

13 Aniversário do Grupo Desportivo

*...ora do lepo
...mas
...ses de Lisboa
...mas de rimas
...lhos duma pessoa
...a cidade
...s linda que tem o mar
...a rua da saudade
...eu trago no meu olhar
...as Madraça e Algama
...um castelo de saudade
...me dorme na tua cama
...sele a tua mocidade
...sica da Mouraria
...Bairro Alto velho
...no jardim d'alegria
...ca do nosso futuro*

42 Calendário de Viagens 2008

50 Campos de Férias



Agora é mais fácil encontrar

o seu destino de férias

www.flashviagens.com



GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL
DOS EMPREGADOS DO BANCO BPI

Direcção Regional Norte: Rua do Burgalês, 179 - 3.º - 4000-134 Porto - Telefone: 22 206 80 10 Fax: 22 206 22 10 E-mail: norte@gbpi.pt
 Direcção Regional Sul: Praça do Município, 31 - 4.º - 1110-365 Lisboa - Telefone: 21 322 67 38 Fax: 21 342 52 28 E-mail: sul@gbpi.pt
 www.gbpi.pt

Férias 2008

www.flashviagens.com

Reservas
Antecipadas
de **15%**

Autocarro
Grátis
Benidorm

Circuitos À Volta do Mundo
Nova Iorque e Washington
Canadá
Austrália
Pequim
Índia
China
Itália
Benelux Paris
Reino Unido
Centro Europa
Escandinávia
Rússia e Báltico
Grécia
Algarve e Madeira
Costas de Espanha
Baleares e Canárias
Brasil
Cabo Verde
Túndis
Canárias



PORTO
Rua Cervantes nº587
4050-188 Porto

Tel : 225081240 Fax : 225094228

geral@flashviagens.com

Alvará 736/94

LISBOA
Campo Grande nº220 B Loja
1700-094 Lisboa

Tel : 217900610 Fax : 217974195



OSVALDO SILVA
DIRECTOR

Temos falado sobre as actividades do Grupo Desportivo, sempre na perspectiva associativa, que naturalmente corresponde ao nosso *core business*, que sempre assumiu a sua independência em relação a qualquer tipo de poder.

Perdoar-me-ão que voltemos a falar desta matéria, mas consideramo-la demasiado importante para não o fazer.

O Grupo Desportivo tem hoje uma dinâmica e uma oferta para todos os sócios, do Norte ao Sul do País, de que outras associações porventura não se podem gabar, não representando esta afirmação vaidade ou falta de respeito.

Esta revista onde vos escrevemos vai para casa de todos os associados; o nosso *site* está disponível para todos e também através da *intranet* do BPI, estando todos os colaboradores autorizados a consultá-lo. Não há razão para que os sócios do Grupo Desportivo se queixem de falta de informação ou desconhecimento das actividades e das vantagens que decorrem do facto de serem sócios. Podemos ser consultados através do *e-mail* disponível na Internet, ou, mais uma vez, pelo *e-mail* do sistema de correio electrónico do BPI, e estamos presentes fisicamente em Lisboa e Porto

nas instalações divulgadas nos nossos órgãos de comunicação.

Os apartamentos que disponibilizamos para os associados podem ser usados por todos independentemente das suas terras de origem. Os acordos de turismo rural diversificam a nossa oferta e complementam-na, os acordos com vários campos de férias permitem aos pais e aos sócios do Grupo Desportivo de qualquer ponto do País fazer férias e preparar os seus filhos para o mundo real, a preços sem concorrência.

As viagens que propomos estão sempre subordinadas a padrões de qualidade elevada que entendemos ser o patamar de exigência dos nossos sócios, a preços suaves e com pagamento em condições vantajosas. O cartão de combustível está disponível para todos os interessados onde quer que estejam, e o acordo de seguros de vida ou ramos reais está disponível para qualquer sócio ou familiar em qualquer parte do continente ou das ilhas. Nas iniciativas recreativas vamos com frequência para fora de Lisboa e Porto, criando boas condições para a participação dos sócios dos balcões da área. A Festa de Natal já tem o apoio do Grupo Desportivo

em Lisboa, Porto, Évora, Açores e Madeira; os programas de visitas guiadas saem com frequência para a província.

Algumas das nossas iniciativas estão centradas em Lisboa ou Porto, o que é uma realidade que não pode ser escamoteada, nem queremos, mas que tem que ver exclusivamente com a massa crítica necessária ao seu lançamento. Não tem fundamento a ideia por vezes apontada de que as nossas actividades são centralistas e deixam de fora uma parcela dos sócios, e que os da província serão os menos apoiados. Nada mais infundado: basta pensar um pouco – um abastecimento de 30 litros de combustível, por exemplo, tem uma vantagem económica superior ao valor da quota mensal; uma ida a um espectáculo da Gulbenkian pode ter uma vantagem de 40%.

Esta edição que está a chegar a vossas casas tem, como já viram, uma nova imagem, que achámos oportuno alterar. Mantemos a linha editorial e os conteúdos, e continuamos a ser uma revista meramente informativa. Esperamos que seja tanto do vosso agrado como foi do nosso. Estamos a trabalhar com o objectivo de concretizar as nossas propostas.

Boas férias

→ ÍNDICE

01 EDITORIAL

03 CALENDÁRIO

04 VIDA ASSOCIATIVA

04 No mínimo, uma por mês...!

04 Festa com fogo-de-artifício



05 A neve foi um sucesso!

06 Novo rei coroado

06 A tradição em Sabrosa

07 Vinhos e sabores

08 Um rally original

08 Rally-Paper em Trancoso

09 O Arco da Rua Augusta



10 Igrejas da Graça e do Menino Deus

11 Palácios de Sintra e Monserrate

12 Rota de Manhouce

13 Aniversário do Grupo Desportivo

13 Vespasiana

14 ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

15 CULTURA

15 Em Cartaz

16 De êxito em êxito



16 Centros Urbanos/Vida Urbana

17 Rosto ou expressão

18 Workshop de bijutaria

18 Bordados

19 Exposição anual dos trabalhos

20 Fertilização da horta, do jardim e do pomar

21 Vila Real e Amaranthe

22 Caminhada nocturna em Sintra

22 Novas visitas em Junho

23 Vamos conhecer o Porto

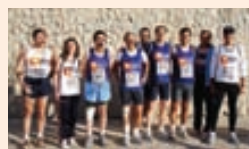
23 De Alma até Almeida

24 Visita a Setúbal

24 Uma agradável surpresa

26 DESPORTO

26 Quem corre por gosto...



27 15 000! correram com o pai na Invicta

27 Desafia-te, atreve-te, corre

28 O Grupo Desportivo no duatlo

28 Procuram-se Tichas

29 Vitória inevitável...

29 Alto mar com saldo positivo

30 Vice-campeão regional de surfcasting

30 Olá, amigos

31 Cool ou loco?

31 Torneio de bowling do Porto

32 Não tem sido fácil

32 «Para mais tarde recordar»

33 O imperdível *pedi-paper*

34 LX 1 bicampeões

35 Desportivo BPI defende o título

35 Os dardos afinadinhos

36 Troféu Euroindy 2008

36 Torneio de ténis de campo

37 Indefinição até ao fim

37 Muitos homens e uma mulher

38 Iniciação ao surf

38 Sueca no Porto

39 Matraquilhos e bilhar

39 Um clássico...

40 Um Verão de patins em linha

42 FÉRIAS E VIAGENS

42 Calendário de Viagens 2008

50 Campos de Férias



55 Apartamentos

57 Turismo Rural

58 PARCEIROS

63 CONTACTOS

64 A FECHAR

FICHA TÉCNICA

Propriedade: Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI

N.º de Contribuinte: 505 065 681

Direcção do Associativo: João Sampaio e Osvaldo Silva

Director: Osvaldo Silva

Director Executivo: Bruno Palma

Grafismo: Júlia Andrade

Revisão: Luís Alho

Secretariado: Elsa Teixeira

Colaboradores desta Edição: Amália Silva, António Vale, Ana Matos, Arnaldo Santuário, Augusto Malheiro, Briano Sousa, Carla Valadas, Carlos Ferreira, Carlos Galvão, Elisabete Beites, Fernando Barrias, Fernando Barnabé, Fernando Costa, Fernando Ferreira, Francisco Barata, Gilberto Correia, Graça Coelho, Isabel Sampaio, Jorge Teixeira, Luís Remédio, Luís Serrasqueiro, Manuel Martins, Miguel Baixinho, Miguel Chaves, Miranda Cardoso, Olindo Lopes, Olívia Costa, Pedro Ferreira, Pedro Proença, Pilar Bartoreu, Ricardo Vicente, Rui Duque, Rui Simplício, Sandra Nascimento, Saraiva Ribeiro, Teixeira Pinto, Virgílio Guimarães

Imagem da Capa: O Faia

Expedição: Jorge Almeida

Concepção, Edição e Publicidade: LEMBAS - Consultoria para os Negócios e Gestão, Unipessoal, Lda.

Periodicidade: Trimestral

Distribuição: Gratuita pelo Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI

Impressão: Luís Fernando Vicente Garcia, Lda.

Tiragem: 12 500 exemplares

Depósito Legal: 213139/04

Isento de registo mediante o Decreto Regulamentar 8/99 de 9 de Junho, Artigo 12.º, N.º 1-A

Redacção

Praça do Município, 31- 4.º 1100-365 Lisboa

Telefone 21 322 67 58 **Fax** 21 342 52 28

e-mail: associativo@gdbpi.pt **Site:** www.gdbpi.pt

PRINCIPAIS
CADERNOS

FEVEREIRO Férias e Viagens do Grupo Desportivo

MAIO Campos de Férias

AGOSTO Relatório e Contas

NOVEMBRO Festa de Natal e Ano Novo

Maio	↓	01 Dia do Trabalhador	14 Exposição dos trabalhos da actividade de bordados, no Porto	24 1ª Prova do Campeonato Interno de Rio de Pesca Desportiva na Barragem Trigo Morais
	03 3.ª Prova do Campeonato Interbancário de Mar de Pesca Desportiva em Peniche	15 2.ª sessão do curso de aconselhamento de imagem	24 Ténis de Mesa – Um clássico...	
	03 3.ª Prova do Campeonato Interbancário de Mar de Pesca Desportiva da Zona Centro na Figueira da Foz	16 Assembleia Geral Ordinária	25 Atletismo "IV Meia-Maratona Palácios"	
	08 1.ª sessão do curso de aconselhamento de imagem	16 a 18 1.ª Contagem do Campeonato de Portugal da FPTAC de Tiro aos Pratos em Rolos (Barreiro)	26 a 31 Madrid em Autocarro	
	08 IV Torneio de Bowling no Porto – 7ª e última jornada	17 1.ª Prova do Campeonato Interbancário de Rio de Pesca Desportiva na Barragem do Maranhão	29 3.ª sessão do curso de aconselhamento de imagem	
	10 4.ª Prova do Interbancário (CIT) de Tiro aos Pratos em Beja	18 a 25 Viagem aos Castelos de Loire	30 Visita guiada a Vila Real e Amarante	
	10 Visita guiada a Setúbal	22 Feriado dia do Corpo de Deus	31 <i>Pedi-paper</i>	
	11 Atletismo "18.ª Meia-Maratona de Setúbal"	23 a 25 2.ª Contagem do Campeonato de Portugal da FPTAC de Tiro aos Pratos em Pevidém	31 5.ª Prova do Interbancário (CIT) de Tiro aos Pratos em Beja	
			31 Iniciação ao surf	
			31 Matraquilhos e bilhar	

Junho	↓	01 Dia da Criança	14 Visita guiada "Da Arca d'Água à Arca do Olival".	25 Dia da Mãe
	02 Torneio de sueca, no Porto	14 6.ª Prova do Interbancário (CIT) de Tiro aos Pratos em Rolos (Barreiro)	28 Final Nacional do Interbancário (CIT) de Tiro aos Pratos em Viseu	
	05 4.ª sessão do curso aconselhamento de imagem	19 5.ª sessão do curso aconselhamento de imagem	28 Entrada no Campo de férias da Quinta do Crestelo e Casas do Sabugueiro	
	07 Visita guiada «O abastecimento de água à cidade» (repetição).	20 a 22 3.ª Contagem do Campeonato de Portugal da FPTAC de Tiro aos Pratos em Pinhal (Algoz)	28 Entrada no campo de férias de Alcácer do Sal	
	07 2.ª Prova do Campeonato Interno de Rio de Pesca Desportiva na Barragem de Maranhão	21 e 22 Torneio de Ténis de Campo Lisboa 2008	28 Entrada no Campo de Férias do Ceira	
	07 a 21 Curso de Fertilização da horta, jardim e pomar	21 Visita guiada a Guimarães	28 Entrada no Campo de Férias de Odemira	
	07 Vamos conhecer o Porto (Pedi-paper)	21 3.ª Prova do Campeonato Interbancário de Rio de Pesca Desportiva na Barragem do Maranhão	28 Entrada no Campo de Férias da Herdade das Parchanas	
	08 a 15 Nova lorque e Washington	21 Um verão de Patins em Linha	29 Entrada no Campo de Férias de Paialvo	
	08 Atletismo "Corrida Oriente"	21 Entrada no Campo de Férias da Herdade das Parchanas	29 Entrada no Campo Aventura – Óbidos	
	10 Dia de Portugal	21 e 22 Torneio de Ténis de Campo em Lisboa	29 Entrada no Campo de Férias do Parque Aventura Sniper	
	13 Dia de Santo António, feriado em Lisboa	22 a 30 Tanzânia	29 Entrada no Campo de Férias da Quinta das Malhadas	
	14 Visita guiada da Arca d'Água à Arca do Olival (repetição)	24 Dia de S. João, feriado no Porto	29 Entrada no Campo de Férias da Quinta da Broeira	
	14 Atletismo - 4.ª Marginal à noite	25 a 30 Exposição anual dos trabalhos dos cursos de formação artística Praça do Município, 31 r/c Lisboa	29 Dia de S. Pedro	
	15 Atletismo - circuito dos 3 cântaros na serra da Estrela.		29 Vinhos e sabores – Tapada de Coelheiros	
	16 Último dia da entrega de trabalhos concurso de fotografia			

Julho	↓	05 III Grande Prémio do SBSI de Tiro aos Pratos em Estremoz	12 a 20 Alemanha Romântica e seus Castelos	20 Mudança de turno no Campo de Férias do Parque Aventura Sniper
	05 a 12 Exposição anual dos trabalhos dos cursos de formação –Café Majestic (na Rua de Santa Catarina) Porto	12 Mudança de turno no Campo de férias da Quinta do Crestelo e Casas do Sabugueiro	20 Mudança de turno no Campo de Férias da Quinta das Malhadas	
	05 Mudança de turno campo de férias de Alcácer do Sal	12 Mudança do turno no Campo de Férias do Ceira	20 Mudança de turno no Campo de Férias da Herdade das Parchanas	
	05 Mudança de turno no Campo de Férias do Ceira	12 Mudança de turno no campo de férias de Alcácer do Sal	21 <i>Surf</i> na Costa da Caparica	
	05 Mudança de turno no Campo de Férias de Odemira	12 Mudança de turno no Campo de Férias de Odemira	25 Mudança de turno no Campo de Férias do Alvito	
	06 Mudança Entrada no Campo de Férias da Herdade das Parchanas	13 Mudança de turno no Campo de Férias da Herdade das Parchanas	25 a 27 4.ª Contagem do Campeonato de Portugal da FPTAC de Tiro aos Pratos em Matosinhos	
	06 Mudança de turno no Campo de Férias de Paialvo	13 Mudança de turno no Campo de Férias do Parque Aventura Sniper	26 Mudança de turno no Campo de férias da Quinta do Crestelo e Casas do Sabugueiro	
	06 Mudança de turno no Campo Aventura - Óbidos	13 Entrada no Campo de Férias da Quinta da Broeira	26 Caminhada Nocturna em Sintra	
	06 Mudança de turno no Campo de Férias do Parque Aventura Sniper	13 Mudança de turno no Campo Aventura – Óbidos	26 Mudança do turno no Campo de Férias do Ceira	
	06 Mudança de turno no Campo de Férias da Quinta das Malhadas	13 Mudança de turno no Campo de Férias da Quinta das Malhadas	26 Mudança do turno no Campo de Férias de Odemira	
	06 Início do Campo de férias em Ascot School Inglaterra	13 Mudança de turno no Campo de Férias de Paialvo	26 Mudança de turno no Campo de Férias de Alcácer do Sal	
	06 Início do Campo de férias em Framlingham College – Inglaterra	14 Mudança de turno no Campo de Férias do Alvito	27 Mudança de turno no Campo de Férias de Paialvo	
	06 Início do Campo de férias em Roedean School – Inglaterra	18 Mudança de turno no campo de férias no Vairão – Vila do Conde	27 Mudança de turno no Campo de Férias do Parque Aventura Sniper	
	06 Início do Campo de férias em Rickmansworth School – Inglaterra	19 Mudança de turno no campo de férias de Alcácer do Sal	27 Mudança de turno no Campo de Férias da Herdade das Parchanas	
	06 Início do Campo de férias em Ashford School – Inglaterra	19 Mudança do turno no Campo de Férias do Ceira	27 Mudança de turno no Campo Aventura - Óbidos	
	07 Início do campo de férias no Vairão – Vila do Conde	19 Mudança de turno no Campo de Férias de Odemira	27 Mudança de turno no Campo de Férias da Quinta das Malhadas	
	11 Aniversário do Grupo Desportivo	20 Mudança de turno no Campo de Férias de Paialvo	29 Mudança de turno no Campo de Férias do Vairão – Vila do Conde	
		20 Mudança de turno no Campo Aventura - Óbidos		

No mínimo, uma por mês...!

«Saber adaptar os passeios ao nosso humor, às nossas necessidades e às nossas ideias, de modo a desfrutar plenamente da natureza, da solidão ou da companhia dos outros, é um prazer sempre renovado.»

Foi isso que fizeram os 40 caminheiros do Grupo Desportivo BPI no dia 29 Março em Sesimbra.

Um por todos e todos por um. Cada um no seu ritmo, mas ao ritmo de todos.

Altos ou baixos, louras ou morenas, bancários no activo ou na reforma, cambistas ou contabilistas, netos ou avós, com muito ou pouco material... todos sem excepção fizeram o percurso conforme estava previsto pelos dois guias da SAL, que nos acompanharam.

Prometemos Sonhos e todos sonhámos. Prometemos Arribas e cumprimos.

Prometemos Ladrões e falámos deles.

Alertámos para o perigo e para o medo. O perigo estava lá, mas medo, ninguém sentiu.



Autorizámos a presença de amigos de 4 patas e eles compareceram.

A Bé, o Mozart e a Luna certamente gostaram muito desta manhã diferente que os donos lhes proporcionaram.

No final do passeio não havia qualquer indício de cansaço, e depois de vários sócios terem feito questão de congratular o Grupo Desportivo pelo excelente pas-

seio daquela manhã, o José Abalroado perguntou-me em jeito de desafio.

«Então, Rui, vamos começar a ter iniciativas destas todas as semanas?»

Eu respondi, com um sorriso esclarecedor. O José não se deu por vencido e ripostou de imediato: «Não me desiluda. No mínimo, uma por mês.»

Por Rui Duque

Festa com fogo-de-artifício

O Grupo Desportivo, em parceria com a Quinta do Geraldino, sita em Gemunde – Maia, levou a efeito mais uma passagem de ano, desta vez abrilhantada por um vistoso fogo-de-artifício.

De facto, ao soar das 12 badaladas, e enquanto os copos de champanhe tilintavam e as passas de uvas eram deglutidas ao compasso dos desejos formulados de um novo ano, o breu da noite era sulcado por tonalidades de cores vivas, conferindo um momento único de êxtase e embevecimento.



Quanto à festa em si, a alegria e o convívio foram patentes em todos os participantes, com promessas de na próxi-

ma passagem de ano voltarem ao local onde foram felizes.

Por Fernando Barrias



A neve foi um sucesso!

Sierra de Bejar foi o destino escolhido para a primeira *snowtrip* organizada pelo Grupo Desportivo. Os ingredientes estiveram todos lá. Neve incluída!

Há fins-de-semana que parecem ser mais compridos do que realmente são... Com a neve bem macia e sol brilhante, os 17 lusitanos começaram a festa do primeiro fim-de-semana branco que o Grupo Desportivo organizou.

A receita foi simples: mistura-se “caloiros” com profissionais “de algibeira”, junta-se uma dose de roupa bem quente, rega-se tudo com adrenalina e põe-se ao lume a... esfriar!

O caminho para a vila de Bejar foi animado, com uma paragem estratégica em Elvas para reabastecer os pilotos com um pernil de porco e migas.

Chegámos no início da madrugada, o que não impediu os esquiadores e os

snowboarders de se levantarem com o galo espanhol para estar, às 9.30h, na estância de La Covatilla, a 2369 metros de altitude.

Alguns recorreram a aulas com instrutores especializados e fizeram grandes progressos. Outros lembravam a técnica enquanto apertavam as botas...

A partir daí foi sempre a deslizar pelas encostas e a fotografar os que não iam em excesso de velocidade!

Para os *bons vivants*, a esplanada e um chocolate quente foram os passos seguintes. Os que se mantiveram no campeonato levaram o desporto aos limites, com descidas vertiginosas e curvas traçadas a compasso num cenário de pai-

sagens estonteantes. E assim foi durante dois dias.

Ainda houve tempo para uma excursão a Candelária, uma aldeia bem pitoresca

COM A NEVE BEM MACIA E SOL BRILHANTE, OS 17 LUSITANOS COMEÇARAM A FESTA DO PRIMEIRO FIM-DE-SEMANA BRANCO QUE O GRUPO DESPORTIVO ORGANIZOU.

da região, recheada de produtos típicos e casas de granito que o tempo insistiu em preservar.

Arrancou a neve no Grupo Desportivo do BPI. Com os dois pés direitos!

Por Pedro Ferreira

Novo rei coroadado

Terminou em Março o II Torneio de King, levado a efeito nas instalações do Grupo Desportivo, no Porto.

Com muito empenho e astúcia, os jogadores desta modalidade de cartas foram conseguindo, uns mais que outros, os seus objectivos – que não eram outros senão o de serem coroados.

Como em todos os jogos, na final só pode haver um vencedor, e no *king* é o Manuel da Silva Paiva, que, entrevistado por vários canais ligados à realeza das cartas, frisou apenas estar muito contente e ter tido muita sorte. Temos um campeão humilde.



Conforme se diz, «A sorte favorece os audazes».

Classificações:

- 1.º – Manuel da Silva Paiva
- 2.º – Horácio de Jesus
- 3.º – Fernando Jordão Mota

A todos os participantes os nossos parabéns.

Para o próximo ano cá estaremos à vossa espera.

A entrega dos prémios está prevista para um almoço a realizar no mês de Junho.

Por Augusto Malheiro

A tradição em Sabrosa

No sábado, dia 9 de Fevereiro, dando continuidade à tradição, acendeu-se a fogueira no Largo do Terreiro, em Gouvinhas, onde se assaram as febras e as chouriças, que acompanharam o bom pão regional, sendo esta a ementa do mata-bicho, da qual ainda constou o tradicional caldo de cebola – tudo “regado” com aguardente, vinho de consumo e vinho tratado (vinho do Porto) da aldeia, procedeu-se ao sorteio das portas pelas 135 armas.

Um foguete anunciou a entrada no monte dos cães que compunham as oito matilhas convidadas.

Breves minutos passados, ouvem-se os primeiros tiros, para contentamento de uns e o desespero de outros.

Foram avistados mais de vinte javalis, tendo sido abatidos sete exemplares, alguns dos quais de grande porte.

Um outro foguete deu por terminada a montaria, e, de regresso ao Largo do Terreiro, onde decorreu em simultâneo uma exposição de vários artigos relacionados com o javali, os vinhos e o fumeiro da região, os exemplares abatidos foram devidamente analisados por uma veterinária. A veterinária contou com a colaboração de três alunos da Universidade de Trás-os-Montes.

Seguiu-se o habitual leilão dos javalis abatidos, e, de imediato, os caçadores e os seus acompanhantes, mais de duzentas pessoas, deslocaram-se para a Quinta do Crasto, propriedade de D. Tita e do Dr. Jorge Roquete, onde foi servido um lauto jantar, durante o qual se procedeu ao sorteio de uma caçadeira e de outros brindes.

Que venha a próxima.

Por Gilberto Correia



Vinhos e sabores

In vino veritas será sempre uma expressão da cultura portuguesa. Vamos conhecê-la melhor



A Herdade da Tapada dos Coelheiros é uma propriedade com cerca de 800 ha, situada na rota dos vinhos do Alentejo. Esta herdade, cujos vinhos são amplamente conhecidos por apreciadores e entusiastas da enologia, desenvolve várias actividades e produções derivadas das culturas de vinhas, olival, pomar de nojeiras, montado e couto turístico de caça, mantendo todas as

características da tradição do Alentejo.

Em perfeita comunhão com a Natureza, o Monte de Coelheiros proporciona a degustação dos vinhos da Tapada dos Coelheiros e da gastronomia regional, acolhendo o visitante durante uma confortável estada, num universo pitoresco e histórico característico da região de Évora.

Por Pedro Ferreira

Realização: 29 de Junho

- 09.00h** Partida da Praça do Município
- 11.00h** Chegada à Herdade de Coelheiros
- 11.15h** Visita guiada à Adega de Coelheiros
- 12.15h** Prova de Vinhos da Herdade e actividade surpresa
- 13.45h** Almoço (Restaurante da Herdade)
- 15.30h** Visita à herdade (vinhas, montado, olival, charcas, taco, etc.)
- 18.00h** Regresso a Lisboa

Inscrição: até 7 de Junho

Valor: 85 euros

Sócios, cônjuges

e filhos a cargo: 60 euros

Ponto de encontro: Praça do Município

Transporte incluído

Acção condicionada à participação de um número mínimo de 30 pessoas.

O pagamento poderá ser efectuado em até três prestações:

Julho, Agosto e Setembro.

A inscrição deverá ser enviada para a Secretaria do Grupo Desportivo, utilizando a ficha de inscrição, disponível no *site* do Grupo Desportivo, área de impressos.

O almoço inclui acepipes, entradas variadas, prato de caça, os vinhos da prova, bufete de sobremesas e café. As bebidas extra são pagas à parte.

Para mais informações contacte o Grupo Desportivo.



Um *rally* original



No início do ano lançaram-nos o seguinte desafio: «E que tal rem vocês a organizar o *rally* deste ano?», tarefa difícil para quem nem sequer participou em qualquer evento destes. Depois de pensarmos... surgiu-nos a ideia: «Porque não pedir a quem conhece o local, as suas gentes e os seus costumes?» Dito e feito, e assim surgiu a XPTO, que nos deu a solução ideal para os nossos problemas.



Conhecemos uma outra parte do Algarve – aquela que a maioria de nós desconhece. Visitámos o renovado mercado de Loulé e o seu castelo altaneiro. Fomos artesãos e pintámos azulejos; fizemos cestinhas chamadas “empreita” com a ajuda de uma artesã local; provámos o famoso doce de *Ceratonia siliqua* – com este nome muito poucos conhecem, mas se lhe chamarmos alfarroba já se torna mais familiar. E o corridinho algarvio????? Ui!!! Disse quem viu que muitos ficaram de cabeça à roda.

Ficámos no Hotel Paraíso de Albufeira, e no domingo, com o almoço, a entrega dos prémios. Premiámos o carro-vassoura, que se distinguiu não pela velocidade com que efectuou a prova, mas, sim, pela longevidade da mesma. Esta distinção coube ao carro n.º 84 cujos participantes são Luís Remédio, Elsa Cabral, Pedro Remédio e João Remédio. Não esqueceremos as quatro meninas do balcão da

Quinta do Conde, primeiras das femininas.

No entanto, não podemos dizer que a prova correu menos bem a todos. Prova disso são os participantes do carro n.º 79, que se sagrou campeão e que irá desfrutar de uma excelente semana de férias em Benidorm. Os nossos pa-

O CARRO N.º 79 SAGROU-SE CAMPEÃO E IRÁ DESFRUTAR DE UMA EXCELENTE SEMANA DE FÉRIAS EM BENIDORM.

rabéns a Carla Mendes, Carla Flecha e Daniel Alves.

Todos satisfeitos e com direito a lembranças: para os sócios uma serigrafia linda de Albufeira. Deixamos uma palavra para a Kaffa Caffè, que nos ofereceu uma máquina de café para sortear.

O Grupo Desportivo agradece à Anabela e à Isabel, da XPTO, por este *rally* “fabulástico”.

Por Sandra Nascimento

Rally-Paper em Trancoso

A antiquíssima vila de Trancoso, que recentemente se tornou cidade, acolhe os visitantes num cenário medieval. Pelas suas características únicas e pelo seu estado de preservação, Trancoso faz parte do restrito programa Aldeias Históricas de Portugal. Situado num vasto planalto, a 900 m de altitude, Trancoso impõe-se na paisagem raiana, com o seu castelo altaneiro e cintura de muralhas.

Ao acercar-se das muralhas vislumbra-se o maravilhoso cartão de visita da cidade, as Portas d’el Rei. Dentro do centro histórico os interesses dividem-se entre

Nos dias 3, 4 e 5 de Outubro, vamos pela primeira vez à região de Trancoso.

a antiga judiaria, o pelourinho manuelino, a Igreja de S. Pedro, onde está sepultado o poeta profeta Bandarra, a Rua dos Cavaleiros e o castelo medieval, anterior à nacionalidade.

No exterior, realçam-se a Necrópole Antropomórfica, a Fonte da Vide e o Convento dos Frades.

Vamos andar por aqui.

Por Virgílio Guimarães

O Arco da Rua Augusta

A cidade abre-se ao rio numa praça monumental, em que o arco é a peça arquitectónica principal

Nos dias 2 e 9 de Fevereiro cerca de 140 associados, familiares e amigos tiveram a oportunidade de visitar a Igreja de Nossa Senhora da Conceição Velha e o Arco da Rua Augusta, tendo terminado a visita com momentos de poesia.

A INSCRIÇÃO LATINA QUE EXORNA O ARCO TRIUNFAL DO TERREIRO DO PAÇO SIMBOLIZA A IMPORTÂNCIA DA EXPANSÃO PORTUGUESA AO ENCONTRO DE POVOS DESCONHECIDOS E DE CIVILIZAÇÕES DIFERENTES, UM FEITO UNIVERSAL QUE DETERMINOU A ORIGEM DE OUTRA FASE DA HISTÓRIA DA HUMANIDADE.

O Arco da Rua Augusta, ou Arco do Triunfo da Rua Augusta, é de facto o ex-líbris da cidade de Lisboa, e condiz inteiramente com a monumentalidade da Praça do Comércio.

Começou a ser programado quando, após o Terramoto de 1755, se iniciou a reconstrução da cidade. Só em 1873 se finalizou a sua construção, e para ela se conjugaram desenhos e esculturas de vários artistas.

A inscrição latina que exorna o arco triunfal do Terreiro do Paço simboliza a importância da expansão portuguesa ao encontro de povos desconhecidos e de civilizações diferentes, um feito universal que determinou a origem de outra fase da história da Humanidade.

A Igreja da Conceição Velha é flanqueada por edifícios pombalinos, e pertenceu à Misericórdia até 1768. Foi reconstruída depois do terramoto, e o portal e os janelões, de grande riqueza decorativa, inte-



gram elementos barrocos e manuelinos reaproveitados. É Monumento Nacional. Foi no Café Martinho da Arcada, que completou 126 anos neste ano, que tivemos a oportunidade de assistir a momen-

tos de poesia. Foi o café mais importante de Lisboa. Nele se reuniram gerações de intelectuais, como é exemplo Fernando Pessoa.

Por António Vale





Igrejas da Graça e do Menino Deus

A Igreja do Menino Deus sobreviveu ao terramoto de 1755 e é, acima de tudo, um símbolo de uma época artística

No dia 13 de Janeiro visitámos a Igreja da Graça e a Igreja do Menino Deus. A Igreja do Menino Deus situa-se perto do Castelo de S. Jorge, sendo um dos segredos mais bem guardados da cidade de Lisboa, não só pela dificuldade de a encontrar de portas abertas, como também pela sua surpreendente beleza.

Foi mandada construir pelo rei D. João V, tendo as obras no interior ficado concluídas em 1737. A partir de 1755 – ano do grande terramoto de Lisboa, do qual saiu praticamente incólume – e durante os anos seguintes assumiu a função transitória de igreja paroquial enquanto se procedia à reconstrução das igrejas paroquiais que tinham sofrido danos.

A Igreja do Menino Deus é um perfeito exemplar do barroco português, também chamado barroco joanino, em homenagem ao rei D. João V, que fomentou realização de tantas e tão magníficas obras de arte durante a primeira metade do século XVIII.

Apresenta uma planta poligonal e altar-mor rectangular, assim como possui oito capelas revestidas com talha dourada, recentemente restauradas. O tecto apresenta uma pintura representando uma alegoria à Ordem de S. Francisco.

A Igreja do Menino Deus é, acima de tudo, um símbolo de uma época artística e de um reinado considerado magnânimo.

Por António Vale



Palácios de Sintra e Monserrate

É ainda hoje o ex-líbris de Sintra, com as suas monumentais chaminés a marcar a paisagem. Foi residência de Verão dos governantes árabes de Lisboa e cárcere do infeliz D. Afonso VI



O palácio nacional da vila de Sintra foi o palácio real mais longamente habitado da monarquia portuguesa, e é, ainda hoje, o ex-líbris de Sintra, com as suas monumentais chaminés a marcar a paisagem da vila.

Residência de Verão dos governadores árabes de Lisboa, reformado por D. Dinis, por D. João I e por D. Manuel, cárcere do infeliz D. Afonso VI, é um dos mais pitorescos testemunhos da arquitectura civil nacional, com os seus volumes orgânicos dispostos no sopé da serra e os corredores labirínticos, em contraste com os grandes salões onde decorreu, até 1910, boa parte do quotidiano da corte, sobretudo nos meses de maior calor. O Palácio de Monserrate é um palácio inserido no Parque de Monserrate, que foi construído em 1858, por ordem

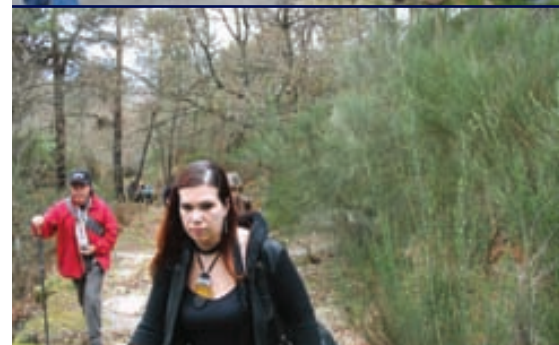
de *sir* Francis Cook, visconde de Monserrate. É um exemplar sugestivo do Romantismo português, ao lado de outros palácios na região, como o Palácio da Pena. Durante a década de 1920, o palácio seria posto à venda, acabando por ser adquirido pelo Estado em 1949. Actualmente encontra-se

classificado como imóvel de interesse público desde 1978.

E como Sintra não é só património arquitectónico, fizemos também uma “visita de estudo” aos travesseiros... os tão emblemáticos travesseiros de Sintra, os da Piriquita, claro!

Por António Vale





Rota de Manhouce

A meio do percurso fizemos uma breve paragem, junto a um riacho, onde aproveitámos para descansar e almoçar

O dia estava bom – nem sol nem chuva –, e a temperatura, amena para caminhar. Um grupo de apaixonados pela natureza juntou-se para mais uma caminhada.

Pela manhãzinha partimos do Porto rumo a Manhouce, localidade situada entre as serras da Gralheira e da Freita. O percurso era de cerca de 15 km em círculo e de dificuldade média.

O início estava previsto para as 10.00h, mas um pequeno imprevisto, relacionado com as novas tecnologias, fez-nos atrasar cerca de 1 hora.

Chegados a Manhouce, onde nos aguardava uma centena de “caminheiros” de um outro grupo que iria fazer todo o percurso connosco, e após termos tomado o café matinal num cafezinho “simpático”, demos início à caminhada.

Bem-dispostos e divertidos, lá fomos saboreando a beleza da paisagem rural, onde não faltavam rebanhos e ou-

tros animais a pastar. Encontrámos alguns obstáculos, tais como pequenos riachos, caminhos enlameados, pedras soltas, mas com uma pequena ajuda todos foram ultrapassados.

A meio do percurso fizemos uma breve paragem, junto a um riacho, onde aproveitámos para descansar e almoçar o farnel que levávamos nas mochilas.

Retomando a caminhada, ainda pudemos apreciar as cachoeiras de água fresca e cristalina, que, caso fosse tempo de Verão...!!!!

Após tanto esforço, cansados mas muito animados seguimos para S. Pedro do Sul, onde nos esperava um magnífico jantar, num restaurante local, onde fomos muito bem recebidos e tratados.

Chegámos ao Porto felizes e contentes, e já a pensar na próxima. Quando será?

Por **Olívia Costa**

Aniversário do Grupo Desportivo

No dia 11 de Julho, às 20.30h, venha apagar as velas. O Grupo Desportivo festeja neste ano mais um aniversário, numa casa sempre ligada a grandes nomes do fado, O Faia. Em pleno Bairro Alto, para proporcionar uma festa digna do aniversariante, esperamos uma grandiosa noite de fado: contamos com Lenita Gentil e Anita Guerreiro, entre outros, com as suas vozes lindas, a cantar os grandes poetas ao som da guitarra portuguesa, porque como alguém disse, uma noite no Faia é certamente uma noite inesquecível.



Para o jantar teremos entradas, o caldo-verde, o bacalhau e o arroz-doce, acompanhado por águas, sumos e vinho.



Não nos despedimos sem beber o café e cantar os parabéns.

Por Rui Simplicio

Realização: 11 de Julho
Inscrição: até 25 de Junho
Ponto de encontro: O Faia, no Bairro Alto

Hora: 20.30h
Valor: 55 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 35 euros

Pagamento: até duas vezes
 Inscrições limitadas
 Inscreva-se já com a ficha disponível no nosso [site](#).

Vespasiana

Foi a primeira vez que fui. E gostei. Sobretudo porque se fica a gostar mais do Porto. Não é que não goste: é a minha cidade, nasci e sempre vivi aqui. Contudo, às vezes fico triste com o abandono e o desleixo com que tratamos o que é nosso... E com o entusiasmo do nosso guia é impossível não nos encantarmos com a cidade e a sua história, paisagens e casas.

Desta vez passeámos entre o Bicalho e a Ribeira das Naus. Encontrámo-nos no Museu do Carro Eléctrico, que fiquei a saber ser um dos poucos que dão lucro.

Depois de termos subido ao local da antiga ermida em honra de Nossa Senhora

da Boa Viagem, pudemos admirar o exterior da Faculdade de Arquitectura, datada de 1986, com assinatura de Siza Vieira. Visitámos o seu interior, aconselhados pelo nosso guia, que diz que «qualquer obra de arte deve ser observada por todos os lados» (existem visitas guiadas e bastante acessíveis).



Passámos ainda pela Ponte da Arrábida antes de atingirmos o ponto que, para mim, foi o mais alto do percurso: o Miradouro de Santa Catarina, cuja vista é fabulosa.

Terminámos junto ao Cais do Ouro. Como era hora de almoço, alguns dos meus companheiros de visita seguiram a sugestão do nosso guia: atravessaram o rio para desfrutar de um belo almoço na outra margem.

Foi uma manhã bem passada em que aprendi bastante sobre a cidade. E, já agora, sabem o que é uma vespasiana? Se forem ignorantes como eu, vão ao dicionário!

Por Isabel Sampaio

ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

CONVOCATÓRIA

Nos termos da alínea a) n.º 1 do Artigo 15.º dos Estatutos convocam-se os sócios do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI para uma Assembleia Geral Ordinária, a realizar nas instalações do Grupo Desportivo, sitas na Praça do Município, 31-4.º, na cidade de Lisboa, pelas 21 horas do dia 16 de Maio de 2008, com a seguinte

ORDEM DE TRABALHOS

1. Discutir e deliberar sobre o Relatório e Contas da Direcção, referente ao ano de 2007.
2. Outros assuntos de interesse geral.

A Assembleia Geral funcionará nos termos dos n.º 2 do Artigo 17.º dos Estatutos.

Porto, 1 de Abril de 2008.

O PRESIDENTE DA MESA DA ASSEMBLEIA GERAL



(Artur Manuel Oliveira Ribeiro)

Nota: Os elementos a discutir na Assembleia Geral – Relatório e Contas da Direcção – encontram-se à disposição dos sócios para consulta nas instalações do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI, sitas na Rua do Bonjardim, 179-3.º, Porto, e na Praça do Município, 31-4.º, Lisboa.

Em Cartaz

➤ JESUS CRISTO SUPERSTAR

Teatro Politeama
Musical de Andrew Lloyd Webber
e Tim Rice

Encenação, direcção, cenários e figurinos
de Filipe La Féria

De terça-feira a sábado, às 21.30h, matinés
de sábado, domingo e feriados, às 17.00h.

Condições para sócios: 15% de desconto
de terça a quinta-feira para sócio e acom-
panhante, mediante apresentação do cartão
de sócio na bilheteira; 25% para grupos de
30 pessoas.



➤ CONTO AMERICANO

Teatro Nacional de D. Maria II
– Sala Garrett

Encenação de Maria Emília Correia

De terça-feira a sábado às 21.30h; domingo
às 16.00h; M/12 anos.

Condições para sócios: 30% de desconto
individual na compra de 1 bilhete por cada
sócio, mediante a apresentação do cartão
de sócio na bilheteira.

➤ A GORDA

Teatro Villaret
Produção Teatro Nacional de D. Maria II

Encenação de Amândio Pinheiro.

De terça-feira a sábado, às 21.30h, e domín-
gos às 16.00h. M/16 anos.

Condições para sócios: 30% de desconto
individual na compra de 1 bilhete por cada
sócio, mediante a apresentação do cartão
de sócio na bilheteira.



➤ FUNGAGÁ MP3

Teatro Villaret
Produção Teatro Nacional de D. Maria II

Encenação de Cláudio Hochman a partir de
música e letra de José Barata Moura.

Sábado às 16.00h e domingo às 11.00h; M/4
anos.

Condições para sócios: 30% de desconto
individual na compra de 1 bilhete por cada
Sócio, mediante a apresentação do cartão
de Sócio do Grupo Desportivo na bilheteira.

➤ DOM CARLOS INFANTE DE ESPANHA

Teatro da Cornucópia – Teatro do Bairro
Alto

Encenação de Luís Miguel Cintra.

De terça-feira a sábado às 21.30h e domín-
gos às 16.00h.

Condições para sócios: 20% desconto para
sócio e acompanhante, mediante apresen-
tação do cartão de sócio na bilheteira.





De êxito em êxito

No passado dia 19 de Janeiro, participámos no concerto de Ano Novo, a convite do Ginásio Clube de Mafamude, que decorreu no Auditório Paroquial desta localidade.

Fomos a Lisboa, no dia 15 de Março, co-

memorar com o grupo coral os seus 28 anos de existência, feitos no dia anterior.

Saímos do Porto pelas 8.15h, tendo efectuado uma pequena paragem para reabastecimento de calorías, seguindo depois para a Gare do Oriente, onde

nos aguardavam os colegas do grupo coral. Almoçámos no restaurante Búfalo Grill, num ambiente de são convívio e que correu muito bem.

Após o almoço seguimos para o concerto realizado no Palácio da Independência, onde fomos não só acarinhados como também aplaudidos entusiasticamente pelo público presente.

No fim, e com imensa pena, despedimo-nos dos nossos colegas do grupo coral e rumámos para o Porto, aonde chegámos pelas 23.40h.

Uma palavra de agradecimento para o vice-presidente da Direcção Regional Norte, que teve a paciência de nos “aturar” durante todo o dia.

Em 29 de Março actuámos num concerto promovido pela Midas – Movimento In-



FOMOS A LISBOA, NO DIA 15 DE MARÇO, COMEMORAR COM O GRUPO CORAL OS SEUS 28 ANOS DE EXISTÊNCIA.

ternacional da Defesa dos Animais, que se realizou no Salão Nobre da Câmara Municipal de Matosinhos.

Com a sua voz, o Orfeão Portuscale continua a encantar.

Por Fernando Barnabé

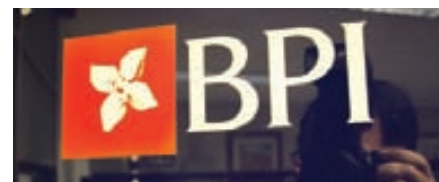
Centros Urbanos/Vida Urbana

Após o êxito dos anteriores concursos realizados neste ano, estão agora abertas as inscrições para o próximo concurso fotográfico, cujo tema é «Centros Urbanos/Vida Urbana».

Poderão ser inscritas até cinco fotografias por associado, a preto e branco ou a cor, devendo ser entregues em suporte de papel (formato 10×15, sem margem e

com brilho), com identificação do número de sócio, devendo ser atribuído um título a cada fotografia.

O concurso é restrito aos associados, e os trabalhos poderão ser entregues em mão ou por correio, até ao dia 16 de Junho, na Secretaria do Grupo Desportivo – Praça do Município, n.º 31-4.º, 1100-365 Lisboa (código interno: 1077).



As fotos vencedoras serão divulgadas na revista *Associativo*.

Por António Vale

Rosto ou expressão

O resultado do concurso cujo tema foi «Rosto ou expressão» está à vista.

De salientar que foram recebidas muitas fotografias, e a selecção foi efectuada pelo fotógrafo profissional Nuno Antunes.

Parabéns aos vencedores.

Por António Vale



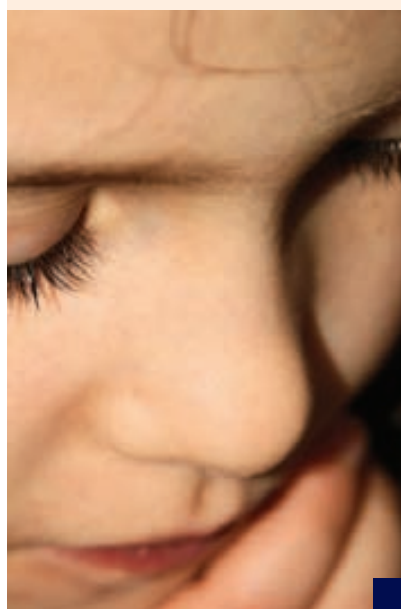
1.º PRÉMIO

Maria Rosário Mineiro
Foto: «Reflexão»



2.º PRÉMIO

José Alberto Tavares
Foto: «Raid no Sara»



3.º PRÉMIO

Maria Elisabete Beites
Foto: «Simplicidade
de um rosto»



MENÇÃO HONROSA

António José Ferreira



Workshop de bijutaria

No sábado, 15 de Março, pelas 10.00h da manhã lá estávamos nós para dar início ao *workshop* de bijutaria, na Almirante Barroso.

Apresentações, explicações, olhadelas pelas obras da professora Dina Guei-

dão. Arregaçámos as mangas, e mãos à obra, para apreender a famosa técnica de precisão, delicadeza e aparência luminescente dos cristais Swarovski.

Entre agulhas e fio de pesca, pedrinhas e cristais, juntamente com o metal, a ex-

pectativa andava por ali, assim como a boa disposição.

Apesar de mãos suadas, fio de pesca todo emaranhado, agulhas partidas e comentários de “aflição”, a primeira vitória foi alcançada com a terminação da primeira “obra de arte” (modéstia à parte): um belo anel.

Depois de um agradável almoço, lá fomos para a 2.ª parte. O desafio que a professora nos apresentou consistia na criação de uma bola com os famosos cristais. Entre o fazer e o desmanchar, os pedidos de ajuda intensificaram-se nesta fase, e nós a pensar que mais difícil do que o anel não podia existir...

Foi com muita alegria e sensação de vitória que terminámos o dia em cheio, pelo que aprendemos, pelo convívio e pelas belas gargalhadas que demos, esperando que eventos como este se repitam.

Por Ana Paula Matos
e Elisabete Beites

Bordados

A actividade ocupacional de bordados mostra mais uma vez que está activa, mais do que nunca.

Pretendemos por este meio informar que, a partir do dia 14 de Maio até ao dia 21, estará ao dispor de todos, nas instalações

do Grupo Desportivo no Porto, mais uma exposição, com os trabalhos de todas as “alunas”.

Já vamos na 5.ª exposição.

Ainda temos vagas. Venham experimentar, pois, além de ser uma actividade ocupacional, é uma maneira de preservarmos a nossa tradição do bordado.

Por Amália Silva



Exposição anual dos trabalhos

A exposição anual tem vindo a revelar de ano para ano uma qualidade cada vez maior. Não deixe de a visitar



OS PROFESSORES E OS ALUNOS QUE COM TODO O SEU EMPENHO E MÉRITO SE DEDICAM DURANTE TODO O ANO A EXECUTAR BELÍSSIMOS TRABALHOS CONVIDAM-VOS A VISITAR ESTE EVENTO.

No final de cada ano lectivo o Grupo Desportivo leva a cabo uma exposição com os trabalhos executados, ao longo do ano, pelos alunos que frequentam os cursos de formação artística.

Neste ano a exposição dos trabalhos dos cursos de formação artística referentes ao ano lectivo 2007/2008 realizar-se-á:

Em Lisboa

Local: Praça do Município, 31-r/c

Data: 25 a 30 de Junho

Inauguração: 17.00h do dia 25 de Junho com oferta de um *cocktail*.

Horário de funcionamento: entre as 12.00h e as 19.00h durante a semana, e ao fim-de-semana entre as 14.00h e as 19.00h.

No Porto

Local: Café Majestic (na Rua de Santa Catarina)

Data: 5 a 12 de Julho

Inauguração: 18.00h do dia 5 de Julho, com oferta de um *cocktail*.

Horário de funcionamento: entre as 12.00h e as 19.00h, estando encerrada ao domingo.

Os professores e os alunos que com todo o seu empenho e mérito se dedicam durante todo o ano a executar belíssimos trabalhos convidam-vos a visitar este evento.

Relembramos que as inscrições para o ano lectivo de 2008/09 irão decorrer durante o próximo mês de Agosto. Mais próximo e no nosso *site* disponibilizaremos mais informação.

Por Graça Coelho
e Sandra Nascimento



Fertilização da horta, do jardim e do pomar

Podemos também, desta forma, colaborar activamente no desenvolvimento do conceito de Natureza e também fugir um pouco ao *stress* diário da vida nas grandes cidades

A expressão «Natureza» aplica-se a tudo aquilo que tem como característica fundamental o facto de ser natu-

ral: ou seja, envolve todo o ambiente existente que não teve intervenção antrópica.

Desta vez a nossa parceira ATA – Academia do Tempo Activo propõe-vos um novo curso ministrado ao ar livre em contacto com a natureza, e onde podem aprender vários aspectos sobre: o solo e a sua importância, constituição e ca-

A EXPRESSÃO «NATUREZA» APLICA-SE A TUDO AQUILO QUE TEM COMO CARACTERÍSTICA FUNDAMENTAL O FACTO DE SER NATURAL: OU SEJA, ENVOLVE TODO O AMBIENTE EXISTENTE QUE NÃO TEVE INTERVENÇÃO ANTRÓPICA.

racterização; os elementos nutritivos, importância, situações de carência e de excesso; fertilidade do solo, análise de terras e análise foliar; correctivos orgânicos, compostagem, adubos, cálculo de fertilizações.

Por Sandra Nascimento



Realização: 7 e 21 Junho 2008

Duração: 9 horas

Horário:

1.º sábado:

10.00h-13.00h/14.30h-17.30h;

2.º sábado:

10.00h-13.00h

Formadores: Formadores da Escola P. Agrícola de D. Dinis – Paiã

Local: todas as sessões terão lugar na Escola P. Agrícola de D. Dinis – Paiã (morada: Rua da Escola Agrícola, Pontinha)

Recomendações: Sugerimos aos participantes que vistam roupa e calçado práticos, bem como um chapéu-de-sol.

Inscrição: até 19 de Maio

N.º participantes: mín. 15/ /máx. 20 pessoas

Valor: 125,00 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

2 parcelas de 57,50 euros

Inclui todo o material necessário e seguro de acidentes pessoais.



Vila Real e Amarante

Ambientes naturais, monumentos de granito, igrejas e palácios vetustos e gastronomia regional, em mais um agradável fim-de-semana

Vila Real, uma das “capitais” das ásperas serranias do Douro e dos seus capitosos vinhos; Amarante, dominada pela memória lendária de São Gonçalo e pela imponência do Marão: uma e outra cidades patrimoniais, desde o

barroco Solar de Mateus, passando pelo enigmático santuário romano de Panóias, nem a famosa veia poética da nossa história será esquecida, incluindo este passeio uma visita à Casa-Museu de Teixeira de Pascoaes. Ambientes na-

turais, monumentos de granito, igrejas e palácios vetustos, gastronomia regional: de tudo um pouco constará em mais um dos nossos afamados e agradáveis fins-de-semana.

Por António Vale



Inscrição: até 16 de Maio

Realização: 30 de Maio a 1 de Junho

Ponto de encontro: 17.00h na Praça do Comércio, em Lisboa (junto aos CTT)

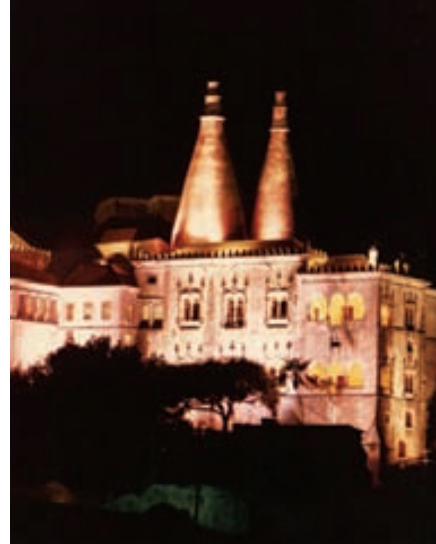
Valor: 160 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 145 euros

Inscrições limitadas, por ordem de inscrição na Secretaria do Grupo Desportivo.

Faça já a sua inscrição usando a ficha de inscrição disponível no nosso *site*.

Para mais informações contacte o Grupo Desportivo.



Caminhada nocturna em Sintra

Quantos mistérios encerram caminhos e veredas que rodeiam uma vila palaciana? Escritores, poetas, exploradores, amantes, loucos (...). Todos se renderam aos encantos de uma vegetação luxuriante, de visões encantadoras, de perfumes mágicos e de um misticismo sempre presente. Passos e passos de

encantar numa quente (?) noite de luar, calcorreando trilhos recheados de surpresas históricas, de valores esquecidos, de velhas histórias e lendas, para fazer ao ritmo de uma imaginação fértil, onde a vontade de andar estará a par com a vontade de escutar... e de viver uma noite d'encantar.

Considerando o êxito da última caminhada, atendendo ao número de pessoas que resolveram logo nesse dia garantir um lugar para esta caminhada nocturna, atrevo-me a dizer-lhe, caro(a) sócio(a), que, se não se apressar, desta vez ficará em casa.

Por Rui Duque

Inscrição: até 11 de Julho

Realização: 26 de Julho

Valor: 10 euros

Sócios, cônjuges e filhos: 5,00 euros

Encontro: 21.15h

Duração: 3 horas

Distância: 6 km

Dificuldade: média

Local de encontro: frente ao Palácio da Vila de Sintra

Como chegar: Siga sempre as indicações

Sintra-Centro e as indicações Palácio da Vila de Sintra.

Onde estacionar: Procure estacionar antes do Largo do Palácio, ao longo da estrada da Volta do Duche, que se inicia logo após o palacete da Câmara Municipal de Sintra.

Obrigatório: Lanterna com pilhas novas e em bom funcionamento. Cada pessoa tem de ter a sua lanterna e/ou frontal (lanterna de cabeça).

Sapatos fechados e resistentes.

Mochila às costas (mãos livres).

Água e merenda leve.

Proibido: saias; calças de Lycra ou algodão fino ou justo; sandálias ou chinelos; animais.

Aconselhável: agasalho; bastão.

Principais temáticas

Património

Mística

Poesia

Novas visitas em Junho

Tendo em conta os pedidos dos nossos associados, o Grupo Desportivo vai realizar, durante o mês de Junho, as seguintes visitas guiadas:



7 de Junho – «O abastecimento de água à cidade – Quinta do Barão de Nova Cintra». [Sujeita ainda a confirmação por parte dos SMAS.] Local de encontro: Porta da Quinta.

14 de Junho – «Da Arca d'Água à Arca do Olival». Percurso subterrâneo. Local

de encontro: Jardim da Arca d'Água, junto ao coreto.

21 de Junho – Guimarães – Visita ao núcleo histórico da cidade. De tarde, passagem por Ceide ou Briteiros (todo o dia com almoço). Local de encontro: Av. dos Aliados/CTT.

Para mais informação, queiram por favor contactar a Secretaria do Gru-

po Desportivo, na Rua do Bonjardim, 179-3.º no Porto.

Por Virgílio Guimarães



Vamos conhecer o Porto

Debruçado sobre o rio Douro, o Porto é uma das mais antigas cidades da Europa. Nasce e desenvolve-se durante a Idade Média, a partir da margem norte do rio Douro. Um dos aspectos mais significativos do Porto e do centro histórico é o seu enquadramento paisagístico, fruto da harmonia das suas linhas e da sua estrutura urbanística, que constituem um conjunto de rara beleza. A cidade foi classificada como património da UNESCO em 1996.

Descobrir o Porto é ir ao encontro de muitas surpresas. Ao lado do carácter hospitaleiro e conservador há uma cida-

de contemporânea e criativa. As marcas deste “saber estar” sentem-se nas ruas, na arquitectura e nos monumentos, nos museus, nos espaços de lazer, nas esplanadas e nas zonas comerciais.

Após esta descrição convidamos todos os associados e familiares a participar no próximo dia 28 de Junho no *pedi-paper* que vamos realizar nesta bela cidade. Vamos aproveitar para conhecer alguns recantos que ainda nos são desconhecidos e um museu que poucos sabem existir. No fim do passeio temos um lanche ajantarado numa das mais emblemáticas “tascas” da nossa cidade.

Vamos também aproveitar para lembrar o Dia Mundial do Ambiente, que se comemora em 5 de Junho.

Ficamos à vossa espera.

Por João Sampaio

Inscrição: até 11 de Junho

Realização: 28 de Junho

Valor: 15 euros

Sócios, cônjuges e familiares

directos: 5 euros

Menores até aos 16 anos:

gratuito

De Alma até Almeida

«De Alma até Almeida e de Almeida para a frente Alma sempre»

Mais uma iniciativa que pretende dar a conhecer Portugal aos associados do Grupo Desportivo nos dias 25 e 26 de Outubro.

Por Virgílio Guimarães



25 de Outubro

- 7.26h** Embarque na Estação de Campanhã (Porto)
- 9.45h** Chegada à Estação de Pinhão
Prova de vinhos na Vintage House
- 10.30h** Embarque no cais de Pinhão.
Almoço e lanche a bordo.
- 16.15h** Chegada ao cais de Barca de Alva
Transfer para autocarro.

Visita a uma das aldeias históricas do nosso património: Castelo Rodrigo

Jantar e alojamento na Pousada de Nossa Senhora das Neves, em Almeida

26 de Outubro

- Visita à vila de Almeida
- Visita ao Convento de Santa Maria de Aguiar e ao alto da serra da Marofa, continuando para Almendra e Castelo Melhor.
- Almoço em Vila Nova de Foz Côa, no restaurante Bruíço

17.30h Embarque na Estação de Pocinho

20.56h Chegada à Estação de Campanhã (Porto)

Realização: 25 e 26 de Outubro

Inscrição: até 30 de Setembro

Ponto de encontro: Estação de Campanhã (Porto)

Hora: 7.00h

Valor: 179 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

154 euros

O pagamento poderá ser efectuado até Dezembro de 2008.



Visita a Setúbal

No sábado, 15 de Março, pelas 10.00h Setúbal não é só a terra do bom peixe e porto de passagem rápida para o paraíso das praias alentejanas. É também uma

cidade de antiguidade incontestada, ligada ao desenvolvimento romano da península de Tróia, com belíssimo património arquitectónico e artístico, e um centro

histórico onde abundam ricas igrejas – entre as quais se salienta naturalmente a do Convento de Jesus – e ainda as ruelas antigas, de sabor popular, que lhe conferem um carácter sem igual.

A verdejante serra da Arrábida e o estuário do Sado são o cenário ideal desta cidade desconhecida para muitos... e como, apesar de tudo, continua a ser umas das “tais” capitais do peixe, o convite inclui igualmente uma refeição lauta dentro da boa tradição regional!

Por António Vale

Inscrição:

até 30 de Abril

Realização: 10 de Maio

Ponto de encontro: 9.00h na Praça do Comércio, em Lisboa (junto aos CTT)

Valor: 30 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

27 euros

Inscrições limitadas por ordem de inscrição na Secretaria.

Faça já a sua inscrição usando a ficha de inscrição disponível no nosso [site](#).

Para mais informações contacte o Grupo Desportivo.

Uma agradável surpresa

É de louvar a capacidade de iniciativa de alguns colegas nossos. Embora ainda não tenha lido os livros que as fotos referem – atenção, que não sou crítico literário –, fico pasmado com a capacidade de alguns colegas, entretanto reformados, para a escrita.

No anterior mandato, o Grupo Desportivo instituiu o Prémio Literário Adolfo Casais Monteiro, e é intenção desta direcção retomar a iniciativa. Ainda não sabemos se com o mesmo nome ou se em torno de uma outra figura desta «Mui Nobre, sempre Leal e Invicta Cidade do Porto».

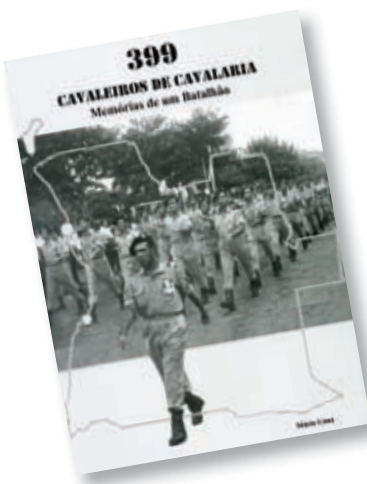
A estes autores – Manuel Quintella e Sousa, e Mário Lima – queria pedir que concorressem. Penso que a sua participação dignificaria o prémio a atribuir.

O título *Dias sem Sol* faz-me lembrar que a beleza está onde queremos que esteja, e que um dia de chuva é tão bonito como um dia de sol. O livro de Mário Lima lembra-me que nasci em África e que tenho saudades daquela terra. Aí, sim, a beleza está onde queremos que

esteja, e um dia de chuva é tão bonito como um dia de sol.

Aos interessados o Grupo Desportivo disponibiliza os livros de Manuel Quintella e Mário Lima pelos valores de 6,50 euros e de 25,00 euros, respectivamente.

Por João Sampaio



Seguro Vida Risco



Peça já uma simulação da sua carteira de seguros e receba grátis uma caneta do Grupo Desportivo.

GRÁTIS

Ao transferir o seu seguro automóvel e o seguro de recheio de sua casa, oferecemos os primeiros seis meses do Seguro Vida Risco do Grupo Desportivo na Companhia de Seguros Fidelidade Mundial.

Subscrevendo os seus seguros através da parceria entre o Grupo Desportivo e a Dias Seguros - Sociedade de Mediação de Seguros, Lda., beneficia de condições muito vantajosas.

- **Melhor preço do mercado**
- **Garantia de acompanhamento com o mínimo de perda de tempo para os nossos sócios**

Seguro Vida Risco

Morte ou invalidez total e definitiva	1 capital*
Morte por acidente	2 capitais*
Morte por acidente de circulação	3 capitais*
Subsídio diário de hospitalização	3% do capital
* 1 capital é igual a 14 ordenados	

Consulte Dias Seguros - Sociedade de Mediação de Seguros, Lda.
Tel.: 21 816 05 40 Fax.: 21 816 05 48



Quem corre por gosto...

O atletismo encontra-se em franca ascensão, e o Grupo Desportivo não fica indiferente a este facto. Deste modo, e continuando a contar com o empenho e a disponibilidade do António Vaz e do Fernando Morais dos Santos, cujo contributo tem sido precioso, o Grupo Desportivo vai continuar a trabalhar no sentido de desenvolver ainda mais esta modalidade.

A nossa equipa está muito motivada, como se tem comprovado nas provas já realizadas. Nem as subidas da serra de Sintra (no GP da Europa), nem as rajadas de vento na zona do Guincho (corrida de Cascais), nem mesmo o forte vento ao longo das belas lezírias (corrida das Lezírias) fazem parar os nossos atletas. Mesmo enfrentando as contrariedades da meteorologia, alguns atletas do

Grupo Desportivo têm conseguido atingir recordes pessoais!

Além da competição saudável, na nossa equipa reina a boa disposição e principalmente o espírito de atleta.

É com agrado que verificamos que nas provas a representação do Grupo Desportivo é cada vez maior. Prova disso é o número de participantes que levámos à corrida da Ponte 25 de Abril, não só à mini como também à meia-maratona.

Contudo, pretendemos que o número de atletas do Grupo Desportivo continue a aumentar; por isso, aqui fica o convite, venha correr connosco. Para facilitar o registo na sua agenda, indicamos as datas das provas por realizar, previstas no nosso calendário para o ano de 2008.

11 de Maio – Atletismo

18.^a Meia-Maratona de Setúbal

25 de Maio – Atletismo

IV Meia-Maratona Palácios

8 de Junho – Atletismo

Corrida Oriente

15 de Junho – Atletismo

Marginal à Noite (data a confirmar)

21 de Setembro – Atletismo

Corrida de Queluz (Pego Longo)

28 de Setembro – Atletismo

Ponte Vasco da Gama

26 de Outubro – Atletismo

Corrida do Tejo

2 de Novembro – Atletismo

1/2 Maratona Ribeirinha Moita

16 de Novembro – Atletismo

Corrida da Saúde – Amadora

7 de Dezembro – Atletismo

Meia Maratona Internacional

21 de Dezembro – Atletismo

GP Natal

Fiquem atentos às notícias que vão sendo publicadas no nosso *site*, onde consta a informação do programa e inscrições de cada prova.

Calcem os ténis e venham correr connosco!

Bons treinos e boas provas.

Por Carla Valadas



15 000! correram com o pai na Invicta

Só eu e mais 14 999 é que sabemos por que nos levantamos cedo num domingo de chuva!

De facto, só quem participa nestas iniciativas sabe o quanto é compensador abdicar desse pequeno “bem-estar” pelo grande e saudável bem-estar sentido após concluir uma corrida ou uma caminhada ao ar livre e no meio de milhares de pessoas a comungar de uma mesma ideia.

Foi um êxito em todos os aspectos a realização desta iniciativa, também anunciada no nosso site, na qual participaram oficialmente 15 000 atletas, no dia 9 de Março de 2008, junto ao

Parque da Cidade do Porto. No final foi entregue um cheque no valor de 15 mil euros à Associação Portuguesa para as Perturbações do Desenvolvimento e o Autismo, valor conseguido através da contribuição dos participantes e da SportZone, que ofereceu € 0,50 por cada elemento inscrito.

O tempo estava instável, mas a determinação em participar era grande, e todos os que se levantaram cedo nessa manhã de domingo deram por muito bem empregado esse pequeno esforço, pois era visível na boa disposição de todos a satisfação em participar neste evento. E, afinal, até S. Pedro se associou à fes-



ta antecipada do Pai, uma vez que esteve uma manhã soalheira.

A adesão dos associados do Grupo Desportivo foi a bastante para alimentar a vontade de continuar a divulgar estas iniciativas e estar sempre ao dispor de todos.

Pretendemos incentivar uma maior participação em grupo do Grupo Desportivo.

Por Carlos Ferreira

Desafia-te, atreve-te, corre

É imperdível, é único, pela primeira vez em Portugal organiza-se uma corrida em montanha de âmbito mundial. É o Circuito dos 3 Cântaros, no dia 15 de Junho, na serra da Estrela.

Só um chegará em primeiro, mas todos ganharão ao participar neste fantástico desafio que deves fazer a ti próprio atrevido-te a inscrever-te o quanto antes.

Eu, que participei na 1.ª edição, realizada em 2007 – então ainda não integrada no

calendário internacional –, posso prestar o meu testemunho sobre esta experiência inesquecível e quase indescritível.

A corrida de 21 km começa e termina próximo de Manteigas, no vale glacial do rio Zêzere (o maior da Europa), e atingirá após 9 km o topo de Portugal Continental (1993 metros na Torre). O percurso, de raras belezas e dureza, será feito inteiramente através de velhos trilhos de pastores e carreiros pedestres, levando ao encontro de

belezas escondidas da serra da Estrela.

A caminhada terá o mesmo percurso até à Torre, onde terminará. Ufa! Fantástico!

É uma oportunidade única no calendário nacional de Corrida em Montanha – Trail, este desafio a partir do qual não mais serás o mesmo perante ti e o que te rodeia.

O esforço para vencer a dificuldade do percurso será largamente compensado pela beleza que se poderá desfrutar e pelo enorme grau de satisfação que sentirás ao concluir este desafio. E todos estarão certamente aptos a concluí-lo, consoante o objectivo com que se apresente à partida. Oportunamente serão divulgadas mais informações no *site* do Grupo Desportivo BPI.

Por Carlos Ferreira





O Grupo Desportivo no duatlo

Nos dias 1 e 2 de Março realizaram-se, em Matosinhos e Penafiel, provas de duatlo, nas quais a camisola do Grupo Desportivo esteve presente, através da minha humilde participação.

O duatlo começa pela corrida a pé (5 km), seguindo-se a de bicicleta (20 km), e por fim a 2.ª corrida a pé (2,5 km).

A prova de Matosinhos realizou-se no sábado, junto à praia de Leça e com muito sol. Foi um excelente evento, sendo especial para mim, pois após 24 anos revivi emoções da época de ciclista (dos 16 aos

21 anos). Sem experiência em duatlos, a adaptação ao movimento físico de cada corrida foi o mais difícil, pois os músculos têm de se adaptar depressa. Por azar partiu-se um cabo, e tive de acabar com andamentos pesados, ressentindo-se os músculos no percurso a pé. O tempo final foi honroso, mas mais importante foi a experiência.

No domingo, Penafiel fez jus à sua localização, com desníveis acentuados a pé e de bicicleta, em terra batida e em paralelo, e com muito nevoeiro. Nada se avariou,

excepto eu! Acho que faltaram mudanças mais leves...!!! Novamente a emoção de correr de bicicleta, e o ambiente fantástico que a organização proporciona a atletas e a quem assiste faz destas provas eventos desportivos especiais.

Seria muito agradável poder contar com a participação de outros associados em futuros duatlos. Para quem estiver interessado, estou disponível para o que puder ajudar, pelo que não hesitem em contactar-me.

Por Carlos Ferreira

Procuram-se Tichas

O que parecia um sonho há dois meses tornou-se realidade na noite de 7 de Fevereiro

Estamos a formar uma equipa de basquetebol feminino!

Recentemente, fomos desafiados pelo Inatel: formar uma equipa feminina de basquetebol para participar no futuro campeonato por eles organizado.

Normalmente não recusamos convites, e raramente deixamos de aceitar um bom desafio. Obviamente dissemos: presente. Assim, foi com orgulho que escrevemos esta notícia, que deverá ser encarada por todas as sócias do Grupo Desportivo, também ela, como um desafio.

Se achas que tens, ou se ainda tens, ou se já não tens mas sentes que tens, ou gostavas de voltar a ter, ou..., ou..., aparece e mostra a Ticha que há em ti.

Os treinos são às quintas-feiras no pavilhão da Escola Eugénio dos Santos, na Av. de Roma, das 19.30h às 21.00h, e começaram na quinta, dia 6 de Dezembro.

Noite mágica

O que parecia um sonho há dois meses tornou-se realidade na noite de 7 de Fevereiro.

Realizou-se nas instalações desportivas do Inatel um convívio de basquetebol feminino.

Este evento foi destinado à apresentação oficial das equipas que vão disputar o campeonato regional de basquetebol de Lisboa, que teve o seu

início no dia 5 de Março e contou com a presença de seis equipas, entre elas a do Grupo Desportivo BPI.

Foram feitos cinco jogos por cada equipa, no sistema de todos contra todos e com a duração de 10 minutos.

Os resultados nesta altura são pouco importantes, mas ficámos com a noção de que vai ser um campeonato competitivo e nenhuma equipa se evidenciou ao ponto de ser considerada favorita.

Em relação às nossas "Cinderelas"... sem palavras... temos equipa!

Se gostas de basquetebol aparece e vem reforçar a nossa equipa. Contamos contigo!

Por Francisco Barata



Vitória inevitável...

Excelente fase inicial.

Ao terminar a fase inicial no 3.º lugar, além de ter garantido para o próximo ano a manutenção entre os melhores, vamos lutar pelo título no Campeonato Regional de Basquetebol de Lisboa!

Foi difícil, já que a duas jornadas do fim estavam cinco equipas a lutar por quatro vagas.

Para não ficarmos dependentes de terceiros tínhamos de ganhar os dois últimos jogos, e esse feito foi conseguido.

Foram onze jornadas de bastante luta, mas quero salientar os dez minutos finais do último jogo, em que era preciso ganhar.

Entrámos neste período a perder por seis pontos, a cinco minutos do fim igualámos o marcador, e acabámos por vencer por nove! Foi a vitória do colectivo, eficácia no contra-ataque e agressividade a defender.

Vem aí a 2.ª fase do campeonato, que vai ser disputado a duas voltas entre



os seis primeiros da fase regular. O nosso objectivo é lutar pelo título, mas vamos ter de melhorar o nosso jogo colectivo, ter mais paciência e subir os

nossos níveis de eficácia e concentração.

Uma coisa é certa: prometemos luta!

Por Francisco Barata

Alto mar com saldo positivo

A época de pesca de 2007 teve um saldo bastante positivo.

Relativamente ao Campeonato Interbancário organizado pelo Sindicato dos Bancários do Norte, dos oito finalistas, três (Fernando Costa, Manuel Melo e Miranda Cardoso) foram apurados para a Final Regional Norte, tendo passado à Final Nacional, que se realizará em Vilamoura, o Fernando Costa e o Manuel Melo. Esperemos que se sagrem campeões.

Quanto à nossa participação no Campeonato da Federação de Pesca Desportiva de Alto Mar – 3.ª Divisão –, há a salientar

o 13.º lugar de Fernando Carvalho, tendo os restantes obtido classificações bastante honrosas – Miranda Cardoso (16.º), Fernando Costa (18.º), Freitas Fonseca (22.º), Sousa Pereira (23.º), Manuel Melo (24.º) e Joaquim Caldas (32.º).

Para a época de 2008 vamos estar presentes, uma vez mais, no Campeonato Nacional de Clubes, desta vez com oito participantes, no novo Campeonato Nacional de Clubes, onde iremos participar com uma equipa formada por Fernando Carvalho, Fernando Costa, Manuel Melo e Miranda Cardoso, e

ainda no Campeonato Interbancário organizado pelo Sindicato dos Bancários do Norte.

Por Miranda Cardoso



Vice-campeão regional de *surfcasting*

Terminou o Campeonato Regional Interbancário de Surfcasting, cujas provas se realizaram na costa alentejana, nas praias do Carvalhal e da Comporta, em 16 de Fevereiro em 8 de Março, respectivamente.

Campeonato de uma modalidade sem grandes tradições entre nós, realizou-se pela segunda vez e começa agora a impor-se. O Grupo Desportivo inscreveu 11 elementos, distribuídos por três equipas. A pescaria não foi abundante, mas foi equilibrada. Entre as diversas equipas inscritas, o Grupo Desportivo logrou obter um honroso 2.º lugar, com a equipa

constituída por Moreira dos Santos, Silva Duarte, Ranhola e Artur Silva.

Na classificação individual os resultados não foram tão bons. Mesmo assim, no próximo dia 30 de Março, entre os 27 finalistas apurados na fase regional para participar na final nacional, que se realiza novamente na praia do Carvalhal, vão estar 5 pescadores do Grupo Desportivo do Banco BPI: o João Santos, o Manuel Ranhola, o Silva Duarte, o Artur Silva e o Fernando Maymone.

O presidente Roosevelt, insigne pescador e pessoa de muita sabedoria, dizia: «Um homem só está com Deus quando



reza e quando pesca.»

Ele lá sabia porquê...

Por Saraiva Ribeiro

Olá, amigos

É com grande prazer que, uma vez mais, estamos a dar notícias das nossas pescarias.

Foi com grande azáfama que começaram os arranjos, a procura dos acessórios em falta do ano anterior, para dar início à nova época.

Com saudades dos colegas e da faina da pesca lá íamos telefonando a perguntar:

para quando o começo da época? Sentíamos a falta do convívio aos sábados, mais ou menos à mesma hora, para podermos tirar as dúvidas sobre quem é o melhor. Claro que o somos todos, porque somos amigos e queremos sempre o melhor para os nossos amigos.

Bem, mas aqui vão algumas sobre a nova época, que começou em Fevereiro.

Já se realizou o Campeonato do Sindicato dos Bancários do Norte – SurfCasting, onde inscrevemos cinco atletas: José Fonseca, Jorge Couto, Fernando Costa, Sousa Pereira, e Miranda Cardoso. Saiu pouco peixe, pois o mar esteve, nas duas provas realizadas, com ondas bastantes fortes e grandes. Para a final, a disputar em Abril, em Setúbal, foi apurado o José Fonseca, que se classificou num brilhante 8.º lugar. Começou também o Interno de Mar: as pescarias têm sido boas, com bastantes peixes. Já se realizaram três provas de um total de cinco, e aqui a coisa está mais renhida, pois os colegas estão na classificação geral muito perto uns dos outros, não se vislumbrando ainda quem será o campeão.

Por Fernando Costa





Cool ou loco?

Somos os Cool, mas não somos os únicos.

É *cool* investigar sobre o *bowling* na *net*.

Deu para descobrir que se escrevermos no Google a frase «Liga de Bowling» surgem 329 000 entradas, e a segunda é logo um *link* para o *site* do Grupo Desportivo, a falar da nossa liga!

Se resolvermos limitar a busca a páginas portuguesas, passamos para 1.º lugar.

Cool, hem? Se escolhermos a palavra «cool» temos 1 060 000 000 entradas, algo realmente loco!

Mais *cool* que isto... já começa a ser difícil,

mas arranja-se: a bola de *bowling* pesa entre 2,72 kg e 7,25 kg, e os seus parceiros pinos, com cerca de 38 cm de altura, pesam 1,5 kg, ou seja, num *strike*, deitamos 15 kg abaixo!

E agora, algo nada *cool*: um daqueles *splits* em que ficam só dois pinos, um em cada ponta, com ar de zangados, chama-se 1001. Bem podia chamar-se um verdadeiro 31, na nossa opinião!

E a famosa calha, que tão bem conhecemos? Não existe. Chama-se canaleta. Parece menos mal dizer que a bola foi para a canaleta, em vez de para a calha,

não acham? Mas, se em vez de atirmos a bola para a calha, derrubarmos todos os pinos em 12 lançamentos consecutivos, temos um *perfect game*, ou seja, 300 pontos.

Por último, quando dois pinos ficam em pé, mas estão tão próximos, que o seu diâmetro é menor do que o da bola, chama-se *baby split*. Nós ainda preferimos uma banana *split*!

E não se esqueçam de que nós podemos ser *cool* ou *loco*, conforme a (dis)posição da equipa! :)

Por Peter, Serrasqueiro, Olindo e Brian

Torneio de *bowling* do Porto

Este torneio permitiu-me, pela primeira vez, participar num desporto a que assistia com alguma indiferença. Contudo, com o “andar da carruagem”, fui ganhando gosto, e actualmente participo com todo o entusiasmo.

Pensava eu que era só atirar umas bolas e, com mais ou menos pontaria, tudo se resolvia; mas não é assim – como qualquer outra disciplina desportiva tem os seus segredos e truques. Fui descobrindo que há bolas com pesos diferentes e algumas até são reac-

tivas (seja lá o que isso significa), os 3 buracos são de dimensões que se devem ajustar ao tamanho dos dedos, que há bónus se deitarmos todos os pinos abaixo, etc.

Mas para além do prazer que o jogo comporta, é ainda mais gratificante continuar a rever companheiros e amigos de tantos anos e com eles partilhar as alegrias deste convívio quinzenal.

Espero que estes torneios continuem por muitos anos.

Por Teixeira Pinto



Não tem sido fácil

A competitividade é grande, mas com muito suor e trabalho vamos continuar na 1.ª Divisão



A equipa do Grupo Desportivo, que disputa o Campeonato da I Divisão Distrital da Associação de Futebol do Porto, tem vindo paulatinamente a subir na classificação geral.

A época não tem sido fácil: são as lesões,

a falta de qualidade dos árbitros e a pouca assiduidade de alguns dos atletas. A junção destes factores tem contribuído para que neste ano a equipa tenha andado sempre na parte inferior da tabela classificativa.

Finalmente, lá conseguimos dar um pequeno salto.

O técnico, António Simões, tem sofrido para conseguir tirar a equipa do fim da tabela classificativa. Se seguíssemos o

AO FIM DE 22 JORNADAS, A EQUIPA REGISTA 6 VITÓRIAS, 3 EMPATES E 13 DERROTAS.

exemplo de outros já teria havido uma chicotada psicológica. No entanto, o apoio incondicional ao técnico deu frutos.

Os jogadores também têm demonstrado empenho, e não posso deixar de dar uma palavra para o nosso veterano Moura, que, quase com 50 anitos, ainda vai fazendo uma perninha no meio da juventude.

Ao fim de 22 jornadas, a equipa regista 6 vitórias, 3 empates e 13 derrotas.

Por João Sampaio

«Para mais tarde recordar»

«Era um sábado como tantos outros. Acordei de manhã, já o sol brilhava; no entanto, este tinha um sabor especial: nesse dia ia jogar *bowling* com o meu pai.»

Podia ter sido assim que a Joana, o Tiago, a Carolina, a Sara, o Diogo e muitos outros podiam ter começado uma história engraçada, mas não foi isso que aconteceu – foi uma realidade para todos os que quiseram dizer presente em mais uma manhã de convívio, e não foram só pais, mas também tios, sobrinhos e alguns amigos, pois o que importava na



realidade era uma manhã bem passada. A alegria das crianças era imensa, e a vontade de se divertirem, também; por isso, estavam reunidas as condições

para o que se passou durante as duas horas que se seguiram. No final, e não menos apetecida, aconteceu a distribuição de prémios. A excitação era evidente principalmente para as crianças: todas elas ansiosas pelo apetecível troféu e pelos brindes que os aguardavam.

Foi neste ambiente que decorreu mais um torneio, em que se pretende que a boa disposição e o convívio junte os mais e os menos novos. Para o ano lá estaremos outra vez.

Por Jorge Teixeira

O imperdível *pedi-paper*

Gaste mais horas realizando que sonhando, fazendo que planejando, vivendo que esperando porque, embora quem quase morre esteja vivo, quem quase vive já morreu

Nesse mundo agitado que nos cerca, em que a cada vez temos menos tempo para nós mesmos, devido ao ritmo incessante das nossas vidas, é necessário fazermos algo que nos ajude a minimizar o *stress* provocado pela correria do dia-a-dia.

Não duvidamos de que uma caminhada pela cidade de Lisboa, aliada a momentos de contemplação, conhecendo novos lugares numa zona antiga, irão certamente revelar-se um contributo forte

para a nossa estabilidade física, mental e espiritual.

Não deixe de se inscrever apenas por pensar que o vamos obrigar a andar a pé.

Em boa verdade, vai ter de andar muito pouco.

Mais do que um esforço físico, vamos dar valor à componente intelectual, cultural e emocional. Mais que andar com as pernas, vai mexer a alma e enriquecer o espírito.

Se não acredita, venha daí!...

Se não for verdade, no final devolvemos o dinheiro da inscrição.

O convite está feito.

A organização é de primeira.

Consulte as duas últimas revistas e vai perceber o espírito dos organizadores e o tipo de prova que vai encontrar.

A ementa seleccionada para o almoço é divina.

Sobre os prémios... quase nem valia a pena falar.

Vamos ter prémios para os primeiros, para os últimos e para todos os outros.

MAIS DO QUE UM ESFORÇO FÍSICO, VAMOS DAR VALOR À COMPONENTE INTELLECTUAL, CULTURAL E EMOCIONAL.

Serão bastantes, e, como sempre, muito interessantes.

Embora nós acreditemos em que o verdadeiro prémio vai ser chegar ao fim, perceber que conseguiu e se divertiu.

Por Rui Duque



Realização: 31 de Maio

Inscrição: até 23 de Maio

Ponto de encontro: Praça do Município

Hora: Partida da 1.ª equipa 9.00h

Valor da inscrição individual: 20,00 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo (que se inscrevam até 10/5):

9,50 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo (que se inscrevam até 23/5): 12,50 euros

Crianças até 12 anos: 7,50 euros

Inscrição da equipa: 10,00 euros

Pagamento: até 3 prestações

Constituição das equipas: de 3 a 5 elementos

A inscrição inclui:

Bilhetes de eléctrico e de metro

2 comprimidos para a boa disposição para o almoço

Participação em todos os divertimentos (vão ser muitos) que forem aparecendo

Entrada no Castelo de S. Jorge

Gravação de uma curta-metragem em que V. Exa. desempenhará o papel principal.

LX 1 bicampeões

Após 14 jornadas a equipa de futsal revalida o título



Mais um excelente torneio de futsal que, infelizmente, terminou.

E infelizmente porquê?

Pelo excelente nível competitivo que foi demonstrado, jornada após jornada, e com os nossos jogadores a brindar-nos com excelentes exibições.

Com as crescentes expectativas criadas em torno do fenómeno futsal a nível nacional, o nosso torneio não ficou nada atrás, e pelo número de equipas e

atletas que nele participaram podemos considerar que foram superadas.

Após catorze excelentes e movimentadas jornadas, os LX 1, que por acaso até eram os campeões em título, revalidaram o troféu de melhor equipa do torneio, não dando qualquer hipótese aos mais directos adversários.

No nível individual salientamos o melhor marcador, Paulo Ferraz, da equipa Compadres, que foi o grande goleador

do torneio, cabendo o troféu de guardaredes menos batido a Telmo Alves, da equipa vencedora do torneio.

COM AS CRESCENTES ESPERANÇAS CRIADAS EM TORNO DO FENÓMENO FUTSAL A NÍVEL NACIONAL, O NOSSO TORNEIO NÃO FICOU NADA ATRÁS

Como vem sendo hábito nos nossos torneios, o prémio mais importante foi atribuído à equipa que venceu a disciplina, e neste ano os vencedores foram os Brinca na Areia.

Podemos, e a título de conclusão, afirmar que o torneio foi de encontro às necessidades dos nossos associados, e que a cada ano que passa as equipas participantes estão mais competitivas.

Agora, e com as férias já bem pertinho, entramos na fase em que as equipas já estão a pensar nos reforços e nas contratações para o próximo torneio, que já está a ser programado.

Por Miguel Baixinho



Desportivo BPI defende o título

Está em curso o XXXII Torneio Nacional Interbancário de Futsal – 2008, prova organizada pelos três sindicatos de bancários, estando neste momento a decorrer os jogos correspondentes ao espaço geográfico abrangido pelo Sindicato dos Bancários do Norte.

Assim, na fase de apuramento do Porto, a equipa Desportivo BPI, juntamente

com mais oito equipas: Banco Popular, Banif, CM-BCP Grupo, Os Galáticos (CM-BCP), BES, Finiclube (Finibanco), Grupo Santander Totta e Ventus Popularitas (Banco Popular) encontra-se firme e imbuída dos melhores propósitos, para defender o título regional norte, conquistado brilhantemente na edição anterior.

Estando já a meio do campeonato, e apesar de alguns percalços sofridos (somos uma equipa temida à qual todos querem ganhar), os resultados obtidos foram os seguintes: uma vitória por 10-0 contra o BES, uma derrota por 3-2 com a equipa dos Ventus Popularitas (vice-campeões do ano anterior), e dois empates por 2-2 e 1-1, contra as equipas do Finiclube e do CM-BCP Grupo respectivamente. Faltam ainda 4 jornadas para o fim da 1.ª fase, mas só dependemos de nós para conseguir 1 dos 3 lugares que dão acesso à fase seguinte (2.ª).

Esperamos que no próximo *Associativo* possamos aqui figurar novamente com a renovação dos títulos regional e nacional (este conquistado por 2 vezes) deste prestigiado torneio, que é impar no calendário desportivo dos 3 sindicatos de bancários.

Por Fernando Barrias



Os dardos afinadinhos

O Torneio de Dardos, que teve início no dia 5 de Março, vai lançado. O grau de competição tem sido elevado, e a concentração é cada vez mais um factor decisivo: bastam uns momentos de distração para deitar tudo a perder.

No início do torneio, por vezes parecia que os dardos ganhavam vida própria e resolviam dispersar, mas com o treino foram melhorando a sua afinação, de tal modo, que começaram a ser marcados *bonsays* a pedido.

Cada um com a sua técnica, com ou sem saltos, com ou sem conversa (há momentos em que o silêncio é precioso), e com

muito cavalheirismo à mistura os jogos vão decorrendo com a “tranquilidade” possível. Com a aproximação do final do torneio, os nervos começam a ser muitos, e os dardos tendem a sair fora do alvo. As “más colheitas” alternam com as “boas setas”, enquanto o alvo “canta” e ele é *bonsay*, ou “totó”, ou mesmo “golo”!!!

O importante é que, apesar da competição renhida, nos jogos reina a boa disposição. O companheirismo é grande, principalmente no que diz respeito às palavras de incentivo e às técnicas de desconcentração.

Neste momento a única coisa que se pode

afirmar é que não era *bluff*: neste torneio os participantes são mesmo de elevado nível, de tal modo, que alguns dos participantes além do alvo personalizado têm dardos à sua imagem.

Quem será o vencedor? Em breve saberemos.

Bons treinos e bons jogos.

Por Carla Valadas





çar, e nesta wet race a equipa foi constituída pelos veteranos Paulo Santos, Miguel Chaves, Virgílio Matos e João Costa.

Com pneus de chuva, Miguel Chaves consegue o 4.º tempo, mas uma vez mais, a equipa é traída na secretaria e terá de arrancar do último lugar da grelha.

Depois vieram as trocas, mais uma ou outra penalização, e a queda na classificação foi inevitável. A tática do nosso team e de bastantes mais provou-se errada, pois o tempo secou, e os pneus de chuva gastaram-se; quando trocámos para *slicks* voltou a chover, e aí já foi impossível sair da cauda do pelotão... Parece que também precisamos do Anthímio de Azevedo na *box* para as previsões meteorológicas...

Por Miguel Chaves
e Manuel Martins

Troféu Euroindy 2008

Diz o povo que em equipa que ganha não se mexe. Neste caso a equipa nunca ganhou, mas manteve-se, pois, pela sua maneira de estar, já ganhou um espaço no coração dos organizadores e das outras equipas.

Neste segundo ano, e já com mais experiência, esperávamos não cometer os erros do passado, e, assim, com menos penalizações, tínhamos a ambição a um

lugar que se coadunasse mais com a inegável qualidade dos pilotos.

Num troféu onde não basta acelerar, travar e controlar as trajectórias, mas a gestão de *box* é tão importante ou mais, estivemos no mercado à procura de um Ron Dennis...

No chuvoso dia 23 de Fevereiro o nosso *kart* estava lindo, pronto para come-

Torneio de ténis de campo

Depois de um pequeno interregno, eis que finalmente surge a competição mais aguardada de sempre: o Torneio de Ténis de Campo Lisboa 2008.

O torneio tem como objectivo aproximar os interessados, estimular e desenvolver individualmente e em equipa a modalida-

de, num ambiente divertido e saudável, sempre com supervisão de um juiz-árbitro para as decisões mais complexas e menos claras para os intervenientes.

Neste ano o torneio terá lugar no Parque Desportivo de Sacavém, local esse que nos oferece dois belíssimos *courts* de piso sintético, e realiza-se nos dias 21 e 22 de Junho do corrente ano.

Será um fim-de-semana repleto de jogos, num torneio cercado de uma diversidade incrível, onde estarão tenistas de ambos os sexos, com idades dos 7 aos 77 anos, os melhores do *ranking* e preocupados apenas em participar. Com certeza não faltarão jogos do mais alto nível.

No final haverá lembranças para todos, e teremos um jantar de confraternização,

Inscrição: até 13 de Junho (limitadas por ordem de entrada na Secretaria)

Realização: 21 e 22 de Junho

Faça já a sua inscrição usando a ficha de inscrição, disponível em www.gdbpi.pt

Preço da inscrição: 15 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 10 euros

com a entrega dos troféus para os finalistas e o sorteio de alguns prémios-mistério entre todos os atletas participantes deste torneio.

Dentro em breve teremos mais novidades...

Por Luís Remédio



Indefinição até ao fim

O Torneio Interno está ao rubro e ainda não se sabe quem será o grande campeão

Após a fase de grupos do VI Torneio Interno da Zona Norte de futsal, em que os favoritos mostraram a sua qualidade, começou a fase das diversas eliminatórias.

Entre os finalistas encontra-se a equipa Torpedo de Valadim (de azul na foto), que



tem feito jogos brilhantes, demonstrando grande empenho e vontade de vencer. De salientar, por exemplo, o jogo contra os campeões do ano passado, em que ganharam por 2 a 1.

Uma outra equipa estreada e que tem realizado bons jogos é a dos VET'S, composta por inúmeros veteranos que já haviam participado em diversos torneios realizados noutra tempo.

Já com pergaminhos no torneio interno temos a equipa Os Sapatilhex (de preto na foto), que talvez neste ano consiga chegar à final.

No ponto em que o torneio se encontra, e dada a qualidade das equipas, tudo é possível, e qualquer um pode ser campeão.

Faltam ainda disputar-se as eliminatórias com as equipas da Guarda e de Vila Real, as meias-finais e a final.

A grande final está prevista para a região de Guimarães, e oportunamente daremos mais informações.

Por Arnaldo Santuário



Muitos homens e uma mulher

No passado dia 18 de Março realizou-se o torneio de sueca, nas instalações do Grupo Desportivo da Praça do Município, em Lisboa.

Esta iniciativa enquadrou-se nas novidades previstas para 2008, sendo aberta a todos os associados, familiares e amigos.

No torneio participaram 10 equipas, tendo sido bastantamente disputado e pautado pela concentração nas cartas. Muitos homens, como seria de esperar, mas também uma mulher, Lídia Branco, que demonstrou que a sueca não é só para o sexo masculino.

O torneio teve algumas duplas bastante interessantes: houve surpresas e revelações na arte de manusear as cartas. Tivemos jogadores que acompanham carta por carta

em cada jogo e os que se perdem na contagem e lamentam as derrotas.

O torneio terminou tarde, e a vitória coube à equipa Joaquim Rubira/Rui Simplício, que ganhou por 12 contra 11 riscos à equipa Ademar Madaleno/Manuel Almeida, com grande equilíbrio da finalíssima.

Fica um agradecimento a todos os participantes, a quem foram entregues troféus.

Vamos dar continuidade à organização destes torneios; por isso, esteja atento às notícias que vamos publicando no site do Grupo Desportivo.

Por António Vale



Iniciação ao *surf*

O calor começa, e o Grupo Desportivo convida a um mergulho na Costa de Caparica.

O *stress* vai desaparecer no mar da praia da Rainha.

O *surf* é visto pelo mundo fora como um desporto espectacular de união entre a

natureza e o homem, e como uma forma de terapia e total libertação dos sintomas relacionados com o quotidiano do trabalho.

No dia 31 de Maio há ondas para todos. Atrave-se a aparecer para participar neste programa energético e radical! Temos um



professor de *surf* e ex-campeão nacional à sua espera.

Por Pedro Ferreira e Ricardo Vicente

9.45h Saída em direcção à Costa de

Caparica – praia da Rainha

10.30h Chegada à praia e início da aula teórica

11.30h Aula prática

12.30h Almoço no Restaurante RS Beach Club e entrega de prémios-surpresa

15.00h Regresso

Inscrição: até 16 de Maio

Realização: 31 de Maio

Valor: Curso de Iniciação ao Surf: 20 euros

Almoço (opcional): 20 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

Curso de Iniciação ao Surf: 10 euros

Almoço (opcional): 15 euros

Ponto de encontro: Praça do Município, às 9.45h, ou Costa de Caparica – praia da Rainha às 10.30h.

Na inscrição os sócios deverão indicar onde pretendem o encontro.

A inscrição deverá ser enviada para a Secretaria do Grupo Desportivo, utilizando a ficha de inscrição, disponível na página

do Grupo Desportivo (www.gdbpi.pt), área de impressos.

O curso de aprendizagem inclui todo o material necessário e um seguro desportivo.

O almoço inclui entradas variadas, prato de carne ou peixe (arroz de tamboril com gambas ou picanha à brasileira), sangria, cervejas, sumos, águas, sobremesa e café.

Bebidas extra-refeição não incluídas.

Para mais informações e condições para aulas de *surf*, contacte o Grupo Desportivo.



Sueca no Porto

De novo vai o Grupo Desportivo organizar um torneio do jogo de cartas de sueca.

Esta iniciativa, integrada nas actividades previstas para 2008, é aberta a todos os associados e respectivos familiares.

O torneio terá início no dia 2 de Junho de 2008, pelas 15.30h, nas instalações do

Grupo Desportivo, na Rua do Bonjardim, 179-1.º andar, no Porto.

No final do torneio serão entregues troféus aos vencedores.

Forme já a sua equipa e comece a treinar.

Por Fernando Ferreira

Regulamento

Serão realizados dois jogos de 10 riscos, havendo, em caso de empate, mais cinco riscos. Os jogos serão a eliminar.

Sorteio

28 de Maio, pelas 17.00h.

Inscrição

As inscrições decorrerão até ao dia 26

de Maio. Faça já a sua inscrição utilizando a ficha de inscrição.

Valor da inscrição: 10 euros

Sócios e cônjuges: 2,50 euros



Matraquilhos e bilhar

O Grupo Desportivo vai promover os V Jogos de Sala, no Porto, com o objectivo de continuar a proporcionar aos seus associados, familiares e amigos momentos de descontração, praticando e/ou acompanhando os diversos desafios.

As diversas provas efectuar-se-ão em datas e horários a combinar, podendo as mesmas ocorrer em horário pós-laboral e/ou fins-de-semana.

Pode efectuar a sua inscrição utilizando a ficha de inscrição que se encontra disponível na área «impressos», no topo da página principal, em www.gdbpi.pt, através dos e-mails: norte@gdbpi.pt ou grupodesportivonorte@bancobpi.pt, por correio interno para o código de correspondência 2039, ou pessoalmente, na Secretaria do Grupo Desportivo, especificando a(s) modalidade(s):

A – Bilhar livre individual
B – Bilhar *snooker* individual
C – Matraquilhos individual
D – Matraquilhos equipas

Aguardamos um grande número de entusiastas e temos prémios aliciantes para os três primeiros classificados de cada modalidade.

Por Augusto Malheiro

Inscrição

Data-limite: 20 de Maio

Valor: 10 euros por modalidade

Sócios e cônjuges: 4 euros por modalidade

Um clássico...

O Grupo Desportivo vai realizar mais um clássico da modalidade de ténis de mesa: o 1.º Torneio Interno de Ténis de Mesa 2008.

A prova terá lugar no dia 24 de Maio, no Pavilhão da Académica Padre Vítor Milícias, em Torres Vedras.

O regulamento obedecerá a um sistema de grupos de quatro concorrentes, sendo apurados o primeiro ou os dois primeiros para um mapa final a eliminar; o número de grupos estará condicionado pelo número de inscrições.

Caso o número de inscritos o justifique, poderá ser organizado o transporte em autocarro, dado que a prova se efectua a 60 km de Lisboa.

Haverá prémios para todos os participantes.

Por Pedro Ferreira e Carlos Galvão

Data: 24 de Maio

7.30h Saída de Lisboa (Terreiro do Paço)

9.00h Início da competição

13.00h Fim da competição

14.00h Almoço

18.00h Regresso a Lisboa

Inscrição: 19 de Maio, até às 18 horas (hora em que se iniciará o sorteio).

Realização: 24 de Maio

Valor: 10 euros. A importância só será debitada aos inscritos não presentes no dia da prova.

A inscrição deverá ser enviada para a secretaria do Grupo Desportivo utilizando



a ficha de inscrição, disponível na página do Grupo Desportivo (www.gdbpi.pt), área de impressos.

Para mais informações, contacte o Grupo Desportivo ou Carlos Galvão (91 674 53 73)

Um Verão de patins em linha

Actividade para todas as idades e um bom treino para entrar no Verão em boa forma

A maior parte de nós já experimentou a patinagem, desde os clássicos 2x2 aos patins de gelo, e, recentemente, à febre dos patins em linha.

Alguns têm-nos, provavelmente, na arrecadação ou na garagem como peça de museu. Outros são praticantes nos dias de sol como forma de aproveitar o ar puro e tirar o *stress* de uma semana de trabalho.

MAIS UM PROGRAMA ENERGÉTICO E RADICAL MAS COM TODA A SEGURANÇA DE UMA ACADEMIA CREDENCIADA A NÍVEL NACIONAL: A ACADEMIA DOS PATINS.

Para os que já a praticaram, é garantido que a patinagem é semelhante ao pedalar na bicicleta: nunca se esquece.

A proposta do Grupo Desportivo para o dia 21 de Junho é entrar no Verão com os 2 pés direitos e com 8 rodas!



Mais um programa energético e radical mas com toda a segurança de uma academia credenciada a nível nacional: a Academia dos Patins.

Temos um professor de patinagem em linha campeão nacional de rampa à sua espera.

Por Pedro Ferreira

10.30h Início da aula teórica
Informação sobre equipamento e aquecimento

11.00h Início da aula prática

12.30h Almoço
(restaurante a indicar posteriormente)

15.00h Actividades extra para participantes com material próprio

Inscrição: até 6 de Junho

Realização: 21 de Junho

Valor: Curso de Patins em Linha: 15 euros

Almoço (opcional): 15 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

Curso de Patins em Linha: 8 euros;
almoço (opcional): 12 euros

Ponto de encontro: Doca do Espanhol – Alcântara, às 10.00h

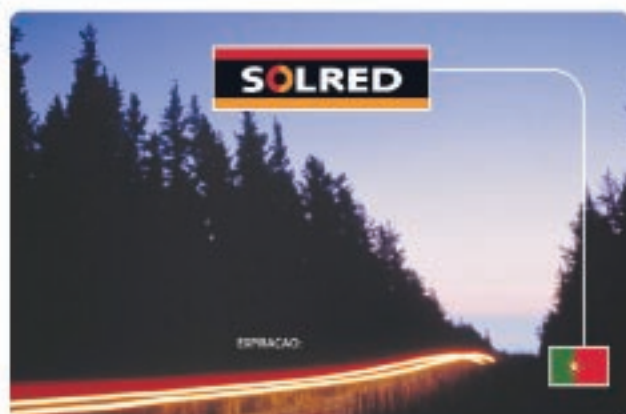
Na inscrição os sócios deverão indicar se têm material (patins e/ou protecções) no campo «Nome da actividade (patins com/sem; protecções com/sem).

O curso de aprendizagem e desenvolvimento inclui todo o material necessário (patins e protecções) e um seguro desportivo.

A inscrição deverá ser enviada para a Secretaria do Grupo Desportivo, utilizando a ficha de inscrição, disponível na página do Grupo Desportivo (www.gdbpi.pt), área de impressos.

Para mais informações e condições para aulas de patins em linha, contacte o Grupo Desportivo.

Aproveite as vantagens do Cartão SOLRED



Ateste mais e pague menos

O Grupo Desportivo renegociou o acordo com a Repsol, a fim de lhe proporcionar ainda mais vantagens.

Adira ao Cartão SOLRED e beneficie de:

- Crédito médio de 30 dias, sem qualquer custo;
- Acesso à maior rede Ibérica de postos de combustível;
- Cartão isento de anuidade;
- Desconto de 0,035 €/litro, na aquisição de combustíveis Repsol em Portugal Continental;
- Desconto de 0,012 €/litro, na aquisição de combustíveis em Espanha;
- Crédito na lavagem e na aquisição de óleos em qualquer posto Repsol aderente;
- Acesso, 24 horas por dia, ao terminal exterior dos postos de abastecimento Repsol;
- Pagamento de portagens (acrescendo comissão de 3% + IVA), com possibilidade de associação à Via Verde;
- Emissão de talão, em cada pagamento, com discriminação de: número do Cartão, local, data e hora de aquisição, tipo de combustível adquirido, quantidade e valor.

O valor das despesas efectuadas com o Cartão SOLRED será deduzido no mês seguinte ao da realização das despesas, aquando do crédito do seu vencimento.

Se ainda não aderiu, preencha e envie-nos hoje mesmo o seu pedido, utilizando a ficha de sócio, disponível no nosso *site* na Internet, em "impressos".

Nenhum cartão lhe dá mais que o do Grupo Desportivo.

Calendário de Viagens 2008

➤ CASTELOS DO LOIRE

De 18 a 25 de Maio



➤ MADRID EM AUTOCARRO

De 26 a 31 de Maio



➤ NOVA IORQUE E WASHINGTON

De 8 a 15 de Junho



➤ TANZÂNIA, COM POSSIBILIDADE DE EXTENSÃO A ZANZIBAR

De 22 a 30 de Junho



➤ ALEMANHA ROMÂNTICA E SEUS CASTELOS

De 12 a 20 de Julho



➤ AUSTRÁLIA C/EXTENSÃO À NOVA ZELÂNDIA

De 30 de Agosto a 18 de Setembro



➤ SÃO MIGUEL POR TRILHOS E CAMINHOS

De 6 a 10 de Setembro



➤ VIETNAME

De 6 a 18 de Setembro



➤ FIM-DE-SEMANA EM ROMA

De 2 a 5 de Outubro



➤ FLORIDA, COM EXTENSÃO DE CRUZEIRO

De 30 de Novembro a 13 de Dezembro





Castelos do Loire

Visita histórica pela Renascença Francesa. Passeie pelo vale do Loire, perceba como se vivia naquela época e admire

os vestígios de um passado sumptuoso. Venha connosco, de 18 a 25 de Março.

Por Rui Simplicio

18 de Maio

Voo com destino a Paris.

Assistência à chegada e transporte ao hotel. Após o almoço, saída para uma visita panorâmica de Paris com destaque para a Praça da Concórdia, Tulherias, Louvre, Pont Neuf, Notre Dame, Place des Vosges, Praça da Bastilha, Quartier Latin, Torre Eiffel, Arco do Triunfo, Campos Elísios e Ópera. Jantar e alojamento.

19 de Maio

Paris/Castelo de Chambord/ /Castelo de Blois/Amboise

Partida para Amboise, na região dos Castelos do Loire. Visita em primeiro lugar, do castelo de Chambord, seguido de almoço. Durante a tarde, visita de Blois e do seu castelo. Continuação para Amboise. Jantar e alojamento.

20 de Maio

Amboise/Chenonceaux/Amboise

De manhã, visita ao castelo de Chenonceaux, um dos mais bonitos castelos do vale. Após o almoço, visita de Tours, cidade das artes, repleta de história e que foi capital do Reino de França. Jantar e alojamento.

21 de Maio

Amboise/Cheverny/Amboise

Dia dedicado aos dois mais bonitos castelos do Vale do Loire, castelo de Amboise, uma das primeiras

residências reais e em seguida, visita ao castelo de Cheverny, o mais bonito exemplo da Renascença francesa. Jantar e alojamento.

22 de Maio

Amboise/Monte St. Michel

Partida para a Normandia onde se chega ao início da tarde. Visita ao monte St. Michel, um mosteiro medieval, construído no topo de uma colina e que durante a maré-alta fica isolado do continente. Jantar e alojamento.

23 de Maio

Monte St. Michel/Versailles/Paris

Partida para Paris, com visita em caminho, do magnífico Palácio de Versalhes. Jantar e alojamento.

24 de Maio

Paris

Dia livre em Paris, para visitas a gosto pessoal. Jantar e alojamento.

25 de Maio

Paris/Lisboa

Tempo livre para visitas a gosto ou para compras. Ao fim da tarde, transporte ao aeroporto e partida de regresso a Lisboa.

Inscrição: até 30 de Março

Realização: de 18 a 25 de Maio

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa

Hora: a informar

Valor: 1860 euros

Suplemento de quarto individual:

390 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 159,44 euros

O pagamento poderá ser efectuado em até (catorze) prestações tendo início em Janeiro, duas em Abril e duas

Os preços incluem: Passagem aérea, em classe turística de acordo com o itinerário

Transporte do aeroporto ao hotel e vice-versa

Alojamento em hotéis de 3 e 4 estrelas

Visitas referidas no itinerário

Regime de pensão completa

Taxas hoteleiras e IVA

Seguro multiviagens

Os preços não incluem:

Extras de carácter pessoal

Taxas de aeroporto, segurança e combustível

Quaisquer outros serviços

não mencionados

Vistos

A organização técnica da viagem é da responsabilidade da Quadrante – Viagens e Turismo, Lda., matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Santa Maria da Feira com o n.º 4419 e com o Alvará n.º 791/95.



Madrid em autocarro

O Grupo Desportivo vai proporcionar um passeio a Madrid, em autocarro, com visitas guiadas, de 26 a 31 de Maio.

Com partida do Porto iremos proporcionar aos participantes uma visita à fabulosa cidade de Madrid, capital de Espanha. Dentro do que tem sido habitual é nossa

intenção proporcionar uma viagem inesquecível e visitas aos pontos mais emblemáticos desta maravilhosa cidade.

Por Augusto Malheiro

Dia 26

9.00h – Saída do Porto para Madrid, via Vilar Formoso e Salamanca (breve paragem para almoço livre). Chegada a Madrid. Jantar e alojamento em hotel (4 estrelas).

Dia 27

Após o pequeno-almoço, visita panorâmica à cidade de Madrid, com realce para: Palácio Real, Museu do Prado, Museu Thyssen, Porta do Sol, Av. Castellana, Estação de Atocha, Praça Mayor, e a vanguardista Praça de Castilla. Almoço incluído. Tarde livre para actividades de carácter pessoal. Jantar e alojamento.

Dia 28

Após o pequeno-almoço, partida com destino à cidade de Toledo, visita panorâmica em torno da cidade e do rio Tejo. O seu passado intitula-a “Capital das Três Culturas”, pois aqui conviveram e prosperaram Cristãos, Mouros e Judeus. No património salientamos a catedral, mosteiros, sinagogas e a Casa-Museu de El Greco. Almoço incluído. Partida para Aranjuez. Paragem para fotos no Palácio Real,

construído no séc. XVIII com imponência e importante recheio. Regresso a Madrid. Jantar e alojamento.

Dia 29

Após o pequeno-almoço, partida em direcção à cidade de Segóvia, que apresenta uma arquitectura notável, onde se salienta a catedral em estilo gótico, o aqueduto romano, e o Alcázar, situado em pitoresco local. Almoço incluído. Continuação da viagem para visita a El Escorial e ao Vale dos Caídos. Regresso a Madrid. Jantar e alojamento.

Dia 30

Dia livre em Madrid para visitas a museus, compras e actividades livres. Almoço incluído. Regresso ao hotel para jantar e alojamento.

Dia 31

Após o pequeno-almoço, viagem de regresso ao Porto, com paragem em Salamanca. Visita livre à cidade. Almoço livre. Chegada ao Porto por volta das 22.00h.

Inscrição: até 30 de Abril de 2008

Esta viagem só se efectua com o mínimo de 30 participantes

Faça já a sua inscrição usando a ficha de inscrição

Valor: 600 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

540 euros

Suplemento de quarto individual:

100 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

O pagamento poderá ser efectuado até Dezembro de 2008.

Os preços incluem:

Viagem em autocarro, de acordo com o itinerário

Alojamento em hotéis de 4 estrelas

Visitas referidas no itinerário

Regime de pensão completa em Madrid (excepto bebidas)

Os preços não incluem:

Extras de carácter pessoal

Quaisquer outros serviços não mencionados

A organização técnica da viagem é da responsabilidade de Majestur – Viagens e Turismo, matriculada na Conservatória do Registo Comercial do Porto com o n.º 46 496 e com o Alvará n.º 687/90.



Nova Iorque e Washington

De 18 a 15 de Junho aproveite os feriados e venha conhecer Nova Iorque e Washington com o Grupo Desportivo.

Por Virgílio Guimarães

8 de Junho (MP) Lisboa ou Porto/ /Nova Iorque

Partida com destino a Nova Iorque, voos Iberia com mudança em Madrid. Chegada prevista para as 17.10h. Assistência e *transfer* ao Hotel Millford Plaza ou similar (Turista Sup) em plena Broadway. Jantar no Brasil Restaurante. Alojamento.

9 (MP) Nova Iorque

Pequeno-almoço americano. Visita panorâmica da cidade, Alto e Baixo Manhattan, com guia local de língua portuguesa, percorrendo os pontos de maior interesse turístico. Pelas 13.30h embarque num cruzeiro de 3 horas "Circle Line". A primeira paragem será na Estátua da Liberdade. Tempo livre e continuação para a nossa segunda etapa, Ellis Island. Regresso ao hotel pelas 17.00h, tempo livre. Jantar no restaurante Johns Pizzeria. Alojamento.

10 de Junho (PC) Nova Iorque

Pequeno-almoço americano. Dia dedicado para visitar, com o nosso guia local, os locais mais emblemáticos desta cidade, tais como Soho, Chinatown, Central Park, Greenwich Village. Almoço incluído no Hard Rock Café. Regresso pelas 17.00h ao hotel. Às 19.00h partida para um fabuloso jantar – cruzeiro de 3 horas no rio Hudson pelo porto de Nova Iorque num barco totalmente envidraçado, o *Bateux New York*. Regresso ao hotel. Alojamento.

11 de Junho (AP) Nova Iorque

Pequeno-almoço americano. Dia livre que aconselhamos dedique à visita a alguns dos principais museus nova-iorquinos, tais como o Metropolitan Museum of Art, vulgarmente conhecido por Met ou Museu de História Natural. Alojamento no hotel.

12 de Junho (MP) Nova Iorque/ /Washington DC

Pequeno-almoço americano e partida, em autocarro privativo, para a segunda parte da nossa viagem à cidade de Washington DC. Chegada e visita panorâmica com guia local aos mais importantes monumentos, Capitólio, Memorial a Lincoln, Casa Branca, etc. No final desta visita, tempo livre para almoço. Pelas 17.00h *transfer* ao hotel, jantar e alojamento.

13 de Junho (MP) Washington DC

Pequeno-almoço americano. Dia inteiramente livre para visitar alguns dos mais emblemáticos museus Smithsonian Museum Collection. Sugerimos o Museu do Ar e do Espaço. De tarde, partida às 17.00h para visita da histórica e famosa Georgetown, fundada em 1789, no mesmo ano da Constituição dos Estados Unidos, e com a mais antiga Universidade Católica. Jantar num dos seus restaurantes. Regresso às 22.30h ao hotel. Alojamento.

14 de Junho (MP) Washington DC

Pequeno-almoço americano, partida para a última etapa da nossa viagem e visita a um dos locais históricos mais populares da América. A Quinta de Mont Vernon, propriedade do famoso presidente

George Washington. Visita, cruzeiro no rio Potomac e almoço incluído. Pelas 15.30h *transfer* para o aeroporto, formalidades de embarque e partida em voo Iberia às 19.00h com destino a Madrid, refeições e noite a bordo.

15 de Junho Washington/Porto ou Lisboa

Chegada a Madrid pelas 8.20h, mudança de voo e continuação para a sua cidade de origem. Chegada ao final da manhã.

Inscrição: até 16 de Junho

Realização: de 8 a 15 de Julho

Ponto de encontro: aeroportos do Porto ou de Lisboa

Hora: a informar

Valor: 1970 euros

Taxas de aeroporto: 245 euros

Suplemento para quarto individual: 550 euros

Os preços incluem:

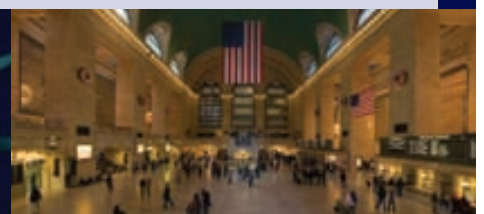
7 refeições (bebidas não incluídas)

5 visitas e 3 cruzeiros

Os preços não incluem:

Taxa de aeroporto, segurança e combustível, extras de carácter pessoal e de um modo geral tudo o que não estiver devidamente especificado como incluído no programa.

A organização técnica da viagem é da responsabilidade de Viagens Tempo – Operador Turístico, Lda., matriculada na Conservatória do Registo Comercial do Porto com o n.º 51 472 e com o Alvará n.º 736/94.





Tanzânia

Deixe-se “agarrar” pela magia de África, ao pôr ou ao nascer do Sol. De 22 a 30 de Junho venha connosco a Tanzânia.

Decero não se arrependerá. É uma proposta aliciante com um preço convidativo.

22 de Junho

Lisboa/Arusha

Comparência no aeroporto 90 minutos antes da partida. Formalidades de embarque e partida com destino a Arusha. Noite a bordo.

23 de Junho

Arusha

Assistência à chegada e transporte ao hotel. Resto do dia livre para descansar da viagem. Jantar e alojamento.

24 de Junho

Arusha/Lago Manyara ou Tarangire

Após o pequeno-almoço, manhã livre. Após o almoço, em Arusha, continuação da viagem para o Parque Nacional do Lago Manyara ou para o Parque Nacional de Tarangire, em pleno vale do Rift. Jantar e alojamento.

25 de Junho

Lago Manyara ou Tarangire/ /Serengeti

Após o pequeno-almoço, saída para safari pelo Parque Nacional do Lago de Manyara, um paraíso para as aves e onde poderemos encontrar também elefantes, búfalos e os famosos leões trepadores de arvores. Após o almoço, partida para o famoso Parque Nacional do Serengeti com safari fotográfico em caminho. Jantar-churrasco debaixo das estrelas e alojamento.

26 de Junho

Serengeti

Pequeno-almoço em pleno parque. Dia completo dedicado a safari fotográfico num dos parques mais emblemáticos de África. Os “Big Five” (leão, leopardo, elefante, búfalo e rinoceronte) poderão ser

vistos juntamente com uma variedade de antílopes, em especial gnus e zebras, na sua impressionante migração. Jantar e alojamento.

27 de Junho

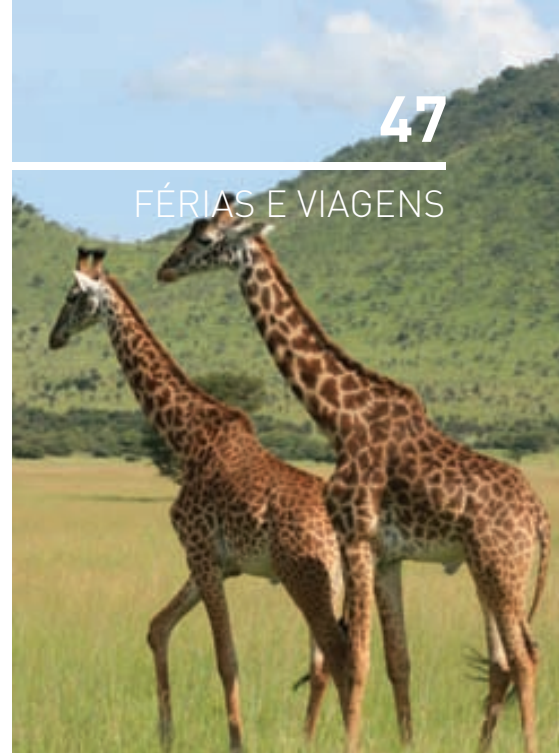
Serengeti/Cratera de Ngorongoro

De manhã, saída para um último safari no Serengeti. Após o almoço, partida para a Área de Conservação da Cratera de Ngorongoro, com paragem para visita da garganta de Olduvai, um dos locais antropológicos mais importantes do mundo. Jantar e alojamento.

28 de Junho

Cratera de Ngorongoro

Após o pequeno-almoço, descida ao interior da cratera para meio dia de safari fotográfico. Esta jóia da natureza com 30 km de diâmetro alberga todas



as espécies mais importantes do leste de África, com excepção de girafas. Tarde livre, para actividades opcionais ou para descansar e desfrutar da magnífica paisagem. Jantar de despedida com danças tradicionais e alojamento.

29 de Junho

Cratera de Ngorongoro/Arusha

Após o pequeno-almoço, regresso a Arusha para almoço. De tarde, tempo livre para compras. Em hora a combinar localmente, transporte ao aeroporto de Kilimanjaro. Formalidades de embarque e partida no voo com destino a Lisboa. Noite a bordo.

30 de Junho

Portugal

Chegada e fim da viagem.

Inscrição: até 30 de Março

Realização: de 22 a 30 de Junho

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa

Hora: a informar

Valor: 3620 euros

Suplemento de quarto individual: 305 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas: 335,32 euros (sujeito a variação)

Vistos: aproximadamente 95 euros

O pagamento poderá ser efectuado em até 14 (catorze) prestações tendo início em Janeiro, duas em Abril e duas em Novembro, e final em Dezembro.

Possibilidade de extensão para a praia em Zanzibar.

Os preços incluem:

Passagem aérea, em classe turística de acordo com o itinerário

Transporte do aeroporto ao hotel e vice-versa

Alojamento em hotéis de 4 e 5 estrelas

Visitas referidas no itinerário

Regime de pensão completa

Taxas hoteleiras e IVA

Seguro multiviagens

Os preços não incluem:

Extras de carácter pessoal

Taxas de aeroporto, segurança e combustível

Quaisquer outros serviços não mencionados

Vistos

A organização técnica da viagem é da responsabilidade da Quadrante – Viagens e Turismo, Lda., matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Santa Maria da Feira com o n.º 4419 e com o Alvará n.º 791/95.

Alemanha romântica e seus castelos



12 de Julho (MP) Porto ou Lisboa/ Berlim

Partida com destino a Berlim.

Chegada e transfer ao hotel.

Jantar e alojamento.

Visita noturna a Berlim (opcional): a Postdamerplatz com os novos edifícios construídos por alguns dos mais prestigiados arquitectos, o Reichstag, etc.

13 de Julho (PC) Berlim

Visita panorâmica: Restos do famoso Muro de Berlim, Porta de Brandeburgo, Igreja Comemorativa do Kaiser, as Avenidas Unter-den-Linden e Kurfürstendamm, o Foro de Frederico II, etc. Visitaremos o Museu de Arte Helenístico, na ilha dos museus (património da humanidade da UNESCO). Almoço e tarde livres. Visita (opcional) ao campo de concentração

de Sachsenhausen, situado a 35 km de Berlim. Jantar e alojamento.

14 de Julho (PC) Berlim

Dia livre com almoço e jantar incluídos. Poderá realizar uma visita (opcional) à cidade de Potsdam, capital do estado de Brandeburgo e cenário de acontecimentos que marcaram a história da Alemanha, visitaremos o Palácio Novo e os Jardins de Sanssouci, que, juntamente com a antiga residência dos reis da Prússia, foram declarados património da humanidade. Resto da tarde livre. Alojamento.

15 de Julho (PC) Berlim /Dresden/ Nuremberga

Saída para Dresden, capital do estado da Saxónia e conhecida como a "Florença do Elba", devido à sua grande beleza. Chegada e tempo livre para admirar o seu magnífico património

artístico, o Zwinger, a Hofkirche. Almoço e continuação para Nuremberga, que conserva o seu ambiente medieval. Chegada. Jantar e alojamento.

16 de Julho (PC) Nuremberga/ Heidelberg

Visita panorâmica da parte antiga da cidade, Castelo Imperial Medieval, casa de Dürer, Igreja de S. Sebald, etc. Saída pela Estrada Romântica para Rothenburg-ob-der-Tauber, rodeada de muralhas e de fama mundial pelo seu centro histórico com a Torre de Markus. Almoço e tempo livre. Continuação para Heidelberg. Jantar e alojamento.

17 de Julho (PC) Heidelberg/ Friburgo

Visita panorâmica da antiga cidade universitária situada nas margens do rio Neckar; continuação para Estrasburgo, sede do Parlamento Europeu; almoço



e visita (opcional) da cidade.

Continuação através da Floresta Negra, até Friburgo, com a Praça do Mercado, a Casa do Comércio, a Câmara, etc.

Tarde livre. Jantar e alojamento.

18 de Julho (PC) Friburgo/Munique

Saída em direcção a Meersburg, conhecida como a cidade mais antiga da Alemanha. Breve tempo livre. Almoço em caminho. Continuação para Munique, capital da Baviera e actualmente centro de atracção turística, sobretudo na festa da cerveja Oktoberfest. Visita panorâmica da cidade, os jardins do Palácio das Ninfas, a Vila Olímpica, a Câmara e o seu famoso Glockenspiel o carrilhão, a Marenplatz, a Maximilliam Strasse (os campos Elísios de Munique), etc. Jantar e alojamento.

19 de Julho (PC) Munique

Dia livre com almoço e jantar incluídos.

De manhã possibilidade de realizar, como opcional, excursão a Fussen, com visita a um dos castelos de Luís II da Baviera, o Castelo de Neuschwanstein, que serviu de inspiração a Walt Disney, para criar o castelo da Bela Adormecida. Regresso a Munique. Alojamento.

20 de Julho (PA) Munique/Porto ou Lisboa

Dependendo do horário do voo, possibilidade de tempo livre até ao transfer para o aeroporto. Regresso à cidade de origem. Chegada.

Inscrição: até 30 de Junho

Realização: de 12 a 20 de Julho

Ponto de encontro: Aeroporto do Porto ou de Lisboa

Hora: A informar

Valor: 1200 euros

Suplemento para quarto individual: 250 euros

Suplemento para tudo incluído: 90 euros (incluindo as 4 visitas opcionais)

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas: 150 euros

O pagamento poderá ser efectuado em até 14 (catorze) prestações tendo início em Janeiro, duas em Abril e duas em Novembro, e final em Dezembro

Visitas opcionais:

Nocturna de Berlim;
Campo de Concentração de Sachsenhausen;
Cidade de Estrasburgo
Excursão a Fussen, com visita de um dos castelos de Luís II da Baviera)

A organização técnica da viagem é da responsabilidade de Viagens Tempo – Operador Turístico, Lda., matriculada na Conservatória do Registo Comercial do Porto com o n.º 51472 e com o Alvará n.º 736/94.

**Turnos de 15 dias**

28/06 a 12/07 9/08 a 23/08
 12/07 a 26/07 23/08 a 6/09
 26/07 a 9/08

➤ CAMPO DE FÉRIAS DE ALCÁCER DO SAL (Setúbal)

Localização: O concelho de Alcácer do Sal situa-se na zona sul do distrito de Setúbal, e integra, em termos mais vastos, a sub-região do Alentejo litoral, que, por sua vez, está incluída na região do Baixo Alentejo. O campo de férias de Alcácer do Sal decorrerá nas instalações da residência de estudantes de Alcácer do Sal situada no centro da vila.

Características: O campo de férias tem capacidade para 90 pessoas em quartos de 4 elementos, com respectivos armários e casa de banho individual. Possui cozinha, refeitório com lareira e lavandaria.

São admitidos jovens dos 6 aos 17 anos.

Principais actividades: praia, escalada, *rappel*, canoagem e passeios pedestres, equitação e jogos tradicionais.

Valor: 450 euros (15 dias)

Filhos dos sócios: 410 euros

Valor: 250 euros (8 dias)

Filhos dos sócios: 220 euros

Inclui: estada, alimentação, seguro, assistência médica, actividades, material e monitoragem. **Não inclui:** transporte

➤ CAMPO DE FÉRIAS DO ALVITO (Beja)

Localização: O campo de férias do Alvito situa-se no concelho de Alvito, no distrito de Beja.

Características: O campo de férias do Alvito está equipado com camaratas com beliches,

balneários, refeitório, sala de convívio, biblioteca, espaços para *ateliers* e equipamento audiovisual informático.

Turnos de 15 dias

14/7 a 25/7 16/8 a 27/8
 25/7 a 5/8 27/8 a 7/9
 5/8 a 16/8

Valor: 378 euros

Filhos dos sócios: 330 euros

Inclui: transporte, estada, alimentação, seguro, assistência médica, actividades, material e monitoragem.

São admitidos jovens dos 6 aos 12 anos, e dos 13 aos 16 anos de idade.

O número mínimo de participantes é de 20 jovens, e o número máximo é de 50.



➤ CAMPO DE FÉRIAS DA QUINTA DA BROEIRA (Cartaxo)

Valor: 477,12 euros

Filhos dos sócios: 430 euros

As entradas são ao domingo depois das 15.00h.

As saídas são aos sábados até às 11.30h.

Inclui: estada, alimentação, seguro, assistência médica, actividades, material e monitoragem.

Não inclui: transporte.

Localização: A Quinta da Broeira situa-se nos arredores do Cartaxo, a apenas 45 minutos de Lisboa, a 45 minutos de Leiria e a 90 minutos de Coimbra, e é o local perfeito no coração do Ribatejo, onde os seus filhos podem passar umas férias inesquecíveis.

Características: Na Quinta da Broeira encon-

trar-se-á sala de estar com TV, música ambiente e ar condicionado; piscina, polidesportivo, equitação com picadeiro e *boxes*, actividades radicais de cordas, torneios de futebol, *pedi-paper*, *ateliers*, *karaoke*, jogos nocturnos, teatros e animação.

A organização e o planeamento são da responsabilidade de um coordenador pedagógico.

São admitidos jovens dos 6 aos 18 anos.

Turnos de 15 dias

29/6 a 12/7 17/8 a 30/8
 13/7 a 26/7 31/8 a 13/9
 3/8 a 16/8



CAMPOS DE FÉRIAS

CAMPO DE FÉRIAS DO CEIRA (Coimbra)

Localização: Vila Nova de Ceira é uma freguesia do concelho de Góis, distrito de Coimbra, situada a escassos 5 km da sede concelhia.

Com mais 8 séculos de existência, a vila de Góis

Valor: 430 euros (15 dias)

Filhos dos sócios: 380 euros

Valor: 225 euros (8 dias)

Filhos dos sócios: 195 euros

Inclui: estada, alimentação, seguro, assistência médica, actividades, material e monitoragem.

está situada a 40 km de Coimbra, num vale (vale do Ceira) estreito e profundo, entre as serras do Carvalhal e do Rabadão.

Características: O centro de férias tem capacidade para 50 pessoas em camaratas de 6 elementos, com respectivos armários e casa de banho individual. Possui cozinha, refeitório com lareira e lavandaria.

São admitidos jovens dos 6 aos 17 anos.

Principais actividades: piscinas da Lousã, passeios pedestres, jogos de exploração, centros de interesse diversos (teatro e fantoches, etc.), *pedi-paper*, jogos nocturnos e caça ao tesouro.

**Turnos de 15 dias**

Turnos de 15 dias 26/7a 9/8

28/6 a 12/7 9/8 a 3/8

12/7 a 26/7 23/8 a 6/9

Turnos de 8 dias

2/8 a 9/8

28/6 a 5/7 9/8 a 16/8

5/7 a 12/7 16/8 a 23/8

12/7 a 19/7 23/8 a 30/8

26/7 a 2/8 30/8 a 6/9

CAMPO DE FÉRIAS DA QUINTA DO CRESTELO E CASAS DO SABUGUEIRO (Seia)

Localização: A Quinta do Crestelo situa-se a 2km do centro de Seia, numa antiga quinta agrícola de 17 hectares, num vale onde o verde é a cor dominante.

Turnos de 15 dias

28/6 a 12/7 9/8 a 23/8

12/7 a 26/7 23/8 a 6/9

26/7a 9/8

Características: Os jovens podem usufruir de várias infra-estruturas que incluem: camaratas com beliches, balneários, refeitório, sala de convívio, piscinas, campos de ténis e futebol.

Aos jovens estão disponíveis diversas activida-



des: caminhadas, passeios de BTT, equitação, orientação, futebol, basquetebol, voleibol.

São admitidos jovens dos 8 aos 18 anos.

Valor: 423 euros

Filhos dos sócios: 373 euros

Inclui: Estada, alimentação, seguro, assistência médica, actividades, material, monitoragem e transporte.

HERDADE DAS PARCHANAS (Alcácer do Sal)

Localização: A Herdade das Parchanas fica perto de Alcácer do Sal, entre esta cidade e o Torrão.

Valor: 235 euros

Filhos dos sócios: 205 euros

As entradas são ao domingo depois das 17.00h. As saídas são aos sábados até às 12.00h

Inclui: estada, alimentação, seguro, assistência médica, actividades, material e monitoragem.

Não inclui: transporte.

Características: A Herdade das Parchanas dispõe de camaratas militares com beliches onde se realizam as dormidas, um refeitório, um salão de acções de formação, um salão de projecção de filmes e apresentações, balneários, piscina com balneários, picadeiro e campo de jogos com parque infantil. Estão disponíveis actividades como: subida do rio, canoagem, BTT, equitação, orientação, tiro com arco, passeios pedestres, jogos de cordas e tradicionais, *paintball*, e, ainda, a distribuição temática por semanas, ambiental, hípica, desportiva e mecânica.

Os participantes deverão levar o boletim de vaci-

Turnos de 8 dias:

21/6 a 28/6 3/8 a 9/8

29/6 a 5/7 10/8 a 16/8

6/7 a 12/7 17/8 a 23/8

13/7 a 26/7 24/8 a 30/8

20/7 a 26/7 31/8 a 6/9

27/7 a 2/8

nas actualizado, fotocópia do cartão de utente de saúde (obrigatório). Em todas as semanas funcionam os quatro temas possíveis.

São admitidos jovens dos 6 aos 17 anos.



➤ CAMPO DE FÉRIAS DA QUINTA DAS MALHADAS (Ribatejo)

Valor: 242,41 euros

Filhos dos sócios: 215 euros.

As entradas são ao domingo depois das 15.00h. As saídas são aos sábados até às 11.30h.

Inclui: estada, alimentação, seguro, assistência médica, actividades, material e monitoragem.

Não inclui: transporte

Localização: A Quinta das Malhadas situa-se a apenas 45 minutos de Lisboa, em pleno coração do Ribatejo, tem cerca de 400 hectares e uma excepcional vista para o vale do rio Tejo.

Características: Na Quinta da Malhada encontrará, 3 salas de apoio equipadas com música, mesa de pingue-pongue e matraquinhos, sala de jantar de tipo refeitório, piscina, animais domésticos, cocheira e picadeiros, campo de desportos, equitação, tiro com arco,



Turnos de 7 dias	3/8 a 9/8
29/6 a 5/7	10/8 a 16/8
6/7 a 12/7	17/8 a 23/8
13/7 a 19/7	24/8 a 30/8
20/7 a 26/7	31/8 a 6/9
27/7 a 2/8	7/9 a 13/9

canoagem, teatro, *ateliers* de confecção de trajes e de pão, jantares e festas medievais. São admitidos jovens dos 6 aos 18 anos.

➤ CAMPO AVENTURA – ÓBIDOS (Olho Marinho, Óbidos)

Turnos de 7 dias

29/6 a 5/7	3/8 a 9/8
6/7 a 12/7	10/8 a 16/8
13/7 a 19/7	17/8 a 23/8
20/7 a 26/7	24/8 a 30/8
27/7 a 2/8	31/8 a 6/9

Turnos de 14 dias

6/7 a 19/7	3/8 a 16/8
20/7 a 2/8	17/8 a 30/8

Localização: O centro de férias está sediado em Olho Marinho, Óbidos.

Com uma filosofia própria, debruça-se sobre os valores que defende – confiança, lealdade, honestidade, amizade e espírito de equipa.

Características: Possui um pavilhão multiusos, uma sala de cinema, uma sala de convívio, paredes de escalada, 20 000 metros quadrados de área relvada, percurso de cordas – *high ropes* – único em Portugal, BTT, linhas de slide, insufláveis e piscinas.



São admitidos jovens dos 6 aos 10 anos, dos 11 aos 13 e maiores de 14.

Valor: 283,75 euros (7dias)

Valor: 510,75 euros (14 dias)

Os filhos de associados têm um desconto de 5%.

➤ CAMPO DE FÉRIAS DE ODEMIRA (Odemira)

Localização: Odemira é, em área, o maior concelho de todo o País. Este imenso concelho

faz fronteira a norte com os municípios de Sines e Santiago do Cacém; a este com Ourique; a sul e sueste com os concelhos algarvios de Aljezur, Monchique e Silves.

Características: O centro de férias tem capa-

cidade para 80 pessoas em quartos de 4 elementos, com respectivos armários e casa de banho individual. Possui cozinha, refeitório com lareira e lavandaria.

Principais actividades: praia, escalada, rappel, canoagem e passeios pedestres, equitação e jogos tradicionais.

São admitidos jovens dos 6 aos 17 anos.



Valor: 450 euros (15 dias)

Filhos dos sócios: 410 euros

Valor: 250 euros (8 dias)

Filhos dos sócios: 220 euros

Inclui: transporte, estada, alimentação, seguro, assistência médica, actividades, material e monitoragem.

Turnos de 15 dias

28/6 a 12/7

12/7 a 26/7

26/7 a 9/8

9/8 a 23/8

23/8 a 6/9

Turnos de 8 dias

28/6 a 5/7

5/7 a 12/06

12/7 a 19/07

CAMPOS DE FÉRIAS

CAMPO DE FÉRIAS DE PAIALVO (Tomar)

Localização: O Campo de Férias do Paialvo situa-se no concelho de Tomar. Está implantado



numa quinta – Lagar de São José – inserida na aldeia histórica de Paialvo, a 7 km da cidade de Tomar e a 14 km da cidade de Torres Novas, no meio da paisagem rural típica da Estremadura.

Características: Este campo de férias, antigo lagar de azeite, possui alojamento em quartos múltiplos, com balneários, refeitório, salas de convívio, salões para festas, discoteca, zona de relvado, campo de jogos polivalente, campo de vôlei de praia, piscina e parede de escalada.

São admitidos jovens dos 7 aos 17 anos.

Valor: 210 euros

Filhos dos sócios: 180 euros

Inclui: transportes, seguro, alimentação, actividades e monitoragem.

Turnos de 8 dias

29/6 a 6/7

27/7 a 3/8

6/7 a 13/7

3/8 de 10/8

13/07 a 20/7

10/8 a 17/8

20/7 a 27/7

17/8 a 24/8

CAMPO DE FÉRIAS DO PARQUE AVENTURA SNIPER (Loures)

Localização: O Parque Aventura Sniper situa-se a 25 km de Lisboa, na zona de Bucelas, Loures.

Turnos de 7 dias

29/6 a 5/7

27/7 a 2/8

6/7 a 12/7

3/8 a 9/8

13/7 a 19/7

10/8 a 16/8

20/7 a 26/7

17/8 a 23/8

Turnos de 14 dias

29/6 a 12/7

27/7 a 9/8

13/7 a 26/7

10/8 a 23/8

Características: O Parque Aventura Sniper tem 30 000m² e vários hectares de zona envolvente como área de apoio para passeios pedestres, percursos de orientação e jogos temáticos.

O alojamento é efectuado em cabanas de madeira

Valor: 270 euros

Filhos dos sócios: 240 euros (7 dias)

Valor: 505 euros

Filhos dos sócios: 455 euros (14 dias)

Inclui: estada, alimentação, seguro, assistência médica, actividades e monitoragem. Não inclui transporte.

com capacidade para 60 jovens, com balneários, zona própria para refeições, piscina, uma ampla zona de convívio, recinto para jogos diversos (*slide*, *rappel*, escalada, percursos pedestres, *karaoke*, etc.) e vários cenários para jogos de *paintball*.

São admitidos jovens dos 6 aos 12 e dos 13 aos 18 anos.



CAMPO DE FÉRIAS RESIDENCIAL DA ACADEMIA DO TEMPO ACTIVO (Parque Florestal de Monsanto)

Localização: Parque Florestal de Monsanto

Características: No Campo de Férias da Aca-

demia do Tempo Activo (ATA) o alojamento em *bungalows* no Parque Florestal de Monsanto.

São admitidos jovens dos 13 aos 16 anos.

O número máximo de participantes é de 24 adolescentes.



Inscrição: até 23 de Maio

Realização: de 3 a 14 de Agosto

Valor: 505 euros

Filhos de Sócios: 455 euros

Inclui: Estada, alimentação, seguro, assistência médica, actividades, material e monitoragem.



VAIRÃO – VILA DO CONDE (Vila do Conde)

Localização: O centro de férias está localizado numa povoação antiquíssima situada a 8 km da sede de concelho, Vila do Conde. Vila Valeriani no período da ocupação romana, Vairão possui ainda vestígios dessa época.

Características: Actividades previstas (que

podem ser substituídas por decisão da equipa pedagógica):

Dos 7 aos 12 anos: praia e/ou piscina, acampamento, jogos, passeios, actividades desportivas



Valor: 317,50 euros

Deve ser utilizada a ficha disponível no site do Grupo Desportivo

Para mais informação contactar a Secretaria do Grupo Desportivo, no Porto

CURSOS DE LÍNGUA INGLESA

Localização, períodos, idades e colégio: **Framlingham College.** De 6 a 20 de Julho, ou de 20 de Julho a 3 de Agosto, para jovens dos 12 aos 16 anos.

Roedean School. De 11 a 25 de Julho, para jovens dos 9 aos 16 anos.

Ashford School. De 3 a 17 de Agosto, para jovens dos 9 aos 16 anos.

Características: O alojamento é feito nas residências dos campos, maioritariamente em quartos individuais, alguns duplos e pequenos dormitórios para os alunos mais novos. As casas de banho e os chuveiros são partilhados. Todas as residências têm uma sala comum com televisão, DVD e jogos onde os alunos podem conviver.

As turmas são multinacionais, com máximo de 15 alunos, com 20 lições semanais de 45 minutos cada, e há tempos livres com actividades sociais, culturais, desporto e excursões. As tardes são preenchidas com trabalhos manuais, teatro e poesia, e as noites, com jogos e festas.



Valor: 1788 euros a 2228 euros.

Filhos dos sócios: desconto de 100 euros.

O programa inclui:

Passagem aérea Lisboa/Londres/Lisboa;

Taxas de aeroporto e de segurança;

Transporte do aeroporto ao colégio

e vice-versa;

40 lições de língua inglesa;

13/14 noites de alojamento na residência da escola;

Pensão completa (3 refeições diárias);

Programa de actividades desportivas/ /sociais/culturais;

Diploma de aproveitamento escolar;

Acompanhamento durante toda a estada;

Seguro de viagem Total Viagens VIP.

APARTAMENTOS

➤ AÇOTEIAS (Jardins da Falésia)

Localização: entre Olhos de Água e Vilamoura, próximo das Açoteias e a 350 metros da praia da Falésia.

Características: 2 apartamentos T1, para 4 pessoas, equipados com ar condicionado, máquina de lavar roupa, máquina de café,

torradeira, microondas, frigorífico e TV por satélite. Piscina para adultos, piscina para crianças e zonas verdes.

A recepção funciona na Praceta do Pinhal das 9 às 18.00h e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.



➤ ALVOR (Mar Alvor)

Localização: situa-se a 600 metros da praia do Alvor.

Características: 2 apartamentos T1, para 4 pessoas, devidamente equipados, com direito a utilização gratuita da piscina e a parque de estacionamento para uma viatura.

Todos os apartamentos têm quarto com

2 camas, sala com sofá-cama, cozinha e casa de banho. Estão equipados com fogão, frigorífico, esquentador, televisão, roupa e loiça para 4 pessoas.

A recepção funciona nos Apartamentos Mar Alvor das 10 às 19.00h e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.

➤ ALVOR (Vila Marachique)

Localização: situa-se a 1200 metros da praia do Alvor.

Características: 2 apartamentos T1, para 4 pessoas, devidamente equipados, com direito a utilização gratuita da piscina e parque de estacionamento para uma viatura.

Todos os apartamentos têm quarto com 2

camas, sala com sofá-cama, cozinha e casa de banho. Estão equipados com fogão, frigorífico, esquentador, televisão, roupa e loiça para 4 pessoas.

A recepção funciona nos Apartamentos Vila Marachique das 10 às 19.00h e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.



➤ ARMAÇÃO DE PÊRA (Torres da Oira e Luís de Camões)

Localização: Armação de Pêra, a 100 metros da praia.

Características: 2 apartamentos T1 para 4 pessoas, devidamente equipados, com direito a utilização gratuita da piscina e parqueamento coberto para uma viatura.

Os apartamentos têm quartos com 2 camas ou cama de casal, sala com sofá-cama,

cozinha e casa de banho. Estão equipados com fogão, frigorífico, esquentador, televisão, roupa e loiça para 4 pessoas.

A recepção funciona na Urbanização Quinta dos Arcos, Lote 24 - Loja A, das 9 às 19.00h e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.

FÉRIAS E VIAGENS

➤ GALÉ (Aldeia da Galé)

Localização: situa-se na Galé, a 1 km da praia dos Salgados.

Características: 4 apartamentos T1, para 4 pessoas, devidamente equipados, com direito a utilização gratuita da piscina e parque de estacionamento para uma viatura. Todos os apartamentos têm quarto com 2 camas, sala com sofá-cama, cozinha e

casa de banho. Estão equipados com fogão, frigorífico, esquentador, televisão, roupa e loiça para 4 pessoas.

A recepção funciona nos Apartamentos Aldeia da Galé das 10 às 19.00h e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.



➤ MANTA ROTA (Mantasol)

Localização: situa-se em Manta Rota, a 300 metros da praia.

Características: 2 apartamentos T1 para 4 pessoas, devidamente equipados.

Os apartamentos têm quarto com cama de casal, sala com sofá-cama, cozinha e casa de banho, e estão equipados com fogão,

frigorífico, esquentador, televisão, roupa e loiça para 4 pessoas.

A recepção funciona nos Apartamentos Mantasol das 9 às 19.00h, e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.

➤ SAGRES (Pontalaia Apartamentos)

Localização: em Sagres, a 100 metros da praia da Mareta e a 5 minutos da praia do Martinhal.

Características: 1 apartamento T1 para 3 pessoas, equipado com ar condicionado, máquina de café, torradeira, microondas, frigorífico e TV por satélite.

Piscina para adultos e crianças.

A recepção funciona nos Apartamentos Turísticos Pontalaia, das 9 às 20.00h, e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.

Nota: Suplemento de jantar de 15,00 euros por pessoa (sujeito a marcação prévia).



ÉPOCAS

BAIXA	PÁSCOA	MÉDIA/BAIXA	MÉDIA	MÉDIA/ALTA	ALTA
1/3 a 15/3	15/3 a 29/3	29/3 a 31/5	31/5 a 28/6	28/6 a 12/7	12/7 a 30/8
11/10 a 15/12	15/12 a 31/12	27/9 a 11/10	13/9 a 27/9	30/8 a 13/9	
€ 18,00	€ 33,00	€ 33,00	€ 45,00	€ 66,00	€ 85,00

A taxa de inscrição é de 15 euros.

Desistências e penalizações: até 30 dias da entrada, 50% do custo total do aluguer; até 15 dias, 100% do custo total do aluguer.

Promoção: em Armação de Pêra, alugue por 7 noites e pague só 6, durante todo o ano, excepto no período da promoção especial.

Promoção especial: de 29 de Março a 31 de Maio, e de 27 de Setembro a 11 de Outubro, alugue por 7 noites e pague só 5, em todos os apartamentos. Não são permitidos animais nos apartamentos.

TURISMO RURAL



→ CASTELO DE VIDE

Casa Amarela

Telefone: 245 90 12 50

Localização: Situada na bonita cidade de Castelo de Vide, na Praça D. Pedro V. Dispõe de quartos e suites; no preço está incluído o pequeno-almoço. Servem refeições.



→ ERICEIRA

Urbanização Colina do Atlântico

(Apartamentos Turísticos)

Telefone: 261 86 02 30

Localização: O Aparthotel Beachtour situa-se a 50 km de Lisboa e a 800 m do centro da vila de Ericeira. Dispõe de apartamentos T0, T1 e T2, equipados com *kitchenette*. O preço inclui a utilização das piscinas.



→ FIGUEIRA DE CASTELO RODRIGO

Hospedaria do Convento

Telefone: 271 31 18 19

Localização: Próximo de Figueira de Castelo Rodrigo, Foz Côa, num ambiente rural e histórico, situa-se a hospedaria de turismo de habitação. Seguir pelo IP5, em direcção a Vilar Formoso; depois da Guarda, sair para Almeida (saída n.º 30 da A25). Dispõe de dois tipos de quartos: os do edifício principal e os do edifício da piscina. Nos preços está incluído o pequeno-almoço.



→ FOLHADA MARCO DE CANAVESES

Casa da Quintã

Telefone: 255 42 38 73

Localização: A cerca de 8 km de Amarante – placa giratória a proporcionar a descoberta das Terras de Basto, do Minho e de Trás-os-Montes, com as quais faz fronteira – e 10 km do Marco de Canaveses, proporcionando também a descoberta do Douro dada a proximidade de Régua (30 km), centro económico daquela região. A sua localização permite aceder em cerca de 50 minutos às cidades do Porto e de Guimarães, em 30 minutos às cidades de Vila Real e da Régua.



→ LOUSÃ

Quintal de Além do Ribeiro

Telefone: 239 99 64 80

Localização: Situado a 25 km de Coimbra e a 2 km da Lousã. Inserido numa típica aldeia beirã que proporciona o contacto e a comunhão com a natureza. Perto do rio Ceira, propício para a natação e a pesca. Dispõe de quartos com áreas generosas e 2 suites completas (quarto, sala e casa de banho). Nos preços está incluído o pequeno-almoço.



→ MONTEMOR-O-NOVO

Herdade Barrocal de Baixo

Telefone: 266 84 73 19

Localização: A herdade fica a 6 km da saída de Montemor-o-Novo, na auto-estrada Lisboa-Elvas, e a 3 km daquela cidade, na EN 114, a caminho de Santarém. Possui unidade principal e casinhas rurais com preços diferenciados. No preço está incluído o pequeno-almoço.

FÉRIAS E VIAGENS



→ SINTRA

Quinta dos Junqueiros

Telefone: 21 928 02 56

Localização: A Quinta dos Junqueiros situa-se entre Cascais e Colares, na Azóia, muito próximo do cabo da Roca, em plena encosta da serra de Sintra. Dispõe de casas T1 e T2 equipadas com aquecimento central, lareira e churrasqueiras exteriores. O preço inclui a utilização da piscina e da sala de jogos, e a limpeza é diária excepto aos domingos e feriados.



→ VIEIRA DO MINHO

Casa dos Martinhos

Telefone: 253 65 63 31

Localização: Sair da A3 em Braga e seguir em direcção a Chaves; 27 km depois (Cerdeirinha), virar à direita em direcção à vila de Vieira do Minho, e, dali, seguir as indicações para a aldeia turística de Agra, manter essa rota até percorrer cerca de 14 km; a sua localização permite aceder em menos de 30 minutos a diversos locais de interesse turístico, como Braga, Guimarães, Parque Nacional Peneda-Gerês e em menos de 15 minutos à barragem da Cabreira. Dispõe de quartos e os preços incluem pequeno-almoço regional.



→ VILA MEÃ - VISEU

Hotel Rural Quinta da Vila Meã

Telefone: 232 93 12 61

Localização: Situado entre Viseu e Mangualde, a 3 km do IP5. A barragem de Fragilde, a 4 km, é um local de lazer e prática de desportos náuticos não motorizados e desportos radicais: todo-o-terreno, parapente (Linhares da Beira) e *rafting* no rio Paiva. Dispõe de apartamentos T0, T1 e T2, equipados com *kitchenette*. Os quartos são dos tipos *standard* e *suite*. Nos preços está incluído o pequeno-almoço.

Casa do Alto da Eira

Telefone: 284 41 26 19

Telemóvel: 96 557 99 18

Localização: Situada em Albergaria dos Fusos, no concelho de Cuba, próximo da barragem do Alvito. Casa tipicamente alentejana adaptada ao turismo rural, dispõe de quartos com e sem casa de banho; no preço estão incluídos o pequeno-almoço e a utilização da piscina. Servem refeições confeccionadas em forno de lenha.



→ VILA RUIVA - CUBA

➤ ARTE

GALERIA PALPURA
LISBOA
Tel.: 21 301 97 51

NAZARETH'S
GALERIA DE ARTE
PORTO
Tel.: 22 250 19 20

➤ ARTIGOS PARA BEBÉ



ALMADA-PRAGAL
Tel.: 21 273 16 96

➤ ARTIGOS DESPORTIVOS



AVELEDA - VILA DO CONDE
Tel.: 96 535 79 30



LISBOA
Tel.: 21 812 47 77
Telem.: 91 973 87 88

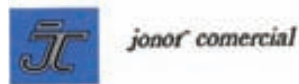
➤ ARTIGOS PARA O LAR



LISBOA
Travessa Nova
de S. Domingos, 34 a 46
Tel.: 21 346 23 46



ALMADA
Rua Manuel Parada, 9-A
Tel.: 21 273 16 85



PORTO
Tel.: 22 509 78 81
Leiria

NONA DIMENSÃO
PORTO
Tel.: 22 502 80 76



LISBOA
Rua dos Fanqueiros, 276
Tel.: 21 881 12 00



LINDA-A-VELHA
Tel.: 707 241 224

➤ AUTOMÓVEIS E ACESSÓRIOS



LISBOA
Tel.: 21 355 86 15
21 868 42 42



SACAVÉM
Tel.: 21 940 52 50

CENTRAL VULCANIZADORA
S. SEBASTIÃO, LDA
Automóveis e acessórios
LISBOA
Tel.: 21 353 04 58



LISBOA
Tel.: 21 862 10 00
VILA FRANCA DE XIRA
Tel.: 263 28 65 10



LISBOA
Tel.: 21 778 18 99

GARAGEM CENTRAL POÇO
DO BISPO, LDA
LISBOA
Tel.: 21 868 12 56
orcamentos@
pneuspocobispo.com
www.pneuspocobispo.com



Santa Iria da Azóia
Tel.: 21 953 37 90



Lisboa
Av. Marechal Gomes da Costa,
29-A
Tel.: 21 831 43 98
Av Miguel Bombarda, 29-A Tel.:
21 353 93 56
P. José Fontana, 10-A
Tel.: 21 355 43 40
R. Almirante Gago Coutinho, 98
Tel.: 21 938 87 40
R. Estado da Índia, 8
Tel.: 21 941 52 56
Palmela
Vila Amélia, Quinta do Anjo Tel.:
21 210 30 86
Porto
Av. Fernão Magalhães,
434- 450
Tel.: 22 518 86 80



RENAULT
CHELAS

LISBOA
Tel.: 21 836 14 98

➤ CABELEIREIROS

CABELEIREIRO
HÉLDER & PEDRO
LISBOA
Tel.: 213460262

Jean Louis David

LISBOA
Tel.: 21 357 19 62

➤ CÃES E GATOS



Mem Martins
Tel.: 21 926 23 85

PATENJOY
PORTO
Telem.: 91 906 54 64

➤ CAMPISMO



LISBOA
Av. Coronel Eduardo Galhardo,
24-D
Tel.: 21 812 69 00

➤ COMBUSTÍVEIS



www.repsolypf.com
LISBOA
Tel.: 21 311 91 07

➤ CRECHES ATL



MIRAFLORES
Tel.: 21 412 11 92



ODIVELAS
Tel.: 21 013 44 70



LISBOA
Tel.: 21 013 00 58



LISBOA
Tel.: 21 386 83 44

➤ CURSOS DE FORMAÇÃO



LISBOA
Tel.: 21 390 92 17
E-mail: academia_tempo_activo@iol.pt

CDC - CURSOS DE ARTES PLÁSTICAS

Porto
Tel.: 22 935 09 59



LISBOA
Tel.: 21 315 08 86

➤ ELECTRODOMESTICOS

CASA NORBERTO
ELECT. UTILIDADES, LDA.
Ermesinde
Tel.: 22 971 47 22



PORTO
Loja 1 - Tel.: 22 834 82 17
Loja 2 - Tel.: 22 834 82 15
Loja 3 - Tel.: 22 834 82 11



KAFFA CAFÉ-GALVÃO
NORONHA, LDA.
LISBOA
Tel.: 21 444 70 10

SUPERMANOS, IMPORTAÇÃO
E EXPORTAÇÃO, LDA
LISBOA
Tel.: 21 885 02 81

➤ ESPAÇOS DESPORTIVOS

ALL PADEL,
GESTÃO DESPORTIVA, LDA.
Oeiras
Tel.: 21 812 44 75



CLUBE DE CAMPO DA AROEIRA
AROEIRA
Herdade da Aroeira
Tel.: 21 297 91 10



LISBOA
Tel.: 21 711 37 00

➤ FLORISTAS



LISBOA
Tel.: 21 381 37 04

➤ FUNERARIA



Lisboa
Agência Barata
R. Saraiva de Carvalho, 202
Tel.: 21 396 11 13
Agência Magno Largo Frei
Heitor Pinto, 2-B
Tel.: 21 845 23 70

➤ GESTÃO DE CONDOMINIOS

GUIMARIBER
PORTO
Tel.: 22 203 89 58

➤ GINÁSIOS



PORTO
Tel.: 22 772 74 00



FULLOUT DANCE ACADEMY
Lisboa
Tel.: 96 452 11 79
www.fullout-da.com

GIMNOFARO GINÁSIO CLUB
FARO
Tel.: 289 82 21 26



PORTO
Av. da Boavista 1015
4100-128



LISBOA
Avenida da Liberdade
Tel.: 21 326 09 00



LISBOA
Tel.: 21 304 13 50



LISBOA GINÁSIO CLUBE
LISBOA
Rua dos Anjos, 63
Tel.: 21 315 40 02/3



PORTO
Tel.: 22 618 87 55



PREMIER CLUB
PORTO
Tel.: 22 532 36 10

SHAPE FITNESS CLUB
MATOSINHOS
Tel.: 22 937 06 71



Lisboa/Porto
Tel.: 21 012 96 70

HOTELARIA



Praia de Água d'Alto
9680-365
Vila Franca do Campo
S. Miguel – Açores
296 53 91 38
E-mail: reservations@hotel-
bahiapalace.com



ESTALAGEM SÃO DOMINGOS
MÉRTOLA
Tel.: 28 664 00 00



PONTA DELGADA
TLF: 296 62 99 39

GRUPO GRÃO PARÁ



ESTORIL
Tel.: 21 469 07 20



CARVOEIRO
Tel.: 282 35 74 01



VILAMOURA
Tel.: 289 38 16 51



GRUPO SELECÇÃO HOTÉIS
LISBOA
Tel.: 21 846 57 52
Seleccaohoteis@mail.telepac.pt



PRAIA GOLFE HOTEL
ESPINHO
Tel.: 22 733 10 00
www.praiaGolfe.com



PORTO
Tel.: 22 200 48 53



PORTO
Tel.: 22 200 24 25



ALCAFACHE
Tel.: 232 47 97 97

INFORMÁTICA



ALEIXO&FILHOS, LDA
LISBOA
Tel.: 21 016 59 71



LISBOA
Tel.: 21 411 41 50

IFTHENELSE
LISBOA
Tel.: 21 414 79 00



ALFRAGIDE
Tel.: 21 475 18 30

MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO



CASA DE TINTAS DO REGO
LISBOA
Tel.: 21 796 10 85



LISBOA
Tel.: 21 396 42 85

➤ MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA



LISBOA
Tel.: 96 204 20 02

➤ MODA



LISBOA
Tel.: 21 346 91 01



JOADÊ – MODA MASCULINA
LISBOA
Tel.: 21 313 95 70



RUA CASTILHO, 39 – EDÍFICIO CASTIL
1100-199 LISBOA
21 371 03 00 / 91 617 19 14
LOMEIAS@LOJADASMEIAS.PT
WWW.LOJADASMEIAS.PT



PÉ DA ROUPA
LISBOA
Tel.: 309 947 498

➤ OCULISTAS

ÓPTICA CONDE REDONDO
LISBOA
Tel.: 21 319 28 50



LISBOA
Tel.: 21 887 91 91

ÓPTICA SÃO SEBASTIÃO
LISBOA
Tel.: 21 387 36 54

➤ ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS



LISBOA
Tel.: 21 781 92 18



ALBUFEIRA
Anabela Freitas
anabela@xptomarketing.pt

➤ OURIVESARIAS E RELOJOARIAS



PORTO
R. de Costa Cabral
Tel.: 917 802 028



LISBOA
Tel.: 21 342 21 43



OURIVESARIA SÃO DOMINGOS
LISBOA
Tel.: 21 886 30 86

➤ PERFUMARIAS



LISBOA
Tel.: 21 771 00 50



LISBOA
Tel.: 21 383 13 33

➤ PUBLICAÇÕES



LISBOA
Tel.: 21 995 95 20

JORNAL O PÚBLICO
LISBOA
Tel.: 21 011 10 00

SAUDIFORMA
POVO DE SANTO ADRIÃO
Tel.: 21 937 90 94

➤ RENT-A-CAR



www.hertz.com.pt
número verde 800 202 038

➤ SAPATARIAS



LISBOA
Tel.: 21 346 03 60

JANDAIA – INTERMODAS INTERNACIONAIS
LISBOA
Tel.: 21 849 90 38

LUÍS XV
LISBOA
Tel.: 21 712 30 45

SAPATARIA E CHAPELARIA LORD
LISBOA
Tel.: 21 712 30 41

SAPATARIA GODIVA
LISBOA
Tel.: 21 712 30 46

SAÚDE E BEM-ESTAR



MINISOM – APARELHOS
AUDITIVOS
Em todo o País
Tel.: 808 201 628



LISBOA
Tel.: 21 315 83 38

DOUTORPÉ
CRUZ QUEBRADA
Tel.: 21 414 41 52



LISBOA
Tel.: 21 315 33 66



PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS
MÉDICOS E DENTÁRIOS
E ENFERMAGEM
LISBOA
Tel.: 21 387 19 65

PHORMAVIDA – ESPAÇO
DE SAÚDE E BEM-ESTAR
LISBOA
Tel.: 21 314 92 27



SINTRA
Tel.: 21 915 47 40

SEGUROS



LISBOA
Tel.: 21 816 05 40

SOM E IMAGEM

FOTOCOLOR
LISBOA
Tel.: 21 346 42 42



PORTO
Tel.: 22 605 27 80

TELECOMUNICA- ÇÕES



IBERVOICE
TELECOMUNICAÇÕES
ALFRAGIDE
Tel.: 21 470 92 10

OPTIMUS
WWW.OPTIMUS.PT

VENDAS POR CATÁLOGO



SINTRA
Tel.: 21 915 65 60

VIAGENS

BEST TRAVEL
LISBOA
Tel.: 21 006 16 90



PORTO
Tel.: 22 200 64 18



DOURO AZUL
PORTO
Tel.: 22 340 25 10



LISBOA
Tel.: 21 798 11 20



LISBOA
Tel.: 808 24 14 14



LISBOA
Tel.: 21 319 36 00

QUADRANTE
SANTA MARIA DA FEIRA
Tel.: 256 37 92 20

ROTAS NOVAS
LARANJEIRO
Tel.: 21 250 05 13



VIAGENS TEMPO
LISBOA
Tel.: 21 752 04 20

LISBOA

Praça do Município, 31 - 4.º
1100-365 Lisboa
Tel.: 21 322 67 58 Fax: 21 342 52 28
Skype: gdbpilisboa
E-mail: sul@gdbpi.pt
Código de Correspondência: 1077
Horário: 9.00h - 17.00h de segunda a sexta-feira

BAR

Praça do Município, 31 - 2.º Lisboa
9.00h - 11.15h; 12.00h - 14.15h;
15.15h - 16.00h

Cursos de Formação Artística

Rua Almirante Barroso, 32 - 6.º
(perto do Largo D. Estefânia)

SALA POLIVALENTE

Praça do Município, 31 - 1.º Lisboa
segundas, quartas e sextas-feiras
das 12.00h - 14.00h

PORTO

Rua do Bonjardim, 179 - 3.º
4000-124 Porto
Tel.: 22 208 60 10 Fax: 22 205 22 10
Skype: gdbpiporto
E-mail: norte@gdbpi.pt

Código de Correspondência: 2039

Horário: 9.00h - 12.00h e 13.00h - 17.00h
de segunda a sexta-feira

BAR

Rua do Bonjardim, 179 - 1.º
- 13.00h - 19.00h

SALA POLIVALENTE

Rua do Bonjardim, 179 - 2.º
- 9.00h às 12.00h e 13.00h - 19.00h

ANDEBOL

Miguel Baixinho - Tel.: 21 318 14 35
miguel.nuno.baixinho@bancobpi.pt
Luís Ângelo - Tel.: 21 720 77 88
luis.angelo.silva@bancobpi.pt

ATLETISMO

Carla Valadas - Tel.: 21 322 65 38
carla.sofia.valadas@bancobpi.pt
Fernando Morais - Tel.: 21 310 44 26
fernando.morais.santos@bancobpi.pt
António Vaz - Tel.: 21 318 15 54
antonio.domingos.vaz@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 207 51 38
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt
Avelino Jesus - Tel.: 22 617 81 24

BASQUETEBOLE

Carla Valadas - Tel.: 21 322 65 38
carla.sofia.valadas@bancobpi.pt
Francisco Barata - Tel.: 21 318 12 44
francisco.antonio.barata@bancobpi.pt

BIBLIOTECA

António Vale - Tel.: 21 322 65 85
antonio.jose.vale@bancobpi.pt
João Gouveia - Tel.: 22 208 60 10
norte@gdbpi.pt

BOWLING

Sandra Nascimento - Tel.: 21 722 67 20
sandra.reis.nascimento@bancobpi.pt
Briano Sousa - Tel.: 21 322 67 47
joao.briano.sousa@bancobpi.pt
Jorge Teixeira - Tel.: 21 350 66 63
jorge.manuel.teixeira@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 207 51 38
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt
Duarte Cardoso - Tel.: 22 543 36 50
antonio.carlos.cardoso@bancobpi.pt

CAMINHADAS

Rui Duque - Tel.: 21 310 44 38
rui.carlos.duque@bancobpi.pt
Carlos Oliveira - Tel.: 21 322 67 56
carlos.manuel.oliveira@gdbpi.pt
José Almeida - Tel.: 22 208 60 10
norte@gdbpi.pt
Jorge Barrote - Tel.: 22 208 60 10
norte@gdbpi.pt

CAMPISMO

Tel.: 21 322 67 58
grupodesportivosul@bancobpi.pt

CICLOTURISMO / BTT

António Vale - Tel.: 21 322 65 85
antonio.jose.vale@bancobpi.pt
Manuel Marinho - Tel.: 93 617 18 95
Rui Santos Sousa - Tel.: 21 310 44 83
Carlos Morais - Tel.: 21 322 68 14
carlos.manuel.morais@bancobpi.pt

CONFERÊNCIAS

Virgílio Guimarães - Tel.: 22 208 60 10

CURSOS DE FORMAÇÃO

Sandra Nascimento - Tel.: 21 722 67 20
sandra.reis.nascimento@bancobpi.pt
Pilar Batoréu - Tel.: 91 710 94 71
mariapilarbatorreu@sapo.pt
Virgílio Guimarães - Tel.: 22 208 60 10
José Almeida - Tel.: 22 208 60 10
Vitor Camisão - Tel.: 22 208 60 10
victor.camisao@gmail.com

DANÇA JAZZ

Isabel Barros - Tel.: 22 207 53 21
isabel.maria.barros@bancobpi.pt

DANÇAS DE SALÃO

João Pedro Lopes - Tel.: 21 318 10 94
joao.pedro.lopes@bancobpi.pt
João Gouveia - Tel.: 22 208 60 10
norte@gdbpi.pt

DARDOS

Carla Valadas - Tel.: 21 322 65 38
carla.sofia.valadas@bancobpi.pt

DEFESA PESSOAL

Rui Duque - Tel.: 21 310 44 38
rui.carlos.duque@bancobpi.pt
Luís Barneto - Tel.: 21 350 66 36
luis.filipe.barneto@bancobpi.pt

ESPECTÁCULOS

António Vale - Tel.: 21 322 65 85
antonio.jose.vale@bancobpi.pt
Pilar Batoréu - Tel.: 91 710 94 71
mariapilarbatorreu@sapo.pt

ESQUI, SNOWBOARD E WAKEBOARD

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
João Carvalho - Tel.: 21 321 34 67
joao.pedro.carvalho@bancobpi.pt

EXPOSIÇÕES

Sandra Nascimento - Tel.: 21 722 67 20
sandra.reis.nascimento@bancobpi.pt
Virgílio Guimarães - Tel.: 22 208 60 10

FOTOGRAFIA

António Vale - Tel.: 21 322 65 85
antonio.jose.vale@bancobpi.pt

FUTEBOL

Miguel Baixinho - Tel.: 21 318 14 35
miguel.nuno.baixinho@bancobpi.pt
Manuel Martins - Tel.: 21 311 11 81
manuel.antonio.martins@bancobpi.pt
Duarte Cardoso - Tel.: 22 607 37 53
antonio.carlos.cardoso@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 207 51 38
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt
Fernando Barrias - Tel.: 22 207 50 78

GINÁSTICA

Maria Angelina Pinheiro
- Tel.: 22 207 53 00

GOLFE

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
António Reis - Tel.: 964 014 624
dragaomatias@gmail.com

GRUPO CORAL

João Lopes - Tel.: 21 318 10 94
joao.pedro.lopes@bancobpi.pt
Ensaio: Terças às 16h na Praça
do Município, em Lisboa

HIPISMO

Sandra Nascimento - Tel.: 21 722 67 20
sandra.reis.nascimento@bancobpi.pt

JOGOS DE SALA

António Vale - Tel.: 21 322 65 85
antonio.jose.vale@bancobpi.pt
Augusto Malheiro - Tel.: 222 086 010

KARTING

Miguel Chaves - Tel.: 21 720 63 59
miguel.nunes.chaves@bancobpi.pt
Manuel Martins - Tel.: 21 311 11 81
manuel.antonio.martins@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 207 51 38
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt

KITESURF

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
Vitor Jesus - Tel.: 21 724 17 60
vitor.manuel.jesus@bancobpi.pt

MERGULHO

Carla Valadas - Tel.: 21 322 65 38
carla.sofia.valadas@bancobpi.pt

MOTOCICLISMO

Miguel Chaves - Tel.: 21 720 63 59
miguel.nunes.chaves@bancobpi.pt
Luís Serrasqueiro - Tel.: 21 723 42 52
luis.filipe.serrasqueiro@bancobpi.pt
António Amaro - Tel.: 21 318 14 78
antonio.manuel.amaro@bancobpi.pt

NATAÇÃO

Carla Valadas - Tel.: 21 322 65 38
carla.sofia.valadas@bancobpi.pt
Egas Marques - Tel.: 96 751 43 11

ORFEÃO

Virgílio Guimarães - Tel.: 22 208 60 10
norte@gdbpi.pt

PADEL

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
Rita Santos - Tel.: 21 321 34 81
rita.mata.santos@bancobpi.pt

PAINTBALL

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
Sofia Gomes - Tel.: 963 068 687
sofia.lopes.gomes@bancobpi.pt

PÁRA-QUEDISMO

Miguel Baixinho - Tel.: 21 318 14 35
miguel.nuno.baixinho@bancobpi.pt

PATINAGEM

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt

PEDI-PAPER

Rui Duque - Tel.: 21 310 44 38
rui.carlos.duque@bancobpi.pt

PESCA

Joaquim Rubira - Tel.: 21 723 43 99
joaquim.antonio.rubira@bancobpi.pt
David Franco - Tel.: 21 318 13 85
david.jose.franco@bancobpi.pt
Silva Duarte - Tel.: 21 316 58 00
jose.antonio.duarte@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 207 54 74
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt
António Salgado - Tel.: 22 208 60 10
Jorge Couto - Tel.: 22 208 60 10

RAFTING E CANOAGEM

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
Miriam Santos - Tel.: 21 272 01 12
miriam.freitas.santos@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 207 51 38
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt

RALLY PAPER

Miguel Chaves - Tel.: 21 720 63 59
miguel.nunes.chaves@bancobpi.pt
Sandra Nascimento - Tel.: 21 722 67 20
sandra.reis.nascimento@bancobpi.pt

Virgílio Guimarães - Tel.: 22 208 60 10
Isabel Barros - Tel.: 22 208 60 10
isabel.maria.barros@bancobpi.pt

REMO

Carla Valadas - Tel.: 21 322 65 38
carla.sofia.valadas@bancobpi.pt

SNOOKER

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
Filipe Guimarães - Tel.: 21 321 39 27
filipe.miguel.guimaraes@bancobpi.pt
Mario Andrade - Tel.: 21 312 31 35
mario.telmo.andrade@bancobpi.pt
Augusto Malheiro - Tel.: 22 208 60 10
norte@gdbpi.pt

SURF

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
Ricardo Vicente - Tel.: 21 321 37 69
ricardo.nuno.vicente@bancobpi.pt

TÊNIS

Miguel Baixinho - Tel.: 21 318 14 35
miguel.nuno.baixinho@bancobpi.pt
Luís Remédio - Tel.: 21 318 14 18
luis.filipe.remedio@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 207 54 74
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt

TÊNIS DE MESA

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
Carlos Galvão - Tel.: 91 674 53 73

TIRO AOS PRATOS

Joaquim Rubira - Tel.: 21 723 43 99
joaquim.antonio.rubira@bancobpi.pt
António Costa - Tel.: 21 321 38 07
antonio.jose.costa@bancobpi.pt

TIRO DE PRECISÃO

Joaquim Rubira - Tel.: 21 723 43 99
joaquim.antonio.rubira@bancobpi.pt

TODO-O-TERRENO

Miguel Chaves - Tel.: 21 720 63 59
miguel.nunes.chaves@bancobpi.pt
Garcia Ferreira - Tel.: 93 703 29 35
margaridaferreira@clix.pt
José Caldas - Tel.: 22 207 51 38
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt

VELA

Carla Valadas - Tel.: 21 322 65 38
carla.sofia.valadas@bancobpi.pt
João Correia - Tel.: 93 743 58 16
joao.luis.correia@bancobpi.pt

VINHOS E SABORES

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt

VISITAS GUIADAS E LIVRES

António Vale - Tel.: 21 322 65 85
antonio.jose.vale@bancobpi.pt
Sandra Nascimento - Tel.: 21 722 67 20
sandra.reis.nascimento@bancobpi.pt
Elsa Verdial - Tel.: 91 824 84 66
Virgílio Guimarães - Tel.: 22 208 60 10
norte@gdbpi.pt
Luís Gonzaga - Tel.: 22 208 60 10
norte@gdbpi.pt
Augusto Malheiro - Tel.: 22 208 60 10
norte@gdbpi.pt

XADREZ

Miguel Baixinho - Tel.: 21 318 14 35
miguel.nuno.baixinho@bancobpi.pt
Armando Arranja - Tel.: 21 318 10 42
armando.jorge.arranja@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 207 54 74
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt
Álvaro Brandão - Tel.: 22 208 60 10



JOÃO SAMPAIO
DIRECTOR

Sonhando com as férias

Como dizia um velho sábio “Tudo tem o seu tempo. Para tudo há um momento. Que proveito arranca de suas fadigas aquele que trabalha?”

As férias representam uma oportunidade de nos libertarmos da escravidão de horários prementes, cheios de ocupações, negócios, azáfamas de todo o género, para nos fazer entrar num ritmo mais humano, porque mais aberto à prudente análise das nossas andanças, tantas vezes impetuosas e desastradas.

Esperemos que as mudanças que encontrou no *Associativo* lhe inspirem essas tão desejadas férias.

Independentemente da altura em que as goze, o Grupo Desportivo tem sem-

pre boas alternativas para as férias dos seus Associados. Gostava de chamar a vossa atenção para algumas das propostas que ainda temos em aberto, nomeadamente:

- Os Apartamentos no Algarve;
- O Turismo Rural nos mais variados cantos do nosso País;
- As Grandes Viagens – Castelos do Loire (18 a 25 de Maio), Transiberiano (8 a 15 de Junho), Tanzânia (22 a 30 de Junho), Alemanha Romântica (12 a 20 de Julho), Austrália e Nova Zelândia (30 de Agosto a 18 de Setembro), Vietname (6 a 18 de Setembro), Roma (2 a 5 de Outubro) e Florida c/ extensão de cruzeiro (30 de Novembro a 13 de Dezembro);

- Os Campos de Férias para os mais jovens.

Não se esqueça de que em 16 de Maio, pelas 21 horas, em Lisboa, temos a Assembleia Geral para aprovação do Relatório e Contas de 2007. Não falte, participe.

Boas férias e não se esqueça de as gozar de forma inteligente, com espaços para respirar, usufruir de gostos pessoais, quer no contacto com a natureza, quer com a família ou com os amigos, ou mesmo através de pensamentos antigos de textos já lidos ou de fotografias cheias de belas recordações, visitar sítios com lembranças... será todo um mundo, a retomar para gáudio e paz.



Consigo nos momentos difíceis

www.servilusa.pt

Condições Especiais

para Sócios do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI



| Serviço Funerário

| Serviço de Florista

| Serviço Gratuito no Velório

Água e Café

Coroa de Flores

Pagelas

| Centros Funerários

Sta. Joana Princesa

Sto. Condestável

S. Pedro em Alcântara

Lumiar

Basilica da Estrela

| Capelas Exequiais de S. João de Deus

| Mini-Bus para familiares e acompanhantes

| Manutenção e Limpeza de Jazigos e Sepulturas

| Artigos Religiosos

| Serviço Internacional

| Crédito simplificado sem juros e encargos até 24 meses - Taeg 0%*

| Profissionais disponíveis para o ouvir nos momentos difíceis, 24 horas por dia



808 202 609

Linha de Apoio à Família

| A Servilusa encontra-se bem perto de si

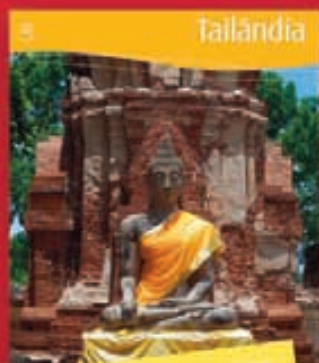
*Adesão ao crédito nos 10 dias seguintes à data da factura

Número Nacional Grátis **800 204 222**

Serviço Funerário Permanente 24 horas



Para
chegar ao
paraíso consulte
os especialistas



Consulte todos
os nossos destinos em:
www.quadranteviagens.pt