



8
Dias

9 a 17 outubro 2026

Preço por Pessoa em Quarto Duplo	2555€
Suplemento Individual	Sob Consulta

São Tomé e Ilhéu das Rolas

Visitas: Praias Paradisíacas – Parque Naturais Deslumbrantes – Vida Marinha – Natureza exuberante – Raízes Culturais – Lendárias plantações de café e cacau – Jantar cultural com espetáculo Tradicional de Tchioli

1º Dia – Locais de Origem / Lisboa / São Tomé / Sul da Ilha – PC

Partida dos diversos locais de origem, seguimos em direção ao Aeroporto de Lisboa. Comparência 3 horas antes da partida e formalidades de embarque. Partida às 00h20 em voo STP Airways com destino à **Ilha de São Tomé**, chegadas pelas 06h30. Desembarque e no aeroporto é recebido pela nossa equipa local, seguido de visita ao Mercado de São Tomé em ambiente de comunidade vibrante e acolhedora, uma atmosfera animada, numa explosão de cores vivas, de aromas deliciosos e música ambiente. Depois, iniciamos a viagem em direção ao sul da ilha “Um dia Inolvidável”, com visita às mais belas atrações do sul. Explorar a famosa Boca do Inferno, a pitoresca Praias das 7 ondas, admirar a histórica Roça Água Izé, visitamos a Cascata de Ribeira Peixe, o majestoso Pico Cão Grande, terminando no Inhame Ecolodge, um espaço em plena harmonia com a natureza. **Almoço.** Tempo livre para bons banhos, ou caminhadas para descobrir as mais encantadoras praias do sul. **Jantar** e alojamento.

2º Dia – São Tomé – PC

Estadia no hotel em regime de **pensão completa**. Dia livre para aproveitar as praias paradisíacas, o contato com a natureza, caminhadas ou relaxamento.

3º Dia – São Tomé / Ilhéu das Rolas – PC

Pequeno-almoço. O dia é dedicado à visita ao **Ilhéu das Rolas**, localizado abaixo da linha do equador, onde o turismo é a sua principal atividade e modo de subsistência. Para chegar à ilha faremos um passeio numa pequena canoa. Visita ao centro de interpretação da botânica da ilha, caminhamos até ao Padrão do Equador, que assinala a passagem da linha imaginária, que atravessa vários países e divide o mundo em dois hemisférios. Desfrute das praias incríveis do ilhéu, refrescando-se com um banho, conheça o artesanato, com peças feitas da madeira local, os tecidos tradicionais e também a partir do coco. O **almoço** local, é confecionado pela comunidade piscatória local. Regresso ao hotel. **Jantar** e alojamento.

Inclui:

- Transporte locais de origem / aeroporto / locais de origem;
- Assistência nas formalidades de embarque;
- Passagem aérea em classe económica em voos regulares da STP AIRWAYS, de Lisboa, com direito ao transporte de 1 peça de bagagem até 23 kg;
- Representante no destino;
- Transferes e circuito em minibus 4x4;
- Guias locais qualificados;
- Todas as refeições desde o almoço do 1º dia ao pequeno almoço do 8º dia;
- Jantar na Casa das Artes e Utopia Cacau com Danças Tradicionais;
- Jantar de despedida no Vila Petiscos com música e espetáculo de Tchiloli;
- Alojamento de 7 noites de hotel;
- Entradas nos monumentos e locais indicados;
- Workshops e espetáculos culturais conforme programa;
- Canoa no Ilhéu das Rolas;
- Passeio de Piroga no Malanza;
- Taxas de serviço e IVA;
- Seguro Fidelidade Silver Plus;

Não inclui:

- Despesas de carácter pessoal e quaisquer serviços não mencionados como incluídos;
- Taxas turísticas, pagas diretamente no local no valor de 2,10€ por pessoa e noite;
- Gratificações a guias e motoristas.

Condições de Pagamento:

- 30% - No momento de confirmação da viagem;
- 70% - Até 31 dias antes da data de partida;

Notas:

- Obrigatório passaporte com validade mínima de 6 meses, à data de saída do país;
- Viagem sujeita a mínimo de participantes;
- Quaisquer cancelamentos estão sujeitos às condições em vigor à data da anulação da viagem;
- Programa sujeito às condições gerais do respetivo operador;

Programa a cargo de:



4º Dia – Encantos do Malanza – Fauna e Flora (Passeio de Canoa) – PC

Após o pequeno-almoço, dirigimo-nos à maior reserva de mangais do arquipélago, realizando passeio pelo rio, em "Piroga Tradicional", por este verdadeiro santuário ecológico, rico em fauna marinha, permitindo observar frequentemente macacos e diversas espécies de aves, alguma endémicas em meio à exuberante vegetação. O **almoço** tem lugar na famosa Roça São João, com pratos locais e uma degustação de arte e cultura. Poderá banhar-se numa das maravilhosas praias. A visita termina no hotel Pestana Miramar. Localizado no Golfo da Guiné e perto da praia, o hotel Miramar Pestana, é um refúgio para quem procura relaxar e aproveitar o que de melhor o país tem, numa combinação perfeita de conforto, hospitalidade e beleza natural. **Jantar** em restaurante local. Alojamento no hotel.

5º Dia – Norte e Noroeste da Ilha – PC

Pequeno-almoço. Partida para um dia inesquecível ao norte e noroeste da ilha de São Tomé, para a jornada "Cacau". Visita ao Marco da Liberdade, às grandes roças do cacau e à sua arquitetura de pura tradição portuguesa, como seja a Roça Agostinho Neto (antiga Roça Rio d'Ouro), e Roça Monte Forte, a cooperativa de cacau Biológico, mergulhando na cultura local. **Almoço**. Visita ao Marco da Descoberta da ilha, à plantação de cacau e à Roça Diogo Vaz. Visita às praias desta região escarpada, como a Lagoa azul, visita à cidade de Neves. **Jantar** em restaurante local. Alojamento no hotel.

6º Dia – Centro da Ilha (Um dia vibrante com a história do café) / Tchiloli (Teatro Popular Tradicional de S. Tomé) / Jantar buffet com danças tradicionais – PC

Após o pequeno-almoço, saímos para o centro da ilha, com visita ao Jardim Botânico. Visita à Roça do Monte Café, a única plantação da variedade arábica da ilha, onde temos oportunidade de ver e aprofundar os conhecimentos, com as diversas etapas da transformação deste grão, no Museu do Café. **Almoço** no restaurante Almada Negreiros. Surpreenda-se com a arquitetura da Casa Ifraim, e deixe-se encantar pela Cascata São Nicolau, no regresso ao hotel, paramos no centro de uma comunidade, para assistir ao "Tchiloli" é uma forma de teatro popular tradicional, com mais de 500 anos de história, tradição familiar que passa de geração em geração. Chegada ao hotel. Em hora a indicar, tem lugar o **jantar cultural buffet** no espaço Casa das Artes e Utopia Cacau, com espetáculo das Danças Tradicionais uma das manifestações culturais santomenses. Alojamento no hotel.

7º Dia – S. Tomé (Visita à cidade) / Jantar de despedida – PC

Pequeno-almoço. Vamos descobrir os encantos da cidade capital de São Tomé, através do City Tour que realizamos, visitando os seus principais bairros, edifícios históricos e estabelecimentos administrativos, com destaque para; Catedral, o Palácio do Povo, o Palácio do Governador, a Biblioteca Nacional. Não perca a oportunidade de tirar uma foto com a estátua do lendário rei Amador. **Almoço**. Visita à fábrica de chocolates Corallo e à Casa QuaTela, para conhecer e experimentar os produtos e artesanato. **Jantar** de despedida no Vilma Petiscos, saboreando várias iguarias, com música. Alojamento no hotel.

8º Dia – S. Tomé / Lisboa / Locais de Origem – APA

Pequeno-almoço bem cedo. Transporte ao aeroporto. Formalidades de embarque e partida em voo regular STP Airways, com destino a Lisboa, com chegada pelas 14h20. Transporte de regresso aos locais de origem.

Fim da viagem e dos nossos serviços.

