

## Loja O melhor dos Açores

Produtos genuínos dos Açores – como o sumo de maracujá Kima ou a laranjada Melo Abreu – fazem deste espaço um lugar de peregrinação obrigatória, onde todas as ilhas estão representadas. Às quartas, chegam os ananases. Às quintas, a massa sovada e o bolo lêvedo. E há pevides com pimenta, grão-de-bico frito com sal, doce de batata-doce, queijadas da Graciosa e outras iguarias únicas. Um *must*.

**Lisboa** Espaço Açores. Rua de São Julião, n.º 58. De segunda a sexta, das 10h00 às 19h00; sábados das 10h00 às 13h00. Tel.: 218880070.

TEXTO  
**Carla Maia  
de Almeida**



RUI COUTINHO

## Passeio Seguindo o fio do azeite

Conhecer a arte de fazer azeite no vale do rio Ceira, afluente do Mondego, é coisa que pode levar um dia. Começa-se pela lagarada e segue-se até à hora de almoço com uma tibornada, um prato com bacalhau e, claro, bastante azeite. Para queimar calorias, um passeio a pé com apanha de azeitonas. No fim, há bailarico e merenda. E quem gostar muito pode ficar para a noite.

**Passeio etnográfico** «Rota do Azeite» nos dias 21, 22 e 29 de Novembro, 5 e 6 de Dezembro e 23 de Janeiro (datas previstas). Preço: 43,50 euros por pessoa, sem deslocação. Tel.: 235778938 ou 966217787. [www.transserrano.com](http://www.transserrano.com).



## Escapadela O DOURO NO SEU MELHOR

A Casa de Gouvães, perto do Pinhão, é o lugar ideal para uns dias retemperadores. Tudo foi pensado ao pormenor para agradar ao hóspede, desde os pequenos-almoços até à sala de jogos, um entretenimento alternativo à

piscina (só para valentes, nesta época). Recuperada a partir de uma ruína de xisto, dispõe de três quartos duplos com banho, podendo receber até nove pessoas. É ideal para grupos ou famílias com crianças.

### Gouvães do Douro

Casa de Gouvães, desde 230 euros por noite, para estadas iguais ou superiores a três dias, até 31 de Março de 2010. Inclui entradas para o Museu do Douro. Tel.: 917921320. [www.casadegouvaes.com](http://www.casadegouvaes.com).



## Bem-estar Sabedoria oriental

Fundado por dois especialistas em *ayurveda*, o Brahmi Oriental Wellness oferece um leque de práticas e terapias orientais de origem chinesa, indiana, japonesa, tailandesa e tibetana. Ali pode aceder a aulas de ioga,

*tai chi*, *chi kung*, meditação ou danças orientais, além de experimentar as massagens e tratamentos do *spa* – ou mesmo combinar estes dois regimes num *pack*.

**Parede** Brahmi Oriental Wellness. Av. dos Plátanos, 51, loja C, Jardins da Parede. Tel.: 214675478.