

Mit
großem
Cityplan

DUMONT

direkt

Lissabon

Die Highlights der Stadt direkt erleben

Durch Shoppingmeilen und Szeneviertel bummeln

Die besten Adressen zum Ausgehen



Reiseinfos von A bis Z

seite kurz geworden. Das Fest wird ähnlich wie bei den Fischern von Montijo begangen. In Alcochete findet zudem eine Prozession entlang dem schönen Tejo-Ufer statt, bei der die Senhora da Vida mitgeführt wird, um die Salinen zu segnen. Wie im Ribatejo üblich, gibt es Stierläufe.

Festa do Avante

1. Wochenende im Sept.: Portugals größtes Volksfest richtet die Kommunistische Partei auf dem Tejo-Ufer in Seixal in der Quinta da Atalaia aus. Musik, Ausstellungen, Theater, Tanz und regionale Küche für Menschen fast aller Parteien.

Geld

1 € = 1,20 CHF; 1 CHF = 0,83 €.

Mit allen gängigen Karten kann man Bargeld an Geldautomaten abheben. Diese Automaten finden sich in Lissabon an fast jeder Ecke, noch sind sie für Portugiesen kostenlos. Nahezu alle Restaurants und Geschäfte akzeptieren die meisten Kreditkarten. Sollte *fora do serviço* am Eingang stehen, können Sie nicht mit der Karte bezahlen.

Gesundheit

Besondere Impfungen oder eine spezielle Gesundheitsvorsorge sind für Portugal nicht notwendig. Bei einer gesetzlichen Krankenkasse Versicherte haben die Europäische Krankenversicherungskarte EHIC, damit können sie das nationale Gesundheitssystem in Anspruch nehmen und werden in portugiesischen Krankenhäusern umsonst behandelt (bisweilen wird ein kleine Gebühr von etwa 5 € erhoben). Die meisten Ärzte in den Krankenhäusern sprechen Englisch oder Französisch. Bei der deutschen Botschaft können Sie auch Adressen von deutschen bzw. deutschsprachigen Ärzten bekommen. Für weitere Ansprüche, wie etwa Rücktransport im Krankheitsfall, sollten Sie eine Reisekrankenversicherung abschließen.

Trinkwasser: Die Qualität des Lissabonner Leitungswassers ist insgesamt gut, im Sommer ist aber gelegentlich Chlorgeruch wahrnehmbar. Die meisten Portugiesen trinken ihr Wasser aus der Flasche. In öffentlichen Parks und an den Aussichtspunkten finden sich kleinere Brunnen, um den Durst zu löschen. Wo es nicht angeraten ist, steht auf ei-

Lisboa Card

Für Touristen bietet die Stadt einen **Pass** an, der zur Benutzung der öffentlichen Verkehrsmittel, der Kabelbahnen (*elevadores*), der Zuglinie Cais do Sodré–Cascais und von 25 Museen berechtigt. Außerdem gibt es in vielen Einrichtungen Ermäßigungen. Beim Kauf dieser Karte bekommt man eine Broschüre, die detailliert über die Benutzung informiert. Dieser Pass kostet für Erwachsene pro Tag 18,50 €, für Kinder (5–11 Jahre) 11,50 €. Günstiger wird es, wenn man sie für zwei (31,50 €, Kinder 15,50 €) oder drei Tage (39 €, Kinder 20,50 €) in Anspruch nimmt. Zu beziehen ist die Lisboa Card bei allen Auskunftsstellen für Touristen sowie im Mosteiro dos Jerónimos, Praça do Império, und im Museu Nacional de Arte Antiga, Rua das Janelas Verdes.

ner Tafel: *Água não potável*, »Kein Trinkwasser«.

Informationsquellen

... in Deutschland

Portugiesisches Fremdenverkehrsamt, Zimmerstr. 56, 10117 Berlin, Tel. 030 254 10 60, Fax 030 25 41 06 99, edt.berlin@turismodeportugal.pt, www.visitportugal.com.

... in Österreich

AICEP Portugiesische Handelsdelegation und Touristikzentrum, Opernring 11, 1010 Wien, Tel. 01 585 44 50.

... in der Schweiz

AICEP Portugiesisches Verkehrsamt und Handelsdelegation, Badenerstr. 15, 8004 Zürich, Tel. 01 241 00 01.

... in Lissabon

Centro de Turismo: Hier gibt es Stadtpläne, Bustickets, Infos zu Sehenswürdigkeiten, Unterkünften und Veranstaltungen.

Palácio Foz (► H 6): Praça dos Restauradores, Tel. 213 46 33 14, Metro: Restauradores, Bus: 736, 707, 709, 711, Mo–Sa 9–20, So 10–18 Uhr.

Flughafen: Tel. 218 49 43 23.

Bahnhof Santa Apolónia (► L 6): Avenida Infante Dom Henrique, Tel. 218 49 36 89.

Telefonauskunft für Touristen: Tel. 808 78 12 12, tgl. 8–19 Uhr.

Lisbon Welcome Center (► J 7): Praça do Comércio, Bus: 11, 13, 25 A, 81, tgl. 9–20 Uhr.

... im Internet

Landeskennung: .pt

Als Land, in dem Tourismus ein wichtiger Wirtschaftsfaktor ist, sind Angebote

im Internet gut aufbereitet. Viele Webseiten informieren auch auf Englisch, Französisch, Spanisch und Deutsch. Mit den Suchmaschinen google.pt oder sapo.pt lassen sich mehr Seiten finden als mit den deutschen. Bei der Suche im Netz müssen Sie portugiesische Akzente nicht eingeben.

www.visitportugal.com: Die offizielle Tourismusseite Portugals, auch auf Deutsch, Spanisch und Englisch. Informiert über die Geografie des Landes, nach Regionen und Städten unterteilt über Hotels und Restaurants, über Reisewege und die Strände Portugals, Freizeitmöglichkeiten und Reisebüros. Und natürlich auch recht ausführlich über Lissabon.

www.visitlisboa.com: Die offizielle und zugleich beste Website über Lissabon. Sie informiert – in vielen Themenbereichen u. a. auch auf Deutsch – über die Geschichte der Stadt, über Sehenswürdigkeiten, aktuelle Veranstaltungen, mit Internetadressen der Hotels und Restaurants. Hier findet man ebenso Hinweise auf Kongresse, Transportmittel und das Lissabonner Nachtleben. Auch die monatlich erscheinende Zeitschrift »Follow Me Lisboa« kann über diese Seite online gelesen werden. Ein Link zum Wetter ist auch vorhanden, hier erfährt man die durchschnittlichen Jahrestemperaturen sowie das aktuelle Wetter in Lissabon.

www.cm-lisboa.pt/visitar: Die Tourismusseite der Stadtverwaltung informiert gut und übersichtlich auch auf Englisch (leider nicht auf Deutsch). Hier finden Sie neben Hinweisen auf Übernachtungsmöglichkeiten und Restaurants auch Tipps für Veranstaltungen, angesagte Shops zum Einkaufen und auch Hinweise auf Kirchen verschiedener Religionen. Auch aktuelle Videos aus Lissabon kann man sich hier schon einmal vor der Reise ansehen.

Reiseinfos von A bis Z

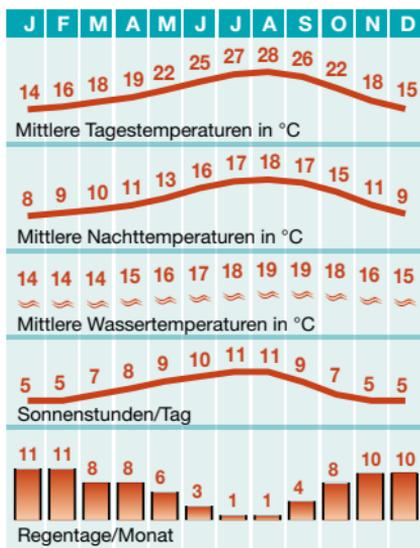
www.viniportugal.pt/ Die offizielle Seite der portugiesischen Weinproduzenten. Sie informiert auch auf Englisch über die portugiesischen Weine. Wer sich schon vor Reiseantritt einen guten portugiesischen Wein aussuchen möchte, wird hier fündig.

www.languagecourse.net Wer in Lissabon Portugiesisch lernen möchte, kann sich hier erste Anregungen holen.

Kinder

Stadtbesuche mit Kindern sind immer anstrengend, auch Lissabon bildet da keine Ausnahme. Viele Treppen und Hügel gilt es zu überwinden, da kann die Lust am Laufen schon mal nachlassen. Wenn die Kinder aber nicht zu jung sind, ab acht oder neun Jahren, können auch kleine Reisende unvergessliche Eindrücke mitnehmen. Warum nicht eine Fahrt mit der **Straßenbahnlinie Nr. 28** (s. S. 46) unternehmen oder den Lissabonner Zoo besuchen. Lissabons grüne Lunge, der **Monsanto-Park**, bietet reichlich Spielplätze und auch

Klimadiagramm Lissabon



das **Wissenschaftsmuseum** im Pavilhão do Conhecimento im Parque das Nações bietet spannende und lehrreiche Unterhaltung. Und dann gibt es dort auch noch das **Ozeanarium**, ein faszinierendes Aquarium, das mit Pinquin wie Haifisch fasziniert. An Sommertagen bietet sich ein Strandbesuch an der **Costa da Caparica** an, dort ist Bade- oder Surfvergnügen garantiert.

Klima und Reisezeit

Im Sommer herrschen in Lissabon oft Temperaturen um 35 °C. Besichtigungstouren durch die hügelige Stadt können dann bisweilen recht anstrengend werden. Am besten lässt sich Lissabon im Frühling und Spätsommer erleben – in einem besonders schönen, milden Licht, mit angenehmem Klima und erfrischendem Wind vom Tejo oder Meer. Auf viel Regen muss sich der Besucher im Winter einstellen. Cafés, Kinos, Wohnungen und Hotels (mit Ausnahme der großen Häuser) verfügen nicht über Heizungen. Trotz milder Temperaturen (meist über 10 °C) kann ein Lissabonurlaub im Winter daher recht ungemütlich werden.

Öffnungszeiten

Banken: Mo–Fr 9–15 Uhr.

Geschäfte: Mo–Fr 9–13, 15–19, Sa 9–13 Uhr. Die großen Einkaufszentren haben länger und auch So geöffnet.

Museen: in der Regel Di–So 10–17 Uhr. Über Abweichungen informiert die Touristeninformation.

Hauptpostamt: Praça dos Restauradores, Dienst rund um die Uhr.

Apotheken (farmácias): Mo–Fr 9–13, 15–19, Sa 9–13 Uhr, Nacht- und Wochenenddienste sind angeschlagen.

Reisen mit Handicap

Leider sind bisher nur wenige Bemühungen festzustellen, die Stadt barrierefrei zu machen. Insbesondere die Parkgewohnheiten der Lissabonner und die hohen Bürgersteige erschweren das Vorkommen mit einem Rollstuhl. Es gibt einen Führer (auf Portugiesisch) mit Infos über Einrichtungen in Lissabon, die auf Rollstuhlfahrer Rücksicht nehmen.

Auskunft: Associação Portuguesa de Deficientes, Largo do Rato, 1200 Lisboa, Tel. 213 88 98 83, www.apd.org.pt, und in der Touristeninformation an der Praça dos Restauradores.

Sport und Aktivitäten

Baden und Strände

Schwimmen kann man im Atlantik am kilometerlangen Sandstrand an der **Costa da Caparica** auf der anderen Seite des Tejo. Die Küste ist aber nicht überall für ein Bad im Meer geeignet, da hier manchmal hoher Wellengang und starke Strömungen vorherrschen. Rote Fahnen an bewachten Stränden signalisieren Badeverbot. Etwas weiter südlich, in **Sesimbra**, liegt die schöne Praia do Meco, ein sehr zu empfehlender Strand. Leider gibt es im Sommer nicht genügend Parkplätze.

Die **Strände auf der Nordseite des Tejo** in Stadtnähe sind mit Vorsicht zu genießen. Zwar ist etwa die **Praia de Carcavelos** fast immer voll, die Qualität des Wassers ist aber nicht allzu gut. Die Portugiesen stört das aber offensichtlich nicht.

Etwas weiter entfernt findet sich nicht weit von Sintra die **Praia Grande**, ein schöner und sauberer Strand. Allerdings ist der Wellengang hier oft recht stark. Ebenfalls bei Sintra liegt die **Praia das Maçãs**. Der Strand ist land-

schaftlich sehr schön, aber wegen der oft sehr starken Brandung ist er nicht gut zum Schwimmen geeignet. Beliebte Badeorte sind **Cascais** und das 55 km entfernte **Ericeira**.

Freizeit und Fitness

Fitnesscenter: Große Hotels, wie das **Hotel Alfa** (Avenida Columbano Bordalo Pinheiro, Tel. 217 23 63 63) oder das **Lisboa Sheraton & Towers**, haben Health-Clubs, die auch Nichtgäste gegen Gebühr benutzen können. Auch in den Einkaufszentren Amoreiras und Colombo gibt es solche Einrichtungen, die auch Touristen offen stehen.

Fitnessclub: Olaias Club (► L 1), Rua Robal Gouveia, Tel. 216 00 07 79, Bus: 40, 56. Schwimmen, Tennis, Squash, Gymnastik; mit Restaurant. Hinter dem Centro Comercial de Olaias im Osten der Stadt.

Fußball

Sport Lisboa e Benfica: (► nördl. C 1), Estádio da Luz, Avenida General Norton Matos, Metro: Colégio Militar, Bus: 3, 64, 729, 765, 767, 799. Der Verein Portugals mit der längsten Tradition, den meisten Titeln und dem größten Stadion der Stadt. Das alte wurde – ebenso wie das von Sporting – zur Europameisterschaft 2004 abgerissen und durch ein neues ersetzt. 70 000 Zuschauer finden hier fast an der Stelle des alten Stadions Platz.

Sporting Clube de Portugal: (► nördl. H 1), Estádio Alvalade XXI, Rua Francisco Stomp, Metro: Campo Grande, Bus: 7, 36, 47, 78, 106, 108, 777. Sporting Lissabon ist zumindest in Portugal immer eine Spitzenmannschaft. Wenn Sporting im neuen Stadion spielt, ist die ganze Gegend rundum in grün-weiße Farben getaucht. Am schönsten ist es, wenn es gegen den großen Rivalen Benfica geht.

Sicherheit und Notfälle

Wo Touristen sind, wird auch geklaut. In Bussen mit vornehmlich touristischen Zielen, an Bahnhöfen und am Flughafen sollte man **auf Wertsachen besonders gut aufpassen**, denn die **Taschendiebe** sind weit über die Stadt hinaus für ihr Geschick bekannt. Insgesamt aber ist Lissabon eine recht sichere Hauptstadt, Überfälle oder tätliche Angriffe sind selten und passieren eher in den Vororten. Lästig sind mitunter die Hehler und Kleindealer, die vor allem Besuchern an den Plätzen Rossio, Figueira und Restauradores Haschisch und goldene Uhren verkaufen wollen.

Wichtige Notrufnummern

Notruf: Tel. 112 (landesweit), **Feuerwehr:** Tel. 213 42 22 22, **Polizei:** Tel. 217 82 52 00, **Touristenpolizei:** Praça dos Restauradores, Palácio Foz, Tel. 213 42 16 34, **Pannenhilfe:** Tel. 707 50 95 10 (Portugiesischer Automobilclub, ACP), **Krankheit:** Tel. 219 42 11 11 (Rotes Kreuz), **Vergiftungen:** Tel. 808 25 01 43. **Zentrale Krankenhäuser: Rotes Kreuz:** Tel. 217 71 40 00, **Hospital São José:** Tel. 218 84 10 00, **Hospital Santa Maria:** Tel. 217 80 50 00, **Hospital São Francisco Xavier:** Tel. 210 43 10 00. **Sperr-Notrufnummer:** Für Kreditkarten, EC-Karten und Handys: 0049 116 116. **Fundbüro der Polizei** (► südöstlich M 1): Praça Cidade Salazar, Lote 180 R/C 1800 Lissabon-Olivais, Tel. 218 53 54 03.

Diplomatische Vertretungen

Deutsche Botschaft (► J 5): Campo dos Mártires da Pátria, 38, Tel. 218 81 02 10, www.lissabon.diplo.de, Bus: 767.

Österreichische Botschaft (► E 6): Avenida Infante Santo, 43, 4º, Tel. 213 94 39 00, www.bmeia.gov.pt/pp/botschaft/lisboa/a-embaixada.html, Bus: 720, 738.

Schweizer Botschaft (► E 6): Travessa do Jardim, 17, Tel. 213 94 40 90, Tram: 25, 28, www.eda.admin.ch/countries/portugal/pt/home/representacoes/embaixa-da.html, Bus: 720, 738.

Golf

Von Lissabon aus gelangt man in einem Umkreis bis zu 50 km zu 15 Golfplätzen. Der Sport wird in den letzten Jahren auch in Lissabon immer beliebter. Golfplätze im Internet unter: www.portugal.golf/clisapre.htm (auch auf Deutsch).

Joggen

Von Joggen bevorzugt: das Tejo-Ufer in Höhe der Torre de Belém. Ideal zum Joggen sind auch der Strand von Costa da Caparica und das Estádio Nacional in Cruz Quebrada.

Sport-Highlights

Tennis Estoril Open: Ende April Internationales Tennisturnier, das größte Portugals, im Estádio Nacional in Lissabon.

Lissabon-Marathon: Im April internationaler Laufwettbewerb quer durch Lissabon von der Cidade Universitária bis zur Praça do Comércio.

Troféu Rei Juan Carlos: Der Segelwettkampf wird jedes Jahr zwischen April und Juni in Cascais ausgetragen.

Segelwoche in Cascais: Im Juni in Cascais, Infos unter www.estorilcoast-tourism.com.