

O QUE FAZER?

# WHAT TO DO?

CULTURE | CULTURA

SPORTS | DESPORTOS

LEISURE | LAZER

RETAIL | COMÉRCIO

SCHOOLS | ESCOLAS

BEACHES | PRAIAS

RESTAURANTS | RESTAURANTES

CULTURA

# CULTURE

## CASINO ESTORIL

The largest casino in Europe. Opened in 1931, Casino Estoril offers a diverse experience for gaming enthusiasts, along with regular shows and concerts, as well as a variety of bars and restaurants.

O maior casino da Europa. Inaugurado em 1931, o Casino Estoril garante uma oferta diversificada aos amantes do Jogo, mas também espetáculos e concertos regulares, além de diferentes bares e restaurantes.



## MAAT

The newest museum in the Lisbon area is also one of the city's most photographed buildings - and as the Museum of Art, Architecture, and Technology, it serves as an excellent calling card. Opened in 2016, MAAT presents some of the city's most avant-garde exhibitions.

O mais recente museu da região de Lisboa é também um dos edifícios mais fotografados da cidade - e tratando-se do Museu de Arte, Arquitetura e Tecnologia, este é um bom cartão de visita. Inaugurado em 2016, o MAAT propõe algumas das exposições mais vanguardistas a cidade.

CULTURE | CULTURA

SPORTS | DESPORTOS

LEISURE | LAZER

RETAIL | COMÉRCIO

SCHOOLS | ESCOLAS

BEACHES | PRAIAS

RESTAURANTS | RESTAURANTES



### CCB

A majestic and iconic building among all the monuments along Lisbon's waterfront, the Belém Cultural Center hosts numerous concerts, performances, and exhibitions throughout the year. The building also houses a Conference Center, as well as bars and restaurants.

Edifício majestoso e incontornável entre todos os monumentos da frente ribeirinha de Lisboa, o Centro Cultural de Belém acolhe numerosos concertos, espetáculos e exposições durante todo o ano. O edifício alberga ainda um Centro de Conferências, bares e restaurantes.



### HOUSE OF STORIES PAULA REGO/ CASA DAS HISTÓRIAS PAULA REGO

Opened to the public in 2009, the museum dedicated to the work of this singular Portuguese painter quickly became one of the region's most visited sites - and a landmark in the international art scene. The building was designed by the renowned architect Souto Moura.

Aberto ao público em 2009, o museu dedicado à obra desta singular pintora portuguesa rapidamente se tornou num dos mais procurados da região - e uma referência no contexto da Arte internacional. O edifício é assinado pelo reputado arquitecto Souto Moura.



CULTURE | CULTURA

**SPORTS | DESPORTOS**

LEISURE | LAZER

RETAIL | COMÉRCIO

SCHOOLS | ESCOLAS

BEACHES | PRAIAS

RESTAURANTS | RESTAURANTES

DESPORTOS

# SPORTS

## **CASCAIS NAVAL CLUB/ CLUBE NAVAL DE CASCAIS**

Founded in 1938, the Clube Naval de Cascais is a key institution in the town and one of the most prestigious nautical clubs in the country. A major promoter of sailing in Portugal, its school is internationally recognized, and the regattas it organizes are landmark events in Cascais.

Fundado em 1938, o Clube Naval de Cascais é uma importante instituição da vila, além de um dos mais prestigiados clubes náuticos do país. Grande promotor da vela em Portugal, a sua escola é internacionalmente reconhecida, e as regatas que organiza são acontecimentos marcantes em Cascais.



## **CARCAVELOS SURF SCHOOL/ ESCOLA DE SURF DE CARCAVELOS**

Certified by the Portuguese Surf Federation, this was the first surf school at Carcavelos Beach and remains a regional reference to this day. With a dedicated, attentive, and properly credentialed teaching team, this might just be the beginning of your new passion.

Certificada pela Federação Portuguesa de Surf, esta foi a primeira escola da Praia de Carcavelos, e é ainda hoje uma referência na região. Com uma equipa docente atenta, dedicada e devidamente credenciada, este pode bem ser o começo da sua nova paixão.

CULTURE | CULTURA

SPORTS | DESPORTOS

LEISURE | LAZER

RETAIL | COMÉRCIO

SCHOOLS | ESCOLAS

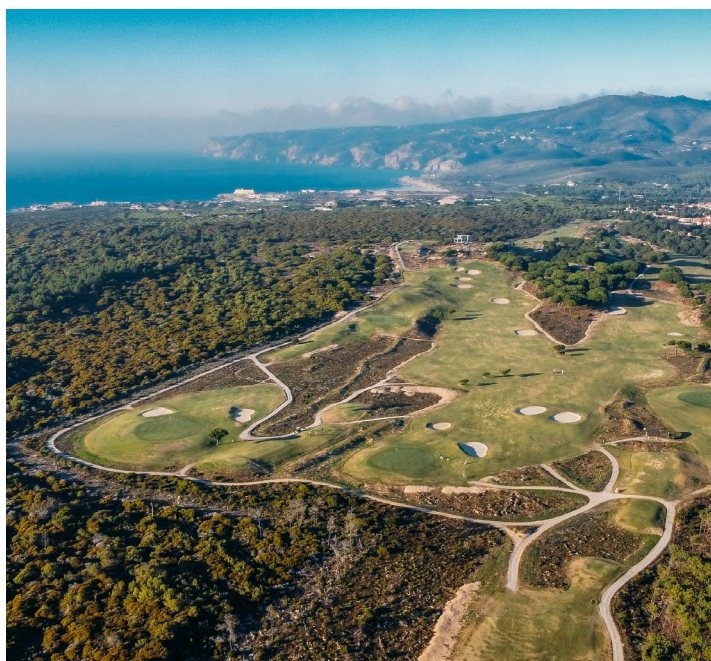
BEACHES | PRAIAS

RESTAURANTS | RESTAURANTES

### **GOLF QUINTA DA MARINHA**

Designed by Robert Trent Jones, this 18-hole (par 71) course stands out for its unique location between the Atlantic Ocean and the Sintra Mountains. Enjoy stunning views on a course where every hole is unique and requires a distinct club.

Desenhado por Robert Trent Jones, este campo com 18 buracos (par 71) é marcado pela sua localização única entre o Oceano Atlântico e a Serra de Sintra. Desfrute de vistas impressionantes num percurso onde cada buraco é único e requererá um taco distinto.



### **ESTORIL GOLF CLUB/ CLUBE DE GOLF DO ESTORIL**

A nearly century-old club (founded in 1929) and renowned for having trained some of Portugal's most notable golfers today, the Estoril Golf Club features an 18-hole (par 69) course designed by Mackenzie Ross, as well as a 9-hole (par 34) course for beginners.

Clube quase centenário (1929) e célebre por ter formado alguns dos mais notáveis golfistas portugueses da atualidade, o Clube de Golf do Estoril oferece um campo de 18 buracos (par 69) desenhado por Mackenzie Ross, e um campo para iniciados com 9 buracos (par 34).



### **CLUBE DE TÊNIS E PADEL DE CARCAVELOS/ CLUBE DE TÊNIS E PADEL DE CARCAVELOS**

With 10 tennis courts and 5 padel courts, some of them covered, it is one of the most prestigious and well-equipped institutions in Carcavelos. Recently renovated, it offers lessons for various skill levels and a diverse program for the whole family.

Com 10 campos de ténis e 5 de padel, alguns deles cobertos, é uma das mais prestigiadas e bem-equipadas instituições de Carcavelos. Recentemente remodelado, disponibiliza aulas para vários níveis e uma programação diversificada para toda a família.

### **ESTORIL TENNIS CLUB/ ESTORIL TENNIS CLUB**

In operation since 1945, the Estoril Tennis Club hosts over 350 students. Since 2015, it has also been the venue for Portugal's most important tennis tournament - the Estoril Open. For players and tennis enthusiasts alike, this is a must-visit destination.

Em funcionamento desde 1945, o Clube de Ténis do Estoril acolhe mais de 350 alunos. Desde 2015, este é também o palco da mais importante prova de ténis em Portugal - o Estoril Open. Esta é, por isso, uma morada fundamental para praticantes e amantes da modalidade.

CULTURE | CULTURA

SPORTS | DESPORTOS

LEISURE | LAZER

RETAIL | COMÉRCIO

SCHOOLS | ESCOLAS

BEACHES | PRAIAS

RESTAURANTS | RESTAURANTES

LAZER

# LEISURE

## MARECHAL CARMONA PARK/ PARQUE MARECHAL CARMONA

One of the largest and most popular parks in Cascais, Parque Marechal Carmona offers diverse spaces - from forested areas to expansive lawns, landscaped flowerbeds, and children's playgrounds. The park also features a café, a library, and a museum.

Um dos maiores e mais visitados parques de Cascais, o Parque Marechal Carmona oferece áreas inteiramente distintas - de troços de floresta a relvados espaçosos, de canteiros ajardinados a parques infantis. O parque conta ainda com cafetaria, uma biblioteca um museu.



## CASCAIS MARINA/ MARINA DE CASCAIS

Ideally located in the heart of Cascais Bay, the Marina is the main gateway for those arriving by sea and an essential leisure and commercial hub for those on land. Its panoramic view of the bay makes it a must-see spot for scenic walks.

Idealmente situada no coração da baía de Cascais, a Marina é porta de entrada por excelência para quem chega por mar, mas também zona de lazer e comércio incontornável para quem vive em terra. A vista panorâmica sobre a baía faz dela cenário de passeios a não perder.

CULTURE | CULTURA

SPORTS | DESPORTOS

LEISURE | LAZER

RETAIL | COMÉRCIO

SCHOOLS | ESCOLAS

BEACHES | PRAIAS

RESTAURANTS | RESTAURANTES

### QUINTA DA ALAGOA PARK/ PARQUE QUINTA DA ALAGOA

One of the most welcoming parks in the Carcavelos parish! This park is a favorite among families, thanks to its two playgrounds, tennis courts, and the small lagoon that inspired its name. Peacocks and turtles are also regular visitors..

Um dos parques mais acolhedores da freguesia de Carcavelos! O parque é muito frequentado por famílias, graças aos seus dois parques infantis, campos de ténis, e à pequena lagoa que lhe inspirou o nome. Os pavões e as tartarugas são também presença assídua.



### POETAS PARK/ PARQUE DOS POETAS

Located in Oeiras, the Parque dos Poetas is a 22.5-hectare urban park where sculpture meets literature. In total, 60 statues of Portuguese poets accompany visitors in this tranquil yet surprising garden.

Localizado em Oeiras, o Parque dos Poetas é um parque urbano de 22,5ha onde a escultura se associa à literatura. Ao todo, são 60 estátuas de poetas portugueses que lhe fazem companhia neste tranquilo mas simultaneamente surpreendente jardim.

CULTURE | CULTURA

SPORTS | DESPORTOS

LEISURE | LAZER

RETAIL | COMÉRCIO

SCHOOLS | ESCOLAS

BEACHES | PRAIAS

RESTAURANTS | RESTAURANTES

COMÉRCIO

# RETAIL

## LOJA DAS MEIAS

In the heart of Cascais' tourist area, the century-old Loja das Meias is one of the leading names in Portuguese fashion. In addition to offering distinguished international brands, it provides personalized tailoring services. Its renowned quality makes this brand a benchmark in the industry.

No centro da zona turística de Cascais, a centenária Loja das Meias é um dos principais nomes da moda em Portugal. Além de encontrar marcas internacionais distintas, dispõe de atendimento personalizado de roupa por medida. A qualidade reconhecida faz desta marca uma referência no sector.



## ESPACE CANNELLE

For about 35 years, it has been setting the standard for luxury fashion in Estoril - it's no coincidence that many pieces from here have been featured in fashion productions across the Cascais region. Since 1988, France Balivet has been personally curating its exclusive selection.

Há cerca de 35 anos que define a moda de luxo no Estoril – não por acaso, aqui se emprestaram muitas peças para produções de moda em toda a região de Cascais. É pela mão de France Balivet que, desde 1988, aqui chegam diretamente.

CULTURE | CULTURA

SPORTS | DESPORTOS

LEISURE | LAZER

RETAIL | COMÉRCIO

SCHOOLS | ESCOLAS

BEACHES | PRAIAS

RESTAURANTS | RESTAURANTES

## EMBAÚ

Since 2007, Embaú has been bringing Brazil and tropical style to the heart of Cascais. Specializing in clothing, swimwear, and other fashion accessories for men and women, Embaú is a promise of an endless summer.

Desde 2007 que a Embaú coloca o Brasil e o estilo dos trópicos bem no centro da vila de Cascais. Focada na roupa, fatos-de-banho e outros acessórios da moda masculina e feminina, a Embaú é promessa de um Verão eterno.

## BE WE

Next to the Cascais train station, this spacious glass-enclosed venue is entirely dedicated to fashion, accessories, jewelry, and perfumes - always with a focus on sustainability and social responsibility. Spanning 400m<sup>2</sup>, it also showcases home décor items.

Junto à estação de comboios de Cascais, este amplo espaço envidraçado é inteiramente dedicado à moda, acessórios, joalharia e perfumes - sempre sem esquecer a sustentabilidade e a responsabilidade social. Nos seus 400m<sup>2</sup>, expõem-se ainda artigos de decoração.



## CABINET OF CURIOSITIES

Made up of pieces from all corners of the world, this is one of the most unique shops in Estoril. The decorator behind it, Gracinda Viterbo, personally selects the eclectic array of items that define its character.

De peças oriundas dos quatro cantos do mundo se faz uma das lojas mais originais do Estoril. A decoradora responsável é Gracinda Viterbo, que pessoalmente escolhe a miríade de peças que a ritmo.

CULTURE | CULTURA

SPORTS | DESPORTOS

LEISURE | LAZER

RETAIL | COMÉRCIO

**SCHOOLS | ESCOLAS**

BEACHES | PRAIAS

RESTAURANTS | RESTAURANTES

ESCOLAS

# SCHOOLS

## OEIRAS INTERNACIONAL SCHOOL

Another option for those seeking access to the International Baccalaureate for their children. The school is known for welcoming students from over 45 nationalities, and its 5-hectare campus stands out for the diversity of its educational facilities.

Outra opção para quem procura o acesso dos seus filhos ao International Baccalaureate. A escola é conhecida por receber alunos de mais de 45 universidades, e o seu campus de 5ha distingue-se pela diversidade dos seus equipamentos educativos.



## SAINT DOMINIC'S INTERNATIONAL SCHOOL

Saint Dominic's offers all three programs of the International Baccalaureate Diploma. With a fully English-language curriculum, the school provides broad access to international universities and is highly sought after by expatriate families.

A Saint Dominic's oferece os três programas do International Baccalaureate Diploma. Com o currículo inteiramente em inglês, a escola oferece acesso alargado a universidades internacionais, sendo muito procurada por cidadãos em mobilidade.

CULTURE | CULTURA

SPORTS | DESPORTOS

LEISURE | LAZER

RETAIL | COMÉRCIO

SCHOOLS | ESCOLAS

BEACHES | PRAIAS

RESTAURANTS | RESTAURANTES

## ST. JULIAN'S SCHOOL

St. Julian's is a prestigious British school that has been a reference in Portugal since 1932. Located in Carcavelos, it welcomes students from ages 3 to 18 and is undoubtedly one of the country's most renowned educational institutions. The school offers both Portuguese and English sections.

A St. Julian's é uma escola britânica de excelência, referência em Portugal desde 1932. A escola, localizada em Carcavelos, recebe alunos dos 3 aos 18 anos, e é certamente uma das instituições de ensino mais prestigiadas em Portugal. A escola oferece secções portuguesa e inglesa.



## COLÉGIO DA BAFUREIRA/ BAFUREIRA COLLEGE

A renowned school located in Parede, the century-old Colégio da Bafureira was established here to benefit from the fresh air of the nearby Praia da Bafureira. It welcomes students from preschool to the 9th grade, emphasizing a strong school/family partnership.

Colégio célebre localizado na Parede, onde se veio instalar para beneficiar do ar puro da vizinha Praia da Bafureira, o centenário Colégio da Bafureira recebe alunos do pré-escolar até ao 9º ano de escolaridade. O colégio prima pela complementariedade escola/família.

## PRAIAS

## BEACHES

## CARCAVELOS

Arguably the most sought-after beach on the Lisbon coast, Carcavelos is easily accessible from the capital and boasts an extensive golden sandy stretch. Surfers are a common sight on this well-equipped beach, where the imposing São Julião da Barra Fort dominates the landscape.

Talvez a praia mais apetecida da costa de Lisboa, Carcavelos é facilmente acessível a partir da capital e com um extenso areal dourado. Os surfistas são visão comum nesta praia bem equipada, onde o imponente Forte de São Julião da Barra comanda a paisagem.



## SÃO PEDRO DO ESTORIL

São Pedro do Estoril Beach enchants with the turquoise blue of its waters and the tranquility of a bay framed by cliffs. Its sandy stretch is narrow, but when the tide rises, you can always retreat to one of its pleasant beachfront restaurants.

A praia de São Pedro do Estoril deslumbra com o azul-turquesa das suas águas e a calma própria de uma baía enquadrada pelas arribas. O seu areal é estreito, mas quando o mar sobe, é sempre possível subir também até a um dos seus agradáveis restaurantes.

CULTURE | CULTURA

SPORTS | DESPORTOS

LEISURE | LAZER

RETAIL | COMÉRCIO

SCHOOLS | ESCOLAS

BEACHES | PRAIAS

RESTAURANTS | RESTAURANTES



### SANTA MARIA

Also known as Farol Beach, this idyllic spot is part of the protected area of the Sintra-Cascais Natural Park. Its proximity to the romantic mansions that line its shores and the view of the lighthouse make this beach a small maritime paradise within the town.

Também conhecida como Praia do Farol, esta idílica praia está integrada na área protegida do Parque Natural Sintra-Cascais.

A proximidade com os palacetes românticos que a ladeiam e a vista para o farol fazem desta praia um pequeno paraíso marítimo dentro da vila.



### GUINCHO

Renowned for its large waves, Guincho Beach is a popular destination for surfing, kitesurfing, and windsurfing enthusiasts. Hosting various competitions, Guincho boasts one of the country's largest stretches of sand and offers stunning views of the mysterious Sintra Mountains.

Praia famosa pelas suas grandes ondas e destino muito procurado por praticantes de surf, kitesurf e windsurf, aqui realizam-se campeonatos de várias modalidades. O Guincho tem um dos maiores areais do país e oferece vistas impressionantes para a misteriosa Serra de Sintra.



CULTURE | CULTURA

SPORTS | DESPORTOS

LEISURE | LAZER

RETAIL | COMÉRCIO

SCHOOLS | ESCOLAS

BEACHES | PRAIAS

RESTAURANTS | RESTAURANTES

RESTAURANTES

# RESTAURANTS

## MARÉ - JOSÉ AVILLEZ

The latest restaurant by renowned local chef José Avillez, Maré sits right on Guincho Beach. Entirely dedicated to Portuguese fish and seafood, it is already a must-visit destination for lovers of gastronomy and the sea.

O mais recente restaurante do renomeado chef local, José Avillez, o Maré debruça-se sobre as areias do Guincho. Inteiramente dedicado ao peixe e ao marisco portugueses, este é já um local imperdível para os amantes da gastronomia e do mar.



## PORTO DE SANTA MARIA

Specializing in Portuguese coastal fish and seafood, Porto de Santa Maria is located on Crismina Beach. A historic restaurant dating back to 1947, it has been exceptionally renovated and remains a must for maritime gastronomy enthusiasts.

Especializado no peixe e marisco da costa portuguesa, o restaurante Porto de Santa Maria fica localizado nas areias da Praia da Crismina. Restaurante histórico, datado de 1947 mas excepcionalmente renovado, é paragem obrigatória para os apaixonados da gastronomia marítima.

CULTURE | CULTURA

SPORTS | DESPORTOS

LEISURE | LAZER

RETAIL | COMÉRCIO

SCHOOLS | ESCOLAS

BEACHES | PRAIAS

RESTAURANTS | RESTAURANTES

### BOUGAIN RESTAURANT & GARDEN BAR

Located in the historic center of Cascais, in a centuries-old noble house with a lush garden, Bougain focuses on the cuisines of Portugal, France, and Italy. Unifying the variety of offerings are two constants – respect for the authentic flavors of each cuisine and the quality of the ingredients.

Localizado no centro histórico de Cascais, numa centenária casa nobre com um jardim luxuriante, o Bougain foca-se nas gastronomias de Portugal, França e Itália. A unir a variedade da oferta há pontos transversais – o respeito pelos sabores de cada cozinha e a qualidade dos ingredientes.



### CANTINHO DO AVILLEZ

Chef José Avillez, already awarded three Michelin stars, is now a key figure in Portugal's gastronomic scene. Having spent his childhood in the town of Cascais, he seeks to blend those memories with contemporary Portuguese cuisine in this restaurant.

O chef José Avillez, já galardoado com três estrelas Michelin, é hoje uma das figuras incontornáveis da cena gastronómica nacional. Tendo vivido a sua infância na vila de Cascais, procura neste restaurante casar essas memórias com a cozinha contemporânea portuguesa.