estrela e o Mondego, Gouveia assume-se como moldura de encanto da Princesa da Serra. Muito depois de Viriato, a história desenha-se nos caminhos entre as tradições, a cultura e a natureza. Fomos descobri-la com o novo Nissan X-TRAIL e-POWER.

Sem perder de vista as ruelas do Castelo, Gouveia entrelaça-se por entre a história de um território criado algures entre os reinados de Sancho I e Afonso II. São episódios marcados por um passado entre castros, romanos e muçulmanos, e que resultaram numa identidade genuína. Os testemunhos não se ficam pelos escritos. O património erguido atravessa eras.

Gouveia destaca paisagens de grandes afloramentos graníticos e vinhas com vista para a Serra.

A proposta de descoberta passa por um concelho que viu nascer Virgílio Ferreira e Abel Manta. Das letras escritas e das telas pintadas ficam os incessantes convites de partilha de momentos. A cidade oferece recantos únicos tendo como pano de fundo espaços verdes que a tornam irrepetível. Do centro da cidade podemos sair para um percurso a pé. Das quelhas da zona do Castelo passado pelos vários exemplares únicos de uma arquitetura histórica,

vamos folheando cada momento. A fachada da Igreja de S. Pedro, originariamente de estilo barroco, apresenta-se num mosaico que merece um olhar atento.

No mesmo largo central, pode visitar a Igreja da Misericórdia, com a fachada principal em azulejos e com uma porta de onde se destaca o brasão da Casa Real. No interior observa-se o altar em talha dourada. Ao lado da igreja está o edifício onde funcionou o primeiro hospital de Gouveia. Dali à Casa da Torre é um salto. Trata-se de um edifício de habitação quinhentista, em granito, com uma fachada ornamentada por uma janela Manuelina. Por ali perto, destaca-se Solar dos Condes de Vinhó e Almedina, onde se encontra instalado o Museu de Arte Moderna Abel Manta. Mas sigamos em direção à Câmara Municipal. O edifício dos Paços do Concelho encerra uma história rica. Datado do séc. XVIII, começou por ser Colégio dos Jesuítas. Logo à entrada, destacam-se os brasões com as armas nacionais da época joanina, um edifício que serviu, também, para recolher, aquando das invasões francesas, muitas freiras franciscanas servindo, posteriormente, de quartel e de Hospital Militar aquando da Guerra Peninsular.

Antes de começar o caminho que lhe propomos, mais duas sugestões. A primeira, visita obrigatória ao Museu da Miniatura Automóvel e, depois, um salto à capela do Sr. do Calvário. Com fôlego, chega a um local de

peregrinação de referência com as festas a coincidirem com o mês de agosto. A vista convida a um descanso antes de começar a aventura todo-terreno.

O e-POWER combina a facilidade de utilização de um automóvel a combustão com a tranquilidade de um automóvel elétrico.

Para percorrer estes trilhos, escolhemos o novo Nissan X-TRAIL e-POWER e-4ORCE 4x4. Com um sistema híbrido diferente do habitual, onde o motor de combustão não está ligado ao eixo motriz e é apenas usado como "gerador" para carregar a bateria que alimenta os dois motores elétricos, esses sim, a entregar uma potência combinada de 213cv. O resultado? Uma forma diferente de eletrificação com o melhor de dois mundos: a praticidade de um veículo a combustão com a performance e suavidade de um elétrico.





Assim, a bordo, a tranquilidade e o silêncio estão, praticamente, a par com um automóvel 100% elétrico.

A tudo isto, a Nissan juntou a tecnologia e-4ORCE e os vários modos de condução fora de estrada, para criar um SUV que, além de um cidadão e estradista por natureza, não deixa de nos convidar a ir por maus caminhos!

No interior, o salto é tremendo. A qualidade dos materiais e a inclusão das tecnologias mais modernas trazem o Nissan X-TRAIL para a lista das referências do segmento neste capítulo. E não nos podemos esquecer que é uma das parcas alternativas para famílias numerosas, graças à sua configuração de 7 lugares. Sendo o conforto e espaço para 5 pessoas excepcional, os dois lugares extra que podemos "fazer nascer" na bagageira não envergonham e são perfeitos para os mais jovens acompanharem o resto da família nestas aventuras pela Serra.

Saímos então em direção ao Curral do Negro. Apesar de utilizarmos caminhos em excelente estado, as invernias no alto da serra poderão complicar um pouco

a jornada nessa altura do ano. O Curral do Negro é um espaço natural onde poderá desfrutar do contacto com a natureza serrana. Ali ao lado, está um miradouro, construído recentemente, com as letras toponímicas do concelho e de onde poderá ter um panorama privilegiado de todo o vale do Mondego e Dão, até para lá das serranias do Caramulo, S. Macário e Montemuro.

Com 7 lugares, o X-TRAIL é uma das poucas ofertas para famílias numerosas.

Sempre percorrendo a encosta norte da Estrela, vamos até à antiga Casa do Guarda de Folgosinho, para depois seguirmos até ao alto da Serra. Antes de entrarmos

em terra, sugerimos uma escapadela até aos Casais de Folgosinho e à Capela da Sra. da Assedasse. Espaços únicos de encontro com a natureza e a tradição religiosa pastoril. Depois de entrarmos em terra, o caminho leva-nos por uma cumeada incessantemente desafiadora para os sentidos. Junto ao caminho florestal, que liga Folgosinho a Videmonte, a cerca de 250 metros do Vértice Geodésico dos Galhardos, encontramos o Baloço do Faraó. Tempo de alternar entre balanços, do todo-terreno para os tempos de criança, enquanto deixa banhar os olhos com a vista impressionante sobre toda a região. Mais à frente, e depois da Cabeça do Faraó, a envolvência sobranceira à encosta leva-nos até Folgosinho. Terra de boa água e de boa gente. Suba até ao "Castelo" que o não é na realidade, mas impõe a sua localização num cabeço com aflorações de quartzo branco e rosa. A paisagem de Folgosinho, e toda a beira-norte, até ao Marão impressiona.

Resta-lhe descobrir as ruas encantadas e escritas com belas quadras num passeio que também servirá, de certo, para descobrir um hino à rica gastronomia serrana. De acordo com a estação do ano, podem ser degustadas iguarias irresistíveis, destacando-se a sopa de castanhas, ensopado de mísscaros, cabrito, feijocas à pastor, feijoada de javali, arroz de carqueja, requeijão com doce de abóbora, arroz-doce e leite-creme, sem esquecer, obviamente, o Queijo da Serra.

Todas excelentes razões para dar um salto até Gouveia e descobrir estas e outras maravilhas desta magnífica região, tão acolhedora como bela, que espera por si com a tradicional, e sempre bem-vinda, hospitalidade beirã.



Em Gouveia, a passagem das estações do ano vai revelando novas iguarias gastronómicas.



Onde dormir?

Madre de Água
Lugar da Pedra Alta
Quinta Costa da Estrela

Onde comer?

Madre de Água
Quinta dos Namorados
Lá em Casa

Trilhos de Gouveia



NOTA	PARCIAIS	TOTAIS	DIREÇÃO	OBSERVAÇÕES
1				1 - MUSEU DA MINIATURA AUTOMÓVEL DE GOUVEIA VISITE DESCE RUA PARA INICIAR O PERCURSO
2	0,000	0,000		1 - Câmara Municipal de Gouveia PÔR KM A ZERO SOBE EMPEDRADO
3	0,100	0,100		1 - Tribunal SOBE DIR. CURRAL DO NEGRO
4	0,200	0,300		ENTRA ASFALTO SEGE ESTRADA PRINCIPAL DIR. CURRAL DO NEGRO
5	0,100	0,400		1 - PSP DIR. CURRAL DO NEGRO SOBE ESTRADA PRINCIPAL
6	0,500	0,900		1 - Ilha de reciclagem CONTINUA A SUBIR ESTRADA PRINCIPAL
7	0,100	1,100		VALE DE CADELA CONTINUA A SUBIR ESTRADA PRINCIPAL
8	0,500	1,600		LAR SANTA CASA CONTINUA A SUBIR ESTRADA PRINCIPAL DIR. CURRAL DO NEGRO
9	1,500	3,100		1 - Curral do Negro 2 - Placas indicativas CONTINUA ESTRADA PRINCIPAL DE ASFALTO
10	5,600	8,700		DEIXA ESTRADA DE ASFALTO ENTRA TERRA E SOBE P.P.
11	0,400	9,100		1 - Tanque de água CONTINUA P.P.
12	0,400	9,500		CONTINUA P.P.
13	0,300	9,800		ENTRA E SOBE ASFALTO
14	2,200	12,000		1 - Placas indicativas ENTRA TERRA SOBE E SEGE P.P. DIR. BALOIÇO DO FARAÓ
15	1,100	13,100		BALOIÇO DO FARAÓ ADMIRE PAISAGEM CONTINUA P.P.
16	0,500	13,600		CABEÇA DO FARAÓ ADMIRE E CONTINUA P.P.

NOTA	PARCIAIS	TOTAIS	DIREÇÃO	OBSERVAÇÕES
17	0,700	14,300		CONTINUA P.P.
18	2,000	16,300		1 - Placas caminhos pedestres CONTINUA P.P. SOBE
19	1,200	17,500		1 - Placa de caça 2 - Placa indicativa DEIXA P.P. SOBE CAMINHO MAIS ESTREITO
20	1,000	18,500		1 - Tanque de água ADMIRE A GRANDEZA DA PAISAGEM
21	0,200	18,700		1 - Placa informativa PARE, LEIA E ADMIRE PAISAGEM
22	1,300	20,000		1 - Placa de caça 2 - Placas informativas DESCE
23	2,400	22,400		1 - Fonte da Sarça
24	0,600	23,000		ATT!! PERCURSO MAIS PEDREGOSO CUIDADO
25	1,500	24,500		1 - Viveiros da Serra da Estrela ENTRA E SEGE ASFALTO ESTREITO ATT!! TRANSITO LOCAL
26	1,300	25,800		FOLGOSINHO
27	0,100	25,900		JÁ EM EMPEDRADO
28	0,200	26,100		1 - Tanque de água SIGA SINAL DE DIREÇÃO OBRIGATÓRIA
29	0,200	26,300		1 - Painel de azulejos de Folgosinho
30	0,100	26,400		1 - Chafariz com azulejos CENTRO DE FOLGOSINHO ESTACIONE E VISITE

A Maior Romaria
das Beiras!

FESTAS
SENHOR DO
CALVÁRIO
GOUVEIA



10
TAXI



11
CAROLINA
DESLANDES



12 XLVI FESTIVAL INTERNACIONAL
DE FOLCLORE DE GOUVEIA
JOSÉ CID



SUPER ESPECIAL RALLY 13
FERNANDO
DANIEL



14
IVANDRO



10 a
14
agosto
2023

Navegador de Ocasião

Pausa para café com António Catarino

Ao longo de tantos e tantos anos de ligação ao admirável mundo dos ralis, uma paixão pessoal que passou a missão profissional já lá vão mais de quatro décadas, foram inúmeras as oportunidades para tomar assento na bacquet ao lado de pilotos de topo e até de um diretor de equipa, não a voar baixinho, mas bastante alto...

Mas, já lá iremos, após passar a escrito algumas notas deste navegador de ocasião, que uma bela manhã gélida, em Fafe, tomou o lugar de Christian Geisdorfer e fez várias passagens ao lado de Walter Rohrl no troço de Lagoa, o único então existente no concelho da Capital da Vitela Assada.

O entusiasmo era tal que nem contabilizei as vezes que o Audi Quattro – um autêntico tanque, com um bloco de espuma para amenizar as pancadas do joelho direito do navegador na porta – passou com a roda do lado direito fora da estrada, na célebre curva, hoje à porta do campo de futebol, que antecedia o final da classificativa em Rossas.

Ainda na era dos Grupo B, com Bruno Saby no Peugeot 206 T 16, foi fantástico fazer os ganchos da Gávea, um troço em terra batida hoje asfaltado e conhecido por Sopo.

Nesta sequência cronológica de co-drives, quando os testes de preparação do Rali de Portugal, se prolongavam por vários dias, andar em Arganil, ao lado de Tommi Makinen, então Campeão do Mundo em título, foi uma magnífica experiência.

O virtuosismo do finlandês, que conheceu em 1990 na Corrida dos Campeões em Barcelona, o somatório dos quilómetros andados a bordo do Mitsubishi Lancer Evo IV, a conversa com Lasse Lampi – tinha andado, no ano anterior, ao lado do finlandês

em Vilar de Mouros – e a oferta do fato de competição a António Pinto dos Santos, ao tempo engenheiro no Município de Arganil e responsável pelo (bom) estado das classificativas, marcaram esse dia.

Em plena dinastia Sebastien Loeb, foi tempo de voar no Citroën C4 WRC, em duas sessões, no Domaine de Galicet, propriedade de Philippe Wambergue, piloto vencedor da Baja Portugal 1000 em 1998 e que tinha na garagem dois Citroën BW TC4, o grupo B da marca dos chevrons. A estreia, prevista para o Rali de Portugal acabou por não se



concretizar. Um projeto falhado.

O troço em piso de terra do Domaine de Galicet era, simplesmente, espetacular. Vários quilómetros de extensão e uma sucessão incrível de lombas feitas a fundo, proporcionando saltos tipo 1000 Lagos. Com o C4 WRC a voar à altura da copa das árvores! De tal modo que cheguei a contar, devagar, de 1 a 6 até o Citroën voltar a tocar o solo. Aterragens algo violentas, mas

Saltos com o Citroën C4 WRC a voar à altura das copas das árvores.

controladas com mestria. Mesmo à campeão.

Voar foi também o verbo conjugado no Algarve, em tempo de Rali de Portugal, quando surgiu um convite irrecusável: acompanhar Guy Fréquelin no helicóptero pilotado pelo próprio Diretor da Equipa Citroën.

Com algumas "dicas" de navegação pelo meio, a viagem a partir do Estádio do Algarve demorou poucos minutos até ao troço, onde o responsável francês avaliou o desempenho dos pilotos, em particular Mikko Hirvonen, e recolheu dados relativos ao contacto dos pneus com o piso xistoso.

Magnífica experiência vivida há uma década; um privilégio que soube a prémio pela presença em vários Ralis do Mundial.

Desta vez, a voar alto, valor acrescentado também a vários outros co-drives que ficaram na memória: Jari Matti Latvala (VW), no dia imediato à vitória no Rali de Portugal 2015, ao lado de Jean Ragnotti (Renault 5 Turbo) na Córsega e com Gilles Panizzi (Peugeot 306 Maxi) nas Cévennes.

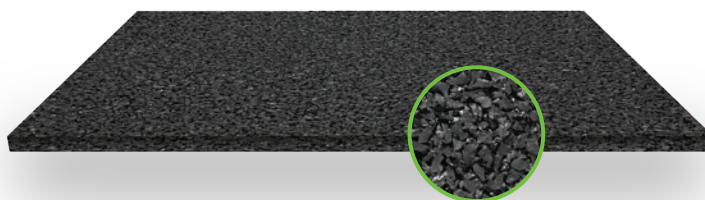
Cenas (fantásticas) da vida de um "navegador de ocasião".



SABE O QUE ESTÁ NA BASE DE UM FUTURO MAIS SUSTENTÁVEL?

A BORRACHA RECICLADA.

A reutilização dos pneus usados está na base do piso de parques infantis, do isolamento de estúdios de som, dos relvados sintéticos e do pavimento de estradas.



Saiba mais em valorpneu.pt



valorpneu
Porque existe Amanhã





Nova Gama Eletrificada Nissan



Quem disse que não pode ter uma experiência de condução emocionante, eficiente e com as mais inovadoras tecnologias de segurança e conectividade?

Experimente a nova gama eletrificada Nissan e descubra qual o modelo que melhor se adapta ao seu estilo de vida.

Saiba mais num concessionário ou em nissan.pt

Juke Híbrido: consumo combinado: 4,9-5,0 l/100 km. Emissões de CO₂: 111-113 g/km.
Gama e-POWER: consumo combinado: 5,3-6,7 l/100 km. Emissões de CO₂: 120-152 g/km. Ariya: Zero emissões de CO₂ durante a sua utilização.