



A Oeste Tudo de Novo



Entre o mar e as serras de Montejunto e dos Candeeiros, paredes meias com o Ribatejo e a Estremadura, o Oeste é uma das regiões turísticas mais interessantes de Portugal.

A proximidade da capital e o desenvolvimento das vias de comunicação tem contribuído para dar maior expressão às grandes valências do Oeste e a projectos de grande qualidade turística.

Assim, o que é já uma grande região de **vinhos** e de **gastronomia** ímpar, facetas de uma cultura repleta de história e cultura próprias, aliam-se **unidades hoteleiras de cinco estrelas**, com parâmetros de qualidade superior, reconhecidos além fronteiras.

A Região Oeste abarca os concelhos de Alcobaça, Alenquer, Arruda dos Vinhos, Bombarral, Cadaval, Caldas da Rainha, Lourinhã, Nazaré, Óbidos, Peniche, Sobral de Monte Agraço e Torres Vedras. E entre eles encontramos vinhos excelentes, iguarias únicas,



natureza em estado puro, campos de **golfe** de renome internacional, praias com condições ímpares para a prática do **surf**, e uma identidade cultural evidenciada pela arquitectura e história partilhada.

A **Rota da Vinha e do Vinho do Oeste** apresenta-nos propostas bem variadas, em virtude da variedade de castas disponíveis na região, certificando os vinhos de Arruda, Alenquer, Óbidos e Torres Vedras com a insígnia Denominação de Origem Controlada (D.O.C.). E ainda nos néctares da região não podíamos deixar de salientar a **Aguardente D.O.C. da Lourinhã** ou as famosas **ginjinhas**.

A **gastronomia** é um reflexo da geografia da região. Do **mar** vêm **peixes e mariscos** frescos, grelhados ou em caldeirada, sem esquecer verdadeiras iguarias gourmet como as lagostas suadas ou as amêijoas da Lagoa de Óbidos. Do interior chega-nos a autenticidade dos sabores do campo, como o cabrito no forno, o coelho guisado ou a famosa **Pêra Rocha do Oeste** ou a **Maçã de Alcobaça**. Nos doces, a tradição conventual está presente nas trouxas e lampreias de ovos, nas cavacas das Caldas da Rainha, nos pastéis de feijão de Torres Vedras, doçaria de Alcobaça e nos pães de ló do Landal e Painho.

Um dos maiores atractivos da região tem sido a prática do **golfe**, com seis campos de grande qualidade, desenhados por alguns dos mais conceituados arquitectos da especialidade: Praia D'El Rey (Marriott Golf & Beach Resort) e Bom Sucesso em Óbidos, Golden Eagle em Rio Maior, Campo Real (The Westin Golf Resort & Spa) no Turcifal, Vimeiro (Hotel Golf Mar), em Torres Vedras,

e Botado (Atlântico Golfe Hotel) em Peniche.

Cenário sempre presente, ao longo de todo o ano, são as **praias** de Nazaré, São Martinho do Porto, Paredes de Vitória, Água de Madeiros, Santa Cruz, Santa Rita, Consolação, Supertubos, Lagide, Areia Branca, Baleal, Bom Sucesso e Foz do Arelho, procuradas por praticantes de todo o mundo pelas excelentes condições para a prática do **surf**.

A **Ilha da Berlenga**, Reserva Natural e **símbolo da região**, é um local de contacto com a natureza em estado puro, com as suas águas cristalinas ideais para o **mergulho** e a **pescaria**. Também na **Lagoa de Óbidos** reúne uma série de infraestruturas para o desfrute de desportos náuticos como o **windsurf**, o remo e a vela.

Com todos estes predicados, a Região Oeste está à sua espera, repleta de animação, e **eventos culturais** ao longo de todo o ano, prova de uma terra com alma, de gente que sabe receber. Até já.