

Spis treści

O autorach	8
O przewodniku	9
■ Rozdział I. Zaproszenie do Portugalii	13
Propozycje tras	13
Trasa 1. Tramwajem przez wzgórza Lizbony	13
Trasa 2. Lizbona w jeden dzień	13
Trasa 3. Lizbona z dziećmi	16
Trasy 4–6. Okolice Lizbony	17
Trasa 7. Porto, Douro i kamienne wioski portugalskie (7 dni)	18
Trasa 8. Północna Portugalia mniej znana (5 dni)	19
Trasa 9. Szlakiem Maurów – śnieżnobiałe miasteczka Alentejo i Algarve (3 dni)	20
Kalendarz wydarzeń i festiwalu	20
■ Rozdział II. Informacje praktyczne	25
Przygotowania do podróży	25
Przewodniki i mapy	25
Słowniki i rozmówki	26
Portugalia w internecie	26
Formalności wizowo-paszportowe	27
Waluta	27
Ubezpieczenie	28
Zabezpieczenia medyczne	29
Wybór czasu podróży	29
Przejazd	30
Podróż samolotem	31
Podróż pociągiem	31
Podróż samochodem	32
Na miejscu	32
Noclegi	32
Wyżywienie	38
Kuchnia, czyli co zjeść i wypić	39
Obyczaje	41
Informator A–Z	43
■ Rozdział III. Informacje krajoznawcze	57
Ukształtowanie terenu	57
Hydrografia	58
Klimat	59
Flora i fauna	60
Podział administracyjny	60
Historia	61
Luzytanie, Rzymianie i Wizygoci	62
Panowanie Maurów	63
Krwawa rekonkwista – początki portugalskiego narodu	64
Wielka przygoda zamorska	67
Inkwizycja	73
Ku republice!	74
Wiek dyktatury i stabilizacji	76
Społeczeństwo	78
Sztuka	85
Azulejos	87
Literatura	89
Muzyka	91
Kino	92

■ Rozdział IV. Zwiedzanie kraju	95
STOLICA. Lizbona	97
Historia miasta	98
Bairro Alto, Chiado i Baixa	101
Alfama, Mouraria, Graça i Castelo São Jorge	111
Między Belém a Bairro Alto (Lapa, Santos-o-Velho, Madragoa, Estrela i Docas)	119
Północna i zachodnia część Lizbony – wokół Avenidas oraz Park Monsanto	127
EXPO – Parque das Nações	131
Informacje praktyczne	134
REGION 1. Okolice Lizbony	149
Na północny zachód od Tagu	150
Cascais	150
Estoril	155
Palácio Nacional de Queluz	157
Sintra	158
Na południe od Tagu	167
Almada	167
Costa de Caparica	168
Serra da Arrábida	169
Sesimbra	171
Setúbal	172
REGION 2. Estremadura i Ribatejo	177
Alcobaça	178
Batalha	180
Ericeira	183
Fatima	184
Leiria	190
Mafra	192
Obidos	194
Peniche	198
Santarém	201
Tomar	205
REGION 3. Beiras	211
Aveiro	212
Castelo Branco	217
Coimbra	220
Figueira da Foz	235
Serra da Estrela	237
Guarda i okolice	239
Parque Natural da Serra da Estrela	242
Szlaki Serra da Estrela	244
Serra da Lousã	249
Viseu	253
REGION 4. Porto	261
Amarante	262
Porto	263
REGION 5. Trás-os-Montes i Douro	289
Bragança	290
Chaves	296
Miranda do Douro	297
Mirandela	301

Alto Douro	303
Vila Real	303
Północny brzeg Douro	305
Południowy brzeg Douro	305
Vale do Côa	309
REGION 6. Minho	313
Barcelos	314
Braga	316
Guimarães	325
Parque Nacional da Peneda-Gerês	332
Vale do Lima	334
Vale do Minho	337
Viana do Castelo	339
REGION 7. Alentejo	347
Beja	348
Costa Alentejana	355
Elvas	356
Estremoz	359
Évora	362
Mértola	372
Monçaraz	374
Portalegre	375
Serpa	377
Serra de São Mamede	380
REGION 8. Algarve	383
Albufeira	384
Costa Vicentina	387
Faro	390
Lagos	396
Portimão	400
Sagres	402
Serra de Monchique	404
Silves	406
Tavira	409
REGION 9. Madera	417
Informacje krajoznawcze	418
Charakterystyka geograficzna	418
Historia	419
Kuchnia	420
Ludność	421
Informator A-Z	422
Calheta	425
Câmara de Lobos	426
Santa Cruz	427
Funchal	429
Machico	439
Parque Natural da Madeira	440
Porto Moniz	441
Porto Santo	442
Santana	445
Słowniczek polsko-portugalski	448
Spis ramek	459
Indeks nazw geograficznych	461