

ACTIVA

FORÇA
É A NOVA
BELEZA

O renascimento
de Bárbara

Investigadora,
médica oncologista

**FÁTIMA
CARDOSO**

As respostas ao
cancro da mama

€24,90



burros, cavalos e cães. E depois não deixe de explorar a gastronomia variada da região, o peixe e marisco, mas também a carne das planícies alentejanas, incluindo o porco preto do montado local. Em 2019, TEIMA foi considerado o melhor turismo rural pelos prémios Turismo do Alentejo.



CERQUIDO VILLAGE E SPA

Ponte de Lima

Perfeito para descontrair, este paraíso minhoto foi recentemente remodelado pela arquiteta Teresa Aroso. As novidades são as casas construídas sobre o que são consideradas as ruínas habitacionais mais antigas da serra de Arga, que se vieram juntar aos alojamentos já existentes, a piscina exterior infinita e a interior, climatizada e salgada, e dois jacuzzis. Aventura também não falta para os adeptos do 'descanso ativo': caminhadas, passeios a cavalo, de bicicleta e observação de aves, atividades que podem culminar numa relaxante massagem com óleos essenciais.



T-shirt
Le Mot,
€68

Saia
Pooze,
€151



Sapatos **Rockport,**
€99,90