



Bienvenue à HandiOasis Portugal,

Nous vous souhaitons un agréable séjour en notre compagnie. Pour vous permettre de profiter au maximum de votre séjour, nous mettons à votre disposition ce guide dans lequel vous trouverez l'ensemble des informations pour préparer vos journées et vos activités avant votre séjour à Handioasis Portugal.

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à nous contacter pour en savoir plus.

RÉGLEMENT INTERIEUR



Conditions d'utilisation des chambres :

- Nous vous remercions de bien vouloir éteindre la climatisation et l'éclairage lorsque vous quittez votre chambre.
- Tout objet de valeur doit être déposé dans le coffre de Handioasis. Handioasis décline toute responsabilité en cas de vol.
- Veillez à ne rien jeter dans les toilettes, des poubelles sont à votre disposition dans les salles de bain.
- Respecter le calme pour respecter le sommeil des autres.
- Il est interdit de fumer dans les chambres et dans les lieux communs.
- Nous vous demandons de ne pas utiliser les serviettes de bains en dehors de la chambre, des serviettes de piscine vous sont proposées à la location.
- Les petits déjeuners sont servis entre 8h30 et 11h00, le déjeuner de 12h30 à 14h et le dîner de 19h30 à 21h dans le lieu de votre choix.
- La chambre doit être libérée avant midi le jour du départ.

Conditions d'utilisation de la piscine

- Les enfants peuvent utiliser la piscine à condition d'être accompagnés et surveillés par leurs parents ou toute personne déléguée par leurs soins à l'exclusion du personnel de Handioasis.
- Les personnes atteintes de maladie contagieuses ou de peau ont interdiction formelle de fréquenter la piscine.

Il est interdit :

- De marcher en chaussures dans l'enceinte de la piscine.
- De manger au bord du bassin.
- D'utiliser du savon ou tout autre produit similaire dans le bassin.

Conditions d'utilisation de la Terrasse

- Il est interdit aux personnes se déplaçant en fauteuils manuels de monter et de descendre la rampe d'accès sans au préalable requérir l'aide du personnel de Handioasis (utiliser la cloche).

Surveillance des enfants

Les parents ou toute personne accompagnatrice déléguée ou mandatée par les parents sont exclusivement responsables de la surveillance des enfants pendant toute la durée du séjour dans l'établissement Handioasis ainsi que durant les activités ou excursions.

Repas, Navette, Taxi :

Nous vous demandons de nous prévenir au plus tard à 14h pour la réservation des repas et de vos besoins en navette et taxi du lendemain. Tout repas commandé sera facturé.

En cas de non respect de certaines de ces règles qui peuvent nuire, soit à la sécurité des personnes et de l'établissement soit aux autres clients de Handioasis, le responsable de site et l'agence YOOLA pourront décider de prendre des sanctions allant jusqu'à l'exclusion de l'établissement sans remboursement du séjour.



EXCURSIONS & ACTIVITES

DESTINATION	ACCESSIBILITE	THEME	PAGE
LES CHATEAUX DE SINTRA	★★	Autour de Lisbonne	6
CASCAIS ET SES PLAGES	★★★	Autour de Lisbonne	7
ESTORIL	★★	Autour de Lisbonne	8
CABO DA ROCA & PRAIAS	★★★	Autour de Lisbonne	9
VISITE DE LISBONNE "BAIXA"	★★★	Itinéraire de visite	10
VISITE DE LISBONNE "ORIENTE"	★★★	Itinéraire de visite	11
VISITE DE LISBONNE "BELEM"	★★★	Itinéraire de visite	13
BELEM "HISTOIRE ET CULTURE"	★★★	Autour de Lisbonne	14
LE MONASTERE DES HIERONYMITES	★★★	Lisbonne - Belem	15
MUSEE DES CAROSSES	★★	Lisbonne - Belem	16
MUSEE DE LA MARINE	★★	Lisbonne - Belem	17
LE PARQUE DAS NAÇOES	★★	Lisbonne - Oriente	18
MUSEE BERARDO	★★★	Lisbonne - Oriente	19
LA PLACE DU COMMERCE	★★★	Lisbonne - Baixa	20
SANTA JUSTA	★★	Lisbonne - Baixa	21
LE CHATEAU SAINT GEORGE	★★	Lisbonne - Baixa	22
PRACA DO ROSSIO	★★★	Lisbonne - Baixa	23
PRAÇA DO RESTAURADORES	★★★	Lisbonne - Baixa	24
TIMEOUT MARKET LISBOA	★★★	Lisbonne - Ribeira	25
SANTUARIO DE CRISTO REI	★★	Autour de Lisbonne	26
LE MEILLEUR DU FOOTBALL PORTUGAIS	★★★	Sport	27
LES PLAGES ACCESSIBLES	★★★	Autour de Lisbonne	28

Retrouvez sur chaque activité le niveau d'accessibilité

- ★★★ Très accessible, ouvert à tous
- ★★ Accessible avec quelques limitations en fauteuil.
- ★ Accessibilité réduite en fauteuil roulant.



INFORMATIONS PRATIQUES

CHECK-IN / CHECK-OUT

Le jour de l'arrivée, les chambres sont disponibles à partir de 15h. Le jour du départ vous devez libérer vos chambres au plus tard à 10h.

PETIT DEJEUNER ET REPAS

Le petit déjeuner est servi de 8h30 à 10h30, le déjeuner est servi à partir de 12h30 et jusqu'à 13h30. Le diner est servi à partir de 19h30.

MENAGE

Le ménage est effectué chaque jour à partir de 9h dans les chambres, si vous avez réservé un appartement le ménage sera réalisé également chaque matin dans les appartements.

TRANSFERTS

Le service de transfert aéroport est un service payant que nous facturons à un prix forfaitaire de 100€ A/R.

DECALAGE HORAIRE

Le Portugal a une heure de décalage horaire avec la France. Ainsi, quand il est 12h00 à Paris, il est 11h00 à Lisbonne. A noter : le Portugal change d'heure comme la France en hiver et en été.

FORMALITES

Carte d'identité ou passeport pour les ressortissants de l'Union Européenne. Pour les autres nationalités, se renseigner auprès du consulat ou de l'ambassade.

Si vous voyagez avec vos enfants : les mineurs, quel que soit leur âge, doivent eux aussi avoir un document d'identité ou passeport individuel. Un mineur voyageant seul n'a pas besoin d'autorisation de sortie du territoire s'il a un passeport individuel mais avec une simple carte d'identité, il devra également être muni d'une autorisation de sortie du territoire.

ELECTRICITE

220 volts. Les prises sont identiques aux prises françaises. Adaptateur et transformateur ne sont donc pas nécessaires.

TELEPHONE

Pour appeler le Maroc (fixe) depuis la France, composer le 00 + 351 + le numéro de votre correspondant à 8 chiffres (sans le 0 initial). Pour appeler un portable : 00 + 351 + le numéro de votre correspondant à 8 chiffres (sans le 0 initial).

Pour appeler la France depuis le Portugal, composer le 00 + 33 + le numéro de votre correspondant (sans le 0 initial).

ARGENT

La monnaie nationale est l'Euro. Le paiement par carte est accepté dans la plupart des commerces.

SOUVENIRS

Les souvenirs locaux sont souvent des gourmandises comme les Pasteis, le vin, les fromages et autres spécialités portugaises. Si vous avez envie de revenir avec des souvenirs gourmands pensez à prendre un bagage et une sac isotherme pour un transport en toute sécurité.

SANTE (Numéro européen d'urgence : 112)

En cas d'urgence, le nouvel hôpital de Sintra dispose d'un service d'urgence avec toutes les spécialités. De nombreux médecins parlent français.

PISCINE

Handioasis Portugal met à disposition de ses clients deux piscines, une piscine côté appartement, de petite profondeur, une deuxième piscine côté Jardin un peu plus profonde. Chaque piscine dispose d'un bras Handimove. L'utilisation de la piscine est possible de 10h à 21h. La baignade n'est pas surveillée. Les serviettes de bain ne sont pas fournis pour la piscine.



VISITER LA REGION DE LISBONNE

INFORMATIONS PRATIQUES

Lisbonne est une capitale à part, elle séduit par son charme, ses quartiers et monuments historiques. La ville se caractérise par ses places, ses ruelles, ses jardins, ses musées, ses belvédères et son art. La capitale est un monument en soi et comme toute les capitales il y a toujours quelque chose à voir ou à faire.

Lisbonne est la seule capitale d'Europe à se trouver si proche de la mer. Si le Tage borde la ville, l'océan n'est pas loin et les plages de sable fin de la côte font de Lisbonne une destination touristique aux multiples facettes.

Non loin de Lisbonne, Cascais, Belem, Estoril et Sintra sont des joyaux à découvrir. Handioasis s'est installé à Sintra, ville classée au patrimoine mondial de l'Unesco. Depuis Sintra, vous pourrez découvrir toute la région de Lisbonne et ses quartiers. Handioasis vous proposera des excursions, des visites guidées ainsi que billets pour les principaux sites touristiques.

Si Lisbonne est réputée, Cascais est également une petite station balnéaire très appréciée des locaux comme des touristes. Tout comme Estoril et ses plages, les côtes portugaises sont très animées, vous pourrez d'ailleurs profiter de nombreux événements, festivals, événements sportifs comme le tournoi de tennis ATP à Estoril, le grand prix moto GP à Estoril et pour les fans de football, le championnat de football portugais et les Coupe d'Europe à Lisbonne.



LES CHATEAUX DE SINTRA

Les châteaux de Sintra sont parmi les trésors les plus fascinants du Portugal, situés dans un cadre enchanteur mêlant histoire, architecture et paysages naturels spectaculaires. Sintra, classée au patrimoine mondial de l'UNESCO, abrite plusieurs palais et châteaux emblématiques qui attirent des visiteurs du monde entier. Voici un aperçu des principaux châteaux à découvrir :

Palais de Pena (Palácio Nacional da Pena) (Pas accessible en fauteuil)

Description : Un palais romantique spectaculaire, perché au sommet d'une colline, célèbre pour ses couleurs vives (jaune, rouge et bleu) et son architecture éclectique.

Style : Mélange de styles manuelin, gothique, mauresque et Renaissance.

Points forts :

- Les terrasses offrant une vue panoramique sur Sintra et l'océan Atlantique.
- Les salles intérieures richement décorées, témoins de la vie royale portugaise.
- Le vaste Parc de Pena, rempli de plantes exotiques et de sentiers sinueux.

Pourquoi visiter ? : C'est l'un des symboles du romantisme européen et une expérience incontournable pour les amoureux de l'architecture et des paysages.

Château des Maures (Castelo dos Mouros)

Description : Une forteresse médiévale datant du VIII^e siècle, construite par les Maures pour surveiller la région.

Caractéristiques :

- Situé sur une crête montagneuse, entouré de remparts offrant des vues imprenables.
- Vestiges des murailles, tours de guet et citernes.
- Un chemin de ronde spectaculaire qui permet d'explorer le château tout en profitant du panorama.

Pourquoi visiter ? : Pour plonger dans l'histoire médiévale portugaise et profiter des vues époustouflantes sur la Serra de Sintra et le Palais de Pena.

Accessibilité : Partielle, ascenseur, vérifier l'accès 2 jours avant.

Quinta da Regaleira

Description : Un domaine mystérieux connu pour son puits initiatique en spirale et ses jardins labyrinthiques.

Style : Une combinaison unique d'architecture gothique, manueline et Renaissance, avec des influences ésotériques.

Points forts :

- Le puits initiatique, une structure souterraine en spirale qui symbolise un parcours initiatique.
- Les grottes, tunnels et jardins conçus pour évoquer un univers mystique.
- Le palais, richement décoré, avec des références à l'alchimie et aux sociétés secrètes.

Pourquoi visiter ? : Pour son atmosphère magique et ses symboles complexes qui captivent l'imagination.

Palais de Monserrate (Palácio de Monserrate)

Description : Un palais exotique entouré de jardins botaniques luxuriants.

Style : Fusion d'architecture gothique, mauresque et indosarrazine.

Points forts :

- Les jardins, qui comptent des plantes du monde entier.
- L'architecture unique du palais, avec ses motifs délicats et son élégance exotique.
- Une ambiance paisible loin des foules.

Pourquoi visiter ? : Pour son charme romantique et son cadre naturel exceptionnel.

Accessibilité : Partiel, accès via une plateforme, prévoir 1h de visite.

Palais National de Sintra (Palácio Nacional de Sintra)

Description : Situé au cœur de Sintra, ce palais royal est reconnaissable à ses deux grandes cheminées coniques.

Style : Mélange d'architecture gothique, manueline et Renaissance.

Points forts :

- Les magnifiques salles décorées de fresques, d'azulejos (carreaux de céramique) et de

plafonds ornés.

La salle des Cygnes et la salle des Blasons, deux pièces emblématiques.

Sa localisation centrale, idéale pour explorer le reste de la ville.

Pourquoi visiter ? : C'est le palais royal le mieux conservé du Portugal et un témoin de l'histoire royale.

Convento dos Capuchos

Description : Un monastère franciscain austère, intégré dans la nature environnante.

Caractéristiques :

- Construit en pierre et liège, mettant en avant la simplicité et l'humilité.
- Petites cellules monastiques et chapelle.
- Un cadre paisible dans la forêt de Sintra.

Pourquoi visiter ? : Pour découvrir un lieu spirituel et apprécier son intégration harmonieuse avec la nature.

Conseils pour visiter

Billets :

Achetez vos billets à l'avance, surtout en haute saison.

Des billets combinés sont souvent disponibles pour plusieurs sites.

Meilleure période :

Printemps et automne, pour éviter les foules et profiter d'un climat agréable.

Pourquoi visiter les châteaux de Sintra ?

Sintra est un lieu magique où histoire, architecture et nature se rencontrent dans une harmonie parfaite. Chaque château ou palais offre une expérience unique, qu'il s'agisse de panoramas spectaculaires, de mystères ésotériques ou de découvertes historiques. Une visite à Sintra est une immersion dans un univers féérique et romantique, à ne pas manquer lors de votre séjour au Portugal.



ACCESSIBILITE ★★

Rendez-vous sur les sites des monuments pour découvrir les itinéraires de visite accessible. Des aménagements spécifiques sont disponibles.

TARIFS

Une journée pour visiter les palais et châteaux, transport adapté inclus. Visites sur les conseils de votre hôtes.

Base 1-2 pers. : 75€/pers.
Base 3-4 pers. : 60€/pers.
Base 5-6 pers. : 55€/pers.

CASCAIS ET SES PLAGES

Cascais, située à environ 30 km à l'ouest de Lisbonne, est une charmante station balnéaire sur la côte portugaise. Connue pour ses plages, ses rues pavées pittoresques, ses demeures élégantes et son ambiance sophistiquée, Cascais est une destination idéale pour les amoureux de la mer, de la culture et de la détente.

Un peu d'histoire

Autrefois un humble village de pêcheurs, Cascais a gagné en importance au XIXe siècle lorsque la famille royale portugaise a choisi la région comme résidence d'été. Cette popularité a attiré l'aristocratie et l'élite européenne, transformant Cascais en une destination chic et cosmopolite. Aujourd'hui, la ville est un mélange d'histoire, de culture et de modernité.

Les principales attractions de Cascais

Les plages

Praia da Rainha : Une petite plage charmante en plein centre-ville, idéale pour se détendre.
Praia do Guincho : Située à quelques kilomètres du centre, cette plage sauvage est prisée des surfeurs et des amateurs de kitesurf.
Praia de Carcavelos : Une plage spacieuse, parfaite pour les familles et les amateurs de sports nautiques.

Centre historique

Rues pavées : Promenez-vous dans les ruelles bordées de boutiques, de restaurants et de maisons colorées.
Praça 5 de Outubro : Une place animée entourée de cafés et offrant une vue sur le port.
Marché de Cascais : Un marché local où vous pouvez acheter des produits frais, des fleurs et des souvenirs.

Boca do Inferno

Une formation rocheuse spectaculaire où les vagues de l'Atlantique s'engouffrent dans une grotte ouverte, créant un spectacle naturel impressionnant. Parfait pour les amateurs de paysages dramatiques et de photos.

Marina de Cascais

Un port de plaisance moderne avec des restaurants, des bars et des yachts élégants. Idéal pour une balade en soirée.

Musée Condes de Castro Guimarães

Situé dans un manoir du XIXe siècle, ce musée expose des œuvres d'art, des meubles anciens et une bibliothèque impressionnante. Le bâtiment est entouré d'un charmant parc, parfait pour une promenade.

Citadelle de Cascais

Une forteresse historique qui protégeait autrefois la côte. Aujourd'hui, elle abrite un hôtel de luxe, des galeries d'art et des espaces événementiels.

Parc Marechal Carmona

Un parc verdoyant au cœur de la ville, parfait pour une pause tranquille. Il abrite des étangs, des aires de jeux et des espaces pour pique-niquer.

Casa das Histórias Paula Rego

Un musée dédié à l'artiste Paula Rego, célèbre pour ses peintures et œuvres graphiques. Le bâtiment lui-même est un chef-d'œuvre architectural.

Activités à Cascais

Sports nautiques : Surf, paddle, voile et kitesurf sont très populaires dans la région.
Randonnée et vélo : Explorez la côte et la Serra de Sintra grâce à de nombreux sentiers.
Golf : Cascais est entourée de parcours de golf de classe mondiale.
Excursions : Visitez le Cabo da Roca, le point le plus occidental de l'Europe continentale, ou explorez les villages voisins comme Estoril.

Gastronomie locale

Cascais est connue pour sa cuisine à base de fruits de mer et de poisson frais.
Plats typiques :
 Grilled sardines (sardines grillées).
 Caldeirada (ragoût de poisson).
 Amêijoas à Bulhão Pato (palourdes dans une sauce à l'ail et aux herbes).
Desserts : Ne manquez pas les traveseiros et les queijadas, des pâtisseries locales.

Comment s'y rendre ?

Depuis Lisbonne :
Train : Un trajet de 40 minutes depuis la gare de Cais do Sodré (ligne côtière avec une vue magnifique sur l'océan).
Voiture : Environ 30 minutes via l'autoroute A5.
Transport local : Cascais est une petite ville facilement accessible à pied ou à vélo. Des bus locaux permettent de rejoindre les plages et les attractions environnantes.

Quand visiter ?

Printemps et été (mars à septembre) : Meilleure période pour profiter des plages et des activités en plein air.
Hiver : Plus calme, idéal pour une escapade détente.

Pourquoi visiter Cascais ?

Cascais est une destination qui combine la beauté naturelle, l'histoire et la modernité. Que vous cherchiez une journée relaxante sur la plage, une escapade romantique ou une immersion culturelle, cette ville côtière a tout pour plaire. Avec son charme intemporel et sa proximité avec Lisbonne, Cascais est un incontournable lors de votre visite au Portugal.



ACCESSIBILITE ★★★

La station balnéaire est très accessible.

Tarifs

Passez la journée à Cascais et finissez par un dîner au coucher du soleil dans un restaurant du bord de mer.

Base 1-2 pers. : 25€/pers.
 Base 3-4 pers. : 20€/pers.
 Base 5-6 pers. : 15€/pers.

ESTORIL

Estoril est une charmante ville côtière située sur la Riviera portugaise, à environ 25 kilomètres à l'ouest de Lisbonne. Connu pour son élégance, son histoire riche et son ambiance cosmopolite, Estoril est une destination prisée des touristes et des locaux. Voici une présentation de ses principales caractéristiques :

Localisation et accès

Située dans la municipalité de Cascais, la ville est facilement accessible depuis Handioasis Portugal. Elle se trouve sur la côte juste après Cascais.

Histoire et héritage

Estoril est connue pour son passé aristocratique et son rôle pendant la Seconde Guerre mondiale. Elle était un refuge pour les familles royales en exil et une plaque tournante pour les espions.

Le Casino d'Estoril, l'un des plus grands casinos d'Europe, a renforcé sa réputation d'élégance et d'attrait international.

Points d'intérêt

Plage de Tamariz : Une plage populaire offrant une vue magnifique sur l'océan Atlantique et des infrastructures idéales pour les familles et les sportifs.

Casino d'Estoril : Ce casino emblématique propose des jeux, des spectacles, et une galerie d'art. Il aurait inspiré Ian Fleming pour créer James Bond.

Promenade de bord de mer : Une promenade pittoresque qui relie Estoril à Cascais, idéale pour marcher, courir ou faire du vélo.

Palais et villas : De nombreuses résidences somptueuses témoignent de son passé aristocratique.

Culture et événements

Estoril accueille plusieurs événements internationaux, comme le Festival de cinéma d'Estoril et des compétitions de golf et de tennis.

La ville est également connue pour sa gastronomie, avec des fruits de mer frais et des spécialités portugaises.

Tourisme et style de vie

Grâce à son climat doux, ses plages et ses équipements modernes, Estoril attire des visiteurs toute l'année.

C'est un lieu prisé pour les vacances de luxe, les activités sportives comme le golf et le surf, ainsi que pour une ambiance paisible et raffinée.

Avec son mélange de charme historique, de beauté naturelle et de modernité, Estoril est une destination incontournable pour ceux qui visitent le Portugal.



ACCESSIBILITE ★★★

Estoril est une ville charmante et accessible. Une balade en bord de mer facile en fauteuil.

TARIFS

Navette Aller/Retour Handioasis Cascais

Base 1-2 pers. : 25€/pers

Base 3-4 pers. : 20€/pers.

Base 5-6 pers. : 15€/pers.

CABO DA ROCA & PRAIAS

Le Cabo da Roca, situé à environ 40 km à l'ouest de Lisbonne, est le point le plus occidental de l'Europe continentale. Ce site spectaculaire marque la rencontre entre la terre et l'océan Atlantique, offrant des paysages à couper le souffle, des falaises vertigineuses et une atmosphère sauvage qui attire de nombreux visiteurs.

Caractéristiques principales

Une position géographique unique

Le Cabo da Roca est connu comme le « point où la terre finit et la mer commence » (Onde a terra acaba e o mar começa), selon le poète portugais Luís de Camões.

Situé à une altitude de 140 mètres, le promontoire offre des vues panoramiques impressionnantes sur l'océan Atlantique.

Le phare du Cabo da Roca

Construit en 1772, ce phare emblématique est l'un des plus anciens du Portugal. Il reste en fonctionnement et constitue un symbole de l'histoire maritime du pays.

Monument et certificat

Une stèle marque le point exact où se situe le Cabo da Roca, avec des coordonnées gravées : 38°47 Nord, 9°30 Ouest.

Les visiteurs peuvent acheter un certificat officiel attestant de leur passage au point le plus occidental de l'Europe continentale.

Paysages naturels

Les falaises abruptes, recouvertes de végétation basse et balayées par le vent, offrent un cadre parfait pour des photos mémorables.

Les sentiers de randonnée permettent d'explorer les environs, notamment le parc naturel de SintraCascais.

Activités et expériences

Randonnée

Le Cabo da Roca fait partie du Parc naturel de Sintra Cascais, qui abrite plusieurs sentiers de randonnée offrant des vues spectaculaires.

Un sentier populaire relie le Cabo da Roca à des plages et criques isolées, comme la Praia da Urso.

Observation de la nature

La région est riche en flore et faune locales, avec des espèces d'oiseaux marins et des plantes adaptées aux conditions côtières.

Les amateurs de photographie apprécieront les panoramas changeants selon les saisons et la lumière.

Contemplation et détente

Le Cabo da Roca est un lieu propice à la méditation et à l'émerveillement devant les forces de la nature. Le coucher de soleil est particulièrement spectaculaire.

Conseils pratiques

Comment s'y rendre ?

Depuis Lisbonne : Prenez un train pour Cascais, puis un bus (ligne 403) qui relie Cascais à

Sintra en passant par le Cabo da Roca.

En voiture : Accessible en 4050 minutes via l'autoroute A5 et des routes locales.

Meilleure période pour visiter

Le printemps et l'été offrent des conditions agréables pour les randonnées et les activités en plein air.

L'hiver apporte une ambiance plus sauvage, avec des vents forts et une mer agitée, mais c'est un moment magique pour les amateurs de paysages dramatiques.

Que porter ?

Les vents peuvent être forts et frais, même en été, donc prévoyez une veste coupevent.

Des chaussures confortables sont recommandées si vous prévoyez de marcher sur les sentiers.

À proximité

Praia da Urso : Une plage sauvage, considérée comme l'une des plus belles du Portugal, accessible par un sentier escarpé depuis le Cabo da Roca.

Sintra : À quelques kilomètres, explorez les châteaux et palais de cette ville magique.

Cascais : Une station balnéaire élégante avec des plages, des musées et des restaurants.

Pourquoi visiter le Cabo da Roca ?

Le Cabo da Roca est plus qu'un simple point géographique. C'est un lieu où l'on peut ressentir la puissance brute de la nature, s'émerveiller devant des panoramas époustouflants et réfléchir à la vastitude de l'océan. Que vous soyez un amoureux de la nature, un photographe ou simplement en quête de paysages uniques, le Cabo da Roca est une étape incontournable lors de votre visite au Portugal.



ACCESSIBILITE ★★

L'accessibilité n'est pas toujours parfaite dans les zones naturelles. Mais les paysages méritent l'aventure. Cabo da Roca est très accessible.

TARIFS

Navette A/R pour visiter Cabo da Roca.

Base 1-2 pers. : 25€/pers

Base 3-4 pers. : 20€/pers.

Base 5-6 pers. : 15€/pers.



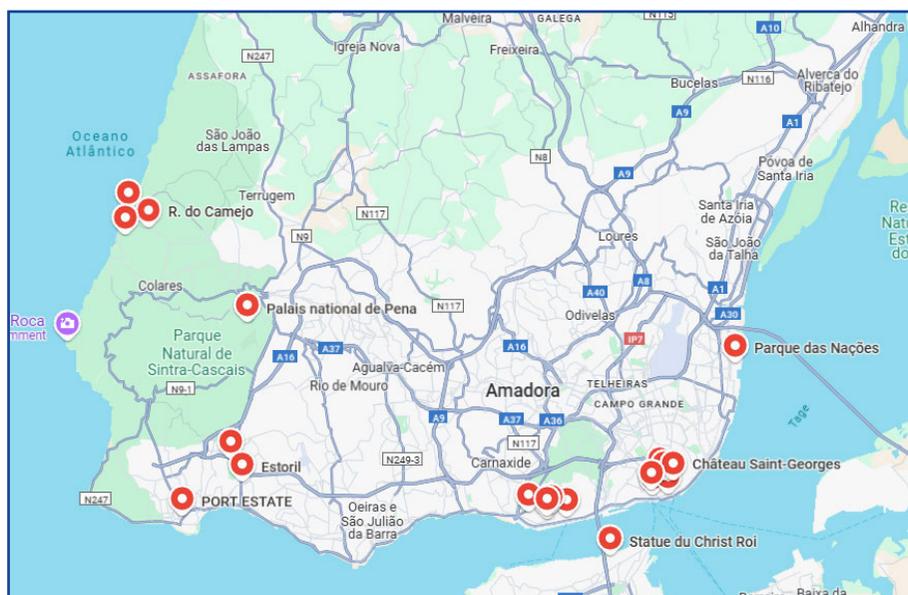
VISITER LISBONNE

Lisbonne, la capitale du Portugal, est une ville vibrante où se mêlent histoire, culture et modernité. Perchée sur sept collines, cette métropole ensoleillée offre des panoramas spectaculaires sur le fleuve Tage et une architecture unique, allant des quartiers médiévaux de l'Alfama aux élégantes places du centre-ville.

Flânez dans les rues pittoresques de la Baixa, découvrez le charme du quartier historique de Belém avec ses monuments emblématiques, ou profitez de l'animation du quartier branché du Bairro Alto. Lisbonne est aussi une ville gastronomique par excellence, où vous dégusterez des spécialités comme les célèbres pastéis de nata et une cuisine riche en saveurs maritimes.

Facilement accessible, agréable à explorer et chaleureuse tout au long de l'année, Lisbonne est une destination qui séduit par son atmosphère unique et sa fusion entre traditions et innovation.

3 itinéraires sont disponibles pour visiter la ville et ses nombreux sites touristiques.



VISITE DE LISBONNE "BAIXA"

La Baixa C'est le numéro 1 du quartier plat, dont les dalles et pavés ne sont pas un obstacle contrairement à d'autres quartiers plus difficiles et plus anciens Entièrement reconstruite suite au tremblement de terre de 1755 par le Marquis de Pombal, la Baixa est un quartier touristique car très central, où l'on peut trouver des adresses de restaurants, de boutiques, de cafés locaux très accueillants Collées au quartier Baixa deux des places les plus importantes de la ville après la Praça do Comércio la Praça do Rossio et la Praça dos Restauradores valent le coup d'oeil

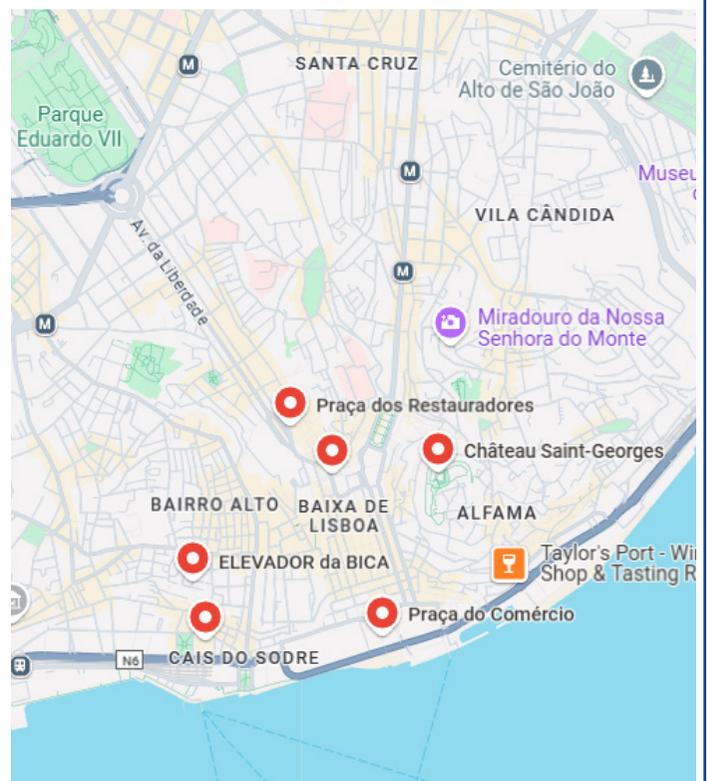
La Praça do Comércio est le coeur de Lisbonne à proximité du Tage palais à arcades, arc de triomphe, statue, vue sur le château qui domine la ville

A faire Sur le côté, le Lisboa Story Centre permet d'en savoir plus sur l'histoire de Lisbonne Il s'agit d'un parcours interactif d'une heure avec un audioguide disponible en français Tarif réduit pour la personne en fauteuil, gratuité pour l'accompagnateur, wc adaptés

A visiter

Castelo Sao Jorge, le château n'est pas complètement accessible aux fauteuils roulants, mais ca vaut le détour.

- La Praça do Comércio
- La Praça do Rossio
- La Praça dos Restauradores



INFOS UTILES

Quartier historique de Lisbonne, très touristique. De nombreux restaurants pour y déjeuner. Prenez le temps de vous perdre pour découvrir la ville.

ACCESSIBILITE ★★★

Quartier assez plat, accessibilité correcte. Attention à la fatigabilité, le quartier est grand.

DUREE

Quartier à faire sur une journée tant il y a de chose à découvrir.

LOCALISATION



VISITE GUIDEE DE ORIENTE

Le quartier Oriente Le Parque das Nações a été construit pour l'exposition universelle de 1998 est totalement adapté et accessible
L'aménagement urbain est notable, tout a été pensé pour mettre en premier lieu le passant et l'habitant

On se promène dans de larges allées piétonnes, rafraichies par des arbres
La circulation automobile est limitée.

A visiter

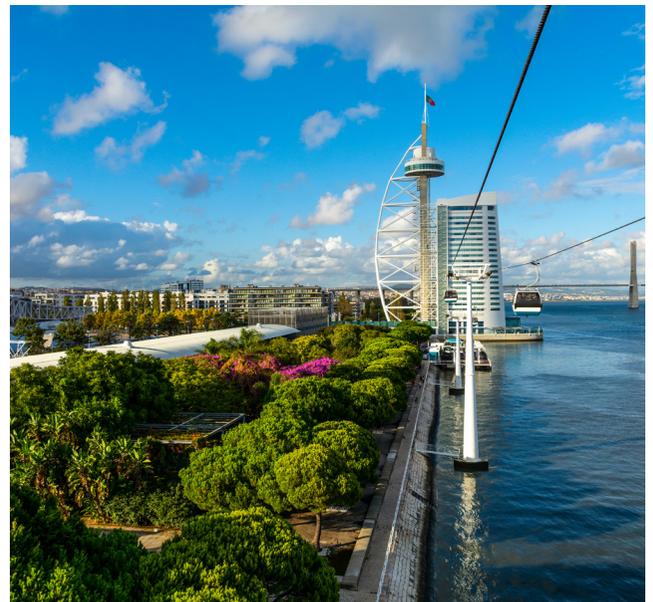
L'Océanarium coté accès 2 parkings, le parking Doca situé rue Alameda dos Oceanos, et le parking Océanario situé Rua dos Cruzados Accessible à tous (ascenseurs et rampes)
Des Fauteuils roulants sont à disposition à l'accueil si besoin Entrée gratuite PMR 1 accompagnateur et WC adaptés

Le Pavillon de la connaissance, une cité des sciences qui ravira les petits comme les grands Entrée tarif réduit PMR 1 accompagnateur gratuit, WC adaptés et cafétéria.

Le centre commercial Vasco de Gama rempli de boutiques et de restaurants pour finir la journée

A faire

La télécabine Un voyage de 12 minutes à trente mètres d'altitude offrant un superbe panorama
Les personnes à mobilité réduite (fauteuils roulants) peuvent accéder aux cabines.



INFOS UTILES

Quartier moderne très agréable et paisible.
Coup de Coeur : Océanarium

ACCESSIBILITE ★★★

Quartier moderne très accessible et facile d'accès.

DUREE

Prévoir une visite de 3h pour découvrir le quartier, possibilité de déjeuner sur place.

LOCALISATION



VISITE DE LISBONNE "BELEM"

La visite du quartier de Belem est incontournable lors d'un voyage à Lisbonne. Vous démarrez votre visite le long de la rive du Tage et apprécierez les édifices centenaires, notamment le Mosteiro dos Jeronimos et le Padrao dos Descobrimentos

Le Mosteiro dos Jeronimos est un autre endroit formidable à visiter et totalement accessible. L'entrée est gratuite pour les visiteurs en situation de handicap, et le bâtiment dispose de toilettes accessibles.

Le Monastère des Hiéronymites reste le monument incontournable du quartier. L'église et le cloître inférieur sont accessibles aux personnes handicapées.

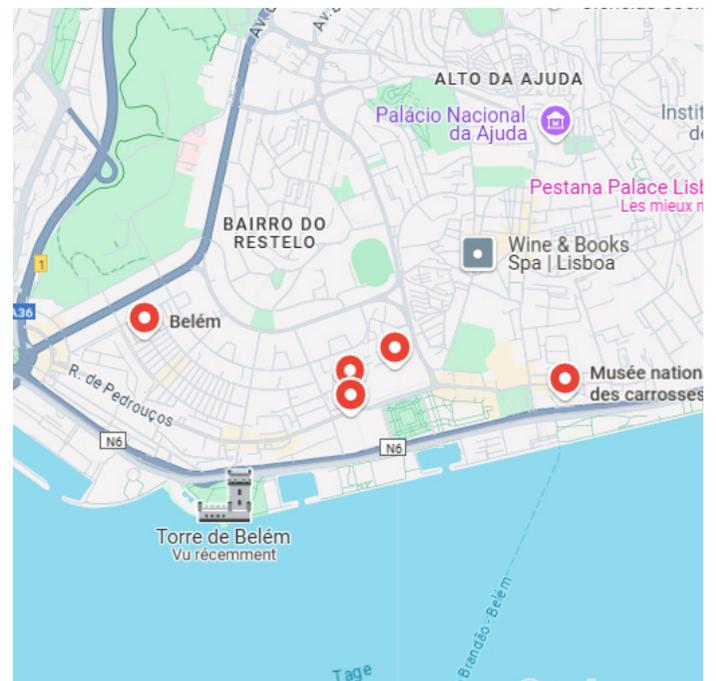
Le nouveau musée des Carrosses est également accessible à tous. Des ascenseurs et des rampes permettent d'accéder à tous les espaces d'expositions et espaces publics.

Les salles de spectacles et les auditoriums du Centre culturel de Belem ainsi que le musée Collection Berardo pour les amateurs d'art moderne sont accessibles aux personnes se déplaçant en fauteuil roulant.

Le musée de la Marine ainsi que le planétarium Calouste Gulbenkian, possèdent tous les équipements facilitant la visite aux personnes handicapées.

A Déguster

Les pastéis de nata, à la pâtisserie « Pastéis de Belém »
Possibilité de prendre une table à l'intérieur WC adaptés.



INFOS UTILES

Attention, prévoir les billets à l'avance pour les monuments de Belem. Quartier très touristique.

ACCESSIBILITE ★★★

Le quartier est plat, l'accessibilité est bonne dans ce quartier.

DUREE

Visite sur une journée pour ce quartier à combiner avec Baixa si vous ne visitez pas les monuments en ajoutant un déjeuner en ville.

LOCALISATION



BELEM

HISTOIRE ET CULTURE

Situé à l'ouest de Lisbonne, Belém est un quartier emblématique qui incarne toute la grandeur historique, culturelle et maritime du Portugal. Ce lieu pittoresque, qui borde le fleuve Tage, est une véritable porte d'entrée vers l'histoire des Grandes Découvertes et un centre vibrant de culture et de patrimoine.

Un Voyage dans l'Histoire

Belém est le berceau de l'ère des explorations portugaises et regorge de monuments historiques témoignant de l'importance de cette époque. Le Monastère des Hiéronymites (Mosteiro dos Jerónimos), classé au patrimoine mondial de l'UNESCO, est l'un des exemples les plus frappants de l'architecture manuéline. À quelques pas se trouve la célèbre Torre de Belém, une forteresse du XVI^e siècle qui servait à défendre Lisbonne et qui est aujourd'hui un symbole de la grandeur maritime du pays.

Le Monument des Découvertes

Le Padrão dos Descobrimentos, monument iconique en forme de caravelle, rend hommage aux explorateurs portugais du XV^e et XVI^e siècle, tels que Vasco de Gama. Cet immense monument offre une vue spectaculaire sur le fleuve et la ville de Lisbonne, une occasion unique de plonger dans le passé glorieux du Portugal.

Un Cadre Culturel Richissime

Belém est également un centre culturel dynamique. Le Musée Berardo, l'un des plus grands musées d'art moderne du pays, abrite des collections exceptionnelles d'œuvres d'artistes contemporains. Le Musée de la Marine (Museu de Marinha) vous plonge dans l'histoire navale du Portugal, tandis que le Musée des Carrosses (Museu Nacional dos Coches) offre un regard fascinant sur l'histoire des transports royaux.

La Gastronomie de Belém : La Célébration du Sucré

Ne quittez pas Belém sans avoir dégusté les célèbres pastéis de nata, ces petites tartes à la crème feuilletée qui sont un véritable délice. La Pastéis de Belém, la pâtisserie historique, est l'endroit incontournable pour savourer ce dessert traditionnel, réputé pour sa recette secrète.

Pourquoi Visiter Belém ?

Patrimoine historique : un voyage au cœur de l'histoire maritime du Portugal avec des sites incontournables comme la Tour de Belém et le Monastère des Hiéronymites.

Culture et art : des musées fascinants et une scène culturelle vivante.

Gastronomie : goûtez aux délices locaux avec le célèbre pastel de nata.

Cadre enchanteur : une promenade le long du Tage, entre architecture majestueuse et vues panoramiques.

Belém est un lieu de rencontre entre l'histoire, la culture et la beauté naturelle. Que vous soyez amateur d'histoire, passionné d'art ou simplement en quête de délices sucrés, ce quartier de Lisbonne vous offre une expérience inoubliable.



INFOS UTILES

Pensez à acheter vos Pasteis de Nata de Belem à emporter en souvenir de votre visite.
Café et Pasteis de nata, le classique de Lisbonne.

ACCESSIBILITE ★★★

Quartier facile à découvrir et plat.

DUREE

Prévoir une demi-journée minimum pour visiter Belem. Quartier à combiner avec Baixa

LOCALISATION



LE MONASTERE DES HIERONYMITES

Un Chef-d'Œuvre de l'Architecture Manuéline

Le Monastère des Hiéronymites (Mosteiro dos Jerónimos), inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO, est l'un des monuments les plus impressionnants de Lisbonne et un symbole de la grandeur du Portugal au XVI^e siècle. Situé dans le quartier historique de Belém, ce monastère est un chef-d'œuvre de l'architecture manuéline, un style unique qui marie des éléments gothiques, Renaissance et des influences maritimes.

Construit à la demande du roi Manuel I^{er} pour célébrer le succès des voyages d'exploration, notamment ceux de Vasco de Gama, le monastère a servi de lieu de prière pour les marins et de point de départ pour leurs expéditions. L'édifice abrite également les tombes de grandes figures de l'histoire portugaise, dont Vasco de Gama et le poète Luís de Camões.

L'intérieur du monastère est tout aussi spectaculaire que son extérieur, avec des voûtes élancées, des arches ornées et des détails sculptés qui illustrent la richesse et le prestige de l'époque. Ne manquez pas la Église de Santa Maria, où les visiteurs peuvent admirer des vitraux colorés et des chapelles majestueuses.

Aujourd'hui, le monastère abrite également le Musée d'Archéologie et le Musée National d'Art Ancien, deux institutions qui contribuent à la préservation et à la diffusion du patrimoine portugais.

Pourquoi visiter le Monastère des Hiéronymites ?

- Un chef-d'œuvre architectural : admirez la finesse du style manuéline et l'élégance de ses détails.
- Un lieu chargé d'histoire : découvrez le patrimoine maritime du Portugal et les légendes des grands explorateurs.

- Des tombes historiques : explorez les sépultures de personnalités telles que Vasco de Gama.
- Un cadre paisible : flânez dans les jardins et profitez de l'atmosphère sereine de ce site unique.

Le Monastère des Hiéronymites est un lieu incontournable pour quiconque désire plonger dans l'histoire fascinante du Portugal et découvrir l'une des plus belles réalisations architecturales du pays.



INFOS UTILES

Gratuit pour les PSH (+60%) et un accompagnant.

ACCESSIBILITE ★★★

Très bonne accessibilité. Entrée prioritaire.

HORAIRES

Mardi au Dimanche 9h30 - 17h30

LOCALISATION



MUSEE DES CAROSSES

Le Musée National des Carrosses (Museu Nacional dos Coches) est l'un des musées les plus emblématiques de Lisbonne, au Portugal. Il est réputé pour sa collection exceptionnelle de carrosses et d'autres véhicules hippomobiles, qui illustrent l'évolution des moyens de transport de l'époque royale et aristocratique.

Historique

Le musée a été fondé en 1905 par la reine Amélie d'Orléans, épouse du roi Carlos I du Portugal. L'objectif était de préserver les magnifiques carrosses utilisés par la famille royale portugaise et d'autres nobles. Initialement installé dans l'ancien manège de l'École Royale d'Équitation, il a été transféré en 2015 dans un bâtiment moderne spécialement conçu pour exposer la collection.

Collection

Le musée abrite l'une des plus importantes collections de carrosses au monde, datant du XVI^e au XIX^e siècle. Parmi les pièces remarquables, on trouve :

- Le carrosse du pape Clément XI (offert à l'ambassade portugaise en 1716).
- Le carrosse des ambassadeurs portugais utilisé lors de cérémonies diplomatiques.
- Des traîneaux, berlines et litières richement décorés.

Chaque pièce expose des détails minutieux, avec des sculptures en bois doré, des peintures allégoriques et des tissus somptueux, témoignant de l'artisanat et de l'opulence de l'époque.

Architecture et espace

Le nouveau bâtiment du musée, situé dans le quartier de Belém, se distingue par son design contemporain. Il offre de vastes espaces pour l'exposition des carrosses, des galeries interactives et des ressources éducatives. Le musée est conçu pour mettre en valeur les véhicules tout en facilitant l'accès et l'appréciation par un public diversifié.

Informations pratiques

- Lieu : Avenida da Índia, Belém, Lisbonne.
- Horaires : Ouvert tous les jours sauf le lundi.
- Accès : Facilement accessible en tram ou en bus depuis le centre de Lisbonne.

Le Musée des Carrosses est une destination incontournable pour les amateurs d'histoire, d'art et de culture, offrant un aperçu fascinant de l'élégance et de la grandeur des siècles passés.

INFOS UTILES

Entrée Gratuite pour les PSH et accompagnateurs.

ACCESSIBILITE ★★★

Musée très accessible

HORAIRES

10h-18h
sauf le lundi

LOCALISATION



MUSEE DE LA MARINE

Bleu

Le Musée de la Marine (Museu de Marinha) est l'un des musées les plus fascinants de Lisbonne, dédié à l'histoire maritime du Portugal. Il se situe dans le quartier emblématique de Belém, à proximité du Monastère des Hiéronymites, un site classé au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Historique

Fondé en 1863 par le roi Luís I, passionné de navigation, le Musée de la Marine vise à préserver et à mettre en valeur l'héritage maritime du Portugal, un pays dont l'histoire est étroitement liée aux grandes découvertes maritimes des XVe et XVIe siècles.

Collection

Le musée abrite une collection riche et variée qui retrace plusieurs siècles de l'histoire maritime portugaise. Parmi les pièces les plus remarquables, on trouve :

- Modèles de navires** des époques des grandes découvertes, représentant des caravelles, des galions et d'autres vaisseaux utilisés par les explorateurs comme Vasco de Gama et Bartolomeu Dias.
- Objets historiques tels que des instruments de navigation, des cartes maritimes anciennes, des globes et des armes.
- Uniformes et équipements navals, illustrant l'évolution de la marine portugaise.
- Bateaux authentiques, y compris la barque royale utilisée lors des cérémonies officielles.
- Une section dédiée aux sous-marins et aux navires modernes, mettant en lumière l'évolution technologique.

Architecture et espace

Le musée est divisé en deux parties principales :

1. Le bâtiment principal, où sont exposés les objets historiques, les maquettes et les artefacts liés à la navigation.
2. Le pavillon des navires, situé à proximité, qui présente des

embarcations grandeur nature, dont des bateaux royaux et des hydravions.

Points forts

- Les Grandes Découvertes : Une section complète est consacrée à cette période clé de l'histoire portugaise, avec des récits et des artefacts des explorations vers l'Afrique, l'Asie et l'Amérique.
- La barque royale : Une pièce spectaculaire, ornée de détails en or, qui illustre le faste des cérémonies royales.

Informations pratiques

- Adresse : Praça do Império, Belém, Lisbonne.
- Horaires : Ouvert tous les jours sauf le lundi.
- Accès : Accessible en tram, bus ou train depuis le centre de Lisbonne.
- Prix : Tarifs abordables, avec des réductions pour les familles, les étudiants et les seniors.

Le Musée de la Marine est un lieu incontournable pour les passionnés d'histoire et de navigation, offrant un voyage captivant à travers l'âge d'or de l'exploration portugaise et au-delà.

TARIFS ★★

Inclus dans la visite Quartier Baixa.
Visite libre possible.

ACCESSIBILITE ★★★

Accessible en fauteuil électrique
Toilettes adaptés sur place

HORAIRES

Ouvert tous les jours
9h - 18h (variables selon la saison)

LOCALISATION



MUSEE BERARDO

Le Musée Berardo (ou Musée de la Collection Berardo), situé dans le quartier de Belém à Lisbonne, est un lieu incontournable pour les amateurs d'art moderne et contemporain. Il abrite la collection privée de José Berardo, un entrepreneur et collectionneur d'art portugais.

Ce musée est l'un des principaux centres d'art contemporain au Portugal et une référence mondiale dans ce domaine.

Historique

Inauguré en 2007 dans le Centre culturel de Belém (CCB), le musée est né de la volonté de José Berardo de rendre sa collection accessible au public. La collection couvre les principales tendances artistiques du XXe et XXIe siècles, rassemblant des œuvres majeures d'artistes internationaux.

La collection

La Collection Berardo comprend environ 900 œuvres, illustrant un large éventail de mouvements artistiques, tels que :

- Surréalisme : Œuvres de Salvador Dalí, Max Ernst et René Magritte.
- Cubisme : Pièces de Pablo Picasso et Georges Braque.
- Pop art : Travaux d'Andy Warhol, Roy Lichtenstein et Jasper Johns.
- Abstraction géométrique : Œuvres de Piet Mondrian et Kazimir Malevitch.
- Expressionnisme abstrait : Peintures de Jackson Pollock et Mark Rothko.
- Art minimaliste et conceptuel : Avec Donald Judd, Sol LeWitt, et d'autres.
- Art contemporain : Installations et œuvres de Damien Hirst, Cindy Sherman, et Jeff Koons.

La diversité de la collection permet de retracer l'évolution de l'art moderne et contemporain à travers différentes époques et styles.

Expositions

- Expositions permanentes : Une sélection des œuvres les plus emblématiques est présentée en permanence.
- Expositions temporaires : Le musée accueille régulièrement des expositions d'artistes contemporains ou des thématiques spécifiques.

Architecture

Le musée est intégré au Centre culturel de Belém, un bâtiment emblématique de style moderne conçu par les architectes Vittorio Gregotti et Manuel Salgado. Les espaces lumineux et épurés mettent en valeur les œuvres dans un cadre élégant et accessible.

Informations pratiques

Adresse : Praça do Império, Belém, Lisbonne.

Horaires : Ouvert tous les jours, sauf certains jours fériés.

Entrée : Gratuit pour les collections permanentes ; tarif variable pour les expositions temporaires.

Accès :

- Tram : Ligne 15E, arrêt "Centro Cultural de Belém".
- Bus : Plusieurs lignes desservent la zone.
- Train : Gare de Belém (ligne Cascais).

Pourquoi visiter ?

Le Musée Berardo est un lieu idéal pour explorer l'art moderne et contemporain dans un cadre inspirant. Sa collection de renommée mondiale et son emplacement, au cœur du quartier historique de Belém, en font une destination incontournable pour les amateurs d'art et les curieux. Vous pouvez également profiter des autres attractions de Belém, comme la Tour de Belém, le Monastère des Hiéronymites et le célèbre Pastéis de Belém !

INFOS UTILES

Le musée incontournable des amateurs d'art contemporain.

Billets 12€

-50% Personne handicapée et gratuité accompagnant.

ACCESSIBILITE ★★★

Visite facile en fauteuil roulant

HORAIRES

Mardi au Dimanche
10h - 18h30

LOCALISATION



LE PARQUE DAS NAÇÕES

Le Parque das Nações (Parc des Nations) est un quartier moderne et dynamique de Lisbonne, situé au bord du fleuve Tage. Créé à l'occasion de l'Exposition Universelle de 1998 (Expo 98), il est aujourd'hui l'un des principaux pôles culturels, commerciaux et de loisirs de la capitale portugaise.

Histoire et transformation

Avant l'Expo 98, le site était une zone industrielle en déclin. Grâce à un ambitieux projet de réhabilitation urbaine, il a été transformé en un espace contemporain, symbolisant l'innovation et l'ouverture sur le monde. L'exposition avait pour thème "Les océans, un patrimoine pour le futur", et cet esprit reste visible dans le design et les attractions du quartier.

Attractions principales

Oceanário de Lisboa

- L'un des plus grands aquariums d'Europe, il abrite une immense diversité d'espèces marines. L'aquarium principal offre une vue panoramique sur les écosystèmes marins du monde entier.

Pavilhão do Conhecimento

Un musée interactif des sciences et de la technologie, idéal pour les familles et les passionnés de découverte.

Téléphérique (Teleférico do Parque das Nações)

Une balade aérienne offrant une vue spectaculaire sur le quartier, le Tage et le pont Vasco da Gama.

Pont Vasco da Gama

Ce pont majestueux, long de 17 km, est le plus long d'Europe et relie Lisbonne à la région de Setúbal.

Altice Arena

Une salle polyvalente pour des concerts, des événements sportifs et des spectacles internationaux.

Jardins et espaces verts

Le parc propose des zones de détente comme le Jardin Garcia de Orta, inspiré des explorations portugaises, et des promenades le long de la rivière.

Casino Lisboa

Un casino moderne avec des jeux, des spectacles et des restaurants.

Gare do Oriente

Conçue par l'architecte Santiago Calatrava, cette gare est un chef-d'œuvre d'architecture contemporaine.

Activités et loisirs

- Promenades le long des quais du Tage.
- Shopping au Vasco da Gama Shopping Center, un centre commercial qui propose une large gamme de boutiques et de restaurants.
- Sports nautiques et activités de plein air.
- Restaurants offrant une vue sur le fleuve, où déguster des spécialités portugaises et des plats internationaux.

Architecture moderne

Le Parque das Nações est célèbre pour son architecture futuriste, caractérisée par des bâtiments aux lignes épurées, des sculptures publiques et des espaces vastes et lumineux.

Ambiance et expérience

Le Parque das Nações est une destination incontournable pour ceux qui souhaitent découvrir une facette moderne de Lisbonne. Avec son mélange de culture, de loisirs et de nature, il attire aussi bien les locaux que les visiteurs internationaux.

INFOS UTILES

Inclus dans la visite Quartier Oriente.
Visite libre possible.

ACCESSIBILITE ★★★

Totalement accessible. Toilettes adaptés disponibles

DUREE

La visite du quartier se fait sur une journée avec déjeuner sur place. Shopping possible au Mall.

LOCALISATION



LA PLACE DU COMMERCE

Le Cœur Historique de Lisbonne

La Place du Commerce (Praça do Comércio), également connue sous le nom de Terreiro do Paço, est l'une des places les plus impressionnantes et emblématiques de Lisbonne. Située en bordure du fleuve Tage, cette vaste place a longtemps été le centre névralgique de la capitale portugaise et un témoin majeur de son histoire.

Un Site Historique et Monumental

La place a été rénovée après le tremblement de terre dévastateur de 1755, qui détruisit une grande partie du centre-ville. Sous la direction de l'architecte Marquês de Pombal, la place a été réaménagée dans un style classique, avec ses arcades élégantes et ses bâtiments imposants. L'Arc de Triomphe de la Rua Augusta, qui se dresse fièrement à l'une de ses entrées, est un symbole de la grandeur de la ville, offrant une vue magnifique sur la rue commerçante piétonne qui mène à elle.

Un Lieu de Rencontre et de Culture

Autrefois lieu de réception des souverains et des dignitaires, la Place du Commerce est aujourd'hui un centre vivant où les habitants et les visiteurs se retrouvent. La place est entourée de bâtiments majestueux, dont de nombreuses institutions publiques et restaurants offrant une vue splendide sur le Tage.

L'un des points forts de la place est l'édifice du Terreiro do Paço, ancien palais royal, aujourd'hui remplacé par plusieurs ministères et bâtiments administratifs. Vous

pourrez également découvrir des expositions en plein air et des événements culturels, qui se tiennent régulièrement sur la place, animant ce lieu emblématique.

Un Panorama Époustouffant

Depuis la place, on peut admirer la beauté du fleuve Tage, ses bateaux et ses quais. Le cadre est idéal pour une promenade, où les visiteurs peuvent profiter de l'ambiance cosmopolite de la ville tout en contemplant les vues spectaculaires.

Pourquoi Visiter la Place du Commerce ?

Histoire et patrimoine : explorez un lieu qui a joué un rôle central dans l'histoire de Lisbonne, notamment après le tremblement de terre de 1755.

Architecture monumentale : admirez les bâtiments imposants et l'élégant Arc de Triomphe de la Rua Augusta.

Vue panoramique : profitez d'une vue imprenable sur le fleuve Tage et le centre-ville historique de Lisbonne.

Lieu de vie animé : découvrez un centre vibrant où se mêlent culture, gastronomie et événements en plein air.

La Place du Commerce est le point de départ idéal pour découvrir Lisbonne, un lieu d'histoire, de culture et de beauté, où l'âme de la ville se dévoile au fil du temps.

INFOS UTILES

Place la plus animée de Lisbonne. Véritable cœur de la ville, c'est le point de départ ou d'arrivée idéale de la visite du quartier Baixa.

ACCESSIBILITE ★★

Bonne accessibilité.

DUREE

Prévoir une visite d'une journée pour découvrir le quartier Baixa selon votre rythme.

LOCALISATION



SANTA JUSTA UN VOYAGE AU COEUR DE LISBONNE

L'Ascenseur de Santa Justa : Un Voyage au Cœur de Lisbonne

L'Ascenseur de Santa Justa, ou Elevador de Santa Justa, est l'un des monuments les plus emblématiques de Lisbonne, offrant une vue imprenable sur la ville et un aperçu de son histoire. Inauguré en 1902, cet ascenseur métallique de style néogothique a été conçu par l'architecte Raoul Mesnier du Ponsard, un élève de Gustave Eiffel, et relie le quartier de Baixa au Carmo.

Ce majestueux ascenseur de 45 mètres de haut est bien plus qu'un simple moyen de transport : c'est un véritable point de repère touristique. De la plateforme panoramique située au sommet, vous profiterez d'une vue spectaculaire sur les toits de Lisbonne, le fleuve Tage et les collines environnantes, notamment le Château de São Jorge.

Outre sa fonction pratique, l'ascenseur de Santa Justa est un chef-d'œuvre architectural qui combine ingénierie, esthétisme et innovation, et qui fait partie intégrante du patrimoine lisboète. Un incontournable pour tous ceux qui souhaitent découvrir Lisbonne sous un angle unique !



INFOS UTILES

Situé en plein du centre historique de Lisbonne. C'est un lieu à voir absolument.

ACCESSIBILITE ★★

L'ascenseur de Santa Justa est accessible en fauteuil roulant mais pas d'accès à la terrasse.

HORAIRES

10h - 18h

LOCALISATION



CHATEAU SAINT GEORGE

La Forteresse Historique de Lisbonne

Le Château Saint-Georges (Castelo de São Jorge) est l'un des sites les plus emblématiques de Lisbonne, offrant une vue imprenable sur la ville, le fleuve Tage et les collines environnantes. Perché au sommet de la colline de Alfama, ce château médiéval est un lieu de défense stratégique qui a traversé des siècles d'histoire et qui incarne la richesse du patrimoine historique de la capitale portugaise.

Un Voyage à Travers l'Histoire

Le château a été construit à l'origine par les Maures au XI^e siècle, avant d'être conquis par le roi Alfonso I en 1147. Il a ensuite été transformé en résidence royale, avant de devenir une forteresse militaire. Aujourd'hui, il est un site touristique incontournable qui permet de revivre l'histoire de Lisbonne à travers ses remparts, ses tours et ses jardins.

La Vue Panoramique

Une des principales attractions du Château Saint-Georges est sa vue spectaculaire sur Lisbonne. Depuis les remparts et les terrasses du château, vous pourrez admirer les toits de la vieille ville, les quartiers historiques, le fleuve Tage, ainsi que l'arc majestueux du Pont 25 Avril.

Les Découvertes Archéologiques

Le site abrite également un musée en plein air où les visiteurs peuvent découvrir des restes archéologiques datant de l'époque romaine, maure et médiévale. Des fouilles récentes ont permis de mettre au jour des objets

et des structures qui racontent l'évolution du château au fil des siècles.

Un Lieu de Détente et de Découverte

Le château est également un endroit agréable pour se promener. Vous pourrez flâner dans ses jardins ombragés, découvrir ses sentiers sinueux et explorer ses tours fortifiées. Les enfants apprécieront la salle des armures, et les amateurs d'histoire se perdront avec plaisir dans les expositions qui retracent les grands moments de l'histoire de Lisbonne.

Pourquoi Visiter le Château Saint-Georges ?

Histoire et patrimoine : plongez dans le passé de Lisbonne et découvrez son évolution au fil des siècles.

Vue imprenable : profitez d'une vue panoramique exceptionnelle sur la ville et le fleuve Tage.

Archéologie et musées : explorez les vestiges antiques et médiévaux dans le cadre d'un musée en plein air.

Ambiance médiévale : déambulez dans une forteresse au cœur de l'Alfama, quartier historique de Lisbonne.

Le Château Saint-Georges est l'une des expériences les plus authentiques et enrichissantes que Lisbonne ait à offrir, un parfait mélange d'histoire, de culture et de beauté naturelle.

INFOS UTILES

Le chateau est situé sur une coline, commencez par le chateau votre visite du quartier Baixa sera plus facile. Billets : 12,50 PSH / ACC: Gratuit

ACCESSIBILITE ★

Itinéraire de visite accessible disponible avec quelques difficultés tout de même. Carte de l'accessibilité disponible.

HORAIRES

Ouvert tous les jours
9h - 21h sauf Nov - Fev 18h,

LOCALISATION



PRAÇA DO ROSSIO

La Praça do Rossio, officiellement appelée Praça Dom Pedro IV, est l'une des places les plus emblématiques et animées de Lisbonne. Située en plein cœur de la ville, dans le quartier de la Baixa, elle est depuis des siècles un lieu de rencontre, de commerce et d'activité sociale.

Histoire

- La Praça do Rossio a été un centre névralgique de Lisbonne depuis le Moyen Âge.
- Après le tremblement de terre de 1755, elle a été reconstruite dans le style pombalin, caractérisé par des bâtiments aux lignes épurées et une structure antisismique innovante.
- Elle a été rebaptisée Praça Dom Pedro IV au XIXe siècle, en l'honneur de Dom Pedro IV, roi du Portugal et empereur du Brésil. Une statue de Dom Pedro IV trône au centre de la place.

Architecture et caractéristiques

Pavés portugais (calçada portuguesa)

Le sol de la place est orné de motifs en vagues noirs et blancs, créés avec des pavés traditionnels portugais, symbolisant la proximité de Lisbonne avec la mer.

Statue de Dom Pedro IV

Au centre de la place se dresse une colonne imposante surmontée de la statue de Dom Pedro IV, entourée de fontaines décoratives.

Théâtre National Dona Maria II

Situé à l'extrémité nord de la place, ce théâtre néoclassique est l'un des plus importants du pays. Il a été construit en 1846 et est reconnaissable à sa façade ornée de colonnes corinthiennes.

Fontaines baroques

Deux fontaines symétriques ornent la place, offrant un cadre pittoresque pour les visiteurs et les habitants.

Bâtiments historiques

Les immeubles entourant la place abritent des cafés, des boutiques et des hôtels, certains datant de plusieurs siècles.

Vie et ambiance

- La Praça do Rossio est un lieu de passage incontournable, reliant plusieurs quartiers de Lisbonne, comme la Baixa, le Chiado, et l'Avenida da Liberdade.

- Elle est toujours animée, avec des artistes de rue, des marchés temporaires, et des terrasses de cafés comme le célèbre Café Nicola, un lieu historique fréquenté par des écrivains et des intellectuels.

Attractions à proximité

Elevador de Santa Justa

Un ascenseur emblématique qui relie la Baixa au quartier du Chiado, offrant une vue spectaculaire sur la place et ses environs.

Rua Augusta

Une rue piétonne bordée de boutiques et de restaurants, menant à l'Arco da Rua Augusta et à la Praça do Comércio.

Station ferroviaire Rossio

Un bâtiment néo-manuelin avec une façade ornée qui dessert des destinations comme Sintra.

Igreja de São Domingos

Une église historique avec un intérieur marqué par les traces du tremblement de terre et de l'incendie qu'elle a subis.

Pourquoi visiter ?

La Praça do Rossio est un mélange parfait d'histoire, d'architecture et de vie moderne. C'est un point de départ idéal pour explorer Lisbonne et s'imprégner de l'atmosphère vibrante de la ville. Que ce soit pour admirer son architecture, s'asseoir à une terrasse de café ou simplement ressentir l'énergie de Lisbonne, la place est un incontournable.

INFOS UTILES

Inclus dans la visite Quartier Baixa.
Visite libre possible.

ACCESSIBILITE ★★★

Place accessible en fauteuil roulant.

DUREE

Place animée, à visiter en journée ou en soirée,
prévoir 1h à combiner avec les autres places du quartier Baixa

LOCALISATION



PRAÇA DO RESTAURADORES

La Praça dos Restauradores est l'une des places les plus emblématiques de Lisbonne, située entre la majestueuse Avenida da Liberdade et la dynamique Praça do Rossio. Elle est un hommage à la restauration de l'indépendance du Portugal en 1640, marquant la fin de la domination espagnole sous l'Union ibérique (1580-1640).

Caractéristiques principales

Monument des Restauradores

Au centre de la place se dresse un imposant obélisque, inauguré en 1886. Ce monument célèbre la restauration de l'indépendance portugaise.

- La base est ornée de bas-reliefs illustrant des scènes des luttes pour l'indépendance.
- Deux figures allégoriques symbolisent la Victoire et la Liberté, soulignant l'importance de cet événement historique.

Palácio Foz

Situé sur le côté ouest de la place, ce somptueux palais baroque abrite aujourd'hui des bureaux culturels et touristiques, ainsi que des espaces pour des événements.

Éden Teatro

Un exemple spectaculaire de l'architecture Art déco, cet ancien théâtre a été transformé en un hôtel moderne. Sa façade reste un point fort pour les amateurs d'architecture.

Elevador da Glória

Ce célèbre funiculaire relie la Praça dos Restauradores au quartier du Bairro Alto, offrant une montée pittoresque et une vue magnifique depuis le Miradouro de São Pedro de Alcântara, un belvédère incontournable.

Gare de Rossio

À quelques pas de la place, cette gare au style néo-manuelin est un chef-d'œuvre architectural qui dessert notamment la ville de Sintra.

Ambiance et activités

- Point de départ : La Praça dos Restauradores est une porte d'entrée vers des promenades sur l'élégante Avenida da Liberdade, connue pour ses boutiques de luxe, ses hôtels prestigieux et ses terrasses ombragées.
- Restaurants et cafés : La place et ses environs proposent de nombreuses options pour déguster des plats locaux ou siroter un café en observant l'agitation urbaine.
- Art urbain et culture : Les visiteurs pourront apprécier les sculptures et les bâtiments historiques, ainsi que l'atmosphère vibrante du centre-ville.

Pourquoi visiter ?

La Praça dos Restauradores est bien plus qu'une simple place. Elle représente une page importante de l'histoire du Portugal tout en offrant un mélange d'architecture, de culture et d'activités modernes. Sa localisation centrale en fait un point de départ idéal pour explorer Lisbonne et ses trésors environnants.

TARIFS ★★★

Inclus dans la visite Quartier Baixa.
Visite libre possible.

ACCESSIBILITE ★★★

Circulation facile. Pas de toilettes adaptés

HORAIRES

Prévoir une journée pour visiter le quartier Baixa.
Cette place se combine avec les autres places du quartier.

LOCALISATION





Le Time Out Market Lisboa est une destination incontournable pour les amateurs de gastronomie et de culture, située dans le bâtiment historique du Mercado da Ribeira, à Lisbonne. Inauguré en 2014 par le magazine Time Out, ce marché offre une expérience unique, où se mêlent traditions culinaires portugaises et innovations modernes.

Localisation et cadre

Adresse : Mercado da Ribeira, Avenida 24 de Julho, 1200479 Lisbonne, Portugal.

Situé en plein cœur de la ville, à proximité du quartier branché de Cais do Sodré. Vous pourrez rejoindre facilement le marché après une visite de la place du Commerce en longeant le Tage.

Facilement accessible à pied, en transports en commun (train, tramway ou métro), ou en voiture.

Concept unique

Le Time Out Market repose sur une idée simple : réunir les meilleurs restaurants, chefs, bars et boutiques de Lisbonne sous un même toit.

Il s'agit du premier marché gastronomique conçu par un magazine, mettant en avant des critiques expertes et des sélections rigoureuses.

Le slogan du marché est évocateur : "If it's good, it goes in the magazine; if it's great, it goes in the market."

Offre culinaire

Restaurants : Plus de 40 espaces de restauration proposant une variété de cuisines, allant des plats portugais traditionnels (comme les pastéis de nata ou le bacalhau) aux saveurs internationales.

Chefs renommés : Plusieurs stands sont dirigés par des chefs étoilés, tels que Henrique Sá Pessoa et Marlene Vieira.

Bars et cafés : Une sélection de bars offrant des cocktails, des vins portugais, des bières artisanales et du café de qualité.

Ambiance et activités

Design intérieur : Une ambiance moderne et animée, avec de grandes tables communes favorisant la convivialité.

Événements culturels : Concerts live, expositions artistiques et ateliers culinaires sont régulièrement organisés.

Shopping : Une sélection de boutiques vendant des produits locaux, des livres et des souvenirs.

Informations pratiques

Horaires :

Dimanche à mercredi : 10h00 – 23h00.

Jeudi à samedi : 10h00 – minuit.

Prix : Les plats sont variés et adaptés à tous les budgets, bien qu'un peu plus élevés que dans un marché traditionnel.

Pourquoi visiter ?

Le Time Out Market Lisboa est bien plus qu'un marché ; c'est une vitrine de la gastronomie portugaise et un lieu de rencontre pour les locaux et les touristes. Que vous soyez gourmet, curieux ou amateur d'art, ce lieu offre une expérience mémorable dans un cadre vibrant et chaleureux.

Souhaitez-vous des recommandations sur les stands ou les plats à ne pas manquer ?

On adore les restaurants de fruits de mer !

INFOS UTILES

Très touristique, ambiance très sympa, un lieu incontournable de Lisbonne.

ACCESSIBILITE ★★★

Très accessible et facile, toilette accessible disponible sur place.

HORAIRES

Dimanche à mercredi : 10h à 23h
Jeudi à samedi : 10h à minuit.

LOCALISATION





LE MEILLEUR DU FOOTBALL PORTUGAIS

Lisbonne est une ville de football, chaque semaine la ville vibre au rythme de ses équipes de football professionnelles.

Le Benfica Lisbonne et le Sporting Lisbonne sont les deux plus grands clubs du pays avec le FC Porto, chaque saison les équipes participent à la Coupe d'Europe que cela soit en Champions League ou en Europa League.

Les amateurs de football pourront donc goûter à l'ambiance unique du football portugais dans deux merveilleux stades à Lisbonne à l'occasion de la Primeira Liga ou de la Coupe d'Europe.

Les stades sont parfaitement accessibles et l'ambiance est incroyable avec des stades complets la plupart du temps. Les portugais adorent le football et ils supportent leurs équipes avec passion.

Situés en plein coeur de la ville, les deux stades du Sporting et du Benfica sont étrangement proche à quelques minutes l'un de l'autre, chacun à Lisbonne aura sa préférence et son équipe de coeur, mais l'expérience vaut assurément le détour pour les amateurs de football.



INFOS UTILES

Match de Championnat le week-end. Coupe d'Europe en semaine.

ACCESSIBILITE ★★★

Les stades sont très accessibles et disposent de places fauteuil et accompagnateur.

DUREE

Attention, circulation dense les soirs de match. Prévoir 4h pour cette sortie.

LOCALISATION





SANTUARIO DE CRISTO REI

Le Sanctuaire de Cristo Rei (ou Santuário de Cristo Rei) est l'un des monuments les plus emblématiques du Portugal, situé à Almada, sur la rive sud du Tage, en face de Lisbonne. Inspirée du Christ Rédempteur de Rio de Janeiro, cette statue imposante est un symbole de foi, de gratitude et de paix pour le peuple portugais.

Histoire et signification

L'idée de construire le sanctuaire est née en 1934, lors d'une visite du Cardinal Patriarche de Lisbonne à Rio de Janeiro. L'inspiration vient de la statue du Christ Rédempteur du Brésil.

En 1940, le Portugal, épargné par les ravages de la Seconde Guerre mondiale, décide de construire le monument en signe de gratitude. Inauguration : La construction a débuté en 1949 et le monument a été inauguré le 17 mai 1959.

Architecture et dimensions

Statue : La statue du Christ mesure 28 mètres de haut et représente Jésus-Christ les bras ouverts, bénissant la ville de Lisbonne et le Portugal.

Piédestal : Le socle mesure 75 mètres, portant la hauteur totale à 113 mètres.

Matériaux : La statue est en béton armé, et sa simplicité reflète un style moderniste.

Vue panoramique

Le Sanctuaire offre l'une des meilleures vues panoramiques sur Lisbonne, le fleuve Tage et le pont du 25 Avril.

Un ascenseur permet de monter au sommet du piédestal, où une terrasse offre une vue spectaculaire.

C'est un lieu populaire pour admirer le coucher de soleil et capturer des photos mémorables.

Signification religieuse

Le Sanctuaire est un lieu de pèlerinage catholique, accueillant des fidèles de tout le pays et du monde entier.

Une chapelle se trouve à la base de la statue, offrant un espace de recueillement et de prière.

Accès et informations pratiques

Localisation : Almada, à environ 10 km du centre de Lisbonne.

Comment y accéder :

En ferry depuis Lisbonne jusqu'à Cacilhas, puis un bus ou une marche jusqu'au sanctuaire.

En voiture, via le pont du 25 Avril.

Tarifs : L'accès à la terrasse panoramique est payant, mais l'entrée aux espaces extérieurs est gratuite.

Pourquoi visiter ?

Symbolisme : Le Cristo Rei est un symbole de foi et de paix.

Vue imprenable : Une perspective unique sur Lisbonne et ses environs.

Architecture et histoire : Un monument majestueux chargé de signification historique et religieuse.

INFOS UTILES

Billetterie sur place pour monter sur le monument.
Gratuité pour les personnes handicapées.
3€ pour les moins de 12ans
8€ tarifs standards

ACCESSIBILITE ★★★

Accès partiel au monument.
L'accès à la Chapelle et la terrasse se fait par un escalier.

HORAIRES

Tous les jours de 10h à 18h

LOCALISATION



LES PLAGES ACCESSIBLES

Cascais

Au sud de Sintra, sur, cette plage a la particularité d'être accessible en voiture.

Elle possède un parking doté d'une place handicapée juste à côté, et un tapis sur le sable pour permettre l'accès en fauteuil roulant. Le seul inconvénient est que ce dernier ne va pas jusqu'à la mer, ce qui est dommage. Elle offre un très beau point de vue sur l'océan avec des falaises de part et d'autre de Sintra. Les Praia de Adraga et Praia das Maças les 2 plages sont équipées de chaise de mise à l'eau.

Ericeira

Les Praia da Foz do Lizandro, Praia de São Lourenço, Praia da Ribeira d'Ilhas et Praia Porto de Calada, ces 4 plages ont une chaise amphibie à disposition.

Quels sont les aménagements :

La plage dispose d'un accès piéton facile, un parking comprenant des places réservées et situé à proximité de l'accès à la plage.

Des passerelles disposées sur le sable doivent mener directement à la zone de bronzage, aux installations sanitaires adaptés et à un poste de premier secours. Présence d'un maître nageur obligatoire.



INFOS UTILES

Praia das Maças est située à 7 minutes de Handioasis et dispose d'un tiralo.

ACCESSIBILITE ★★★

Plages accessibles avec tiralo.

TARIFS

Navette gratuite pour la plage de Praia das Maças.

LOCALISATION



MATERIEL MEDICAL

Handioasis met gratuitement à votre disposition un ensemble de matériel médical. Dès votre arrivée à la maison d'hôtes vous pourrez disposer de notre gamme de matériel comme vous le souhaitez afin que votre séjour se passe dans les meilleures conditions. Nous veillons à ce que le matériel soit entretenu régulièrement et avec soin.



Lève-personne



Lit médicalisé



Chaise de douche



Fauteuil de douche



Verticalisateur



Fauteuil roulant



Cannes



Déambulateur



Handimove



TARIFS SERVICES HANDIOASIS

SERVICES	DESCRIPTION	PRIX
TIERCE PERSONNE «AIDE A LA VIE»	HEURE DE JOUR (1h minimum par acte)	25€/h
TIERCE PERSONNE «AIDE A LA VIE» APRES 20H	HEURE DE NUIT (1h minimum par acte)	35€/h
TIERCE PERSONNE ACCOMPAGNEMENT	FACTURE A L'HEURE EN JOURNEE	25€/h
SOINS INFIRMIER	SELON L'ACTE	SUR DEMANDE
TARIFS TRANSPORT ADAPTE	DESCRIPTION	PRIX
VISITE DE LISBONNE	NAVETTE ALLER/RETOUR	Base 1-2 pers. : 75€/pers. Base 3-4 pers. : 65€/pers. Base 5-6 pers. : 60€/pers.
VISITE DE CASCAIS, ESTORIL	NAVETTE ALLER/RETOUR	Base 1-2 pers. : 30€/pers. Base 3-4 pers. : 25€/pers. Base 5-6 pers. : 20€/pers.
VISITE DE SINTRA ET ALENTOURS	FORFAIT JOURNEE	Base 1-2 pers. : 75/pers. Base 3-4 pers. : 60€/pers. Base 5-6 pers. : 55€/pers.
TRANSPORT ADAPTE "DEMI-JOURNEE"	FORFAIT 4H	300€
TRANSPORT ADAPTE "JOURNEE"	FORFAIT 8H	600€

TIERCE PERSONNE "AIDÉ A LA VIE"

Un infirmier diplômé local peut être présent pour vos soins et/ou vous accompagner dans vos actes de la vie quotidienne.

TIERCE PERSONNE ACCOMPAGNEMENT

Nos accompagnatrices qualifiées vous guideront et vous permettront de vous balader en toute sérénité lors de vos sorties.



COMMENT ORGANISER SON SEJOUR ...

Afin de vous aider à organiser votre séjour à Handioasis Portugal tout en profitant de la destination, l'équipe YOOLA a imaginé pour vous plusieurs exemples de programmes pour un séjour de 7 nuits ou plus à Handioasis Portugal.

JOURS	TYPE	DESCRIPTION
JOUR 1	ARRIVEE (CHECK-IN)	VOYAGE VERS LISBONNE INSTALLATION EN CHAMBRE
JOUR 2	VISITE	9H30 - 13H AUTOUR DE LISBONNE CHATEAUX DE SINTRA APRES-MIDI : PISCINE TRANSAT APERO
JOUR 3	VISITE	9H - 18H AU COEUR DE LISBONNE HISTORIQUE QUARTIER BAIXA DEJEUNER EN VILLE
JOUR 4	VISITE	MATINEE OFF APRES-MIDI : PLAGES DE CASCAIS
JOUR 5	VISITE	MATINEE : BELEM (Lisbonne) APRES-MIDI : CROISIERE SUR LE TAGE
JOUR 6	VISITE	MATINEE : CASCAIS APRES MIDI : ESTORIL
JOUR 7	VISITE	MATINEE : OFF APRES-MIDI : ORIENTE
JOUR 8	VISITE	CHECK OUT ou PLAGE DE SINTRA
JOUR 9	VISITE	MATINEE : REPOS & PISCINE SOIREE : MATCH DE FOOTBALL A LISBONNE
JOUR 10	VISITE	CHECK-OUT

Nous pouvons vous proposer un programme sur 7 jours, 10 Jours ou 15 Jours selon votre rythme et votre budget. Les excursions sont proposées en regroupant les voyageurs afin de mutualiser le cout du transport. Un Kangoo est également disponible à la location avec un minimum de 3 jours de location.



PLUS QU'UN SÉJOUR ...

Handioasis est une maison d'hôtes différente, placée sous le signe de la bienveillance et qui vous propose des services adaptés. Nous vous proposons du matériel médical gratuitement pour rendre votre séjour confortable et agréable. Pas besoin d'ordonnance pour trouver un lit médicalisé ou un verticalisateur à votre arrivée. Nous disposons d'un panel d'équipement pour votre confort au quotidien, de plus nous disposons d'un véhicule adapté pour vous accueillir à l'aéroport.



*Voir le monde de ses yeux est mille fois mieux
que n'importe quel rêve.*

~ Ray Bradbury ~



RENSEIGNEMENTS & RÉSERVATIONS

☎ 01 83 64 70 06

contact@handioasis-portugal.com

www.handioasis-portugal.com



REJOIGNEZ-NOUS SUR NOTRE PAGE OFFICIELLE @HANDIOASISPORTUGAL

YOOLA

DES VOYAGES ET DES ÉVÉNEMENTS ACCESSIBLES À TOUS !

