

Cabo Verde

As ilhas da 'morabeza'

30 de julho a 18 de agosto

O CAAL vai voltar a um país de língua portuguesa.

Cabo Verde foi descoberto pelos portugueses no ano de 1460. **A primeira ilha a que acostaram foi a da Boa Vista**, nome dado em consequência do longo tempo que permaneceram no mar, sem nenhuma referência de terra.

Em seguida os portugueses foram para outras ilhas que foram batizando com o nome do santo correspondente ao dia da descoberta, assim aconteceu com **Santo Antão, São Vicente, Santa Luzia, São Nicolau e Santiago**.

A **ilha do Sal** foi assim denominada por causa das grandes salinas existentes.

A **ilha de Maio** deve o seu nome ao mês em que foi descoberta e a **ilha do Fogo** por ter um vulcão, que se supõe ter estado em atividade, no momento da chegada dos navegadores.

A **ilha Brava** foi assim chamada devido ao seu aspeto, um tanto quanto hostil.

Como o arquipélago era desabitado os portugueses deram início ao seu povoamento.

Por ocupar uma situação privilegiada na encruzilhada entre três continentes - Europa, América e África - Cabo Verde foi um entreposto importante no chamado tráfico negreiro. Os escravos eram capturados e levados para as ilhas de onde seguiam, mais tarde, para trabalhar nas produções de cana-de-açúcar, café e algodão do Brasil e das Antilhas.

Na ilha de Santiago, foi erigida a primeira cidade construída por europeus nas colónias, a cidade de Ribeira Grande, hoje mais conhecida por Cidade Velha.

A cultura de Cabo Verde possui características singulares. É 'mestiça' como a sua população, numa das misturas mais originais e criativas do continente africano.

Esse 'mesticismo' pode ver-se na **pintura** que reflete a vida e as raízes do país e no **artesanato** (cestaria, tecelagem, olaria e tapeçaria) que espelha o quotidiano da população.

A tão conhecida e apreciada **música cabo-verdiana** divide-se nos seguintes géneros - **batuque, colá, coladeira, funaná, morna e tabanca**.

Na instrumentação, predominam os cordofones: a **guitarra** (chamada violão), **violas** de 10 e 12 cordas (chamadas simplesmente violas), o **cavaquinho** e o **violino** (que tem aqui o nome de **rebeca**).

Neste arquipélago com dez ilhas (todas habitadas à exceção de uma, Santa Luzia) **vamos conhecer sete**, tomando contacto com as belezas naturais, a cultura e a tradição.

Programa

30 de julho, 1º dia

Partida no voo **TAP TP1535 às 09h30**, com chegada prevista à **Praia, na ilha de Santiago**, pelas 11h45.

Almoço livre

Visita à cidade da Praia (Centro histórico – plateau, promontório à beira mar - mercado municipal/mercado da Sucupira, museu etnográfico, achada de Sto. António, o bairro mais populoso da Praia, Chã d'Areia e lojas chinesas).

Transfer para o Hotel Quinta da Montanha***, em Rui Vaz <http://viajar.sapo.cv/descubra-o-pais/comer-e-dormir/quinta-da-montanha>

Jantar - Cachupa rica.

31 de julho, 2º dia – Santiago – A ilha africana



Pequeno-almoço.

Caminhada Rui Vaz - Jardim Botânico (2 horas).

Este percurso que desce da bela povoação de Rio para São Jorge dos Orgãos, onde se situa o Jardim Botânico, tem uma vegetação exuberante e atravessa diversos tipos de culturas.

Almoço picnic.

Visita do **Jardim Botânico**, o único de Cabo Verde, com uma área de cerca de 20.000m², tem mais de 60 espécies diferentes de plantas.

Em **São Domingos**, povoação rodeada de buganvílias, teremos oportunidade de provar uma das bebidas típicas da ilha – **o ponche**.

Jantar na Quinta da Montanha.

1 de agosto, 3º dia – Fogo – A ilha do vulcão



Pequeno-almoço e transfer para o aeroporto.

Voo para **São Filipe**.

Volta turística à ilha com visita da **cidade de S. Filipe**, **Mosteiros** (local de cultivo de café), **baía de Salinas** (piscina natural e o melhor local para tomar banho na ilha), **Monte Genebra** (complexo agrícola), **Santuário de Nª Sra. do Socorro** (padroeira dos viajantes) e um embondeiro famoso na ilha.

Almoço livre.

Alojamento no Hotel Xaguete ****, em S. Filipe <http://www.hotelxaguete.org/>

Jantar em restaurante típico.

2 de agosto, 4º dia – Fogo



Pequeno-almoço.

Transfer para **Chã das Caldeiras** e **subida ao Vulcão - 2829m (7 horas)**.

Quem não quiser subir ao vulcão fará uma caminhada por **Pico Pequeno** (saída subsidiária do vulcão) e uma volta na **Caldeira** – zona de produção de vinho (3

horas).

Almoço picnic.

Enquanto espera pelo regresso dos que subiram ao vulcão, o grupo que não subiu pode visitar a cooperativa vinícola, ver as vinhas e almoçar numa casa particular (facultativo).

Jantar – Djangacida no Restaurante Tropical.

3 de agosto, 5º dia – Santiago e Boavista



Pequeno-almoço.

Voo para **Boavista** com escala na cidade da Praia.

Almoço livre.

Alojamento no Hotel Boavista***, em Sal Rei

<http://www.solferias.pt/Programacao/Cabo-Verde/Ilha-da-Boavista/Hoteis/Boavista>

Jantar em restaurante típico.

4 de agosto, 6º dia – Boavista – A ilha das dunas



Pequeno almoço.

Visita de **Povoação Velha** (terá sido a primeira da ilha no séc. XVII), **Morro de Areia** (considerado um deserto à beira mar), **Praia de Santa Mónica** (com um areal de 18km).

Almoço livre.

Caminhada (2 horas) de Ponta da Varandinha (onde há uma bela praia) passando por Baía das Gatas (tubarões) até à Piscina de Olhinho do Mar (piscina natural de água doce no meio de rocha vulcânica).

Jantar – Marisco num restaurante tradicional.

(À noite, opcional, ver as tartarugas na Praia do Ervatão 35,00€ por pessoa).

5 de agosto, 7º dia – Boavista



Pequeno-almoço.

Visita a **Rabil** com a sua fábrica de cerâmica, ao **Deserto de Viana** (zona de dunas e areia branca com 1km de largura por 5km de comprimento), à **Praia de Santa Maria** e ao cargueiro espanhol Cabo de Santa Maria que ali naufragou em

1968, e a **Sal Rei** (capital da ilha).

Almoço picnic.

À tarde iremos, em barcos de pescadores, ao **Ilhéu de Sal Rei**, onde existem vestígios do Forte Duque de Bragança (2 horas).

Jantar em restaurante.

6 de agosto, 8º dia – Sal – A ilha lunar

Pequeno-almoço e voo para **Sal**.

Almoço livre.



Volta da ilha com passagem em **Espargos** (a maior cidade da ilha), **Palmeira** (vila piscatória), **Buracona** (piscina natural que tem comunicação subaquática com o mar), **Terra Boa** (local de miragens), **Salinas de Pedra de Lume** (com tempo para tomar banho no interior da cratera de um antigo vulcão, onde a sua água é 26

vezes mais salgada que a do mar), **Baía da Parda** (ótimo local para ver tubarões) e **Baía de Murdeira**.

Alojamento no Hotel Pontão***, em Santa Maria <http://www.solferias.pt/Programacao/Cabo-Verde/Ilha-do-Sal/Hoteis/Pontao>

Jantar - Peixe-serra ou atum no restaurante Barracuda.

7 de agosto, 9º dia – São Nicolau – A ilha dos dragoeiros



Pequeno-almoço.

Voo para **São Nicolau**

Almoço livre

Visita da Vila piscatória do Tarrafal e da sua praia.

Transporte para **Ribeira Brava**.

Dado que os alojamentos desta ilha são de pequena dimensão vamos ficar instalados em duas unidades hoteleiras:

Pensão Bela Sombra** e Hotel Santo António**, na Ribeira Brava

<https://www.kayak.pt/Hoteis-Pensao-Bela-Sombra-Sao-Nicolau.2254528.ksp>

<http://www.solferias.pt/Programacao/Cabo-Verde/Ilha-de-S.-Nicolau/Hoteis/Santo-Antonio>

Jantar - Modje num restaurante tradicional

8 de agosto, 10º dia – São Nicolau



Pequeno-almoço.

Começamos com uma visita a **Ribeira Brava**.

Segue-se a **caminhada Ribeira Brava - Queimadas, (3 horas)** durante a qual teremos oportunidade de conhecer as plantas endémicas desta ilha.

Almoço picnic.

Iremos depois ver **Fajã de Baixo e Fajã de Cima** sitas num dos locais mais verdejantes da ilha e onde se podem ver **dragoeiros milenares**.

Jantar em restaurante típico.

9 de agosto, 11º dia – São Vicente – A ilha da festa



Pequeno-almoço.

Manhã livre na **Ribeira Brava** para descobrirmos as belezas da capital da ilha de São Nicolau.

Almoço livre.

De tarde voo para **São Vicente**

Alojamento no Hotel Dom Paco***, no Mindelo <http://www.solferias.pt/Programacao/Cabo-Verde/Ilha-de-Sao-Vicente/Hoteis/Don-Paco>

Jantar - Caldo de peixe no Tradisson & Morabeza com música ao vivo.

10 de agosto, 12º dia – São Vicente



Pequeno-almoço.

Visita a **Mindelo**, onde veremos a Ponta d'água (baía), a réplica da Torre de Belém, o mercado do peixe, o mercado municipal, o Palácio do Governador, a Igreja de Nª Sra. da Luz (séc. XIX) e a Praia da Laginha (na baía de Porto Grande, considerada a 5ª baía mais bela do mundo).

Almoço e jantar livres.

11 de agosto, 13º dia – Santo Antão – A ilha verde



Pequeno-almoço e travessia de barco para **Santo Antão**.

Transfer para o Crater de Cova (antiga cratera de vulcão) onde tem início a **caminhada para o vale de Paul e depois até Passagem (4 horas)** um percurso que passa por muitas e variadas culturas tradicionais e se situa no Parque Natural

Cova/Ribeira de Paul/Torre.

Almoço picnic

Vemos depois **Sinagoga**, povoação que deve o seu nome ao facto de aqui se terem instalado colonos judeus no séc. XVIII.

Visitaremos ainda a bonita vila de **Ribeira Grande** antes de chegarmos a **Ponta do Sol**.

Por esta ilha não dispor de unidades hoteleiras de grande dimensão vamos ficar alojados em três locais diferentes:

Residencial Cecilio**, Residencial Fatima** e Hotel Blue Bell**, em Ponta do Sol

https://www.tripadvisor.com.br/Hotel_Review-g482852-d2337077-Reviews-Cecilio_Bed_and_Breakfast-Santo_Antao.html

<http://www.bela-vista.net/Residencial-Beira-Mar-Santo-Antao-e.aspx>

<http://www.solferias.pt/Programacao/Cabo-Verde/Ilha-de-Santo-Antao/Hoteis/Blue-Bell>

Jantar - Caldeirada de cabrito no Restaurante Fátima.

12 de agosto, 14º dia – Santo Antão



Pequeno-almoço.

Caminhada Ponta do Sol - Cruzinha (6 horas).

Neste percurso avista-se quase sempre o trilho à distância, talhado nas falésias, o que lhe confere especial sabor paisagístico. Em sítios onde pequenas ribeiras (secas a maior parte do ano) atingem o mar, **os trilhos acabam em escadas que descem ou sobem em ziguezague**. Uma parte do caminho, mais para o interior, antes de chegar a um local denominado Fontainhas, parece lembrar o Caminho Inca.

Almoço picnic

Jantar em restaurante típico.

13 de agosto, 15º dia – São Vicente



Pequeno-almoço e travessia de barco para **São Vicente**.

Volta da ilha que inclui **Calhau** (aldeia piscatória de onde se pode avistar a ilha deserta de Sta. Luzia), **Baía das Gatas** (bela baía natural onde, todos os anos, é feito um festival de música), **Praia Grande** (o seu areal branco contrasta com as rochas vulcânicas), **Monte Verde** (ponto mais alto da ilha com 750m) e **Praia de São Pedro** (ideal para o windsurf).

Visita de uma escola de capoeira com demonstração.

Alojamento no Hotel Dom Paco***, no **Mindelo**.

Almoço e jantar livres.

14 de agosto, 16º dia – São Vicente e Santiago



Pequeno-almoço.

Dia livre no Mindelo

De tarde voo para **Praia (Ilha de Santiago)**.

Alojamento no Hotel Vippraia****, na Praia

<http://www.solferias.pt/Programacao/Cabo-Verde/Ilha-de-Santiago/Hoteis/Vip-Praia>

Almoço e jantar livres.

15 de agosto, 17º dia – Santiago



Pequeno-almoço e saída em direção ao **Tarrafal**.

A primeira paragem será em **Assomada** onde teremos oportunidade de ver o seu famoso mercado.

Passamos depois por **Boa Entrada** onde existe um embondeiro gigantesco que, diz-se, é anterior à chegada dos portugueses.

Atravessamos a **Serra da Malagueta**, plena de verdura, e por fim chegamos ao **Tarrafal onde visitaremos o Museu da Resistência (antiga prisão política no tempo da ditadura)**.

Almoço livre.

Tempo livre na praia de Tarrafal.

Alojamento no Hotel Cachoeira***, no **Tarrafal** <http://viajar.sapo.cv/descubra-o-pais/comer-e-dormir/hotel-cachoeira-tarrafal>

Jantar em restaurante típico.

16 de agosto, 18º dia – Santiago



Pequeno-almoço.

Caminhada de 3 horas no Monte Graciosa que, com 645m de altitude, é o terceiro maior monte de Santiago e está classificado como área protegida desde 2003, onde se podem encontrar diversas plantas endémicas.

Deste monte, sobranceiro à cidade do Tarrafal, podem ver-se as diversas praias e admirar a bela costa desta parte da ilha.

Almoço picnic

Vamos, depois, ver a **escola profissional Delta Cultura**, associação que acompanha as crianças e jovens da região, proporcionando-lhes a hipótese de frequentar cursos de cariz profissional, praticar desporto e desenvolver o gosto pelas artes, entre muitas outras atividades.

Jantar livre.

17 de agosto, 19º dia – Santiago



Pequeno-almoço e regresso à cidade de **Praia**.

À tarde visita da **Cidade Velha** (classificada como Património da Humanidade pela UNESCO) que inclui a Fortaleza Real de S. Filipe (do séc. XVI), o pelourinho, a Igreja de Nª Sra. do Rosário, o Convento de S. Francisco, a Sé Catedral (a única do arquipélago), e a Pousada Nacional de S. Pedro)

Alojamento no Hotel Vippraia****, na Praia

Almoço e jantar livres.

18 de agosto, 20º dia – Santiago – Lisboa

Pequeno-almoço.

Em hora a determinar transfer para o aeroporto para apanharmos o **voo TAP TP1534 às 12h35** com chegada a Lisboa pelas 18h35.