

feel

VILA GALÉ MAGAZINE Nº43

— feelfree —

Este é o Vila Galé Douro Vineyards. O resto é paisagem

This is Vila Galé Douro Vineyards. Different from everything else

— feelit —

MICHEL TELÓ

Autor do êxito “Ai se eu te pegu” revela os seus próximos projetos

who wrote the hit “Ai se eu te pegu” reveals his next projects

— feeltrendy —

OS MELHORES MIRADOUROS PARA... (AD)MIRAR O DOURO

The best viewpoints to view and admire the Douro

— feelzen —

SAIBA MAIS SOBRE A MEDICINA TRADICIONAL CHINESA

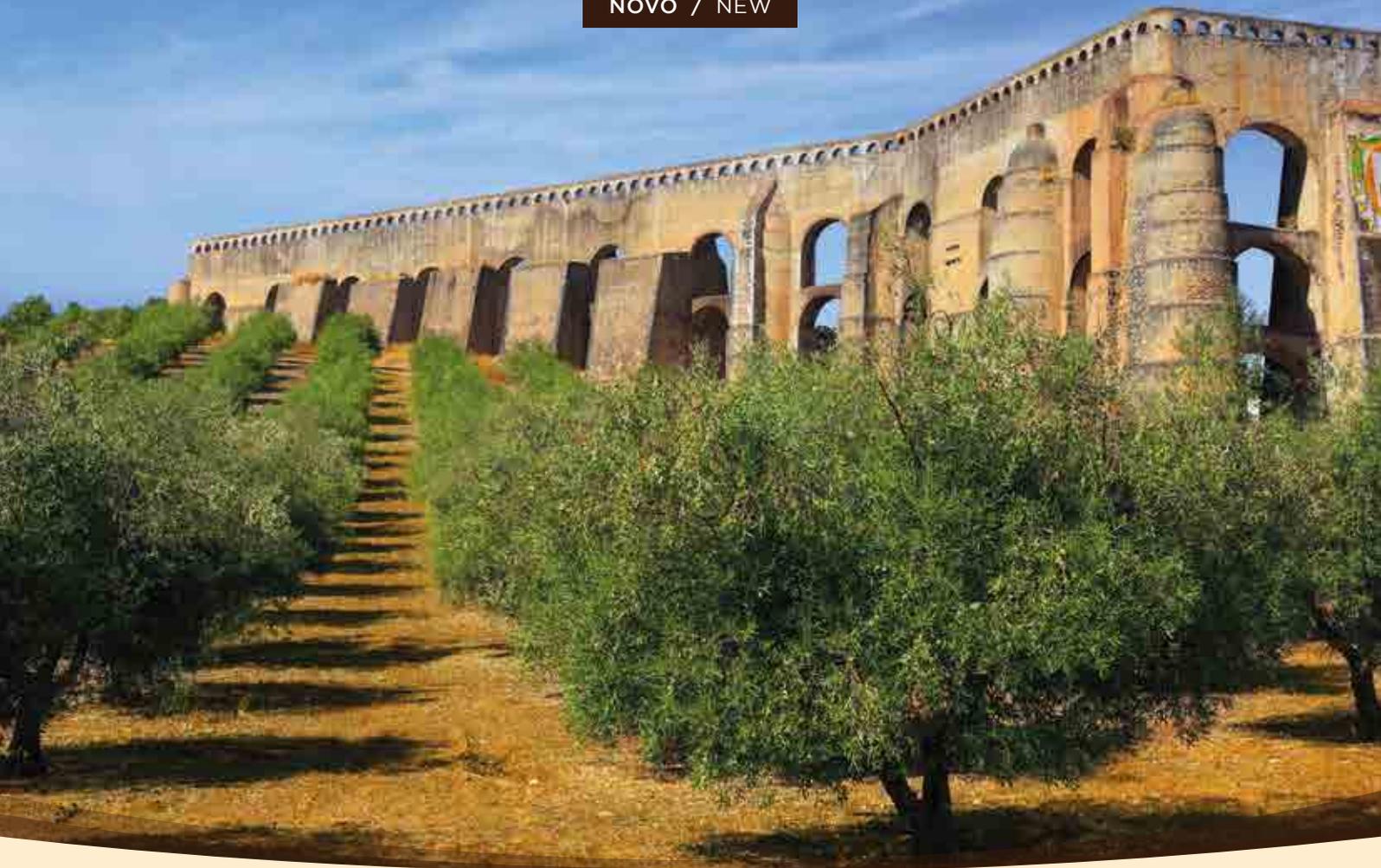
Learn more about traditional Chinese medicine





VILA GALÉ COLLECTION ELVAS

NOVO / NEW



RESERVE JÁ BOOK NOW

Em pleno centro histórico desta cidade alentejana, classificado pela UNESCO como património mundial, esta unidade hoteleira tem como tema as fortificações portuguesas.

Located in the historic heart of this Alentejo city acknowledged as World Heritage by UNESCO, this hotel unit will be themed after the Portuguese fortifications.



GONÇALO REBELO DE ALMEIDA

Administrador
Board Member

P Nesta edição, damos-lhe a conhecer os segredos e os melhores locais para descobrir o Douro, região onde fica uma das mais recentes unidades do grupo Vila Galé: o Vila Galé Douro Vineyards, em Armamar. Aberto desde abril, trata-se de um agroturismo que acompanha as encostas da centenária Quinta do Val Moreira, e que por isso mesmo tem uma forte ligação ao vinho e à história do Douro vinhaiteiro. Quisemos fazer jus à tradição. Aproveitando as vinhas já existentes, lançámo-nos na produção de vinhos do Porto e do Douro e criámos a marca Val Moreira.

Já fazíamos vinhos e azeites regionais no Alentejo, sob a denominação Santa Vitória. Mas sempre tivemos a ambição de estar nesta região vinícola pela sua importância a nível mundial, reforçando assim a presença da Vila Galé na área agrícola e a estratégia de divulgar os produtos portugueses.

Dito isto, o Vila Galé Douro Vineyards resulta de uma combinação perfeita entre agro e enoturismo. Mais do que alojamento com uma vista excecional para os rios Douro e Tedo, pretendemos proporcionar experiências gastronómicas, oferecer visitas à adega e provas de vinhos, convidar quem nos visita a participar nas vindimas e a explorar este local único. Porque é disso que vive a hotelaria e o turismo e é isso que cativa quem viaja.

Aliás, é também isso que explica a nossa forte aposta na gastronomia dos hotéis Vila Galé. Temos vindo a disponibilizar mais *brunches*, novos *buffets* temáticos como a feijoada à brasileira ou os jantares dançantes e iniciativas culturais que aliam a gastronomia à Poesia e à Ópera.

A inovação é outro dos traços distintivos da nossa marca e nesse domínio também temos novidades: desenvolvemos um jogo didático *online* cuja personagem principal é o Nep, a nossa mascote infantil. Aliando pedagogia e tecnologia, conseguimos também corresponder aos desafios lançados pelos nossos clientes, acompanhar as tendências e ter mais oferta para as famílias.

Integrada no nosso projeto Vila Galé for All, disponibilizámos também uma versão acessível do *site*, adequada a quem tem dificuldades de visão, auditivas, cognitivas ou em movimentar-se. Queremos também ser cada vez mais inclusivos e prestar melhores serviços a pessoas com necessidades especiais.

Termino desejando-lhe desde já umas ótimas férias. Da nossa parte, já sabe, estamos “Sempre perto de si”.

E In this edition, we share with you the secrets and the best places to discover the Douro, the region where one of the Vila Galé group’s most recent units is set: the Vila Galé Douro Vineyards, in Armamar. Open since April, it is an agritourism unit that accompanies the slopes of the centuries-old Val Moreira Estate (Quinta do Val Moreira), and which, for this very reason, has a strong connection with wine and the history of the Douro Wine Region. We wanted to live up to tradition. Taking advantage of the existing vineyards, we started producing Porto and Douro wines and created the brand Val Moreira.

We already made regional wines and olive oil in the Alentejo, under the Santa Vitória brand. But we have always had the ambition to be in this wine region because of its importance in the world, thus reinforcing the Vila Galé presence in the agricultural sector and its strategy of promoting Portuguese products.

That being said, Vila Galé Douro Vineyards results from a perfect combination of agro and wine tourism. More than an accommodation with an exceptional view of the Douro and Tedo rivers, we intend to provide gastronomic experiences, offer visits to the wine cellar and wine tastings, invite those who visit us to participate in the grape harvest and explore this unique location. Because that is what the hospitality and tourism live for and that is what captivates travelers.

In addition, this is also what explains our strong commitment to the gastronomy of the Vila Galé hotels. We have been offering more brunches, new themed buffets, such as the Brazilian Feijoada (bean stew) or the dancing dinners and cultural initiatives that combine gastronomy with Poetry and Opera.

Innovation is another of our brand’s distinctive features and, in this area, we also have news: we have developed an online educational game whose main character is Nep, our children’s mascot. Combining education and technology, we have also been able to meet the challenges posed by our clients, to keep up with the trends and to have more offer for families.

Integrated in our Vila Galé for All project, we have also made available an accessible version of the site, suitable for those who have vision, hearing, cognitive or motor difficulties, so that we are also more inclusive and able to provide better services to people with special needs.

I conclude by wishing you in advance a wonderful holiday. On our part, as you already know, we are “Always close to you”.

f. u a s a



NOVE HOTÉIS, CINCO DESTINOS MARQUE JÁ AS SUAS FÉRIAS

NINE HOTELS, FIVE DESTINATIONS
BOOK YOUR HOLIDAYS NOW



O MELHOR DO ALGARVE DE LAGOS A TAVIRA THE BEST OF ALGARVE FROM LAGOS TO TAVIRA

Vila Galé Lagos • Vila Galé Ampalius (Vilamoura) • Vila Galé Marina (Vilamoura)
Vila Galé Collection Praia (Albufeira) • Vila Galé Cerro Alagoa (Albufeira) • Vila Galé Atlântico (Albufeira)
Vila Galé Náutico (Armação de Pêra) • Vila Galé Albacora (Tavira) • Vila Galé Tavira



06 **feelalive**
Eventos que não vai querer perder
 Events that you don't want to miss

08 **feelcool**
Novidades nos hotéis Vila Galé
 News at the Vila Galé hotels

10 **feelproud**
DÉDÉ
 Animador do Clube Nep do Vila Galé Sintra
 Nep Club Entertainer of the Vila Galé Sintra hotel

14 **feelfree**
Este é o Vila Galé Douro Vineyards.
O resto é paisagem
 This is Vila Galé Douro Vineyards.
 Different from everything else

20 **feelpartner**
SIXT PORTUGAL
 Entrevista à empresa de *rent a car*
 Interview to the car rental company

22 **feelit**
MICHEL TELÓ
 Entrevista ao cantor brasileiro
 Interview with the Brazilian singer

24 **feelzen**
Descubra a medicina tradicional chinesa
 Discover Traditional Chinese Medicine

26 **feeldelicious**
Torricado de alheira de Lamego com ovos de codorniz
 Lamego alheira sausage torricado (grilled rustic bread) with quail eggs

28 **feeltrendy**
Os melhores miradouros para... (ad)mirar o Douro
 The best viewpoints to view and admire the Douro

29 **feelhealthy**
Opinião da nutricionista Ana Pinto
 Opinion of the nutritionist Ana Pinto

29 **feelings**
As opiniões dos nossos hóspedes
 Our guests' opinions

30 **feelvilagalé**
Os destinos e serviços da Vila Galé
 The Vila Galé destinations and services



Ficha Técnica Publishing Information

PROPRIEDADE PROPERTY
 Grupo Vila Galé

ADMINISTRADOR BOARD MEMBER
 Gonçalo Rebelo de Almeida

DIREÇÃO DE MARKETING MARKETING DIRECTOR
 Catarina Pádua

DESIGN E PAGINAÇÃO DESIGN
 Nuno Wilson

EDIÇÃO PUBLISHING
 Ana Serafim e Jéssica Michellin

IMPRESSÃO E DISTRIBUIÇÃO PRINTING AND DISTRIBUTION
 Publirep

TRADUÇÃO TRANSLATION
 QIKtrad - Tradução, Interpretação e Eventos

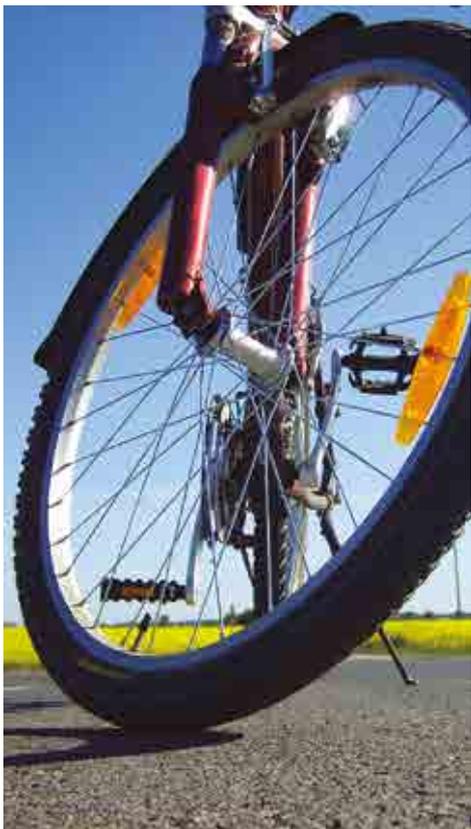
FOTO DE CAPA COVER PHOTO
 Armamar, vista do Vila Galé Douro Vineyards

FOTOGRAFIA PHOTOS
 Vila Galé; Sixt; Michel Teló; Circuito Internacional de Vila Real

TIRAGEM PRINT RUN
 12.500 exemplares | 12.500 copies

PERIODICIDADE PERIODICITY
 Quadrimestral | Quarterly

ISSN: 2182-5319 | Dep. legal: 340277/12



Bragança Granfondo percorre belezas do nordeste transmontano

Bragança Granfondo goes through beauties of the northeast of the Trás-os-Montes region

P Nesta prova de ciclismo há opções para todas as idades e níveis de preparação física. Mas independentemente disso todos os participantes vão poder apreciar as muitas belezas do nordeste transmontano. O Bragança Granfondo, que decorre a 14 de julho, tem 143 quilómetros. Mas também pode optar pelo Mediofondo (98 quilómetros) e pelo Minifondo (60 quilómetros), sempre com partida e chegada a Bragança. Embora decorra no dia antes, 13 de julho, há ainda uma versão para crianças, com diferentes percursos consoante o escalão etário. Com subidas desafiadoras e paisagens inspiradoras, o Granfondo passa por Vimioso e diversas aldeias históricas como Gimonde e a sua ponte românica, no Parque de Montesinho, ou Outeiro, que se destaca pela imponência da Basílica Menor. Os típicos caretos animam Parada, que também faz parte do roteiro, bem como Pinela. Se preferir andar em vez de pedalar, pode participar na Caminhada Solidária. Parte das verbas angariadas com as inscrições reverterá a favor de instituições de solidariedade.

E There are options for all ages and fitness levels in this cycling event. But regardless of that, all the participants will be able to appreciate the many beauties of the north-east of the Trás-os-Montes region. Bragança Granfondo, which runs on July 14th, is 143 kilometers long. But you can also choose the Mediofondo (98 kilometers) and the Minifondo (60 kilometers), always with departure and arrival in Bragança. Although it happens the day before, July 13th, there is also a version for children, with different routes, depending on the age group.

With challenging climbs and inspiring landscapes, Granfondo passes through Vimioso and several historical villages such as Gimonde and its Romanesque bridge in the Montesinho Park, or Outeiro, which stands out for the grandeur of the Basílica Menor. The typical caretos enliven Parada, who is also part of the route, as well as Pinela. If you prefer to walk instead of riding, you can take part in the Solidarity Walk. Part of the funds raised with the inscriptions will revert to solidarity institutions.

Velocidade e adrenalina ‘aceleram’ Vila Real Speed and adrenaline “accelerate” Vila Real

P O campeonato do mundo em viaturas de turismo regressa a Vila Real entre 5 e 7 de julho. Integrada no calendário da Federação Internacional de Automobilismo, (FIA) a prova traz à capital transmontana os melhores pilotos da modalidade e as principais marcas de construtores automóveis. Esta é a 50ª edição do evento, cuja origem remonta a 1931, quando foi lançado o Circuito Automóvel de Vila Real por um grupo de entusiastas de gincanas e feiras de carros, que rapidamente conquistou o público. Nessa altura, o percurso tinha 7,150 quilómetros e os concorrentes tinham de completar 20 voltas, num total de 143 quilómetros. Hoje, a prova consiste em 35 voltas de 4,785 quilómetros e em determinados troços do percurso os pilotos podem alcançar os 230 quilómetros por hora.



E The World Touring Car Championship returns to Vila Real from July 5th to 7th. Integrated in the calendar of the International Automobile Federation (IAF), the race brings to the capital of the Trás-os-Montes region the best drivers of this sport and the main brands of car manufacturers. This is the event's 50th edition, which dates back to 1931, when the Vila Real Automobile Circuit was started by a

group of gymkhana and car fair enthusiasts, which quickly won over the public. At that time, the track was 7.150 kilometers long and competitors had to complete 20 laps, totaling 143 kilometers. Today, the test consists of 35 laps of 4.785 kilometers and, in certain sections of the track, pilots can reach a speed of 230 kilometers per hour.

DR



Uma das mais belas corridas do mundo acontece no Douro

One of the most beautiful races in the world will be held in the Douro

P Diz-se desta corrida que é uma das mais belas do mundo. Mas o melhor é ir e confirmar com os seus próprios olhos. A 26 de maio equipe-se a rigor e rume ao Douro para participar na Meia Maratona do Douro Vinhateiro. O percurso, praticamente plano, de 21 quilómetros – com partida da barragem de Bagaúste, em Armamar, e meta na Avenida do Douro, em Peso da Régua – segue junto às margens do rio, proporcionando vistas esplendorosas. De facto, é um cenário único, em plena região considerada património mundial da Humanidade pela UNESCO. Já na 15ª edição, a ideia é que esta meia maratona seja também uma experiência no Douro. Por isso, além de correr, poderá participar em provas de vinhos e saborear a gastronomia típica na Running Village, com mostra de produtos regionais e empresas locais. Nos dias que antecedem a corrida, a 24 e 25 de maio, há rastreios de saúde e aconselhamento médico gratuito.

E It is said that this race it is one of the most beautiful in the world. But it is best to go and confirm with your own eyes. On May 26th, get fully equipped and head to the Douro to participate in the Douro Wine Region Half Marathon. The almost 21-kilometer route, starting from the Bagaúste dam in Armamar and with the finish line at the Avenida do Douro in Peso da Régua, goes along the river banks, offering splendid views. In fact, it is a unique setting, in the heart of the region considered a World Heritage Site by UNESCO. Already in its 15th edition, the idea is that this half marathon is also an experience in the Douro. Therefore, in addition to running, you can participate in wine tastings and savor the typical gastronomy in the Running Village, with a showcase of regional products and local companies. There are health screenings and free medical advice in the days leading up to the race on May 24th and 25th.



Versão acessível do website da Vila Galé já está disponível

An accessible version of the Vila Galé website is now available

P A Vila Galé lançou recentemente uma versão do seu site completamente acessível e preparada para pessoas com dificuldades de visão – como daltonismo ou cegueira – de audição, de movimentos ou cognitivas. Clicando num ícone que surge em baixo à esquerda, é possível, por exemplo, aumentar o tamanho das letras, modificar a fonte ou dar mais destaque aos links. Mas também criar marcas com uma cor diferente durante a navegação nas páginas, alterar o tipo de contraste (cores invertidas, contraste escuro, contraste de luz) e até ativar a função de leitura em voz alta que descreve o que está em cada página. Esta adaptação faz parte do projeto Vila Galé For All, que surgiu da vontade do grupo de ter cada vez mais soluções que proporcionem estadias de qualidade a clientes com necessidades especiais ou mobilidade reduzida. Neste âmbito, a Vila Galé tem também vindo a intervir gradualmente nas suas unidades hoteleiras para aumentar o número de quartos adaptados, como já aconteceu no Vila Galé Ópera (Lisboa), no Vila Galé Porto e no Vila Galé Ampalius (Vilamoura). Tem ainda trabalhado com os seus colaboradores para ter melhores condições de acessibilidade e um atendimento inclusivo.

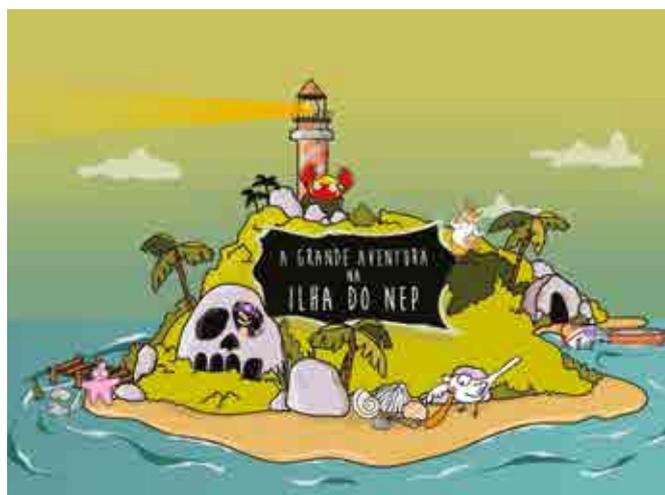
E Vila Galé has recently launched a version of its website that is completely accessible and ready for people with vision difficulties - such as color blindness or blindness - hearing, movement or cognitive impairment. By clicking on an icon that appears at the bottom left, you can, for example, increase the size of the letters, modify the font or give more prominence to the links. But also, to create different color marks when navigating pages, changing the type of contrast (inverted colors, dark contrast, light contrast) and even activate the read aloud function that describes what is on each page. This adaptation is part of the Vila Galé For All project, which arose from the group's desire to have more and more solutions that provide quality stays for clients with special needs or reduced mobility. In this context, Vila Galé has also gradually intervened in its hotel units to increase the number of adapted rooms, as has already happened in Vila Galé Ópera (Lisbon), Vila Galé Porto and Vila Galé Ampalius (Vilamoura). It has also worked with its employees to achieve better accessibility conditions and an inclusive service.

Novo jogo online do Nep ajuda a treinar a memória e a destreza

Nep's new online game helps to train memory and dexterity

P Uma ilha, quatro desafios com diferentes níveis de dificuldade, o Nep e todos os seus amigos. É assim o novo jogo online exclusivamente desenvolvido para a Vila Galé que vai animar as crianças, mas que também agradará aos adultos. Adaptado para os vários browsers e dispositivos móveis, mas também para desktop, no jogo do Nep, cada jogador terá de atingir determinado número de pontos para poder passar ao desafio seguinte. Tendo como tema o mundo dos mares, pode tentar-se construir um farol que será tanto mais alto quanto mais certa for a colocação das peças; ser o mais rápido a limpar o oceano, destruindo o lixo do fundo. Mas também participar numa competição de barcos pirata em que o objetivo é ultrapassá-los sem chocar com eles e chegar rápido à meta, ou colecionar “em linha” o maior número de objetos marinhos iguais de cada vez. Com uma forte componente pedagógica, o jogo do Nep é especialmente vocacionado para treinar a destreza e a memória e para estimular a consciência ambiental. Foi criado especialmente para as crianças, mas se entre um mergulho e outro os adultos também quiserem fazer o gosto ao dedo, saiba que podem jogar em família.

E An island, four challenges with different difficulty levels, Nep and all his friends. That is the new online game, exclusively developed for Vila Galé that will entertain children, but will also please the adults. Adapted for the various browsers and mobile devices, but also for PC, in the Nep's game each player will have to reach a certain number of points to be able to move to the next challenge. With the world of the seas as its theme, players can try to build a lighthouse that, the more accurate the placement of the pieces, the higher it will be; players can also be the quickest to clean the ocean, destroying the trash on the sea bottom; participate in pirate ship races where the goal is to surpass them without hitting them and reaching the finish line as fast as possible, or collecting as many of the same marine objects in a row as possible. With a strong educational component, the Nep Game is specially designed to train dexterity and memory and to stimulate environmental awareness. It was created especially for children, but if between one plunge and the other adults also want to try it out, please note that it can be played as a family.



Com ópera, poesia ou dança, há jantares temáticos para todos os gostos

With opera, poetry or dance, there are theme dinners for all tastes

P Quem gosta de poesia, já tem o programa perfeito para as noites de sexta-feira. No hotel Vila Galé Collection Palácio dos Arcos, em Paço de Arcos, os serões poéticos começam com uma bebida de boas-vindas no Bar Tertúlia, seguindo-se um jantar com menu exclusivo e declamação de poemas. O ator Eurico Lopes é o declamador residente, mas os comensais também podem participar com poemas seus ou de outros autores. O preço deste jantar é de 35€ por adulto e inclui entrada, prato principal, sobremesa e vinhos Santa Vitória.

Já os amantes de Ópera deverão rumar ao Vila Galé Ópera, em Alcântara (Lisboa), onde também às sextas-feiras há jantares temáticos com atuações de cantores líricos. Com início às 20h30, o jantar com ópera custa 25€ por adulto e as crianças até aos 12 anos têm 50% de desconto

Aos sábados a música é outra. Neste dia, são os ritmos e os sabores brasileiros que tomam conta deste hotel. Ao almoço serve-se uma feijoada à brasileira com os típicos feijão preto com linguiça, farofa com bacon, couve mineira, banana frita. E, para adoçar a boca, o flan de goiaba, bolo brigadeiro, quindim de coco, pudim de leite ou bolo de aipim. Por 25€ por adulto pode ainda assistir-se a uma roda de Samba. Este *buffet* está também disponível aos sábados no hotel Vila Galé Porto e às quintas-feiras no Vila Galé Cerro Alagoa (Albufeira).

E por falar em dança, no Vila Galé Ericeira, no primeiro sábado de cada mês, há jantares dançantes (35€ por adulto, com bebidas selecionadas incluídas). Em cada jantar, há um ritmo diferente e um professor que ensina os passos mais importantes, para que todos os participantes possam brilhar na pista.

Mantendo a sua forte aposta na gastronomia, a Vila Galé tem também vindo a alargar a sua oferta de *brunches*. Depois dos hotéis Vila Galé Ópera, Vila Galé Collection Palácio dos Arcos, Vila Galé Cascais e Vila Galé Sintra, esta proposta chegou agora ao Algarve – Vila Galé Tavira e Vila Galé Atlântico (Albufeira) -, ao Vila Galé Coimbra e ao Vila Galé Porto Ribeira, sempre aos domingos.

Nos hotéis de quatro estrelas (exceto Vila Galé Porto Ribeira), é de recordar ainda a iniciativa 12 Meses, 12 Pratos, 12 Euros. Com o intuito de divulgar os sabores típicos e os produtos regionais, em cada mês é possível experimentar um prato diferente ao almoço e ao jantar. Em maio sugere-se o bacalhau à Zé do Pipo, no mês de junho destacam-se os secretos de porco grelhados, o arroz de polvo à Algarvia chega em julho e agosto é dedicado ao choco frito.

E Poetry lovers now have the perfect program for Friday nights. At the Vila Galé Collection Palácio dos Arcos hotel in Paço de Arcos, the poetry evenings start with a welcome drink at the Tertúlia Bar, followed by a dinner with an exclusive menu and poem reciting. The actor Eurico Lopes is the resident reciter, but the diners are also able to participate with poems of their own or of other authors. The price of this dinner is €35 per person and it includes an appetizer, main course, dessert and Santa Vitória wines.

Opera lovers, in turn, shall head to Vila Galé Ópera, in Alcântara (Lisbon), where on Friday there are theme dinners with live performances by opera singers. Starting at 8:30 pm, dinner with opera costs €25 per adult and children up to 12 years old enjoy a 50% discount

On Saturdays, meals sing a different tune. On that day, it is the Brazilian rhythms and flavors that take over this hotel. At lunch, a Brazilian Feijoada (bean stew) is served, with the typical black beans and grilled sausage, farofa (toasted cassava flour) with bacon, cabbage, Minas Gerais style, and fried banana. And to treat your taste buds, the guava flan, brigadeiro (chocolate truffle) cake, coconut quindim, milk pudding or cassava cake. For €25 per adult, you can also watch a Samba session. This buffet is also available on Saturdays at the Vila Galé Porto hotel and on Thursdays at Vila Galé Cerro Alagoa (Albufeira).

And speaking of dancing, at Vila Galé Ericeira, on the first Saturday of every month, there are dancing dinners (€35 per adult, with selected drinks included). In every dinner there is a different rhythm and a teacher who teaches the most important steps, so that all participants can shine on the dance floor.

Keeping its strong focus on gastronomy, Vila Galé has also been expanding its range of brunches. Following the Vila Galé Ópera hotels, Vila Galé Collection Palácio dos Arcos, Vila Galé Cascais and Vila Galé Sintra, this offer has now arrived in the Algarve - Vila Galé Tavira and Vila Galé Atlântico (Albufeira) -, Vila Galé Coimbra and Vila Galé Porto Ribeira, always on Sundays.

In the four-star hotels (except Vila Galé Porto Ribeira), it is also important to remember the initiative 12 Months, 12 Dishes, 12 Euros. With the aim of promoting typical flavors and regional products, every month you can taste a different dish at lunch and dinner. In May, we suggest Codfish, Zé do Pipo style, in the month of June, the highlighted dish will be grilled pork strips, while the Algarvian style octopus rice will be available in July, and August will be dedicated to fried cuttlefish.





ADELSON MARTINS

P Mais conhecido por Dédé, há dez anos que é animador do clube Nep, primeiro no Brasil, e agora, desde há um ano, no Vila Galé Sintra. Após uma década a lidar com crianças, revela que jogos são os favoritos dos mais novos e quais os melhores truques para acabar com as birras. Explica ainda que todas as atividades infantis neste hotel “pretendem fazer com que as crianças esqueçam o “mundo digital” e aproveitem a oportunidade para criarem novas amizades, estimularem a sua criatividade, trabalhem em equipa e melhorarem a sua coordenação motora”.

E Best known as Dédé, he has been a Nep club entertainer for the past ten years, first in Brazil, and now, since a year ago, at Vila Galé Sintra. After a decade dealing with children, he reveals which games are their favorites and what are the best tricks for dealing with tantrums. He explains that all children's activities in this hotel “are intended to make kids forget the “digital world” and take the opportunity to make new friends, boost their creativity, work as a team and improve their motor coordination”.

Sempre trabalhou com crianças ou teve outras profissões?

Antes de entrar para o grupo Vila Galé e antes de ser animador e monitor das crianças, trabalhei como empregado de mesa. Estive durante um ano como extra na área de restauração num hotel de outra rede hoteleira e num restaurante na praia do paraíso em Cabo de Santo Agostinho, minha terra natal.

Há quanto tempo está na Vila Galé?

Estou há dez anos na Vila Galé sendo que nove deles foram no Eco Resort do Cabo e um, até hoje, no Vila Galé Sintra. Recordo-me muito bem do primeiro dia, como se fosse ontem. Foi um dia repleto de alegria e cheio de novidades. Comecei logo como monitor e animador pois, entretanto, tirei um curso de hotelaria que perdurou seis meses e um outro de animação em que me ofereceram um estágio e a oportunidade de experimentar os vários departamentos de um hotel.

Pode falar um pouco do seu percurso na Vila Galé?

Comecei como monitor e animador e mais tarde passei para supervisor do departamento de animação. Até hoje já tive vários momentos marcantes e histórias engraçadas para recordar. Por exemplo, num dia éramos para ter realizado uma caça ao tesouro, mas devido às condições meteorológicas, teve de ser adiada e substituída por uma gincana. Decidimos juntar pais e filhos e teve todo o sucesso e mais algum. Fez-nos sobressair pois perante uma dificuldade conseguimos criar um momento de diversão e marcante de superação.

Veio, entretanto, para Portugal. Porquê?

Porque gosto de desafios e porque surgiu essa oportunidade.

A adaptação foi fácil?

A adaptação não foi fácil de todo, mas foi mais rápida do que estava à espera graças ao apoio de todos os novos colegas e colaboradores que me receberam muito bem e fizeram com que me sentisse em casa. O meu maior desafio foi acostumar-me à cultura e ao clima português.

Have you always worked with children or did you have different occupations?

Before joining the Vila Galé group and before becoming a children's entertainer and monitor, I worked as a waiter. I spent one year as an extra in the restaurant area in a hotel from another hotel chain and in a restaurant at Paraíso beach in Cabo de Santo Agostinho, my hometown.

How long have you been at Vila Galé?

I have been at Vila Galé for ten years, nine of which were at Eco Resort do Cabo and one, to this day, at Vila Galé Sintra. I remember my first day very well, as if it were yesterday. It was a day full of joy and of news. I immediately started as a monitor and entertainer because, in the meantime, I took a hospitality course that lasted six months and an entertainer's course where I was offered an internship and the opportunity to experience the various departments of a hotel.

Can you tell us a bit about your career at Vila Galé?

I started out as a monitor and an entertainer and later became an entertainment department supervisor. To this day, I have had several remarkable moments and funny stories to remember. For example, one day we were going to have a treasure hunt, but due to the weather, it had to be delayed and replaced by a gymkhana. We decided to join parents and children and it was a huge success that made us stand out, because before a difficulty we managed to create a remarkable overcoming and fun moment.

In the meantime, you have moved to Portugal. Why was that?

Because I like challenges and this opportunity arose.

Was the adaptation easy?

The adaptation was not easy at all, but it was faster than I expected thanks to the support of all my new peers and co-workers who welcomed me and made me feel at home. My biggest challenge was to get accustomed to the Portuguese culture and climate.



Como está a ser a experiência de trabalhar na Vila Galé Sintra, um hotel que tem propostas de vida saudável para famílias?

A experiência está a ser ótima pois estou a gostar muito do conceito inovador. É algo novo para mim o que me ajuda a adquirir mais experiência e conhecimentos em relação a esta filosofia.

O que distingue este hotel dos outros quanto às ofertas para crianças?

O que difere é o facto de ter uma programação com várias atividades lúdicas e dinâmicas para as crianças e isto durante todos os dias do ano. Dessa forma, também proporciona aos pais mais tempo livre para poderem aproveitar e conhecem melhor as restantes ofertas do hotel.

O Clube Nep deste hotel também é especial. O que tem de diferente?

Na programação diária do nosso hotel consta uma ótima estrutura para as crianças com um pouco de tudo, desde os Trampolins do Nep ao carrossel, piscinas interior e exterior, horta pedagógica, artes plásticas. Fazemos jogos desportivos no polidesportivo, como futebol, ténis, apanhadas, gincanas. Nas piscinas brincamos ao tubarão silencioso, ao Marco-Polo, ao Mar vermelho, ao Pega Corrente. Como atividades lúdicas e dinâmicas, por exemplo, no trampolim temos muitas, mas as que mais utilizamos são: o comprador de legumes, o dono da rua, a manteiga derretida, o elefante colorido, o macaco do chinês. E no Clube Nep brincamos ao Sr. Doutor, ao maestro, ao 21, fazemos o jogo da memória, a caça ao tesouro, entre outros.

Uma das novidades é a existência da quinta pedagógica. Como está a ser recebida pelas crianças?

Está a ser super bem recebida. Neste espaço damos a oportunidade às crianças de conhecerem melhor alguns alimentos, a sua importância e por sua vez também aprenderem a tratar deles.

Qual a importância de ter um espaço destes, numa era em que os mais novos passam muito tempo 'colados' a ecrãs e em ambientes fechados?

Com as nossas atividades tentamos fazer com que as crianças esqueçam o “mundo digital” e aproveitem para criar novas amizades, estimularem a sua criatividade, trabalharem em equipa e melhorarem a coordenação motora, pois promovemos a prática de atividade física para combater o sedentarismo.

Que cuidados é preciso ter a nível pedagógico, de segurança e de saúde na escolha das atividades que fazem com as crianças ao longo do dia?

Temos de realizar o planeamento das atividades antecipadamente e a pensar no tempo, espaço, nas faixas etárias. Tudo o que realizamos é para as crianças pois no fundo só queremos que elas se divirtam e queiram voltar. Por isso pensamos sempre na sua segurança e bem-estar.

Quais são as atividades preferidas das crianças?

De momento, as atividades que mais atraem as crianças são as atividades na piscina e as brincadeiras que realizamos nos trampolim.

Temos muitos pais que dizem que gostavam de levar o Dedé para casa para estar com os seus filhos. Durante as férias grandes, pode dar algumas sugestões de jogos, brincadeiras e atividades para os pais fazerem com as crianças?

A minha preferência são os jogos lúdicos e recreativos em que as crianças aprendem enquanto brincam. Disso são exemplos os jogos com a perceção de cores, lateralidade, com números, que desenvolvam a coordenação motora. São brincadeiras mas em que, ao mesmo tempo, ensinamos ou reforçamos a aprendizagem

How is the experience of working at Vila Galé Sintra, a hotel that has healthy living offers for families?

The experience is great because I'm really enjoying its innovative concept. It's something new to me, which helps me gain more experience and knowledge regarding this philosophy.

What sets this hotel apart from others in terms of the offer for children?

What differs is the fact that it has a program with several fun and dynamic activities for children - every day of the year. In this way, it also gives parents more free time to enjoy and get to know the hotel's other offers.

This hotel's Nep Club is also special. How is it different?

In our hotel's daily schedule, there is a wonderful structure for children, with a little bit of everything - from the Nep Trampolines to the carousel, the indoor and outdoor pools, the educational plantation and plastic arts. We play sports games in the multi-sports field, such as football, tennis, playing catch and gymkhana. In the swimming pools we play the silent shark, the Marco-Polo, the Red Sea and Chain Catch. As playful and dynamic activities, we have many, for example, on the trampoline, but the ones we use most are: the vegetable buyer, the street owner, the melted butter, the colored elephant and “Red Light, Green Light, 1, 2, 3!” And at the Nep Club we play doctors, the maestro, we play the memory game, the treasure hunt and blackjack, among others.

One of the new features is the educational farm. How have children been reacting to it?

It has been particularly well received. In this space, we give the children the opportunity to get to know some foods better, their importance and, in turn, also learn to care for them.

How important is it to have such an area, at an age when young people spend a lot of time stuck to screens and indoors?

With all our activities, we always try to make kids forget the “digital world” and take the opportunity to make new friends, boost their creativity, work as a team and improve their motor coordination, as we promote the practice of physical activity to fight the sedentary lifestyle.

What precautions should be taken at the educational, safety and health levels when selecting activities to do with children throughout the day?

We have to plan the activities in advance and think about the time, space and age groups concerned. Everything we do is for the children because deep down we just want them to have fun and wish to come back. That's why we always think about their safety and well-being.

What are children's favorite activities?

At the moment, the activities that attract children the most are the ones in the pool and the games we do on the trampoline.

We have many parents who say they would like to take Dedé home to entertain their children. Can you give some suggestions of games and activities for parents to do with their children during the long summer holidays?

My preference is the fun and recreational games where children learn while they play. Some examples of such are games that involve perceiving colors, sides, with numbers and games that develop motor coordination skills. They are child's play but, at the same time, we are teaching or reinforcing the children's learning in terms of numbers

"Tudo o que realizamos é para as crianças. Queremos que elas se divirtam e queiram voltar. Pensamos sempre na sua segurança"
"Everything we do is for the children. We just want them to have fun and wish to come back. We always think about their safety"



das crianças em relação aos números e a fazer contas, a distinguir as cores, a saber qual é o lado esquerdo e o direito.

E quando se portam mal ou fazem birras, qual é o truque para as acalmar?

Penso que, para além de termos de lhes dar muita atenção, o truque é descobrir e entender os gostos da criança e usar isso a nosso favor, tentando acalmá-la. Algumas das técnicas que uso e costumam resultar para acalmar as crianças a meio de uma birra são o simples facto de oferecer balões, de cantar e dançar com elas. Para obter sucesso na área de animação temos de ter um conhecimento dos temas que agradam às crianças não só práticos, mas também teóricos e entrar no mundo delas, no mundo da imaginação.

O que aprende com os mais novos?

Aprendo a valorizar as pequenas coisas da vida, a improvisar e usar a minha criatividade quando necessário, a entrar no mundo imaginário, a ser humilde e a ajudar o próximo, a inovar, a aproveitar o hoje e agora, ou seja, viver o presente sempre com muita brincadeira e diversão.

Trabalhar com crianças é realmente uma paixão?

Sim, pois na vida tudo o que realizamos com amor e dedicação tem sucesso.



and arithmetic, distinguishing colors, knowing the left from the right.

And when they misbehave or throw a tantrum, what is the trick to calm them down?

I think that, in addition to having to pay close attention to them, the trick is to find out and understand the child's tastes and use it to our advantage, trying to calm them down. Some of the techniques I use and often work to calm children down in the middle of a tantrum are the simple fact of offering balloons, singing and dancing with them. To succeed in the area of entertainment we must have a knowledge of topics that appeal to children - not only practical ones, but also theoretical themes - and enter their world, the world of imagination.

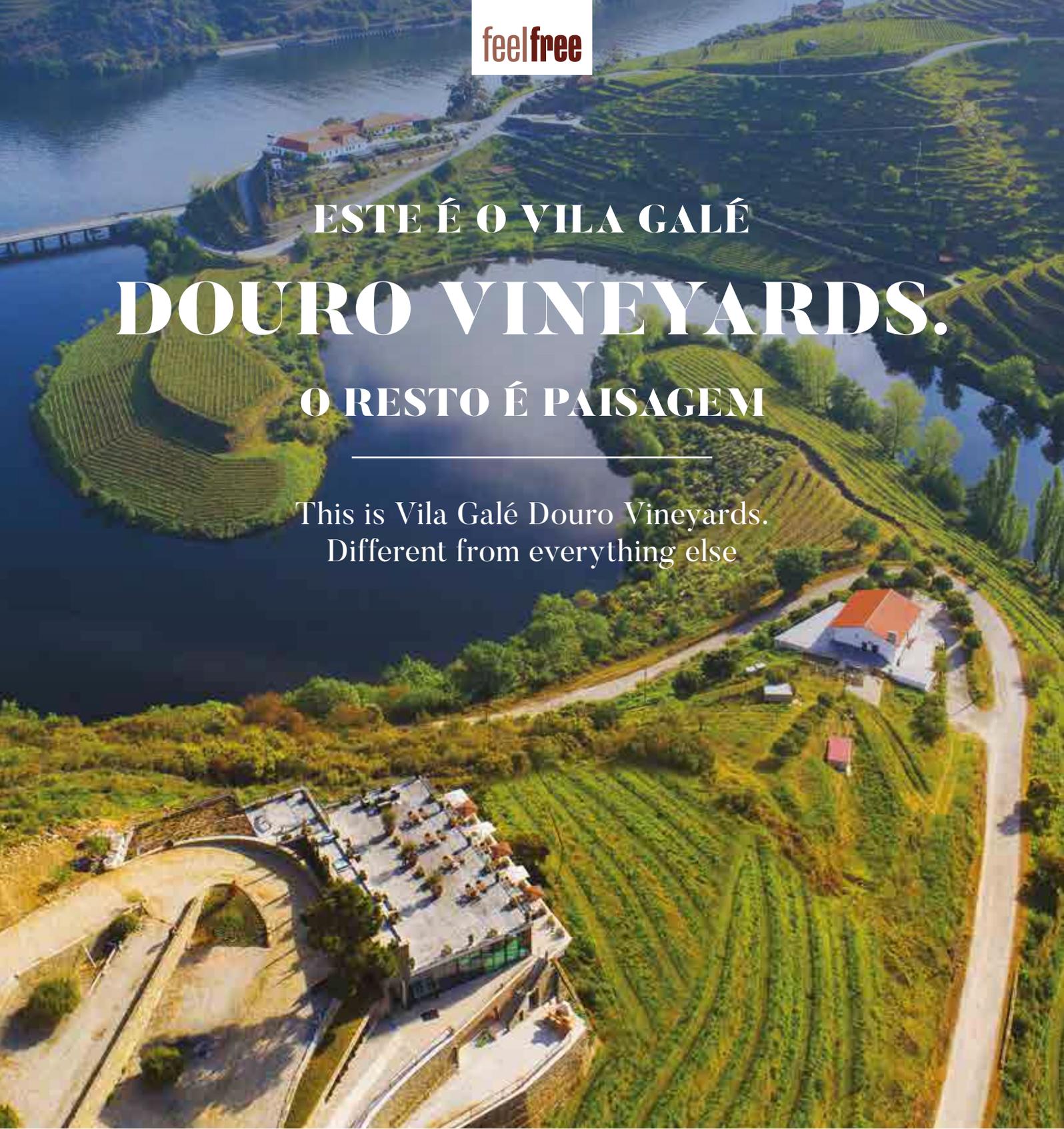
What do you learn from the little ones?

I learn to value the little things in life, to improvise and use my creativity when necessary, to enter the imaginary world, to be humble and to help others, to innovate, to enjoy the present moment, that is, to live in the present always with a lot of play and fun.

Is working with children really a passion?

Yes, because everything we accomplish with love and dedication in life is successful.





feel**free**

ESTE É O VILA GALÉ
DOURO VINEYARDS.

O RESTO É PAISAGEM

This is Vila Galé Douro Vineyards.
Different from everything else

P

Conheça o novo agroturismo da Vila Galé, no coração do Douro Vinhateiro.

E

Get to know the new Vila Galé agritourism unit, in the heart of the Douro Wine Region.



P Quando chegar a este agroturismo vai ser difícil decidir o que fazer. Ficar tranquilamente no quarto e apreciar a paisagem. Ir até à piscina dar um mergulho e... apreciar a paisagem. Descer até ao bar para tomar um copo de vinho e... apreciar a paisagem. Provar uma iguaria regional no restaurante e... apreciar a paisagem. Serenamente repousando na curva onde o Tedo encontra o Douro, com uma soberba vista para o vale rendilhado pelos rios, o Vila Galé Douro Vineyards é uma unidade de charme, com uns exclusivos sete quartos de diferentes tipologias – *standard, suite, suite master* e até duas *suite duplex* – em Armamar, no coração do Douro Vinhateiro.

Rodeado de vinhedos em socalcos, estende-se pela centenária Quinta do Val Moreira, que já constava de um mapa antigo do século XIX, bastante conhecido na altura: o mapa de Forrester. Figura incontornável da região, tinha o sonho de tornar o rio Douro navegável e seguro até à fronteira com Espanha. E foi este mapa que lhe valeu a reputação de cartógrafo e o título de Barão.

Porém, em matéria de história, a Quinta do Val Moreira tem mais que se lhe diga: está muito ligada à génese da mais antiga região vitícola demarcada a nível mundial, com dois séculos e meio. Próxima da pitoresca aldeia do Marmelal, entre Folgosa e Pinhão, muito perto desta quinta encontra-se um dos marcos mandados erguer por Marquês de Pombal em 1757, precisamente para delimitar a zona dos vinhos generosos do Douro. Criava-se assim a primeira região vinhateira regulamentada do mundo, à data sob jurisdição da Companhia Geral da Agricultura das Vinhas do Douro. Entretanto, muito depois disso, em 2001, o Alto Douro Vinhateiro viria a ser classificado pela UNESCO como património da humanidade devido à sua beleza natural e única.

E When you reach this agritourism unit, it will be difficult to decide what to do. Rest quietly in the room and enjoy the scenery. Go to the pool, dive and... enjoy the scenery. Head down to the bar to have a glass of wine and... enjoy the scenery. Taste a regional delicacy in the restaurant and... enjoy the scenery. Resting with serenity on the curve where the Tedo River meets the Douro River, with a superb view of the valley laced by the rivers, Vila Galé Douro Vineyards is a boutique hotel, with seven exclusive rooms of different typologies - standard, suite, master suite and even two duplex suite - in Armamar, in the heart of the Douro Wine Region.

Surrounded by terraced vineyards, it extends over the centuries-old Val Moreira Estate (Quinta do Val Moreira), which was already featured on an old 19th century map that was well-known at the time: the Baron Forrester's map. He was a leading figure of the region and had a dream of making the Douro River safely navigable to the border with Spain. And it was that map that earned him the reputation of a cartographer and the title of Baron.

However, in terms of history, there is more to the Val Moreira Estate than you think: it is closely linked to the genesis of the oldest demarcated wine region in the world, two and a half centuries old. Near the picturesque village of Marmelal, between Folgosa and Pinhão, very close to this estate, is one of the stone markers built by order of the Marquis of Pombal in 1757, which were precisely used to demarcate the zone of Douro fortified wines. This is how the first regulated wine region of the world was created, which, at the date, was under the jurisdiction of the General Company of Agriculture of the Alto Douro Vineyards (Companhia Geral da Agricultura das Vinhas do Alto Douro). Much later, in 2001, the Alto Douro Wine Region was classified by UNESCO as a world heritage site due to its natural and unique beauty.

Recordista do Guinness expõe no Douro

Hoje, a Quinta do Val Moreira conta com outro elemento digno de figurar na sua já longa existência. Com a abertura do Vila Galé Douro Vineyards, passou a contar com uma obra de arte única no mundo. Exposto na adega, trata-se de um mural com 1,80 metros por 1,60 metros com uma paisagem do Douro feita com cerca de sete mil rolhas. O autor? Saimir Strati, artista plástico premiado com dez recordes mundiais do Guinness. Nascido em Tirana, na Albânia, em 1966, Saimir Strati é uma referência internacional na arte do mosaico. Em 2014 conquistou um dos seus recordes do Guinness com o maior mosaico do mundo feito com 300 mil rolhas de cortiça, que retrata o Nobel de Literatura português, José Saramago. Recentemente, fez também um retrato de Madre Teresa de Calcutá a sorrir com 1,5 milhões de agrafos, inspirando-se na crise dos refugiados. Iniciando o seu percurso como restaurador de mosaicos num parque arqueológico albanês, Saimir Strati passou depois a criar as suas próprias obras, tendo já participado em mais de 100 exposições individuais e coletivas na Albânia, Croácia, Turquia, Itália, França, Espanha, Portugal, Azerbaijão, EUA, Dubai e, a partir de agora, o Douro.

Guinness Recorder holds exhibition in the Douro

Quinta do Val Moreira now has another element worthy of being part of its long history. With the opening of Vila Galé Douro Vineyards, it gained a work of art that is unique in the world. Exhibited in the wine cellar, it is a 1.80 meters by 1.60 meters mural featuring a landscape of the Douro made with about 7,000 cork stoppers. The author? Saimir Strati, a plastic artist awarded with ten Guinness World Records. Born in Tirana, Albania, in 1966, Saimir Strati is an international reference in mosaic arts. In 2014, he won one of his Guinness records with the world's largest mosaic made out of 300,000 cork stoppers, which portrays Portuguese Nobel Prize winner in Literature José Saramago. Recently, he also made a portrait of Mother Teresa of Calcutta smiling using 1.5 million staples, drawing inspiration from the refugee crisis. Starting his career as a mosaic restorer in an Albanian archaeological park, Saimir Strati later started to create his own works; and he has participated in over 100 individual and collective exhibitions in Albania, Croatia, Turkey, Italy, France, Spain, Portugal, Azerbaijan, USA, Dubai and, from now on, the Douro.





Val Moreira: uma nova marca de vinhos e azeites

Fazendo jus à tradição e ao passado, como não podia deixar de ser, esta unidade mantém uma forte relação com a produção de vinhos. E assume-se como um novo destino duriense de enoturismo.

Nas encostas íngremes desta quinta da zona do Cima Corgo, além de dois hectares de olival e 2,5 de amendoal, contam-se 23 hectares de vinhas de diferentes castas. Nas tintas, destacam-se a Touriga Nacional, Touriga Franca, Tinta Roriz, Tinta Amarela e vinhas velhas. Nas brancas, sobressaem Arinto, Rabigato, Folgazão, Sercial, Viosinho e Alvarinho. Juntas, dão origem aos vinhos Val Moreira, uma nova marca também com uma história peculiar. Nasce de uma grande amizade e de uma vontade comum a Jorge Rebelo de Almeida, fundador e presidente da Vila Galé, e de António Parente (que detém empresas como a Madre, a SP Televisão - para produção de novelas e séries - ou os vinhos Quinta São Sebastião) que, juntos queriam lançar-se numa nova produção vinícola. Para isso, criaram a XVinus e a marca Val Moreira, cuja imagem mostra o perfil de ambos. Por agora, o rótulo surge em vinhos do Porto - Val Moreira branco extra seco, Val Moreira Porto tawny 10 anos e Val Moreira Porto tawny 20 anos - e vinhos DOC tintos e brancos. Provêm de vinhas de baixo teor produtivo, desenhadas para produções limitadas e exclusivas.

E podem ser degustados todos os dias na adega Val Moreira. Aqui, além das provas, é possível fazer visitas e ficar a saber todos os pormenores sobre o processo de produção. Mais para os finais de agosto, início de setembro, haverá programas para participar nas vindimas.

A experiência no novo agroturismo só fica completa quando se conjugam estes vinhos com os sabores da gastronomia regional. É por isso que no restaurante Val Moreira se dedica a carta aos produtos locais: charcutaria e queijos DOP, cabrito, cachaço de porco, pão caseiro.

Uma vez aqui, das duas, duas: saborear calmamente cada prato e através dos grandes janelões panorâmicos ou no terraço exterior... apreciar a paisagem.

Val Moreira: a new wine and olive oil brand

Living up to tradition and history, this unit maintains a strong relationship with wine production, which comes as no surprise. And it positions itself as a new destination for the Douro wine tourism.

Across the steep slopes of this estate, located in the Cima Corgo area, in addition to two hectares of olive groves and 2.5 hectares of almond tree groves, it has 23 hectares of vineyards of different grape varieties. In what concerns red varieties, we highlight the Touriga Nacional, Touriga Franca, Tinta Roriz, Tinta Amarela and old

vines. Regarding white varieties, the Arinto, Rabigato, Folgazão, Sercial, Viosinho and Alvarinho are of note. Together, they give rise to the Val Moreira wines, a new brand that also comes with a peculiar history.

Born of a great friendship and a common wish to Jorge Rebelo de Almeida, the Vila Galé group's founder and CEO, and António Parente (who owns companies such as Madre, SP Televisão - for the production of telenovelas and TV shows - or the Quinta São Sebastião wines) who wanted to launch a new wine production together. To that end, they created XVinus and the Val Moreira brand, whose image shows the profile of both of them. For now, the label is on Port

wines - Val Moreira Branco (white) extra dry, Val Moreira 10-Year Old Tawny Port and Val Moreira 20-Year Old Tawny Port - and DOC (registered designation of origin) red and white wines. They come from low yield vineyards, designed for limited and exclusive productions. And they can be tasted every day in the Val Moreira wine cellar. Here, in addition to wine tasting, you can visit the cellar and learn all the details about the production process. Towards the end of August and beginning of September, there will be programs available for participating in grape harvesting. The experience in this new agritourism unit is only complete when these wines are combined with the flavors of regional gastronomy. That is why the menu of the Val Moreira restaurant is dedicated to local products: PDO (protected denominations of origin) cold meats and cheeses, kid, pork neck and homemade bread.

Once here, you don't have to choose between the two: peacefully savor each dish and through the large panoramic windows or from the outside terrace... enjoy the scenery.



SOBRE O VILA GALÉ DOURO VINEYARDS

- **Conceito:** É um agroturismo que mereceu um investimento de oito milhões de euros por parte da XVinus, uma parceria entre a Vila Galé e a Madre, do empresário António Parente.

- **Quartos:** Sete quartos com diferentes tipologias (*standard, suite, suite master* e até duas *suites duplex*). Em breve serão investidos mais cinco milhões de euros para acrescentar 42 unidades de alojamento, estas com abertura prevista para junho de 2020.

- **Facilidades:** Restaurante e bar abertos ao público, adega, piscina exterior, terraço panorâmico, biblioteca, internet gratuita via *wi-fi*, acessos para pessoas com mobilidade reduzida, receção 24 horas

- **Morada:** Quinta do Val Moreira – Marmelal – Sto Adrião
5110-672 Armamar

Portugal

- **GPS:** N 41° 09' 12.7" - W 7° 38' 40.3"

- **Emails:**

vineyards.reservas@vilagale.com

enoturismo@valmoreira.com

- **Telefone:** (+351) 254 247 000

ABOUT VILA GALÉ DOURO VINEYARDS

- **Concept:** This is an agritourism unit that deserved an investment of eight million Euros by XVinus, a partnership between Vila Galé and Madre, by the entrepreneur António Parente.

- **Rooms:** Seven rooms with different typologies (*standard, suite, master suite* and even a *duplex suite*). A further five million Euros will be invested soon to add 42 accommodation units, which are scheduled to open in June 2020.

- **Facilities:** A restaurant and bar open to the public, wine cellar, outdoor swimming pool, terrace with panoramic views, library, free Wi-Fi internet access, access for people with reduced mobility, 24-hour reception.

- **Address:** Quinta do Val Moreira (Val Moreira Estate) – Marmelal – Santo Adrião
5110-672 Armamar

Portugal

- **GPS:** N 41° 09' 12.7" - W 7° 38' 40.3"

- **Emails:**

vineyards.reservas@vilagale.com

vineyards@vilagale.com

- **Telephone:** (+351) 254 247 000



PARA EXPLORAR...

- **No restaurante:** A carta inclui diariamente um prato diferente da 'Nossa tradição' como arroz de pato à antiga (segunda-feira), lombos de bacalhau à Margarida da Praça (quinta-feira) ou cabrito assado com batata e grelos salteados (domingo). Mas também especialidades como lombelo de novilho, batata-doce, espargos verdes, areia de broa e pistácio e redução de vinho tinto Val Moreira ou cachaço de porco Bísaro, batatas novas, pak choi e uvas em vinho do Porto ou sela de borrego com *risotto* de ervilhas e cogumelos silvestres. Folhado de maçã de Armamar, leite de amêndoa e gelado de nata, cavaca de Resende e compota de pera com gengibre ou leite-creme de mel com morangos assados estão entre as sobremesas.

- **No bar:** Além de vinho a copo de diferentes marcas, há sangria, *cocktails* de espumantes, tâbuas de enchidos e queijos regionais, chá das cinco e uma vasta seleção de gins.

- **Na adega:** É possível fazer visitas e degustação todos os dias. Existem diferentes provas, consoante o tipo de vinhos a experimentar: Prova Val Moreira, Prova Clássica e Prova Premium

- **No terraço panorâmico:** Aqui é aproveitar para tirar muitas *selfies* e partilhar fotografias nas redes sociais. Há um banquinho estrategicamente colocado para conseguir as melhores 'chapas'.

- **Nas redondezas:** Na quinta, há espaço para passear entre as vinhas, pelo olival ou pelo amendoal (particularmente bonito durante as amendoeiras em flor). Nas proximidades, pode visitar-se o passeioiro da Folgosa, a capela de Nossa Senhora das Neves ou as ruínas da Aldeia de Pai Calvo, no Marmelal. Mas também a ponte românica de Santo Adrião. Em Armamar, os pontos turísticos incluem a Igreja Matriz de São Miguel, a Capela de Nossa Senhora da Paixão ou o Miradouro da Misarela.

- **Quando ir:** Na primavera, o verde vivo das videiras refletido no espelho de água que é o Douro traça um cenário único. Nos meses de verão, as povoações vestem-se a rigor para diferentes festas e romarias, normalmente de cariz religioso e em honra de santos. A época das vindimas faz mexer ainda mais o coração do Douro Vinhateiro. Depois, com a chegada do outono, os socalcos cobrem-se de tons entre o amarelo, o vermelho e o castanho. Já no inverno, são frequentes as famosas Neblinas da Manhã, quando uma mágica camada de nuvens cobre o Douro.



WHAT TO EXPLORE...

- **At the restaurant:** Every day, the menu includes a different dish from "Our tradition", such as old-fashioned duck rice (Monday), cod loins, Margarida da Praça style (Thursday), or roast kid with potato and sautéed broccoli rabe (Sunday). But also, specialties such as beef tenderloin, sweet potato, green asparagus, corn bread and pistachio biscuits and Val Moreira red wine reduction or Bísaro pork neck, baby potatoes, pak choi and grapes in Port wine or rack of lamb with pea and wild mushroom risotto. Armamar apple puff, almond milk and cream ice cream, cavaca de Resende cake and pear jam with ginger or honey crème brûlée with roasted strawberries are some of the desserts.

- **At the bar:** In addition to wine by glass of different brands, there is sangria, sparkling cocktails, regional cheese and smoked sausage platters, five o'clock tea and a wide selection of gins available.

- **At the wine cellar:** There are visits to the cellar and wine tastings available every day. There are different tastings, depending on the wine types to try: Val Moreira Wine Tasting, Classic Wine Tasting and Premium Wine Tasting

- **On the panoramic terrace:** Here is the perfect place to take many selfies and share photos on social media. There is a stool strategically placed for you to get the best shots.

- **Nearby:** At the estate, you can also enjoy walking among the vineyards, the olive grove or the almond tree grove (which are particularly beautiful during the almond blossom season). Nearby you can visit the Folgosa sightseeing promenade, the Nossa Senhora das Neves chapel or the ruins of the Pai Calvo Village, in Marmelal. But also, the Santo Adrião Romanesque bridge. In Armamar, the tourist attractions include the São Miguel Main Church, the Nossa Senhora da Paixão Chapel or the Misarela Viewpoint.

- **Best time to go:** In spring, the vines' vivid green reflected on the Douro River's water mirror draws a unique scenery. In the summer months, the villages dress up for different celebrations and pilgrimages, namely of religious nature and in honor of saints. The harvesting season makes the heart of the Douro Wine Region even more lively. Then, with the arrival of autumn, the terraces are covered in yellow, red and brown hues. In turn, in winter, the famous Morning Mists are frequent, when a magical layer of clouds covers the Douro.



SIXT Portugal

P Raquel Fins, responsável pelo Brand Marketing and Communication da Sixt Portugal, revela os planos de expansão e as principais novidades da *rent a car* para o mercado nacional. Parceria com a Vila Galé dá 10% de desconto no aluguer de veículos.

E Raquel Fins, head of Brand Marketing and Communication of Sixt Portugal, reveals the car rental company's expansion plans and their main news for the domestic market. The partnership with Vila Galé grants a 10% discount on car rental.

Desde que foi fundada na Alemanha, quais os momentos mais importantes da história da Sixt?

A Sixt desenvolve soluções inovadoras de mobilidade desde 1912, ano em que foi fundada por Martin Sixt. O primeiro balcão abriu em 1917, em Munique.

Hoje é líder de mercado na Alemanha e uma das mais importantes *rent a cars* da Europa. Em 1945, na segunda guerra mundial, Martin Sixt testemunhou o confisco de todas as viaturas Sixt, com a exceção de um Mercedes 230 Landulet, por parte do exército alemão. Em 1969 chega a terceira geração da família Sixt, com Erich Sixt, atual CEO. Em 1988, começa a expansão internacional pela Suíça e a partir daí a Sixt torna-se numa *rent a car* à escala global.

Fruto da constante inovação, em 2008, é a primeira *rent a car* a permitir reservas via iPhone. No ano passado, anunciou a sua proposta mais arrojada, reunindo vários produtos de mobilidade numa só aplicação, a Sixt - app "rent.share.ride". Atualmente, a Sixt está em mais de 130 países, com uma frota predominantemente premium de 270.000 viaturas, e tem 2.300 estações de aluguer a nível mundial. Tem uma faturação de 2,93 mil milhões de euros e conta com 6.000 colaboradores em todo o mundo.



Since it was founded in Germany, what are the most important moments in the history of Sixt?

Sixt has developed innovative mobility solutions since 1912, the year it was founded by Martin Sixt. The first branch opened in 1917 in Munich. Today Sixt is the market leader in Germany and one of the most important car rental companies in Europe. In 1945, in World War II, Martin Sixt witnessed the confiscation of all Sixt vehicles, with the exception of a Mercedes 230 Landulet, by the German army. In 1969, comes the third generation of the Sixt family with Erich Sixt, the current CEO. In 1988, international expansion began in Switzerland, and from then on Sixt became a global car rental company.

As a result of its constant innovation, in 2008, it became the first car rental company to allow bookings via iPhone. Last year, it announced its boldest offer, bringing together several mobility products into a single application, the Sixt - app "rent.share.ride". Currently, Sixt is present in more than 130 countries, with a predominantly premium fleet of 270,000 vehicles, and it has 2,300 rental stations worldwide. It has a turnover of 2.93 billion Euros in sales and has 6,000 employees worldwide.

Quando chegou a Portugal?

A Sixt entra definitivamente em Portugal em março de 2015, através do Grupo JAP, que adquire a *master franchise*. À semelhança da Sixt, o Grupo JAP é também centenário e de gestão familiar, e tem crescido de forma sustentada. Temos mais de 300 colaboradores, de norte a sul e nas ilhas. Com 13 balcões e oito pontos de serviço e oficinas do Grupo JAP, a Sixt caracteriza-se pela qualidade do seu serviço e viaturas novas - com uma média de idade de sete meses -, pela diversidade de oferta, desde desportivos, automáticos a descapotáveis e SUV, e pela garantia de qualidade dada pelos mais importantes e conceituados fabricantes de automóveis.

Que tipo de serviços disponibilizam e quais são os mais procurados?

A Sixt aposta num serviço *premium* completo. Dispomos de uma vasta oferta de extras de aluguer: dispositivo de via verde em todas as viaturas, a Sixt app, serviço de pré-pagamento de tanque de combustível, GPS, Sixt Limousine Service ou o Sixt Connect. É um serviço exclusivo e é um dos extras que mais atrai os nossos clientes, pelas chamadas nacionais e internacionais grátis até 60 minutos, internet de alta velocidade, *hotspots* até cinco dispositivos móveis e mapas da cidade.

O turismo tem crescido muito em Portugal. Como se reflete no vosso negócio?

Somos uma marca internacional e isso reflete-se na tipologia dos nossos clientes. 10% são de origem portuguesa, enquanto 90% são internacionais, sobretudo da Alemanha, França, Reino Unido, Brasil e Estados Unidos.

When did Sixt arrive in Portugal?

Sixt definitely entered Portugal in March 2015, through the JAP Group, which acquired the master franchise. Similarly to Sixt, the JAP Group is also centuries-old and family-run, and has grown steadily. We have more than 300 employees from north to south and on the islands. Sixt is equipped with 13 branches and eight service stations and repair shops of the JAP Group, Sixt is characterized by the quality of its service and new vehicles - with an average age of seven months -, by its diverse offer range, from sports cars, to automatics, convertibles and SUV, and for the quality assurance given by the most important and reputed automobile manufacturers.

What kind of services are available and which ones are the most wanted?

Sixt focuses on a full premium service. We offer a wide range of rental extras: electronic toll device in all vehicles, Sixt app, fuel tank pre-payment service, GPS, Sixt Limousine Service or Sixt Connect. This is an exclusive service and is one of the extras that most attracts our guests, due to its free national and international calls up to 60 minutes, high-speed internet, hotspots up to five mobile devices and city maps.

Tourism has grown a lot in Portugal. How does that reflect on your business?

We are an international brand and this is reflected in our client typology. 10% out of them are of Portuguese origin, while 90% are international, mainly from Germany, France, the United Kingdom, Brazil and the United States.

Que planos de expansão têm para Portugal?

A Sixt Portugal cresceu de forma impressionante nos últimos quatro anos, abrindo três a quatro balcões por ano. Estamos a pensar na expansão para cidades que consideramos estratégicas como Coimbra, Leiria, Braga e Aveiro.

Que vantagens oferecem aos clientes da Vila Galé?

Inúmeras, desde o desconto direto *online* ao serviço Guest, diretamente a partir do quarto de hotel. Ser "guest" num hotel Vila Galé é ser um "guest" da Sixt. Garantimos aos nossos clientes mútuos a entrega de viaturas diretamente em qualquer um dos hotéis do grupo Vila Galé, bem como a posterior devolução em qualquer aeroporto nacional, sem custo adicional. Por exemplo, desde 2016 é possível requisitar o aluguer de uma viatura premium da Sixt em hotéis Vila Galé.

**E que benefícios dão aos vossos clientes quando querem ficar na Vila Galé?**

Enquanto parceiro oficial da Vila Galé, a Sixt dispõe de um *link* privilegiado no *site* oficial do grupo, com um desconto direto de 10% sobre o valor de um aluguer feito através do nosso *website*.

What expansion plans do you have for Portugal?

Sixt Portugal has grown dramatically over the last four years, at a rate of opening three to four branches per year. We are already thinking of expanding to cities we consider strategic, such as Coimbra, Leiria, Braga and Aveiro.

What advantages do you offer to Vila Galé clients?

Countless advantages, from direct online discount to Guest service, directly from their hotel room. Being a guest at a Vila Galé hotel is being a "guest" at Sixt. To our mutual clients, we guarantee the delivery of vehicles directly in any of the Vila Galé group's hotels, as well as their subsequent return in any national airport, without an additional cost. For example, since 2016 you can request the rental of a premium Sixt car in Vila Galé hotels.

And what benefits do you give your clients when they want to stay at Vila Galé?

As an official partner of Vila Galé, Sixt has a privileged link on the official website of the group, with a direct discount of 10% on the value of a rental made through our website.

PUB

PROGRAMA DE FIDELIZAÇÃO | LOYALTY PROGRAM

JUNTE-SE AO VILA GALÉ STAR E SAIA JÁ A GANHAR!

JOIN OUR LOYALTY CARD AND WIN EVERYTIME!



REGISTE-SE AGORA!
SIGN UP NOW!
www.vilagale.com

FREE

Adesão Gratuita
Free Membership



Promoções Exclusivas
Exclusive Promotions



Descontos Diretos
Direct Discounts



Early Check In
& Late Check Out
mediante disponibilidade
subject to availability

MICHEL TELO

P O cantor e compositor brasileiro Michel Teló, autor do êxito “Ai se eu te pego” e jurado no The Voice Brasil, é um dos grandes expoentes da música sertaneja na atualidade. Depois de ter protagonizado o Churrasco do Teló no Vila Galé Cumbuco, o compositor fala dos seus destinos preferidos quando o assunto é viajar.

E Brazilian singer and songwriter Michel Teló, author of the hit song “Ai se eu te pego” and a judge on The Voice Brazil, is currently one of the great figures of Brazilian music. After being the star of the Churrasco do Teló (“Teló’s Barbecue” show) at Vila Galé Cumbuco, the songwriter talks about his favorite destinations when it comes to leisure travel.



Como começou a sua carreira e quando decidiu que seria cantor?

Canto em bailes desde os 12 anos. Tinha uma banda com meu irmão e outros músicos e tocávamos todos os finais de semana, era das 23h às 4h da manhã. Eu cantava e tocava sanfona. Desde os sete anos, já tocava piano e acordeon. Sempre soube que queria cantar, tocar, ser músico e meus pais sempre me incentivaram.

Quais foram os momentos mais marcantes da sua carreira?

Graças a Deus são muitos. As viagens por conta do sucesso de “Ai se eu te pego”, tudo o que pude conhecer e aprender. Atualmente, é o poder viajar pelo Brasil com o musical “Bem Sertanejo”, poder realizar projetos como o Churrasco do Teló [em abril, no Vila Galé Cumbuco]. Sou muito grato por tudo o que a música me tem proporcionado.

Esperava o sucesso da música “Ai se eu te pego”?

Jamais. A gente nunca está à espera. Não esperava a repercussão que teve. Isso que aconteceu com essa música é coisa de Deus, eu sempre falo isso. Foi um presente e uma benção. Teve muita luta antes dela, muito trabalho, mas tem muita gente que vive trabalhando, buscando e lutando e não consegue.

How did you start your career and when did you decide that you would become a singer?

I’ve been singing in dances since I was 12 years old. I had a band with my brother and other musicians, and we used to play every weekend, from 11 pm to 4 am. I sang and played the accordion. From the age of seven, I played the piano and accordion. I always knew that I wanted to sing, play music, be a musician and my parents always encouraged me to do so.

What were the most remarkable moments of your career?

Thankfully, there have been many. All the traveling I did due to the success of the song “Ai se eu te pego” and everything I was able to discover and learn. Currently, it is my ability to travel across Brazil with the musical show “Bem Sertanejo” and being able to carry out projects such as Churrasco do Teló [in April, in Vila Galé Cumbuco]. I am very grateful for everything that music has brought me.

Did you expect the success of the song “Ai se eu te pego”?

Never. I would never expect it. I did not expect the repercussion it actually had. I always say that this song’s success is due to the help of God. It was a gift and a blessing. I fought and worked very hard for it, but there are a lot of people who also work, seek and fight for it but don’t achieve it.

Está a completar cinco anos de casado com a Thais Fersoza. Como concilia a vida profissional e pessoal?

É ótima. Tentamos sempre estar juntos, volto para casa sempre que possível entre um *show* e outro.

O que acha do sucesso da Melinda e do Teodoro, seus filhos, nas redes sociais?

Eu sou suspeito para falar deles, sou apaixonado.

You are now reaching your fifth wedding anniversary to Thais Fersoza. How do you reconcile your professional and personal life?

It's wonderful. We always try to be together; I go back home whenever possible between shows.

What do you think about the success of your children, Melinda and Teodoro, on social networks?

One can't expect me to say anything different about them, I love them so much.



Neste ano você realizou a segunda edição do Churrasco do Teló no Vila Galé Cumbuco. Qual a importância deste projeto?

Desde que eu me conheço por gente, desde muito pequeno, a gente fazia churrasqueira na família. Já é uma tradição familiar. E, então, junto com a gravadora Som Livre, desenvolvemos esse projeto, que é para toda família. Acho legal o clima de juntar os amigos, a família e todos aproveitarem juntos um final de semana.

This year you held the second edition of Churrasco do Teló ("Teló's Barbecue" show) at Vila Galé Cumbuco. How important is this project?

Ever since I remember, since we were very young, we used to hold barbecues in the family. It became a family tradition. And then, together with the record company Som Livre, we developed this project, which is directed to families. I think it's cool to have friends, family and everyone getting together and enjoy the weekend.

Já lançou grandes sucessos, protagoniza o musical "Bem Sertanejo" e é jurado do maior programa de talentos do Brasil, o The Voice. Quais são os próximos passos na carreira?

Muitos. Por onde a música me levar eu vou...

You have already released great hits, you are now starring in the musical "Bem Sertanejo" and you are also a judge on the country's biggest talent show, The Voice Brazil. What will the next steps in your career be?

Many. Wherever the music takes me, I'll go ...

Costuma viajar em passeio com frequência?

Quando tiro férias, viajo sim.

Do you travel for leisure frequently?

When I take time off, yes, I do travel.

Qual a cidade ou país foi mais marcante?

Difícil escolher. Eu vivi muita coisa boa graças à música, conheci lugares que nem imaginava. Mas meus destinos preferidos são com praia. Acho que posso escolher Maldivas como um lugar muito especial.

Which city or country has been the most striking for you so far?

It's hard to choose. I have had many good experiences thanks to music, and I have discovered places I did not even know. But my favorite destinations are close to the beach. I think I would pick the Maldives as a very special place.



DESCUBRA A MEDICINA TRADICIONAL CHINESA

DISCOVER THE TRADITIONAL CHINESE MEDICINE



Ventosaterapia / Cupping Therapy



Tai Chi



Acupuntura / Acupuncture

P Técnicas milenares ajudam a reduzir o *stress* e a ansiedade, contribuem para relaxar e aliviam dores de cabeça e de costas. Vai querer que Ventosaterapia, acupuntura, massagem Tui Na, Qi Gong e Tai Chi comecem a fazer parte do seu dia-a-dia.

E Millennial techniques help reduce stress and anxiety, help relax and relieve headaches and backaches. You will want cupping therapy, acupuncture, Tui Na massage, Qi Gong and Tai Chi to become part of your day-to-day life.

P A medicina tradicional chinesa é a mais recente novidade do spa Satsanga do Vila Galé Sintra, um hotel de cinco estrelas dedicado à saúde e bem-estar.

Praticadas por terapeutas devidamente credenciados, estão agora disponíveis diferentes técnicas desta terapia milenar originária da China, que promove o equilíbrio energético do corpo e da mente.

Por exemplo, para reduzir o *stress* e a ansiedade, aliviar dores de cabeça, de costas e do pescoço e até para recuperar do *jet lag*, sugere-se a massagem terapêutica Tui Na. Graças a métodos tradicionais executados com as mãos, esta terapia proporciona relaxamento muscular, bem-estar físico e emocional e reforça o sistema imunitário.

Outra opção é a ventosaterapia que, através da aplicação de ventosas no corpo, tem efeitos analgésicos e anti-inflamatórios, reduzindo dores e os efeitos negativos de certos estados emocionais.

Já a acupuntura, técnica indolor que consiste na aplicação de agulhas em pontos específicos do corpo para promover a estimulação energética, é especialmente indicada para prevenir e tratar certas patologias e desarmonias físicas e mentais.

Com a duração de 50 minutos por sessão, um *pack* de seis sessões destas terapias – cuja combinação de técnicas será decidida consoante as necessidades do paciente – custa 270€.

No spa Satsanga do hotel Vila Galé Sintra é ainda possível fazer aulas individuais ou em grupo de Qi Gong e Tai Chi, com preços desde 10€. Ao longo de 45 minutos, os participantes aprendem (ou aperfeiçoam) exercícios com movimentos simples, lentos e harmoniosos, de baixa intensidade que, pelo controlo da respiração e da mente, conduzem a estados de meditação e grande relaxamento. Estas aulas são adaptáveis a pessoas de qualquer idade e com diferentes níveis de mobilidade física.

E Traditional Chinese medicine is the latest addition to the Satsanga spa at Vila Galé Sintra, a five-star hotel dedicated to health and wellness.

Performed by properly accredited therapists, we now have different techniques available of this millenarian therapy originating in China, which promotes the energetic balance of body and mind.

For example, to reduce stress and anxiety, relieve headaches, backaches and neck pain, and even to recover from jet lag, we suggest a Tui Na therapeutic massage. Thanks to traditional methods performed with the hands, this therapy provides muscle relaxation, physical and emotional well-being and boosts the immune system.

Another option is cupping therapy, which has analgesic and anti-inflammatory effects, reducing pain and negative effects of certain emotional states, with the application of suction cups on the body.

Acupuncture, a painless technique that consists of the application of needles in specific points of the body to promote energy stimulation, is especially indicated to prevent and treat certain pathologies and physical and mental disharmony.

With each session lasting 50 minutes, a pack of six sessions of these therapies – whose combination of techniques will be decided according to the needs of every patient – has a cost of €270.

At the Satsanga spa in the Vila Galé Sintra hotel, you may also take individual or group Qi Gong and Tai Chi lessons, with prices starting from €10. Over 45 minutes, participants learn (or improve) exercises with simple, slow, low-intensity and harmonious movements that, by controlling the mind and breathing, lead to states of meditation and deep relaxation. These sessions are adaptable to people of any age group and with different levels of physical mobility.

Esta é a escolha da *#geraçãoceleiro*



Desconto 10% em todas
as lojas Celeiro

*não é acumulável com outras campanhas



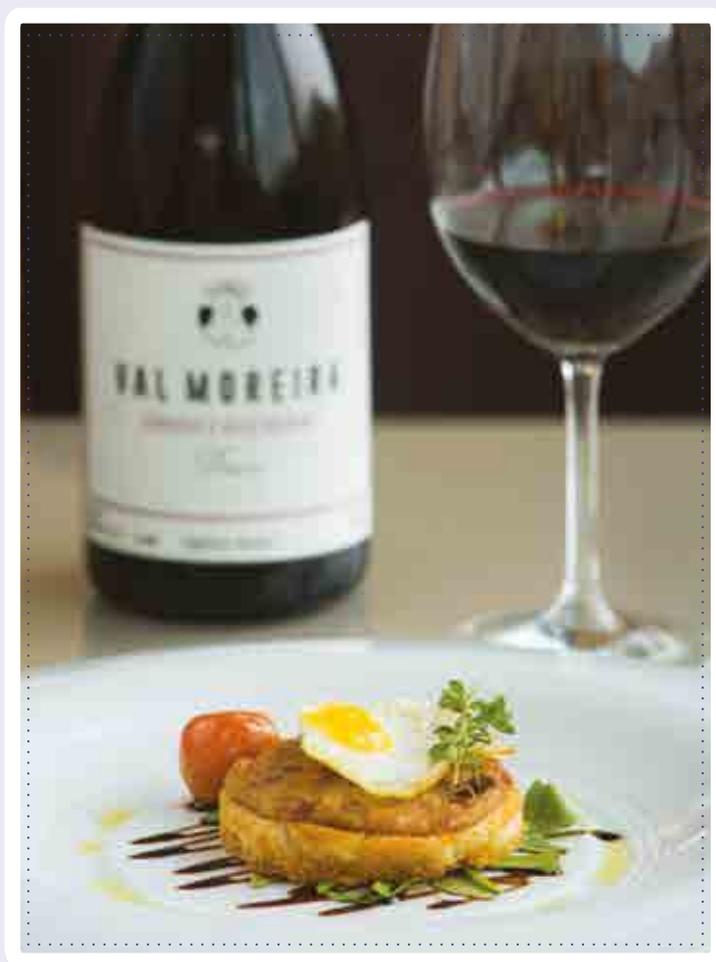
CELEIRO
viver de corpo e alma

Receita Recipe

TORRICADO DE ALHEIRA DE LAMEGO COM OVOS DE CODORNIZ

LAMEGO ALHEIRA SAUSAGE
TORRICADO WITH QUAIL EGGS

Pode experimentar este prato no restaurante Val Moreira do Vila Galé Douro Vineyards.
You can try this dish at the restaurant Val Moreira in Vila Galé Douro Vineyards.



Ingredientes Ingredients

Para 4 pessoas:

- 300 g de pão rústico fatiado
- 400 g de alheira de Lamego
- 40 ml de azeite
- 20 g de alho
- 4 ovos de codorniz
- 40 g de rúcula
- 40 ml de glacê de balsâmico
- 4 tomates cherry pequenos

Serves 4 people:

- 300 g of sliced rustic bread
- 400 g of Lamego alheira sausage
- 40 ml of olive oil
- 20 g of garlic
- 4 quail eggs
- 40 g of arugula
- 40 ml of balsamic glaze
- 4 small cherry tomatoes

Preparação Preparation

- 1 Comece por cortar as fatias de pão em discos com a ajuda de um corta-massas redondo;
- 2 Pique o alho finamente e junte ao azeite;
- 3 Regue o pão cortado com o preparado de azeite e alho;
- 4 Cubra cada uma das rodela de pão com o recheio da alheira;
- 5 Leve ao forno a assar, a 180°C, durante 15 minutos;
- 6 Estrole o ovo de codorniz num fio de azeite quente;
- 7 Disponha uma porção de folhas de rúcula no centro do prato e tempere com o glacê balsâmico;
- 8 Coloque por cima o torricado de alheira e o ovo de codorniz;
- 9 Decore com um pequeno tomate cherry e sirva de imediato.

- 1 Start by slicing the bread into disks with the help of a round cutter;
- 2 Chop the garlic finely and add to the olive oil;
- 3 Drizzle the olive oil and garlic over the sliced bread;
- 4 Cover each loaf of bread with the alheira sausage's filling;
- 5 Bake at 180°C for 15 minutes;
- 6 Fry the quail egg in a dash of hot olive oil;
- 7 Arrange a few arugula leaves in the center of the plate and season it with the balsamic glaze;
- 8 Place the alheira sausage torricado (grilled rustic bread) on top;
- 9 Decorate with a small cherry tomato and serve immediately.

ESTES SÃO OS MELHORES MIRADOUROS PARA... (AD)MIRAR O DOURO

THESE ARE THE BEST VIEWPOINTS TO VIEW AND ADMIRE THE DOURO

P Neste roteiro, sugerimos três dos mais bonitos miradouros da região duriense. Tem mesmo de inclui-los nos planos de viagem. Para completar a viagem, percorra a melhor estrada do mundo - a nacional 222, sobretudo entre Folgosa e Pinhão - e faça um passeio de barco no rio.

E In this itinerary, we suggest three of the most beautiful viewpoints in the Douro region. You really have to include them in your travel plans. To complete the tour, take the best road in the world - the National road 222, especially between Folgosa and Pinhão - and take a boat trip on the river.



P De carro, de barco, de comboio. Há muitas formas de conhecer e desfrutar do Douro, mas escolha a que escolher vai sempre descobrir soberbas paisagens, recantos encantadores e 'postais' deslumbrantes. Afinal, estamos a falar de património mundial da Humanidade, título atribuído pela UNESCO e mais do que merecido. Ainda assim, no seu roteiro não podem faltar três dos miradouros mais imponentes da região. Em Peso da Régua rume a São Leonardo da Galafura, um "excesso da natureza", como lhe chamou Miguel Torga, de onde consegue avistar o Vale do Douro e a Serra do Marão. Depois, siga até Casal dos Loivos e deixe-se perder de amores pelo quadro: os vinhedos em socalcos a emoldurar languidamente o rio Douro e o Pinhão. E saiba que esta vista já foi considerada pela BBC uma das seis mais belas do mundo.

Daqui, desça até ao Pinhão e vá conhecer a pitoresca estação ferroviária. Dedique algum tempo aos seus 24 painéis com 3047 azulejos, de 1937, que contam a história do douro vinhateiro. Junto ao rio, aproveite para embarcar num passeio de barco. Durante pelo menos uma hora, rente à água, absorva a magnitude dos montes e vales e deixe-se envolver pelo silêncio. Dependendo da época do ano, recomenda-se casaco - o ventinho sabe bem na cara, mas o resto do corpo agradece o agasalho - e chapéu. Consoante a estação, prepara-se também para tons mais verdes ou mais quentes, com uma paleta que mistura irreprensivelmente amarelo, vermelho e castanho.

No regresso, atravesse a ponte projetada por Gustave Eiffel e prossiga até entroncar na Nacional 222, cujo troço entre Pinhão e Peso da Régua foi já classificado como melhor estrada do mundo para conduzir. À sua maneira, este também é um miradouro a não perder. Quanto à terceira sugestão, conduza até São Salvador do Mundo, perto de São João da Pesqueira. Daqui dizem que se vê meio Douro. Mas será precisamente aqui que perceberá que ainda há muito por explorar e que o melhor é voltar mais vezes. O Douro estará pacientemente à sua espera.

E By car, by boat, by train. There are many ways to get to know and enjoy the Douro, but no matter which way you choose, you will always discover superb landscapes, charming corners and breathtaking iconic sceneries. After all, it's a World Heritage Site we are talking about - a well-deserved title granted by UNESCO. Still, in your itinerary make sure you don't miss three of the region's most impressive viewpoints. In Peso da Régua, head to São Leonardo da Galafura, an "excess of nature", as Miguel Torga called it, from where you can sight the Douro Valley and the Marão Mountains. Then move on to Casal dos Loivos and let yourself fall in love with the scenery: the terraced vineyards languidly framing the Douro River and Pinhão. And note that this view has already been considered by the BBC one of the six most beautiful in the world.

From that point, move down to Pinhão and visit its picturesque train station. Spend some time viewing its 24 panels with 3,047 tiles dating from 1937, which tell the story of the Douro Wine Region. By the riverside, take the opportunity to go on a boat trip. For at least an hour, along the water surface, absorb the magnitude of the hills and valleys and let silence take over you. Depending on the time of year, wearing a coat is recommended - the wind feels good in your face, but the rest of the body will be thankful for the coat - and hat. Depending on the season, expect greener or warmer tones, with a palette that irrepressibly combines yellow, red and brown tones. On the way back, cross the bridge designed by Gustave Eiffel and continue until intersecting the National road 222, whose section between Pinhão and Peso da Régua has been classified as the best road in the world to drive. In its own way, this is another viewpoint you should not miss. As for our third suggestion, drive to São Salvador do Mundo, near São João da Pesqueira. It is said that one can view half of the Douro from there. But it will be precisely there that you will realize there is still much to explore and that it is best to return more often. The Douro will be patiently awaiting you.



Ana Pinto

Nutricionista do Vila Galé Sintra
Nutritionist of Vila Galé Sintra

SAIBA COMO SER SAUDÁVEL EM TEMPO DE FÉRIAS

LEARN TO BE HEALTHY DURING THE HOLIDAYS

P O futuro é sem dúvida a prevenção, o exercício físico, a longevidade saudável e os hábitos alimentares equilibrados. Porquê engordar dois ou cinco quilos nas férias? Na vida, podemos tirar férias de tudo, menos da nossa saúde. O começo de férias é sinónimo de *relax*, por isso diminua o ritmo e aproveite o tempo livre para fazer tudo o que não consegue encaixar no seu dia-a-dia. Porém, se passar a maior parte do tempo em estado “*dolce piacere di fare niente*” [o prazer de não fazer nada], o gasto energético diminui drasticamente. Se ingerir mais calorias e queimar menos, sem dúvida que irá aumentar o peso e a sua barriguinha. Consuma somente o que vale a pena, não se perca por qualquer alimento.

Aproveite o sol para aumentar o *stock* de vitamina D, fazer aquele treino *power*, experimentar terapias holísticas, aprender a meditar, fazer uma nova posição de *yôga*, dormir a *siesta*, ler o tal livro recomendado, experimentar alimentos diferentes e, claro, ter uma alimentação saudável.

Deixo-lhe sugestões que vão impedir os famosos quilinhos extra pós-descanso:

- Mantenha uma rotina, tenha horários para se alimentar;
- Comece o dia com um copo de água; tome sempre o pequeno-almoço e leve *snacks* saudáveis para a praia ou para comer enquanto passeia;
- Evite exagerar do álcool, beberique... E no dia seguinte beba sumos *detox*, chá e água;
- Coma com calma, organize as suas refeições e não faça passeios gastronómicos, faça escolhas inteligentes, invista em saladas, legumes, proteínas, frutas e água;
- Coma primeiro o mais saudável e depois coma o que está com vontade;
- Tente comer menos à noite, para dormir melhor e acordar com melhor disposição;
- Opte por qualidade e não quantidade;
- Ingira um prato de salada ou sopa antes da refeição;
- Utilize um prato menor, não repita as doses. Se abusou num dia, compense no seguinte;
- Leve na mala roupas *fitness*, programe o seu treino, gaste energia em atividades físicas, elimine a tensão com uma aula de *yôga*, meditação ou massagem no hotel;
- Deixe de lado os assuntos relacionados com o trabalho, dê o seu melhor e não se culpe.

Viva as férias com prazer, porque o mais importante é estarmos felizes, saudáveis e cientes das nossas escolhas.

E Without a doubt, the future is about prevention, physical exercise, healthy longevity and balanced eating habits. Why put on two or five kilos on vacation? In life, we can take leave from everything but our health. The start of vacation is all about relaxation, so slow down and take your free time to do everything you cannot usually fit into your day-to-day life. However, if you spend most of your time in a state of *dolce piacere di fare niente* [“the pleasure of doing nothing”, in Italian], your energy expenditure decreases drastically. If you ingest more calories and burn less, no doubt it will increase your weight and your tummy. Only eat what is worth eating, don't get lost for any food.

Enjoy the sun to increase your vitamin D stock, do that power training, try holistic therapies, learn to meditate, try a new yoga position, nap your siesta, read that book you were recommended, taste different foods and of course, keep a healthy diet.

I will share some suggestions with you that will prevent the well-known post-holiday extra pounds:

- Keep a routine, have a meal schedule;
- Start the day by drinking a glass of water; never skip breakfast and carry healthy snacks to the beach or to eat while you stroll around;
- Avoid drinking too much alcohol, and too much sipping... And the next day drink some detox juice, tea and water;
- Eat calmly and unhurried, organize your meals and don't go for gastronomic tours, make smart choices, invest in salads, vegetables, proteins, fruit and water;
- Eat healthier options first and then eat what you crave;
- Try to eat less at night, so that you can sleep better and wake up in a better mood;
- Choose quality over quantity;
- Have a salad dish or soup before the meal;
- Use a smaller plate and do not repeat the doses. If you've eaten too much on one day, make up on the following day;
- Carry your fitness gear, program your workout, spend energy on physical activities, and eliminate tension with a yoga class, meditation or massage at the hotel;
- Let go of work-related issues, do your best and don't feel guilty.

Live the holidays with pleasure, because the most important thing is to be happy, healthy and aware of our choices.

Delightful stay in a beautiful boutique hotel. Breakfast was delicious, with a large selection of choices. All staff were extremely helpful and made us feel most welcome.

Trevor, Vila Galé Porto Ribeira, Hotels.com, abril 2019

Top. Obrigado pelo descanso incrível que me proporcionaram. O staff super simpático e disponível. Todo o hotel está um "brinco". Comida fantástica, limpeza do hotel bem como do espaço exterior muito bem cuidado. Obrigado. Para voltar.

Tomás, Vila Galé Clube de Campo, Tripadvisor, abril 2019

Positive: Liked were it was the tranquil atmosphere to relax. Negative: Nothing.

Gerard, Vila Galé Albacora, Booking, abril 2019

Muito Bom! Boa comida e a praia linda!

Rosa, Vila Galé Touros, Google, abril 2019

AS OPINIÕES DOS NOSSOS HÓSPEDES OUR GUESTS' OPINIONS

feelings

Destinos em destaque Highlight Destinations



📍 Touros

P A cerca de 80 quilômetros de Natal, este destino paradisíaco oferece praias praticamente desertas e locais de imensa beleza natural como os Parrachos de Maracajaú ou as piscinas formadas pelo recife de coral, ideais para os amantes de mergulho.

Fique atento: Não perca o passeio de *buggy* pelas dunas de Genipabu, mas aproveite também para se refrescar nas águas da Lagoa de Jacumã e conhecer a pitoresca vila de São Miguel do Gostoso.

A Vila Galé tem o maior resort do estado do Rio Grande do Norte, mesmo junto à praia de Touros e com serviço all inclusive.

E About 80 kilometers from Natal, this paradise-like destination has virtually deserted beaches and sites of immense natural beauty, such as Parrachos de Maracajaú or the pools formed by the coral reef, ideal for those who love diving.

Don't miss: Do not miss the buggy rides through the dunes of Genipabu, but also cool off in the waters of the Jacumã Lagoon and visit the picturesque town of São Miguel do Gostoso.

Vila Galé has the largest resort in the state of Rio Grande do Norte, right by the Touros beach, with an all-inclusive service.



📍 Salvador

P Conhecida como a terra da alegria, Salvador é a capital do estado da Bahia, no Brasil. A mistura de raças, a influência da arquitetura colonial portuguesa e a música são presenças constantes nesta cidade.

Fique atento: Uma visita a Salvador implica uma passagem obrigatória pelo Elevador Lacerda, Farol da Barra, Mercado Modelo, Pelourinho e Igreja do Senhor do Bonfim. Se optar por uma das melhores épocas do ano, o Carnaval, assistirá a uma das maiores festas populares do mundo cheia de ritmos e sons contagiantes

A Vila Galé está em Salvador com um hotel de quatro estrelas na Rua Morro Escravo Miguel – Ondina.

E Known as the land of joy, Salvador is the capital of the Bahia state in Brazil. The mix of races, the influence of the Portuguese colonial architecture and the music are always present in this city.

Don't miss: While visiting Salvador you have to go to the Lacerda Lift, Barra Lighthouse, Modelo Market, Pelourinho and Senhor do Bonfim Church. If you choose one of the best times of the year, the Carnival, you will watch one of the biggest popular festivals of the world, filled with rhythms and infectious sounds.

Vila Galé is present in Salvador with a four-star hotel in Morro Escravo Miguel Street – Ondina.





📍 Braga

P Sendo uma das mais antigas cidades do país, com mais de 2.000 anos, Braga conjuga na perfeição o tradicional e o moderno, proporcionando uma viagem pela história e arquitetura de vários tempos.

Fique atento: Nesta cidade do norte de Portugal, coração da região minhota, é possível apreciar vestígios da época romana, visitar a primeira Sé Catedral do país, conhecer o estádio municipal de Braga, do arquiteto Eduardo Souto Moura, distinguido com o Prémio Pritzker em 2011, ou subir a monumental escadaria do Bom Jesus.

A Vila Galé tem um hotel de quatro estrelas em Braga, no centro da cidade.

E As one of the most ancient cities in the country, with over 2000 years, Braga perfectly combines the traditional and the modern, providing a journey through history and architecture of various eras.

Don't miss: In this northern city of Portugal, the heart of the Minho region, one may observe remains of Roman times, visit the country's first Cathedral, the municipal stadium of Braga, designed by the architect Eduardo Souto Moura, who was distinguished with the Pritzker Prize in 2011, or climb up the monumental stairway of Bom Jesus.

Vila Galé is present in Braga with a four-star hotel in the city center.

📍 Sintra

P Reconhecida pela UNESCO como Património da Humanidade, a Vila de Sintra encanta pela paisagem, pelo ambiente bucólico e romântico e por monumentos como o Palácio da Pena, Monserrate ou Quinta da Regaleira.

Fique atento: Aproveite para passear no centro histórico, mas não deixe de visitar as praias próximas como a Praia Grande, Praia das Maçãs ou Magoito, bem como o Cabo da Roca, o mais ocidental da Europa.

A Vila Galé conta com *healthy lifestyle* hotel, de cinco estrelas, onde é possível desfrutar de programas de saúde e bem-estar, alimentação de baixo teor calórico, massagens e terapias holísticas.

E Acknowledged by UNESCO as a World Heritage Site, the Town of Sintra is enchanting due to its landscape, its bucolic and romantic environment and monuments such as the Pena Palace, Monserrate or Quinta da Regaleira.

Don't miss: Take the chance to stroll around the historic center, but also make sure you visit the nearby beaches such as Praia Grande, Praia das Maçãs or Magoito, as well as Cape Roca (Cabo da Roca), the westernmost of Europe.

Vila Galé has a five-star healthy lifestyle hotel where you can enjoy wellness programs, low-calorie meals, massages and holistic therapies.



📍 Elvas

P Elvas ostenta o título de cidade-fortaleza e tem a maior fortificação abaluartada terrestre do mundo, o que lhe valeu a classificação de Património Mundial da Humanidade pela UNESCO em 2012.

Fique atento: Nesta cidade alentejana não deixe de ver o aqueduto da Amoreira, as muralhas, o forte de Nossa Senhora de Graça, mas também o Museu Militar, o Museu de Arte Contemporânea ou o Museu de Fotografia João Carpineiro.

A Vila Galé sugere o Vila Galé Collection Elvas, um hotel instalado num antigo convento, em pleno centro histórico da cidade.

E Elvas bears the title of fortress city and has the largest ground bastion fort in the world, which earned it the World Heritage of Humanity classification by UNESCO in 2012.

Don't miss: In this Alentejo city, do not miss the Amoreira aqueduct, the walls, the Nossa Senhora de Graça fort, but also the Military Museum, the Museum of Contemporary Art and the João Carpineiro Photography Museum.

Vila Galé suggests the Vila Galé Collection Elvas, a hotel set in a former convent, in the heart of the historic city center.

Serviços Vila Galé

Vila Galé Services



Clube Nep

P O Clube Nep é um espaço dedicado inteiramente às crianças, onde todas as atividades infantis são acompanhadas por animadores especializados e pela mascote do Clube – Nep, o Rei dos Mares – e a sua família de personagens. Uma programação que inclui pinturas, jogos tradicionais, desportos aquáticos e muito mais para as crianças se divertirem durante a estadia. Pode encontrar o clube nos seguintes hotéis: Vila Galé Collection Douro, Ericeira, Sintra, Clube de Campo, Lagos, Cerro Alagoa, Atlântico, Ampalius, Marina, Náutico, Tavira, Albacora, Santa Cruz, Fortaleza, Marés, Eco Resort de Angra, Eco Resort do Cabo, Cumbuco e Touros.

Nep Kids Club

E The Nep Club is a space entirely dedicated to children, where all the kids activities are monitored by specialised entertainers and the Club's mascot – Nep, the King of the Seas – and his family of characters. A programming that includes painting, traditional games, water sports and much more for children to have fun during their stay. You can find the club on the following hotels: Vila Galé Collection Douro, Ericeira, Sintra, Clube de Campo, Lagos, Cerro Alagoa, Atlântico, Ampalius, Marina, Náutico, Tavira, Albacora, Santa Cruz, Fortaleza, Marés, Eco Resort de Angra, Eco Resort do Cabo, Cumbuco and Touros



Clube de Fidelização

P O programa de fidelização espelha a clara preocupação em atribuir vantagens competitivas aos clientes que gradualmente se envolvem com a marca.

Neste sentido, a Vila Galé tem à disposição o cartão Vila Galé Star, atribuído sem custos a todos os clientes. O clube permite acesso a promoções exclusivas, descontos diretos em hospedagem, restaurante, spa e outros serviços, e tem a vantagem de *Early Check In* e *Late Check Out* gratuitos, mediante disponibilidade. Torne-se membro em www.vilagale.com preenchendo o formulário de adesão.

Loyalty Club

E The loyalty program reflects a clear concern in providing competitive advantage to customers who gradually engage with the brand.

In that sense, Vila Galé offers you Vila Galé Star card, which is granted free of charge to any customer after their first stay in one of our hotels. The club gives you access to exclusive promotions, direct discount in accommodation, restaurant, spa and other services, and has the advantage of enabling free *Early Check-In* and *Late Check-Out*, upon availability thereof. Become a member at www.vilagale.com and fill the membership form.

Pizzarias Massa Fina

P O grupo Vila Galé lançou um novo conceito de restauração em que as *pizzas* artesanais são o prato principal. Mas as cartas incluem também *bruschettas*, saladas, pastas, risotos e ainda gelados com sabores exclusivos. Diferencia-se pelo ambiente informal, com serviço rápido e preços competitivos. Em Portugal pode visitar-nos no Estoril, em Albufeira (na Praia da Galé), em Vilamoura e em Lagos. Já no Brasil, encontremos nos seguintes hotéis: Vila Galé Cumbuco, Vila Galé Fortaleza, Vila Galé Touros, Vila Galé Marés, Vila Galé Salvador e Vila Galé Rio de Janeiro.

Massa Fina Pizzerias

E The Vila Galé group has launched a new restaurant concept, in which artisan style pizzas are the main course. But the menus also include *bruschettas*, salads, pastas, risottos and ice cream of exclusive flavors. It stands out for its casual environment, with fast service and competitive prices. In Portugal, you can visit us in Estoril, Albufeira (Praia da Galé), Vilamoura and Lagos. In Brazil, find us at the following hotels: Vila Galé Cumbuco, Vila Galé Fortaleza, Vila Galé Touros, Vila Galé Marés, Vila Galé Salvador and Vila Galé Rio de Janeiro.



Vinhos Santa Vitória

P Para os grandes apreciadores de vinhos, o Grupo Vila Galé dispõe de uma empresa, Santa Vitória, focada na produção e comercialização de vinhos e azeites alentejanos de qualidade. Esta marca tem uma vasta gama de excelentes vinhos a que nenhum grande apreciador ficará indiferente, tais como a gama **Versátil**, a gama **Santa Vitória** e **Santa Vitória Grande Reserva** e por último a gama **Inevitável** que é feita apenas em grandes anos com as duas melhores castas do ano, tornando os seus vinhos únicos e irresistíveis.

Santa Vitória Wines

E For lovers of great wines, Vila Galé Group has a company, Santa Vitória, focused on producing and marketing high quality Alentejo wines and olive oils. This brand offers a wide range of excellent wines that no wine lover remains indifferent to, such as the Versátil range, the Santa Vitória and Santa Vitória Grand Reserve range, and – finally – the Inevitável range, which is only produced in great years with the two best grape varieties of the year, making their wines unique and irresistible.



Restaurante Inevitável

P O restaurante Inevitável é um espaço de degustação *à la carte*, presente nas diversas unidades do grupo e direcionado para os amantes da gastronomia. Com uma cozinha assente em inspirações mediterrânicas e apoiada por produtos de primeira qualidade, este restaurante prima por elevar a cozinha ao mais alto nível e proporcionar uma verdadeira experiência gastronómica.

Inevitável Restaurant

E The restaurant Inevitável is an *à la carte* tasting space, present in various hotels of the Group and directed to gastronomy lovers. Featuring a menu based on Mediterranean inspirations and supported by top quality products, this restaurant excels at raising the cuisine at the highest level and providing a true gastronomic experience



A nossa marca no mundo

Our foot print

PORTUGAL



NORTE E CENTRO NORTH & CENTER

- VILA GALÉ COLLECTION **BRAGA**
- VILA GALÉ **PORTO**
- VILA GALÉ **PORTO RIBEIRA**
- VILA GALÉ COLLECTION **DOURO**
- VILA GALÉ **COIMBRA**
- VILA GALÉ **DOURO VINEYARDS**

COSTA DE LISBOA LISBON COAST

- VILA GALÉ **ERICEIRA**
- VILA GALÉ **SINTRA**
- VILA GALÉ **CASCAIS**
- VILA GALÉ **ESTORIL**
- VILA GALÉ COLLECTION
- PALÁCIO DOS ARCOS** PAÇO DE ARCOS
- VILA GALÉ **ÓPERA** LISBOA

MADEIRA

- VILA GALÉ **SANTA CRUZ**

ALENTEJO

- VILA GALÉ **ÉVORA**
- VILA GALÉ **CLUBE DE CAMPO** BEJA
- VILA GALÉ COLLECTION **ELVAS**

ALGARVE

- VILA GALÉ **ALBACORA** TAVIRA
- VILA GALÉ **TAVIRA**
- VILA GALÉ **AMPALIUS** VILAMOURA
- VILA GALÉ **MARINA** VILAMOURA
- VILA GALÉ **CERRO ALAGOA** ALBUFEIRA
- VILA GALÉ **ATLÂNTICO** ALBUFEIRA
- VILA GALÉ COLLECTION **PRAIA** ALBUFEIRA
- VILA GALÉ **NÁUTICO** ARMAÇÃO DE PÉRA
- VILA GALÉ **LAGOS**

BRASIL BRAZIL



CEARÁ

- VILA GALÉ **FORTALEZA**
- VILA GALÉ **CUMBUCO**
- VG SUN BY VILA GALÉ**

RIO GRANDE DO NORTE

- VILA GALÉ **TOUROS**

PERNAMBUCO

- VILA GALÉ **ECO RESORT DO CABO**

BAHIA

- VILA GALÉ **SALVADOR**
- VILA GALÉ **MARÉS**

RIO DE JANEIRO

- VILA GALÉ **ECO RESORT DE ANGRA**
- VILA GALÉ **RIO DE JANEIRO**

NOVOS PROJETOS NEW PROJECTS

- 2019** VILA GALÉ **SERRA DA ESTRELA** Portugal
- 2020** VILA GALÉ COLLECTION **ALTER REAL** Portugal
- 2020** VILA GALÉ **PAULISTA** Brasil
- 2022** VILA GALÉ **COSTA DO CACAU** Brasil

RESERVE JÁ
BOOK NOW



PT (+351) 21 790 76 10
BR (+55) 71 3263 9999



reservas@vilagale.com
brasil.reservas@vilagale.com



VILA GALÉ SINTRA

RESORT HOTEL, CONFERENCE & REVIVAL SPA

★★★★★



APARTAMENTOS DE LUXO COM SERVIÇOS DE SAÚDE E BEM-ESTAR

LUXURY APARTMENTS WITH HEALTH AND WELLNESS SERVICES

sintra.vendas@vilagale.com | +351 961 897 459



As férias
sabem melhor
com um
bom café.



ENCONTROS PERFEITOS

