n_285 outubro_2016 ano_31

ARLIVRE INFORMAÇÃO

O CAAL em Israel

26 de março a 6 de abril

Ontem e hoje na 'Terra do leite e do mel'

A Terra e a História

O Estado de Israel é uma república parlamentar do Médio Oriente, situada na costa oriental do Mediterrâneo. Tem aproximadamente 470 km de comprimento e 135 km de largura no seu ponto mais largo. Faz fronteira com o Líbano a norte, a Síria a nordeste, a Jordânia e a Cisjordânia a leste, e o Egipto e a Faixa de Gaza a sul.

Do ponto de vista geográfico, Israel divide-se em 4 regiões: a planície costeira arenosa, fértil e húmida, a região montanhosa central, a fratura do vale do Jordão a leste, e o deserto do Neguev a sul, que ocupa mais de metade da área total de Israel.

A população em 2016 é de cerca de 8,5 milhões, dos quais aproximadamente 75% judeus e 25% não judeus (1,2 milhões de árabes muçulmanos, 250.000 beduínos árabes, igualmente muçulmanos, 123 mil árabes cristãos, 122 mil árabes drusos, e 4.000 circassianos).

A taxa de crescimento global da população é de 2%, das mais elevadas no mundo desenvolvido. A capital é Jerusalém, e o centro financeiro é Telavive.

As línguas oficiais são o hebraico e o árabe.

País muito jovem, já que o Estado atual foi criado a 14 de maio de 1948, Israel é ao mesmo tempo um país muito antigo, com uma história milenar muito rica e atribulada. Como dizia Ben Gurion, o fundador do Estado, 'demasiada história para pouca geografia'.

De facto, esta estreita faixa de terra, com vestígios humanos atestados desde o Paleolítico é, pela sua situação estratégica entre a África, a Ásia e a Europa, ponto de encontro, de passagem e de conflitos entre raças, povos, religiões e culturas.

Terra Santa para judeus, cristãos e muçulmanos, Canaã para os antigos hebreus do II milénio a.C, o nome Palestina tem a sua origem nos Filisteus, um povo que ocupou a costa sul no séc. XII a.C. Cerca de 1000 a.C foi estabelecido um reino hebreu, mais tarde dividido entre os reinos de Judá e de Israel. A invasão de assírios, babilónios, egípcios, persas, gregos e romanos dá origem à diáspora judaica, enquanto na Palestina se mantêm alguns núcleos de presença judaica.

No séc. IV, o cristianismo torna-se a religião oficial do Império Romano e, em 395, após a cisão, e criação do Império Romano do Oriente, a Palestina fica sob o domínio do Império Bizantino. No séc. VII, os árabes conquistam a Palestina. Apenas interrompido pelas Cruzadas cristãs, entre os séc. XII e XIII, o domínio muçulmano rege a Palestina até ao séc. XX, com os mamelucos do Egipto entre os sécs. XIII e XVI e, a partir de 1516, o governo otomano.

Durante a I Guerra Mundial, as forças britânicas vencem os turcos e passam a governar a região com um mandato da Liga das Nações de 1917 até 1947.

Embora tenha havido uma presença judaica constante no território da Palestina e, como escreve Camões nas redondilhas 'Babel e Sião', os judeus tenham desde sempre aspirado ao regresso a Sião, é sobretudo com o movimento sionista do séc. XIX, que se intensifica o estabelecimento judaico. A declaração Balfour, de 1917, ratifica a aprovação britânica do estabelecimento de um Estado Judaico na Palestina que viria a ser criado em 1948.

Programa

26 de março, 1º dia

Partida de Lisboa em hora a definir. Chegada ao aeroporto Ben Gurion em Telavive, onde nos esperam o nosso guia e o autocarro, que nos acompanharão ao longo de todo o percurso em Israel.

Dormida em Telavive no Abraham Hostel, em quartos de quatro pessoas.

27 de março, 2º dia

Logo pela manhã partida para Nazaré, a cidade de Israel com a maior população de árabes cristãos e cuja história está estreitamente ligada à vida de Jesus. Para além das suas ruelas e do bazar, vamos visitar a Basílica da Anunciação onde, segundo a tradição cristã, o anjo Gabriel anunciou a Maria a vinda do Messias.

Visitaremos ainda a Igreja-sinagoga, um edifício do tempo das cruzadas, transformado em igreja no séc. XVIII, a Fonte de Maria, e apreciaremos o panorama do Monte do Precipício, situado a 2km a SE de Nazaré onde, segundo o evangelho de Lucas, Jesus foi conduzido depois de pronunciar o seu sermão na sinagoga de Nazaré.

Jantar livre. Dormida no Hostel Fauzi Azar de Nazaré, em camaratas.

28 de março, 3º dia

Começamos o nosso dia com a ascensão do monte Tabor, onde visitaremos a Igreja da Transfiguração. Seguidamente visitamos Kfar Cana, aldeia árabe onde Jesus terá feito o seu primeiro milagre, transformando a água em vinho. Daqui partimos a pé pelo 'Caminho de Jesus' até Zipori (antiga Sefforis ou Diocaesaraea), onde visitaremos o sítio arqueológico que contém testemunhos das épocas

helenísticas, judaicas, romanas, bizantinas, islâmicas, das cruzadas, etc…
No fim da visita caminhamos ou vamos de autocarro para **Hoshaya (Kfar Kedem), comunidade agrícola de espírito bíblico.**
Jantar, e dormida **numa grande tenda.**

29 de março, 4º dia

No início da manhã teremos 1h30 de atividades agrícolas e/ou outras em Hoshaya. Seguidamente vamos de autocarro para **Karnei Hittin,** local da batalha de Hattin, que teve lugar a 4 de julho de 1187, entre os Cruzados de Jerusalém e as forças de Saladino.
Em seguida faremos a **descida a pé do Monte Arbel para o Lago Tiberíades.**
Depois visitaremos **Magdala,** local do nascimento de Maria Madalena, e as ruínas da sinagoga do I séc., onde Jesus terá ensinado.
Continuamos para o **kibutz Ginossar** onde veremos um barco do tempo de Jesus, e depois para **Cafernaum,** cidade bíblica na margem norte do mar da Galileia, próxima de Betsaida (terra natal de Simão Pedro). Perto passava a importante **Via Maris, que ligava o Egipto à Síria e ao Líbano** e passava por Cesareia Marítima. Terminamos o nosso dia na **cidade de Tiberíades.**
Jantar livre e dormida na Pousada de Juventude de Tiberíades **em camaratas.**

30 de março, 5º dia

Viagem de autocarro para a **margem oriental do Lago Tiberíades** e visita da **Igreja Kursi,** ruínas do mosteiro cristão romano-bizantino, localizada num parque nacional nos **Montes Golan.**
Depois da visita, faremos um **passeio de barco no lago, a partir do kibutz Ein Guev.** Terminamos o dia percorrendo a pé parte de uma etapa do **'Caminho de Israel'**, desde a parte alta da cidade de Tiberíades até à Pousada de Poriya, onde jantamos e dormimos **em quartos duplos.**

31 de março, 6º dia

Hoje começamos o dia com um percurso pelos primeiros estabelecimentos judaicos no **vale do Jordão e lago da Galileia,** e por **Degania (primeiro kibutz fundado em 1909).** Continuamos de autocarro para **Beit Shean**, a Scythopolis helenística, romana e bizantina, e visitamos as ruínas arqueológicas do parque nacional.
Ruínas arqueológicas em Beit Shean
À tarde tomamos um banho em Sahne (nascente de água quente).
Terminamos o dia em **Ein Harod, kibutz fundado em 1921**, onde em 1937 foi criado um museu de arte e, em 1941, um museu arqueológico, e onde jantaremos e dormiremos **em quartos duplos.**

1 de abril, 7º dia

Levantamo-nos cedo, pois temos um longo caminho a percorrer de autocarro **pelo vale do Jordão em direção a Jericó.** Visitamos o lugar de batismo de Jesus (segundo a tradição), e **Qumran,** local onde foram descobertos os manuscritos do mar Morto. **Depois tomamos o inevitável banho no Mar Morto,** lago salgado, situado 394 metros abaixo do nível do mar.
Continuamos para **Ein Gedi, oásis situado perto do Mar Morto,** onde faremos uma caminhada.
Seguimos depois para a **aldeia beduína de Kfar Nokedim, no deserto da Judeia** onde seremos recebidos com a hospitalidade beduína, e onde jantaremos e dormiremos **em quartos duplos.**

2 de abril, 8º dia

Começamos o dia bem cedo com a **ascensão de Massada.** Visitamos a fortaleza construída em 30 a.C pelo rei Herodes, local onde os zelotas judeus aí refugiados cometeram **suicídio coletivo** em 73 d.C, como forma de resistência à conquista romana do território por Tito.
Antes de continuarmos para Jerusalém, **voltamos à aldeia beduína, onde quem quiser poderá andar de camelo.** Seguimos depois para Jerusalém, passando por **Arad** (cidade onde vive o escritor Amos Oz), **Lakish,** local muitas vezes citado na Bíblia e teatro de muitas batalhas, e **Beit Guvrin, com 480 grutas, sítio Unesco World Heritage,** que visitaremos.
Jantar livre e dormida em Jerusalém no Abraham Hostel, em camaratas.

3 de abril, 9º dia

De manhã visitamos a **cidade antiga de Jerusalém** (Igrejas, Muro das Lamentações, Cidade de David, escavações arqueológicas). A tarde é dedicada a **Jerusalém ocidental.**
Jantar livre e dormida no Abraham Hostel (o mesmo regime do dia anterior).

4 de abril, 10º dia

De manhã visitamos o **Yad Vashem, o museu do Holocausto** (onde os nomes de Aristides de Sousa Mendes e de outros portugueses estão inscritos no 'Jardim dos Justos entre as Nações').
Jardim dos Justos entre as Nações
Continuamos depois para **Ein Karem,** aldeia onde João Baptista nasceu e cresceu. **Visitaremos as Igrejas de S. João Baptista e da Visitação.**
A etapa seguinte é **Sataf,** famosa pelos seus trilhos e beleza das suas paisagens, onde faremos uma caminhada.
Ao fim da tarde, viajamos para **Telavive** e daremos um passeio à noite na zona de **Neve Zedek.** Jantar livre. Dormida no Abraham Hostel de Telavive **em quartos de quatro pessoas.**

5 de abril, 11º dia

Começamos o dia com um passeio em **Jaffa,** e continuamos pelo passeio marítimo até ao centro de Telavive. Visita ao **mercado do Carmel.**
Tarde e jantar livres. Dormida no Abraham Hostel (mesmo regime do dia anterior).

6 de abril, 12º dia

Manhã livre. Em hora a determinar, transporte para o aeroporto e regresso a Portugal.
Nota: Com uma incidência particular na tradição cristã, base da cultura portuguesa, **esta atividade não é uma peregrinação religiosa.** O nosso objetivo é conhecer um país na sua **diversidade cultural, religiosa e geográfica,** através da sua história antiga e recente.

Inscrições

As inscrições serão realizadas na sede do Clube, no próximo dia **29 de outubro de 2016, sábado, entre as14h00 e as 17h00.**
Cada sócio poderá inscrever-se a si e ao seu agregado familiar, e outro sócio.

Preço e Plano de Pagamentos

A viagem tem o custo total de **1.920,00€ por participante,** com o seguinte plano de pagamentos: no momento da inscrição e até março deverão ser pagos **320,00€ por mês (6 prestações)**, sempre no dia 25 de cada mês.

O preço inclui:

- **Voos Lufthansa** Lisboa - Frankfurt - Telavive em classe económica (ida e volta)
- **Taxas de aeroporto** e combustível no montante previsto à data da orçamentação da actividade
- **Transporte terrestre em autocarro** de acordo com o programa (veículo com ar condicionado)
- **Alojamento de 11 noites** com pequeno almoço, conforme indicado no programa

- **Almoços tipo picnic** (excepto nos dias 26 de março e 2 de abril)
- **Quatro jantares**
- **Guia** a falar inglês durante toda a viagem
- **Entradas** em todos os locais a visitar, indicados no programa
- **Gratificações**
- **Seguro** de acidentes pessoais e assistência em viagem.

O preço não inclui:
- Outras refeições não indicadas no programa
- Percursos pedestres não indicados no programa
- Bebidas aos almoços

Cancelamento

Se a viagem for cancelada pelo participante **até 30 de dezembro de 2016,** o Clube devolverá as verbas pagas, com excepção de **75,00€,** que servirão **para despesas de cancelamento a que o Clube está obrigado.**
Após esta data não haverá lugar a reembolso, a não ser que haja possibilidade de substituição por um sócio em lista de espera ou, no caso de não existir lista de espera, por um sócio indicado pelo desistente.
Muito importante – O Clube terá de abrir mão das reservas excedentárias pouco depois desta data, não podendo assim garantir vagas na actividade para além dela, mesmo que a capacidade inicialmente disponível não esgote. Por esse motivo **os sócios interessados em participar devem realizar sem falta a sua inscrição no dia indicado**. Capacidade limitada a 30 lugares.

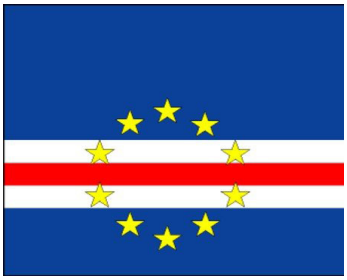
Mar Morto

Ein Karem

Cabo Verde
As ilhas da 'morabeza'

30 dejulho 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 importanteno 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.
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.
Alojamento no Hotel Xaguate ****, em **S. Filipe** http://www.hotelxaguate.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 – Djagacidano Restaurante Tropical.

3 de agosto, 5º dia – Santiago e Boavista

Pequeno-almoço.
Voo para **Praia.**
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).
À tarde voo para **Boavista.**
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

Pequenoalmoço.
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).
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.**
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 – Sal

Pequeno-almoço.
Passeio de 4 h num catamarã, durante o qual teremos oportunidade de ver golfinhos, outros animais marinhos e, eventualmente, baleias.
Descobriremos ainda praias, baías e grutas escondidas. Será feita uma paragem numa das baías onde se poderá nadar.
O barco disponibiliza bebidas e um pequeno snack.
Tempo livre na **Praia de Santa Maria** (com um areal de 8km). À 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.

8 de agosto, 10ºdia – São Vicente – A ilha da festa

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).
Jantar livre.

9 de agosto, 11º 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.

10 de agosto, 12º 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.

11 de agosto, 13º 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 DomPaco***, no Mindelo.
Jantar livre.

12 de agosto, 14º dia – São Nicolau – A ilha dos dragoeiros

Pequeno-almoço.
Voo para São Nicolau.
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.

13 de agosto, 15º 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.

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

Pequeno-almoço.
Manhã livre na Ribeira Brava para descobrirmos as belezas da capital da ilha de São Nicolau.
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
Jantar livre.

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).
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.
Jantar livre.

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.

Inscrições

As inscrições serão realizadas na sede do Clube, no próximo dia 29 de outubro de 2016, sábado, entre as14h00 e as 17h00.
Cada sócio poderá inscrever-se a si e ao seu agregado familiar, e outro sócio.

Preço e plano de pagamentos
A viagem tem o custo total de **2.850,00€ por participante**, com o seguinte plano de pagamentos: no momento da inscrição e até julho deverão ser pagos **285,00€ por mês (10 prestações)**, sempre no dia 29 de cada mês.

Cancelamento - Se a viagem for cancelada pelo participante **até 1 de abril de 2016**, o Clube devolverá as verbas pagas, com excepção de **75,00€ que servirão para despesas de cancelamento a que o Clube está obrigado**. Após esta data não haverá lugar a reembolso, a não ser que haja possibilidade de substituição por um sócio em lista de espera ou, no caso de não existir lista de espera, por um sócio indicado pelo desistente.
Muito Importante – O Clube terá de abrir mão das reservas excedentárias pouco depois desta data, não podendo assim garantir vagas na actividade para além dela, mesmo que a capacidade inicialmente disponível não esgote. Por esse motivo os sócios interessados em participar devem realizar sem falta a sua inscrição no dia indicado. Capacidade limitada a 45 lugares.

O preço inclui:
- VoosLisboa/Santiago/Lisboa
- 9 voos internos
- **Alojamento**, em quarto duplo, com pequeno-almoço nos hotéis indicados ou similares
- **Todos os transferes** com autocarro ou minibus
- **Guia local** durante toda a viagem (2 guias no dia da subida ao vulcão)
- **Ingresso** nos locais a visitar
- **Barco** São Vicente/Santo Antão/São Vicente
- **Passeio em catamarã** na ilha do Sal
- **Barcos** para o ilhéu de Sal Rei
- **Picnic nos dias de caminhada** (os picnics são compostos de pão, queijo, presunto, tomate, atum, às vezes uma salada ou uma sopa, uma garrafa de água)
- **14 jantares** (a única bebida incluída é água)
- **Taxa turística**
- **Visto de entrada**
- **Seguro** de acidentes pessoais e assistência em viagem
- **Gratificações.**

Extra (facultativo): 35,00€ para observar as tartarugas na ilha da Boavista, no 6º dia.

Atenção:
Se, por razões a que somos alheios, algum dos horários dos voos internos for alterado poderá ser necessário proceder, pontualmente, a eventuais correções no programa.

Aconselha-se a ida à Consulta do Viajante.

Ilha do Fogo

Dragoeiro - Fajã são Nicolau

Ilha do Sal

CAAL - Clube de Actividades de Ar Livre
ORGANIZAÇÃO NÃO GOVERNAMENTAL DE AMBENTE

Presidente: Carlos Amaral
Centro Associativo do Calhau
Parque Florestal de Monsanto 1500-045 Lisboa

NIB 003507360001660883032
Conta - 0736 016608 830 - CGD S. Domingos de Benfica

Tel.: 217 788 372 Tlm: 966 295 260
caal@mail.telepac.pt www.clubearlivre.org
Horário de expediente 3a, 4a e 5a feira das 13h30 às 18h00