



Jornada 1 | NO CORAÇÃO DE LISBOA

Sé Catedral » Parque das Nações

Este primeiro dia de viagem percorre uma zona urbana, entre a **Sé de Lisboa**, no **centro histórico** da capital e o **Parque das Nações**, já na área oriental da cidade, num percurso de cerca de **12,5 km** com uma duração aproximada de **5 horas**. Trata-se de uma caminhada que lhe permite desfrutar da cidade, desde a antiga colina do Castelo até à zona oriental, percorrendo diversos bairros da frente ribeirinha, onde a relação entre natureza e vida urbana cria ambiências de rara beleza. Este trajeto coincide com o Caminho de Santiago.

O percurso tem um grau de dificuldade fácil. Mas sugerimos uma caminhada lenta, de modo a observar múltiplos e surpreendentes aspetos de um riquíssimo e original património cultural e ambiental.



LISBOA | Implantada no Estuário do Tejo, próximo da foz do rio e do Oceano Atlântico, é a capital de Portugal e o grande centro urbano da Área Metropolitana de Lisboa. Desde a Antiguidade, aqui se fixaram populações atraídas pela situação geográfica privilegiada. A presença romana deu-lhe centralidade e urbanidade. Entre o século VIII e o século XII, configurou-se a cidade muçulmana. Conquistada em 1147 pelo primeiro Rei de Portugal, Afonso Henriques, organizou-se como cidade cristã e no século XIII tornou-se capital do reino.

Palco das viagens marítimas que concretizaram a descoberta de novos mundos e o encontro de diferentes culturas, destacou-se como grande centro mercantil da Europa, onde, no século XVI afluíam produtos exóticos, mercadores, cientistas e artistas. Em 1755, a cidade multicultural foi atingida por um grande terremoto. A reconstrução da área central da Baixa e do Chiado foi implementada com base nos modelos urbanísticos e arquitetónicos da filosofia e da cultura política do Iluminismo, enquanto os bairros da Colina do Castelo foram reconstruídos e restaurados.

Com um rico património histórico-cultural que testemunha a herança da sua ancestralidade, a Cidade das Sete Colinas oferece uma forte relação entre natureza e vida urbana, permitindo experiências inesquecíveis. Lisboa é uma cidade cosmopolita, onde a tradição convive e interage com a inovação.

A **Colina do Castelo** marca o início de um cenário pluri-facetado que nos revela a história e as vivências de uma cidade multiseular, onde o denso casario antigo é pontuado por igrejas e palácios monumentais. O percurso tem início na **Sé Catedral**, um dos mais importantes monumentos da cidade. Logo ao lado, encontra-se a **Igreja Santo António**, construída em 1767, no local onde existia uma capela do século XV e que assinala o sítio onde nasceu Santo António de Lisboa.

Contornando o edifício da Sé, pela **Rua Augusto Rosa**, passe pelo **Museu do Aljube** e pare no **Miradouro de**

Santa Luzia, onde se estaca a **Igreja de Santa Luzia** com o painel de azulejos no exterior. Este é um local aprazível com uma vista surpreendente que se estende pelos bairros da colina do castelo e pelo amplo estuário do Tejo. No horizonte, surgem as povoações ribeirinhas da margem sul do rio.

SÉ DE LISBOA | também designada Igreja de Santa Maria Maior, é um monumento de raiz medieval, profundamente associado à história e à identidade da cidade e do país. Implantada na encosta, virada para o rio, foi construída no século XII pelo primeiro rei de Portugal, para acolher a sede do bispado. De fisionomia românica, tem planta de três naves cobertas por abóbadas. Na fachada, emoldurada por duas grandes torres, abre-se o portal românico, encimado por uma rosácea preenchida por vitrais multicolores.

O claustro e a cabeceira (com deambulatório e capelas radiantes) foram construídos nos séculos XIII e XIV e apresentam técnica construtiva da arquitetura gótica (abóbadas de ogivas e arcos botantes) e decoração naturalista. A capela-mor data do século XVIII e foi erguida depois do terramoto de 1755, já com introdução de elementos do Barroco e do Neoclassicismo.

O claustro sobrepõe-se às estruturas romanas da cidade que hoje coexistem e podem ser visitadas. Relevantes são também os órgãos, obras de valor histórico e labor artístico que se encontram colocados no interior da igreja. Faz parte do monumento o Tesouro da Sé, um núcleo museológico constituído por objetos litúrgicos, estatuária e manuscritos.

De seguida, no **Miradouro das Portas do Sol**, ergue-se a estátua de S. Vicente, padroeiro da cidade. Aqui, é impressionante o panorama da cidade multiseular, onde se erguem as torres da Igreja de S. Vicente de Fora e a Cúpula da Igreja de Santa Engrácia. Este é um local para apreciar a cor e a luz de Lisboa.



Descendo pela **Rua de S. Tomé**, o percurso entra no popular **bairro de Alfama**, onde cada recanto surpreende, pelas suas reminiscências mouriscas, cristãs e judaicas. Ruas estreitas, escadinhas, travessas e becos definem um tecido urbano único, de grande valor histórico, cultural e social. Continua pela **Rua das Escolas Gerais**, onde funcionou a primeira Universidade criada pelo Rei D. Dinis no século XIII, e segue pela **Rua do Vigário** e pela **Rua dos Remédios**.

O caminho continua pela **Rua do Paraíso** que o leva ao **Campo de Santa Clara**, onde a popular **Feira da Ladra** se instala, todas as terças feiras e sábados. Com raízes que remontam ao século XIII, aqui se vende uma enorme panóplia de objetos novos e usados.

Dirija-se para a frente ribeirinha oriental, seguindo por antigos caminhos que hoje constituem a Rua do Mirante, Rua de Santa Apolónia e Calçada da Cruz da Pedra. Na Rua Madre de Deus, entra no histórico bairro de **Xabregas**, onde se ergue o **Convento da Madre de Deus**, fundado pela Rainha D.^a Leonor em 1509. Neste notável conjunto artístico, classificado como Monumento Nacional, encontra-se instalado o **Museu Nacional do Azulejo**.





Continuando pela Rua do Grilo, Rua do Beato e Rua do Açúcar, o percurso atravessa núcleos históricos das Freguesias do **Beato** e de **Marvila**, onde edifícios senhoriais convivem com ambiências urbanas e rurais. Ao longo dos anos, aqui se ergueram solares e quintas e se desenvolveram férteis hortas banhadas pelas águas do Tejo. A partir do **Largo do Poço do Bispo**, descobre-se um importante **património industrial** dos séculos XIX e XX, formado por instalações fabris e armazéns que recebiam as matérias-primas e escoavam os seus produtos nas faluas e barcos varinos do Tejo, ou através da via férrea. Com a importante **requalificação urbana** que teve início nos anos 90 do século passado, aqui se instalaram áreas residenciais. Cafés, restaurantes, comércio variado, galerias de arte, ateliers de artistas, empresas inovadoras com uma animada programação cultural conferem a esta zona uma nova centralidade urbana.

Depois da **Rua Fernando Palha**, o Caminho segue pela **Avenida Infante D. Henrique** até à margem do Tejo entrando no **Parque Ribeirinho do Oriente**. Continua pelo bairro do **Parque das Nações**, onde poderá fazer várias pausas e desfrutar da margem do rio. É uma extensa área pedonal, com fontes, jardins temáticos e vários equipamentos, onde se destaca o Pavilhão do Conhecimento/Centro de Ciência Viva, o Oceanário e o Pavilhão de Portugal (edifício emblemático projetado pelo arquiteto Álvaro Siza Vieira e que se encontra classificado como Património Cultural).

PARQUE DAS NAÇÕES E PAVILHÃO DE PORTUGAL

Esta parte da cidade tem origem na Exposição Mundial que se realizou em Lisboa no ano de 1998 (EXPO 98), dedicada ao tema “Os Oceanos: um Património para o Futuro”. Este evento permitiu a reconversão urbanística de uma extensa área na zona oriental, ocupada por equipamentos industriais abandonados. As condições da paisagem e a qualidade do conjunto paisagístico e edificado do novo bairro, designado Parque das Nações, atraíram muitos moradores a esta zona da cidade. Grandes áreas de lazer contribuem para uma relação privilegiada com o rio Tejo, com destaque para o Jardim Garcia de Orta.

Nesta paisagem urbana, a arquitetura contemporânea, com variadas tipologias e expressões, é da autoria de arquitetos de referência internacional. Os modernos equipamentos suscitam um olhar atento e alguns merecem visita demorada. O Pavilhão de Portugal tem uma presença forte e um significado especial. Da autoria do arquiteto português Álvaro Siza Vieira, amplamente distinguido e reconhecido no panorama internacional, estabelece uma relação privilegiada com a água. A grande pala aberta no exterior, depurada e bela, acolhe o transeunte. É um marco relevante e também ponto referencial no Caminho do Tejo. Encontra-se classificado como Monumento Nacional.



➔ 38°45'55" N 9°5'41" W

Desde o Pavilhão de Portugal, pode dirigir-se à frente de água, passando pelo **Jardim Garcia de Orta** e seguindo para a berma do rio. Sempre ao longo da margem do Tejo, com o amplo **Estuário** e o **Mar da Palha** no horizonte, segue-se um extenso percurso pedonal, arborizado e com amplos terraços ajardinados. Este é um cenário simultaneamente repousante e vibrante, que nos lança para a dinâmica do caminho a percorrer.

Prosseguindo a caminhada pelo **Passeio das Tágides**, entra-se no **Passeio do Tejo**. Por aqui, a arte urbana está na rua, valorizando as praças e os jardins por onde passamos, acompanhando-nos, num percurso que segue junto à margem, percorrendo os passadiços de madeira e caminhos pedonais. Aproximamo-nos da **Ponte Vasco da Gama**, inaugurada em 1998 para unir as duas margens do rio e intensificar a ligação entre o norte e o sul da grande área metropolitana de Lisboa.



➔ 38°47'5" N 9°5'46" W



No final do **Jardim do Passeio dos Heróis do Mar**, encontra a **Igreja de Nossa Senhora dos Navegantes**, onde pode ter acolhimento religioso.

IGREJA DE NOSSA SENHORA DOS NAVEGANTES

é a sede de uma nova paróquia de Lisboa, formada em 2003 no Parque das Nações, na zona oriental da cidade. Esta zona foi urbanizada no contexto da Grande Exposição Internacional de 1998. A igreja e os espaços anexos que servem a atividade paroquial formam um grande edifício moderno, da autoria do arquiteto José Dias Coelho, inaugurado em 2014. É um exemplar de arquitetura religiosa contemporânea, com exterior depurado e interior de grande ambiência espiritual, com capacidade para 1300 pessoas.

De forma circular, o templo, cuja entrada principal apresenta uma cruz vazada, emerge na paisagem com a sua grande torre de cerca de 40 metros de altura, evocando a forma de um navio e lembrando a vocação marítima portuguesa. No interior, os bancos abraçam o altar, exprimindo um ambiente de verdadeira contemplação e ecumenismo. As referências artísticas que pontuam o espaço são da autoria do escultor Alípio Pinto e evocam os mistérios do Rosário. Merecem destaque o retábulo principal do altar mor, alusivo à transfiguração de Cristo, e o grande vitral sobre o sacrário.

A partir da Igreja dos Navegantes, prosseguindo pelo **Passeio do Tejo**, o Caminho segue para o **Parque Tejo-Trancão**, uma extensa área verde de lazer, desenhada para a Jornada Mundial da Juventude de Lisboa, em 2023. Junto à ponte pedonal sobre o **rio Trancão**, um afluente do Tejo, termina esta primeira jornada. Em Sacavém, já em território do município de Loures, encontrará apoio logístico variado.

