

11 Presentes de Natal



12 Lista de brinquedos



36 Calendário de Viagens 2010

CONSULTE AS CONDIÇÕES NA NOSSA PÁGINA N.º 23,
“EM CARTAZ”

DANZARTE apresenta

O QUEBRA

MOSCOW
Classical Ballet

NOZES

P. TCHAIKOVSKY / M. PETIPA

Novembro

Lisboa - Coliseu dia 21

Coimbra - T. Gil Vicente dia 22

Castelo Branco - Cine T. Avenida dia 24

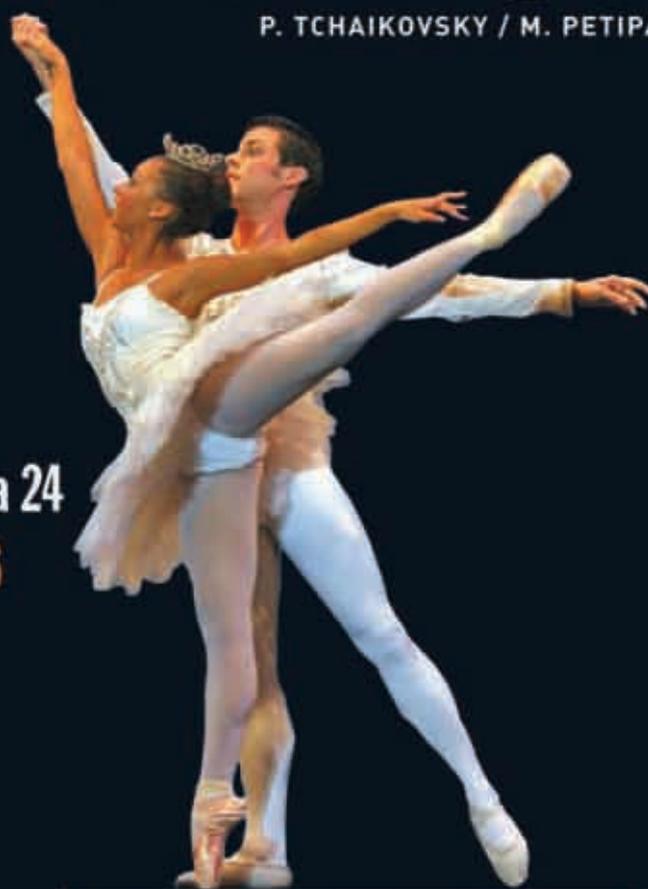
Leiria - T. José Lúcio da Silva dia 26

Braga - Teatro Circo dia 27

Sintra - C. C. Olga Cadaval dia 28

Fig. da Foz - CAE dia 29

Porto - Coliseu dia 30



VENDA E INFORMAÇÕES:

Coliseu de Lisboa - 21 324 05 85 • Coliseu do Porto - 22 339 49 40/7

FNAC'S, ABEP e Alvalade, Ticketline - 707 234 234 • www.ticketline.sapo.pt



OSVALDO SILVA
DIRECTOR

Respeito e dedicação

Queria deixar aqui, neste final do ano, um pouco do nosso trabalho e a garantia de que estamos e continuaremos a trabalhar para os nossos Sócios, com o maior empenho e dedicação, cumprindo a promessa de termos cada vez mais um melhor e maior Grupo Desportivo. Juntos seremos capazes.

Este ano de 2009, que agora se aproxima do fim, foi fértil em acontecimentos, a maior parte deles pelas piores razões. A crise – as crises, ou como lhe queiram chamar – conviveu diariamente connosco, comeu na nossa mesa e dormiu na nossa cama.

Esta conjuntura teve obviamente efeito sobre o Grupo Desportivo, o que a Direcção procurou minimizar e contrariar, gerindo criteriosamente – aliás, como sempre o fez – o investimento nas muitas iniciativas que promoveu durante o ano.

Podemos, assim, afirmar tranquilamente que o Grupo Desportivo, malgrado este constrangimento, não deixou de ter uma oferta vasta de iniciativas, mais que no ano anterior, em alguns casos parcerias que permitem aos associados interessados desenvolver as suas próprias capacidades, ou participar em iniciativas do seu agrado, sem ser de forma agrupada,

porque a modalidade em causa não consegue massa crítica para tal.

Há poucos dias realizámos o Encontro Nacional do Grupo Desportivo, neste ano na Lousã e num formato completamente diferente dos anteriores, que consideramos uma aposta ganha e a repetir nos próximos anos, alargando-a até ao limite do possível. Esta iniciativa representa o espírito da nossa identidade, que sempre respeitámos e afirmámos: um Banco, um Grupo Desportivo.

Desde Agosto que estamos a trabalhar na preparação da Festa de Natal do Banco BPI, que se realizará nos moldes habituais, com um espectáculo de circo e a distribuição de brinquedos para os filhos dos colaboradores.

Em 29 de Outubro, em assembleia geral convocada para o efeito, foi aprovado por unanimidade o Orçamento e Plano de Actividades para 2010.

Este texto está a chegar a casa dos Associados nos primeiros dias de Novembro, e na prática o ano de 2009 está já quase no fim. O Natal está um bocadinho mais perto ainda. Respiguei aqui, à laia de retrospectiva, três situações importantes que são marcos da vida do Grupo Desportivo. Poderia tê-lo feito com muitas outras, o que seria provavelmente maçador.

Queria deixar aqui, neste final do ano, um pouco do nosso trabalho e a garantia de que estamos e continuaremos a trabalhar para os nossos Sócios, com o maior empenho e dedicação, cumprindo a promessa de termos cada vez mais um melhor e maior Grupo Desportivo. Juntos seremos capazes.

Quero ainda aproveitar este contacto para desejar a todos um Feliz Natal e um próspero Ano Novo, e que este possa ser o ano da concretização dos objectivos de cada um.

➔ ÍNDICE

01 EDITORIAL

03 CALENDÁRIO

04 VIDA ASSOCIATIVA

- 04 BPI invadiu a Lousã
- 04 Caminhando, chega-se lá
- 05 O difícil foi começar
- 05 Por terras de navegadores e romanos
- 06 A arte e a expansão portuguesas
- 06 Melgaço
- 07 Cabreia e Minas do Braçal
- 07 Vreia de Bornes
- 08 Sol da meia-noite
- 08 China maravilhosa
- 09 Café-Concerto
- 09 Arouca e a carne arouquesa
- 10 Eleições, circo ou crise
- 11 Presentes de Natal
- 12 Lista de brinquedos
- 13 Jantar de Natal
- 14 Passagem de ano
- 14 O Réveillon e o Algarve



- 14 Montaria ao javali
- 15 Carnaval, festa pagã
- 15 O Carnaval são 3 dias

16 CULTURA

- 16 Curso de poda

- 17 Iniciação às sevilhanas, olé!
- 18 Workshop de arranjos florais
- 19 Portuscale: 5.º aniversário
- 19 Museu Militar e Fundação de Cima
- 20 Palácio e Quinta da Bacalhôa
- 20 Museu da Fundação Ricardo Espírito Santo



- 21 Museu de Marinha e Mosteiro dos Jerónimos
- 21 Concurso de fotografia «Transportes»
- 22 Concurso de fotografia «Macro»
- 23 Em Cartaz

24 DESPORTO

- 24 Época nova, objectivos antigos
- 24 O Grupo Desportivo nas pistas de atletismo
- 25 S. Silvestre convida a correr



- 25 Basquetebol em marcha
- 26 Desafio novo, prazer antigo?
- 26 VI Torneio de Bowling no Porto
- 27 Em 2010 acaba-se a desorientação! Ou não?

- 28 Curso de defesa pessoal – Nível básico
- 28 Muito mais do que defesa pessoal
- 29 VIII Torneio Interno de Fustal
- 29 Arrançou o futsal no Sul
- 30 Ginástica no Porto
- 30 II Maratona de Jogos de Salão
- 31 I Torneio de Póquer – Texas Hold'em
- 31 Incerteza até final da prova
- 32 Motas a 40º no Alentejo
- 32 Costas, braços e mariposa
- 33 De vento em popa
- 33 Sempre a subir
- 34 Squash é novidade
- 34 Um quarto lugar por equipas

36 FÉRIAS E VIAGENS

- 36 Calendário de Viagens 2010
- 37 Semanas brancas Para os mais exigentes!



- 38 Fins-de-semana brancos E a Neve aqui tão perto!
- 39 Apartamentos
- 40 Turismo rural

42 PARCEIROS

47 CONTACTOS

48 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

Grafismo: Júlia Andrade

Revisão: Luís Alho

Secretariado: Elsa Teixeira

Colaboradores desta Edição: Ademar Madaleno, Antero Duarte, António Costa, António Vale, Augusto Malheiro, Carla Lorvão, Carla Valadas, Carlos Ferreira, Cláudio Abelha, Fernando Barnabé, Fernando Barrias, Joaquim Mora, Jorge Teixeira, José Almeida, José Caldas, José Fernandes, Luís Ângelo, Luís Barneto, Miguel Chaves, Miranda Cardoso, Pedro Ferreira, Rui Duque, Rui Simplício, Sandra Nascimento, Virgílio Guimarães

Imagem da Capa: Presentes de Natal

Expedição: Jorge Almeida

Concepção, Edição e Publicidade: Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI

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 n.º 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: grupodesportivosul@bancobpi.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

Novembro	11	Dia de S. Martinho	20	1.º Torneio de Poker – Texas Hold'em	26	Bowling – Torneio Surpresa
	13	2.ª Maratona de Jogos de Salão	21	Caminhada – Na Boca do Inferno – Costa/Lisboa/Cascais	27	Jantar de Encerramento e Entrega dos Troféus do Open da Flor de Laranjeira 2009
	14	Dia Nacional do Não Fumador	21	Visita ao Museu Militar e Fundação de Cima	28	Palácio e Quinta da Bacalhôa
	14	Caminhada – Os Canhões da Trafaria – Arrábida/Lisboa	22	Caminhada – Monges de Monfurado – Alentejo	28 a 13/12 Viagem: Chile	
	15	Caminhada – Tributo a César – Oeste	23	Iniciação às Sevilhanas	28	Caminhada – Triunfo sobre Massena – Oeste/Ribatejo
	14 e 15	S. Martinho na Régua	25	Sorteio do X Torneio Interno de Futsal	29	Caminhada – Sintra – Sintra
	15	Atletismo “Meia-Maratona da Nazaré”				

Dezembro	01	Dia da Restauração da Independência	12	Caminhada – Descobrir Azenhas do Mar – Costa Atlântica/Oeste	20	Caminhada – Onde a Terra Acaba – Costa Atlântica/Sintra
	03	Bowling – Torneio Surpresa	12	Circo Cardinalli – Lisboa	21 e 22 Troca de brinquedos – Lisboa/Porto	
	05	Visita ao Museu Fundação Ricardo Espírito Santo e Oficinas	13 a 20 Semanas Brancas – GrandValira (Andorra)	20	Atletismo “GP Natal”	
	05	Caminhada – São Vicente à Graça – Lisboa	13	Circo – Coliseu – Porto	25	Dia de Natal
	06	Atletismo “Meia-Maratona Internacional”	13	Caminhada – Montes de Cabrela – Alentejo	26	Atletismo “S. Silvestre de Lisboa”
	06	Atletismo: 24.ª Edição da Maratona, Meia-Maratona e Mini Maratona Cidade de Lisboa	15	1.ª Jornada do X Torneio Interno de Futsal	26	Caminhada – Nos Passos de Pessoa – Lisboa
	06	Caminhada – Real Mafra – Oeste	17	Jantar de Natal	27	Caminhada – Marmitas de Gigante – Costa/Arrábida
	08	Dia da Nossa Sra. da Conceição (Antigo Dia da Mãe)	19	Workshop de Arranjos Florais	30	Réveillon no Algarve
	09 a 18 Entrega de Brinquedos – Lisboa/Porto	19	Curso de Poda	31	Passagem do Ano na Quinta do Geraldino e Ateneu Comercial do Porto	
	12	Aulas / Treino de Tiro de Precisão na Carreira de Tiro do Estádio Nacional na Cruz Quebrada	19	Caminhada – Pelas Águas de Monsanto – Lisboa	31	Fim do Ano

Janeiro	02	Caminhada – Ao Vento dos Moinhos – Arrábida	16	Curso de Poda	23	Caminhada – Na Pista dos Dinossáurios – Costa/Arrábida
	03	Caminhada – O Desafio da Arrábida – Arrábida	16	Visita Guiada ao Museu da Marinha e Mosteiro dos Jerónimos	24	Caminhada – O Desafio de Montejunto – Oeste
	09	Caminhada – Colina da Estrela – Lisboa	16	Caminhada – Trilho dos Pastores – Arrábida	26	4.ª Jornada do X Torneio Interno de Futsal
	09	Curso de Poda	16	Curso de Defesa Pessoal – Nível básico	30	Caminhada – Santa Maria de Belém – Lisboa
	09	Curso de Defesa Pessoal – Nível básico	17	Caminhada – Planar das Cegonhas – Alentejo	31	Caminhada – O Desafio de S. Luís – Arrábida
	10	Caminhada – Nas Defesas de Wellington – Oeste	19	3.ª Jornada do X Torneio Interno de Futsal		
	12	2.ª Jornada do X Torneio Interno de Futsal				

Fevereiro	02	5.ª Jornada do X Torneio Interno de Futsal	09	6.ª Jornada do X Torneio Interno de Futsal	14 a 16 O Carnaval são 3 dias – Hotel Termas de Monção
	06	Caminhada – Magias de Sintra – Sintra	12 a 14 Fins-de-Semana Brancos – Sierra de Bejar (Salamanca)	15	Carnaval, Festa Pagã – Búfalo Grill – Parque das Nações
	07	Caminhada – Terras do Risco – Arrábida	14	Montaria ao Javali	

BPI invadiu a Lousã



O objectivo do Encontro Nacional que temos vindo a realizar nos últimos anos sempre foi, é e será algo que ajude a promover a união entre todos os associados do Grupo Desportivo.

Atenta e vigilante, a Direcção Nacional do Grupo Desportivo entendeu por bem alterar o formato dos jogos neste ano de 2009.

A marcha é indissociável da vida. Como tal, começámos o dia com um pequeno pedi-paper que nos permitiu conhecer

os encantos da bonita vila da Lousã. À tarde tivemos oportunidade de recordar os tempos em que brincávamos com o lançamento do caroço, do tronco e das ferraduras, assim como a corrida de sacos, de barrotes e até carrinhos de mão humanos.

Alguns experimentaram uma actividade nova – tiro de zarabatana.

O final do dia reservou-nos aquilo por que mais ansiávamos ouvir: «Fantástico», «Que belo dia», «há muito tempo que não me divertia tanto», «Para o próximo ano, quero voltar», «Tenho vindo todos os anos, e nunca falei mais de 5 minutos com o pessoal lá de

cima... neste ano finalmente conheci o Caldas».

Tendo consciência de quanto o presente é efémero, esta direcção encontrou no passado uma excelente solução para o futuro.

Por Rui Duque



Caminhando, chega-se lá

Consulte a agenda no *site* do Grupo Desportivo

O Grupo Desportivo celebrou com a SAL um protocolo de colaboração, tendo como objectivo promover a saúde e o bem-estar dos associados, baseado no compromisso de qualidade, confiança e respeito.

Está mais do que comprovado que a prática de actividade física proporciona uma

TEMOS 27 CAMINHADAS
AGENDADAS PARA
TODOS OS SÁBADOS
E DOMINGOS ATÉ FEVEREIRO

superior qualidade de vida e melhora o bem-estar físico e psicológico.

Dizem os entendidos que aliar a proximidade da natureza com o prazer de uma bonita e agradável caminhada é uma filosofia de vida que nos proporciona saúde, prazer e bem-estar geral.

Consulte a agenda no *site* do Grupo Desportivo – www.gdpi.pt.

Por Rui Duque



Realização: entre Novembro e Fevereiro

Inscrição: até quarta-feira anterior ao fim-de-semana em que a caminhada tiver lugar

Ponto de encontro: consultar a Secretaria

Hora: 10.00h

Valor

Aos sábados: 6 euros

Aos domingos: 7 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 5 euros

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte

o Grupo Desportivo

O difícil foi começar

Sabiam que, se deitarem um pedaço de limão numa panela em que estão a cozer batatas, elas cozem-se e não se desfazem?



E que depois de picarem alhos, ao lavar as mãos não as devem esfregar porque assim é que se entranha o cheiro na epiderme e custa mais a sair?

E sabia que o vinagre é um óptimo desinfectante?

Não sabia?

Pois é... nós também não! Mas foram precisamente esses e outros pequenos truques/segredos que descobrimos neste *workshop* de culinária que se prolongou pelo mês de Agosto.

Aprender algumas destas técnicas, fez-nos passar do «Ó chefe» para «O CHEF», como

alguém dizia. E é verdade! Com alguns pequenos ensinamentos básicos cozinhamos caril, feijoada, rolinhos de peixe, sopas e algumas (MUITAS) sobremesas.

No final, a sensação que ficou foi de que se tratou de uma experiência a repetir.

Por Sandra Nascimento

Por terras de navegadores e romanos

No passado dia 12 de Setembro mais de meia centena de sócios e seus familiares tiveram a oportunidade de visitar Santiago do Cacém, Miróbriga e Sines.

O castelo e a igreja matriz deram o toque de magia no desenho da cidade. O castelo, de origem árabe, foi reconquistado no século XIII. Trata-se de uma fortaleza com 5 torres semicirculares, 4 cubelos e, na entrada, um conjunto brasonado, com as insígnias da ordem de Santiago e o escudo de Portugal.

Numa colina, do outro lado da cidade, visitámos o Moinho da Quintinha, onde

foi possível ver o processo tradicional de moagem de cereais e que é um dos únicos moinhos-escola de Portugal.

Também as ruínas de Miróbriga mereceram a nossa atenção, pois são um dos mais importantes vestígios da presença romana no nosso país. Aqui revivemos as corridas de carros puxados por cavalo lusitanos, que atraíam multidões ao hipódromo da cidade. As suas termas



permitem imaginar a zona de banhos quentes, banhos frios, vestiários, latrina, e o sistema subterrâneo por onde se fazia a circulação do ar quente.

Foi em Sines que terminámos a nossa visita e onde nasceu o navegador Vasco da Gama (1469-1524).

Foi uma visita que nos fez sonhar e esquecer o tempo...

Por António Vale



A arte e a expansão portuguesas

Na exposição «Encompassing the Globe»



A cultura é a obra do tempo: o que pensamos, fazemos e desejamos, matéria primeira para o conhecimento do homem como criador de realidade e vida, através de expressões infinitas que renovam o pensamento e, deste modo, as sociedades.

Foi com este pensamento que visitámos a exposição temporária «Encompassing the Globe, Portugal e o mundo nos séculos XVI e XVII», no Museu Nacional de Arte Antiga, em Lisboa.

Lisboa é aqui mostrada, em cerca 200 obras, como a grande porta para o mundo, lugar de chegada das mais exóticas mercadorias, conhecimentos e gentes que, circulando pela Europa, alteraram os hábitos do quotidiano e do pensa-

mento, científico e filosófico. Sinal desta disseminação foi a presença de grandes intelectuais portugueses nos principais centros da Europa, assim como a constatação, que as obras expostas sublinham, da quantidade e da variedade de produtos que, em trânsito por Lisboa, foram desejados, por gosto e curiosidade científica, pelas mais sofisticadas sociedades europeias.

A exposição fala-nos da força e do génio dos portugueses em vencer obstáculos e inventar mundos. A própria exposição é disso prova, trabalho perseverante da equipa do Museu Nacional de Arte Antiga, que, em conjugação com a do Instituto dos Museus e da Conservação, soube erguer esta produção da Smithsonian Institution.

Por António Vale

Melgaço

No âmbito dos “passeios à quinta” saímos com destino a Melgaço, na rota do Alvarinho e na peugada do “porco bísaro”.

Com um dia de sol, lá saímos com destino a Melgaço. Chegados, fomos visitar a Quinta do Soalheiro. Depois de uma visi-

ta guiada, onde nos foram mostradas as vinhas, especialmente as de produção biológica e os vários processos para que o Alvarinho tenha aquele sabor, fomos presenteados com uma prova de vinhos. Seguidamente fomos visitar a Quinta da Folga, que se dedica à criação e transformação do porco bísaro. Foi nesta quinta que almoçámos, com serviço de catering do Restaurante Chafarix, abrilhantado por um conjunto de acordeonistas que muito alegraram o almoço.

No fim do repasto, seguimos para o Museu do Contrabando, dedicado à

preservação da história recente do concelho. Tivemos tempo livre para um pequeno passeio pela zona antiga da vila, onde pudemos observar as ruínas arqueológicas e interpretar parte da sua história medieval.

Foi um dia bem passado.

Até à próxima.

Por José Almeida



Cabreia e Minas do Braçal

Ziguezagueando ao longo da margem do rio, lá fomos saboreando a beleza natural e aquele cantar das águas cristalinas, ora correndo entre penedos, ora caindo de altas e belas cascatas



Ziguezagueando ao longo da margem do rio, lá fomos saboreando a beleza natural e aquele cantar das águas cristalinas, ora

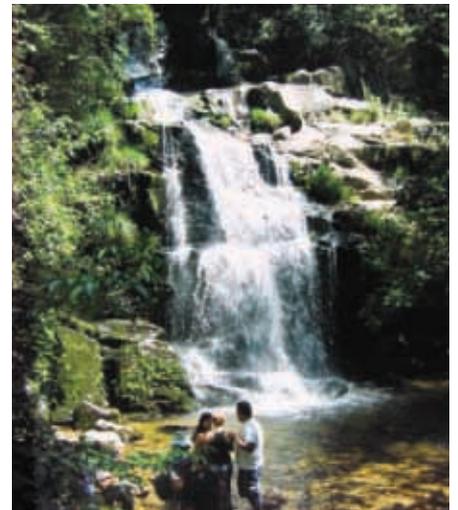
UMA DESCIDA PARA O RIO BOM E RIO MAU: NÃO SE TRATA DE DOIS RIOS, MAS, SIM, DE UM MESMO RIO COM DOIS NOMES

correndo entre penedos, ora caindo de altas e belas cascatas.

Passámos pelas já desactivadas minas do Braçal, que se encontram em estado de abandono total... ou quase.

Para uma boa caminhada são de grande importância os guias, e os que nesta nos acompanharam, a Marta e o Adelino, casal simpático e afável, foram inexcusáveis.

De todos se ouviram palavras de apreço pela brilhante organização, pelo que o "cronista" se vê na obrigação de fazer uma



referência ao seu mentor, organizador.

Para os guias, Marta e Adelino, o nosso muito obrigado pela simpatia, pela boa-disposição e pelos conhecimentos que nos transmitiram, e, já agora, tudo de bom para o seu *baby*.

Por Antero Duarte

Às 8.00h arrancámos em direcção a Sever do Vouga.

Às 10.00h iniciámos a nossa caminhada, e que caminhada!

Uma descida para o rio Bom e rio Mau, não se trata de dois rios, mas, sim, de um mesmo rio com dois nomes. Da nascente até um pouco antes da sua passagem pelas minas do Braçal é o rio Bom, após estas e até se juntar ao Vouga é o rio Mau.

Vreia de Bornes

Trilho pedestre em Vila Pouca de Aguiar

À hora marcada, e desta vez não houve atrasos, partimos de junto da Câmara do Porto, a caminho do local de encontro, na antiga estação da CP de Pedras Salgadas.

Quando chegámos, já lá se encontravam cinco caminheiros, que foram de transporte próprio, e o Sandro Freitas, o guia, que nos levou até ao local de reunião, onde já aguardava a Clara Espírito

Santo, também ela guia, do Montes de Encanto.

É um percurso em forma circular que tem início e fim junto à Igreja Paroquial de Vreia de Bornes, passando por Barbadões de Baixo, Via Sacra (constituída por um conjunto de catorze cruces) e Soutelinho, e regresso a Vreia de Bornes.

Ao final da caminhada seguimos em direcção a Vila Pouca de Aguiar, onde al-



moçámos, no Restaurante Costa do Sol, uma deliciosa e retemperadora vitela maronesa no forno.

Por José Almeida



Sol da meia-noite

Tudo se iniciou com a soberba cidade de Estocolmo, aonde nos apetece voltar com mais tempo.

Foi aquilo a que se pode chamar «uma viagem de sonho»: a Natureza selvagem, bruta, mas de uma intensidade tocante; a serenidade que só os grandes espaços ou os recantos longínquos nos conseguem transmitir.

Tudo se iniciou com a soberba cidade de Estocolmo, aonde nos apetece voltar com mais tempo. A visita ao museu Vasa, construído em torno do galeão real afundado na sua viagem inaugural, é qualquer coisa de extraordinário.

No cruzeiro, foi pena as cabinas serem interiores, mas o jantar no cabo Norte foi muito agradável... Enfim, não se pode ter tudo pelo mínimo preço. O culminar

da viagem foi a visita às ilhas Lofoten.

Foi um prazer único o percurso em cruzeiro até Trollfjord, com as suas tradições pesqueiras, onde, pela sua estreita entrada, temos acesso a um fiorde de origem glaciária com 1,5 km de comprimento até à pequena baía rodeada de montanhas.

Kevelvag, com a sua igreja de madeira, foi um deslumbramento para os olhos e uma paz para o espírito. Pena foi que o contratempo e o imprevisto da viagem, na chegada a Madrid, tivessem roubado a “cereja do cima do bolo” que o resto da mesma merecia.

Mas valeu a pena.

Por Cláudio Abelha

China maravilhosa

É a nova China do grande turismo, das grandes cidades e do progresso.

País imenso, a China está localizada no coração da Ásia e é ponto de passagem obrigatório em viagens pela região.

Da secular capital Pequim, à *trendy* e cosmopolita Xangai, da Grande Muralha da China aos soldados de Terracota, de Kasghar e todo o oeste aos

arrozais de Yangshuo, dos pandas de Chengdu aos parques naturais, como Jiuzhaigou, ao comboio Transiberiano, tudo são bons pretextos para próximas viagens à China.

Hoje os chineses já podem comprar carros e habitação própria, podem optar

por universidades e hospitais privados, e deslocar-se livremente no país ou sair para o estrangeiro.

Quanto ao mundo do trabalho, as remunerações são de acordo com as qualificações. Um bom executivo pode ganhar bastante mais que um trabalhador normal, pois a China assume-se hoje como um país de economia de mercado.

É certo que o mausoléu de Mao Tsé-Tung ainda ocupa um lugar destacado na Praça Tiananmen e continua inclusivamente a ser visitado por milhares de pessoas. É certo também que a maior parte do dinheiro em papel que circula na China traz a efigie do fundador da República Popular.

É a nova China do grande turismo, das grandes cidades e do progresso.

Por Joaquim Mora





Café-Concerto

O espaço, com uma vista sobre o rio Tejo, não foi suficiente para acolher todos os associados que pretendiam estar presentes.

Começando pelo fim: aos resistentes que ficaram até à 1.00h, a minha especial saudação, pela força, pela animação e

pela boa-disposição sempre demonstradas ao longo da noite. Foi uma constante a animação contagiante, que a maioria

dos colegas proporcionaram e transmitiram aos mais tranquilos.

Para este ambiente de festa contamos com a animação do grupo Aisha, com a dança do ventre e danças afrobrasileiras. A música começou com órgão e a voz de Nuno Dias, e continuou com um conjunto de sons que nos contagiou. Para o trio África Tentação, um obrigado muito especial.

O espaço, com uma vista sobre o rio Tejo, não foi suficiente para acolher todos os associados que pretendiam estar presentes, e não posso terminar sem uma referência ao jantar, que foi uma jornada gastronómica de bom gosto, estando o Xico's Rio de parabéns.

Mais um café-concerto, em que o jantar foi muito bom e a animação não ficou a perder.

Por Rui Simplicio

Arouca e a carne arouquesa

Nos passados dias 2, 3 e 4 de Outubro, o Grupo Desportivo organizou mais um *rally-paper*, este por terras de Arouca.

Tratou-se de um evento que percorreu e calcorreou a zona de Arouca e que reuniu cerca de centena e meia de participantes. Chegados na sexta, dia 3, pelas 2 da manhã, lá tivemos de nos levantar cedo para podermos estar presentes na linha de partida. Se de manhã o automóvel nos levou a todo o lado, já da parte da tarde o percurso foi efectuado a pé pelas ruas de Arouca.

Não fiquei cansado fisicamente, mas psicologicamente rebentaram comigo, já que não consegui responder a uma coisa óbvia – em honra de quem foi fundado o Convento de Arouca. A resposta estava no Hotel S. Pedro, onde estávamos hospedados. À noite tirámos a barriga e os pés da máquina, já que comemos e dançámos. No dia seguinte levantámo-nos para visitar o Convento de Arouca (parece perse-

guição), e lá ouvi a famigerada resposta. No almoço do dia 4 procedeu-se à distribuição de prémios, e recuso-me a divulgar quem foi presenteado com o melhor prémio. Só digo que não fui eu. Mas sei que se consultarem o nosso *site* encontrarão lá a classificação final de todos os concorrentes.

Até ao próximo ano.

Por António Costa



Eleições, circo ou crise

Fomos “obrigados” a voltar ao Cardinalli e ao Coliseu

Continuamos convictos de que os empregados e os seus filhos, na quadra natalícia, gostam de assistir ao sempre fantástico, ao sempre igual, mas sempre diferente espectáculo circense.

No ano passado, resolvemos testar as nossas certezas perguntando a 322 crianças qual era o espectáculo a que gostavam mais de assistir na festa de Natal.

Desta vez repetimos a receita mas complicámos um bocadinho a coisa. Afinal as nossas crianças estão mais crescidas, e, além disso, passaram um ano a ouvir falar em dificuldades.

Referimos que estávamos a fazer um inquérito, que pertencíamos ao Grupo Desportivo do banco do pai ou da mãe e que gostávamos de saber o seguinte: «Imagina que daqui até ao Natal podes decidir qual o tema de conversa que vai predominar nos jantares lá de casa.»

As possibilidades eram: eleições, circo, monges tibetanos, levitação, crise dos mercados financeiros, H1N1, grazinar, ou outra à escolha.

Nem sequer vou dar-me ao trabalho de escrever as respostas. Fomos “obrigados” a voltar ao Cardinalli e ao Coliseu.

Bilhetes

Faça a requisição dos seus bilhetes exclusivamente através da ficha de requisição que se encontra na secção



impressos no site www.gdbpi.pt. O seu pedido deve ser efectuado até 15 dias antes das datas dos eventos através das respectivas secretarias.

É importante mencionar o número de bilhetes pretendidos, e para quem (próprio, cônjuge, filho, filha, outros), qual a sessão, e para que local devem ser enviados, ou se os irá levantar à Secretaria do Grupo Desportivo.

Tendo em vista o envio dos bilhetes, solicitamos a todos os empregados do grupo Banco BPI que actualizem o seu código de correspondência.

Seja rigoroso e moderado, peça só aquilo de que realmente necessita.

Não é agradável o acto de ratear. Pense nisto.

Por Rui Duque



DATA	CIRCO	LOCAL	1.ª SESSÃO	2.ª SESSÃO
12 de Dezembro	Circo Cardinalli	Lisboa: Parque das Nações, junto ao rio Trancão	9.00h	11.00h
13 de Dezembro	Coliseu	Porto: Rua Passos Manuel, 137	10.00h	14.30h

Presentes de Natal

Se tem filhos e ainda não os registou no ficheiro de sócios do Grupo Desportivo, faça-o hoje mesmo. Os seus filhos vão agradecer-lhe “amanhã”.



O Grupo Desportivo tem tido a seu cargo a organização e a logística da Festa de Natal do Banco BPI e das empresas suas associadas. No âmbito desta competência, o Grupo Desportivo tem procurado escolher criteriosamente as prendas, tendo em conta o sexo e as idades das crianças a que se destinam.

A inscrição das crianças dos 0 aos 12 anos é fundamental para que tudo corra como desejamos.

Se tem filhos, registre-os no ficheiro de sócios do Grupo Desportivo. As idades devem estar compreendidas entre os 0 e os 12 anos, inclusive. Mas convém lembrar que garantimos apenas o cumpri-

mento das regras do BPI. Não podemos, nem queremos, ser confundidos com os donos dos presentes.

Se não fizer o registo vai dificultar imenso o nosso trabalho, e terá alguma dificuldade em justificar lá em casa o facto de todos os amigos dele(a) terem recebido um presente oferecido pelo Pai Natal do Banco.

Quer seja quer não seja sócio do Grupo Desportivo, os elementos necessários para registar um filho na base de dados são os seguintes: número de sócio (número mecanográfico quando não for sócio), data de nascimento (aaaa.mm.dd) e nome completo do filho(a).

Se ainda não for sócio do Grupo Des-

portivo, não fique triste: afinal de contas, ninguém é perfeito. Além disso, pode aproveitar a oportunidade para se associar, porque, como rapidamente verificará, só terá vantagens nisso.

Recomenda-se a todos os empregados que procedam ao levantamento dos brinquedos a que os seus filhos tenham direito dentro dos prazos indicados, porque após essa data não é garantida a existência da prenda adequada.

As trocas de brinquedos por outro, de escalão etário inferior ou superior, serão possíveis só de 21 a 22 de Dezembro, em Lisboa, e no Porto.

Por Rui Duque

UNIDADES	LOCAL DE ENTREGA	DIAS	HORÁRIO
Serviços Centrais do Banco BPI	Lisboa: Praça do Município, n.º 31-r/c	9 a 18 de Dezembro	Das 12.00h às 14.00h, e das 16.00h às 18.30
Banco Português de Investimento	Porto: Rua do Bonjardim, n.º 179-2.º		
Participadas			
Balcões de Lisboa			
Balcões do Porto			
Restantes balcões	Envio via EMS		

Lista de brinquedos

ANO	IDADE	SEXO	BRINQUEDO
2009	0	M/F	Luz de Sonhos Musical 
2008	1	M/F	Kit Refeição 
2007	2	M/F	Bob Construtor Telefone Educativo 
2006	3	M/F	Noddy Livro Didático 
2005	4	F	Hello Kitty Castelo de cristal 
2005	4	M	FootBallers 
2004	5	F	Bratz Funny Faces 
2004	5	M	Jipe MAX Pequeno 
2003	6	M/F	Fábrica de Puzzles 

ANO	IDADE	SEXO	BRINQUEDO
2002	7	F	Limusina das Mascotes 
2002	7	M	Carro Construção McLaren 
2001	8	F	Walkie Talkie 
2001	8	M	Terminator Salvation 
2000	9	F	Estojo Pintura 
2000	9	M	Magnetix 155 peças 
1999	10	M/F	MP4 Monaco 
1998	11	M/F	Stereo CD Radio 
1997	12	M/F	MP5 Player 

Jantar de Natal

Mais um ano que passa e mais um Natal que vamos festejar em conjunto

O Grupo Desportivo vai realizar no dia 17 de Dezembro o jantar de Natal, para todos os seus associados.

Este terá lugar mais uma vez no Casino de Espinho, onde associados e familiares terão oportunidade de confraternizar e viver em conjunto o espírito natalício.

Por Virgílio Guimarães



Programa:

18.30h: Sairá da Praça General Humberto Delgado um autocarro que o Grupo Desportivo porá à disposição dos associados que não queiram utilizar transporte próprio.

20.00h: Será servido um *cocktail*.

20.30h: Jantar, abrilhantado pelo show do casino.

Realização: 17 de Dezembro

Inscrição até: 30 de Novembro

Hora: 20.00h

Ponto de encontro: Praça General Humberto Delgado

Hora: 18.30h

Valor: 48 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 28 euros

O transporte de autocarro será oferta do Grupo Desportivo.

O pagamento poderá ser efectuado em 3 prestações, em Novembro (2) e em Dezembro.

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

Passagem de ano

Neste ano, mais uma vez, vamos estar presentes na Quinta do Geraldino e no Ateneu Comercial do Porto.

Realização: 31 de Dezembro

Inscrição até: 15 de Dezembro

Ponto de encontro: Quinta do Geraldino ou Ateneu Comercial do Porto

Hora: 20.00h

Valor: 75 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 65

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

O ano novo é um evento que acontece quando uma cultura celebra o fim de um ano e o começo do seguinte.

Neste ano, mais uma vez, vamos estar

CELEBRE CONNOSCO
A PASSAGEM PARA 2010,
NA QUINTA DO GERALDINO
OU NO ATENEU COMERCIAL
DO PORTO

presentes na Quinta do Geraldino e no Ateneu Comercial do Porto.

Curiosamente, os preços serão iguais para os dois locais.

Por Augusto Malheiro



O Réveillon e o Algarve

Vamos despedir-nos de 2009 e festejar a entrada em 2010. Mais uma vez escolhemos como destino o Algarve

Razão tinha o rei, que era de Portugal e dos Algarves, porque o clima é diferente para melhor, e a água do mar é mais quente.

De novo escolhemos como destino para esta festa o Algarve, porque entre várias

coisas também privilegiamos o clima.

Claro que preferimos a festa, o convívio, a boa comida e bons aposentos, mas o que queremos mesmo é despedir-nos de 2009 e festejar a entrada em 2010 com um espectacular Réveillon, uma ementa

magnífica, e música para dançar durante toda a noite.

O hotel é de quatro estrelas, situado bem perto de Albufeira, com piscinas interior e exterior, e pequeno-almoço *buffet*.

Venha divertir-se com a sua família e os seus amigos, num ambiente com requinte. As inscrições são limitadas.

O autocarro é oferta do Grupo Desportivo.

Esperamos por si.

Por Rui Simplício

Realização: 30 de Dezembro

Inscrição até: 22 de Dezembro

Ponto de encontro: Sete Rios, ou no hotel

Hora: 17.00h

Valor: 240 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 210 euros

Noite extra: 25 euros

O programa inclui:

Três noites de alojamento

Água e fruta à chegada

Jantar de Réveillon

com muita animação e música ao vivo para dançar

Brunch no dia 1 de Janeiro

Jantar no dia 1 de Janeiro

Autocarro com saída no dia 30

de Dezembro, às 17.00h, e regresso no dia 2/1/2010, às 10.30h.

O pagamento pode ser efectuado em até quatro vezes: Novembro (2), Dezembro e Janeiro de 2010

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

Montaria ao javali

O Grupo Desportivo, em parceria com a Zona de Caça Municipal do Alto Douro, participa, em Gouvinhas, no dia 14 de Fevereiro de 2010, numa montaria ao javali. Para além da caça ao javali, do programa

constam, como vem sendo costume, outras organizações, de que realçamos um pequeno-almoço (mata-bicho) com os mais diversos produtos tradicionais – pão regional, alheiras, linguíça, entrecosto e caldo de cebola, etc. – e um jantar tradicional da região.

Para os não caçadores, está reservado um passeio turístico pela zona que decorrerá em simultâneo com a batida. Assim, mesmo não sendo amante da caça, venha desfrutar das belezas que o Douro oferece.

Por Virgílio Guimarães

Realização: 14 de Fevereiro

Inscrição até: 15 de Janeiro

Ponto de encontro: a designar

Hora: 8.00h

Valor: 120 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 80 euros

Acompanhantes de sócios: 40 euros

Possibilidade de pagamento em 4 mensalidades.

Inscrição inclui: mata-bicho, montaria (ou programa social, no caso de acompanhantes) e jantar. Inscrições limitadas a 100 caçadores detentores de licença de caça grossa. Para quem pretender ir de véspera, o Grupo Desportivo disponibiliza reserva no hotel de Sabrosa.

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo





Realização: 15 de Fevereiro
Inscrição até: 25 de Janeiro
Ponto de encontro: Búfalo Grill – Parque das Nações
Hora: 20.00h
Valor: 35 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 25 euros
 O pagamento pode ser efectuado em duas prestações, ocorrendo a segunda em Fevereiro
 Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt
 Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

Carnaval, festa pagã

O Grupo Desportivo, mais uma vez, para os esquecidos, terá ao dispor dos seus associados alguns apitos e máscaras. Não diga que não avisámos. As inscrições são limitadas.

Esta festa pagã teve origem na Antiguidade, e, entretanto, com o advento do Cristianismo, passou a ser celebrada sete domingos antes da Páscoa.

Comemora-se em todo o mundo, mas não há igual ao do Brasil. Para os que gostam da folia, vamos manter a tradição, e, num ambiente bem brasileiro, iremos festejar a data, com muita

animação, churrasco, feijão e arroz. A simpatia e a qualidade são uma constante, e a animação estará presente, na noite-rainha do Carnaval.

O Grupo Desportivo, mais uma vez, para os esquecidos, terá ao dispor dos seus associados alguns apitos e máscaras.

A alegria, a diversão e um bom jantar esperam por si. Venha passar o Carna-

val com a sua família e os seus amigos. Aprese-se e não deixe para amanhã, porque pode já não haver.

Não diga que não avisámos. As inscrições são limitadas.

Esperamos por si.

Por Rui Simplício

O Carnaval são 3 dias

... e vamos festejá-lo no Hotel Termas de Monção, 47 dias antes da Páscoa.

Se estiverem lembrados, já sabem que a terça-feira de Carnaval ocorre 47 dias antes da Páscoa, pelo que está na altura de se

começar a saber quem vai ou não foliar. Em 2010 a terça-feira de Carnaval será em 16 de Fevereiro, e vamos festejá-la no

Hotel Termas de Monção.

Contamos consigo!!!!!!

Por Virgílio Guimarães



Realização: de 14 a 16 de Fevereiro
Inscrição até: 3 de Fevereiro
Ponto de encontro: Hotel Termas de Monção
Hora: 19.00h
Valor: 130 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 115 euros
 Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt
 Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

Curso de poda

... bem como executar correctamente a poda de várias fruteiras e da vinha.

O objectivo deste curso, organizado pela ATA – Academia do Tempo Activo, é o de compreender a fisiologia das árvores de fruto e da vinha, bem como executar correctamente a poda de várias fruteiras e da vinha.

O programa consiste em:

1.º dia – Noções de fisiologia vegetal, hábitos de vegetação e frutificação. Objec-

tivos, tipos e épocas de poda. Técnicas e cuidados a observar na execução dos cortes. Execução da poda de oliveiras e citrinos;

2.º dia – Execução da poda de macieiras e pereiras;

3.º dia – Execução da poda de pessegueiros, ameixeiras e damasqueiros;

4.º dia – Execução da poda da vinha.

Por Sandra Nascimento



Realização: 12 e 19 de Dezembro, 9 e 16 de Janeiro

Inscrição até: 27 de Novembro

Ponto de encontro: Escola P. Agrícola de D. Dinis – Paia (Rua da Escola Agrícola, Pontinha)

Hora: das 10.00h às 13.00h, e das 14.30h às 17.30h

Valor: 268,40 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 254,00 euros

O pagamento poderá ser efectuado em até 5 (cinco) prestações, Novembro (2), Dezembro, Janeiro e Fevereiro.

Inscrição inclui: material, formadores, seguro de acidentes pessoais e 24 horas de formação.

Recomendações: os participantes deverão trazer vestido roupa de trabalho, bem como calçado adequado.

Condições gerais de inscrição:

- Em desistências com menos de 48 horas de antecedência do início do programa, o cliente perde a totalidade do valor pago;
- Em desistências com uma semana ou menos de antecedência do início

do programa haverá lugar a uma penalização de 25% do valor pago;

- Em desistências com mais de uma semana de antecedência do início do programa não é aplicável qualquer penalização;
- Não haverá lugar à restituição da importância paga em caso de atraso relativamente às horas marcadas para os programas.

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo



Iniciação às sevilhanas, olé!

O baile de sevilhanas é uma dança temperamental que reflecte um espírito alegre, intenso e sedutor.



Programa	N.º de aulas
1. Introdução	2
Apresentação da classe/objectivos do curso	
Breve apresentação/explicação teórica das sevilhanas	
2. Aprendizagem	
1.ª e 2.ª sevilhanas – passos de pés	
1.ª e 2.ª sevilhanas – passos de pés c/ritmo	2
1.ª e 2.ª sevilhanas – pés + braços	3
3.ª e 4.ª sevilhanas – passos de pés	2
3.ª e 4.ª sevilhanas – passos de pés c/ritmo	2
3.ª e 4.ª sevilhanas – pés + braços	3
3. Aula de treino livre e balanço final	1
TOTAL DE AULAS	15

Historicamente, as sevilhanas têm origem no folclore popular andaluz (concretamente de Sevilha), apimentado com ritmos árabes.

A sua estrutura e o seu ritmo fixos em nada impedem a iniciativa e a criatividade de cada executante, sendo o olhar e a expressão corporal (ou salero) as mais altas formas de sedução nesta dança.

As sevilhanas podem ser ouvidas no Sul de Espanha e dançadas agora também no Salão Polivalente do Grupo Desportivo!

Experimente e desfrute de todas estas sensações, inscrevendo-se no Curso de Iniciação às Sevilhanas, com a professora Rita Santos.

Por Pedro Ferreira

Realização: início em 23 de Novembro

Inscrição até: 16 de Novembro

Ponto de encontro: Praça do Município – 1.º andar

Hora: das 19.30 às 21.00h à terça-feira ou das 19.00 às 20.30h à quinta-feira

Valor: 85 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 65 euros

As aulas de treino livre têm um valor adicional de 3 euros, estando uma já incluída no curso.

Recomendações: levar roupa e calçado confortáveis.

Programa limitado às primeiras 24 inscrições, com mínimo de 12.

O pagamento poderá ser efectuado em 2 (duas) prestações: Novembro e Dezembro.

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt.

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo.

Museu do Douro



No âmbito da rubrica Vinhos e Sabores o Grupo Desportivo tem um acordo com o Museu do Douro.

Para detalhes consulte o nosso site em www.gdbpi.pt

Workshop de arranjos florais

O Outono está a chegar, e, com ele, a queda de algumas sementes ou folhas muito úteis para a elaboração destes arranjos.



Realização: 19 de Dezembro
Inscrição até: 11 de Dezembro
Ponto de encontro: Rua Almirante Barroso, 32-6.º piso (ao Largo de D. Estefânia) – Lisboa
Hora: Das 10.00h às 13.00h, e das 14.00h às 17.00h
Valor: 30 euros
Sócios cônjuges e filhos a cargo: 25 euros
Inscrição inclui: todo o material para a execução dos trabalhos



a mínima imaginação para comprar prendas originais, e decerto a tia Josefina e o primo Américo já têm a gaveta cheia de panos da loiça e peúgas.

Daí nós sugerimos: «porque não dar algo feito com as suas próprias mãos?» Pode ter mais ou menos jeito, é certo, mas as formadoras também estão lá para lhe dar todas as dicas e ajudá-lo(a) a fazer uns belos arranjos florais para adornar a sua casa ou a de alguém que lhe seja próximo.

Por Sandra Nascimento

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt
 Para mais informação contacte o Grupo Desportivo



O Natal aproxima-se a passos largos, e com ele chega aquela angústia de não saber o que vai oferecer aos seus familiares e amigos.

Nesta altura, a maioria de nós já não tem

O Ténis de Mesa continua a servir



Torneio Interno
no dia 21 de Novembro

Torneio + Almoço = 10 euros!





Portuscale: 5.º aniversário

Mais um aniversário, e o Orfeão Portus Cale continua a encantar, desta vez por terras de Murça.



O orfeão comemorou, no passado dia 12 de Setembro, mais um aniversário com uma actuação na Igreja Matriz de



Murça, com a missa a ser celebrada pelo reverendo padre Sérgio Dinis. Depois da missa, não só nos foi ofere-

cido o almoço – que contou com a presença do senhor padre – como também nos proporcionaram duas visitas de que tão cedo não nos esqueceremos: à Adegas Cooperativas dos Olivicultores e à Adegas Cooperativas de Murça.

Por fim voltámos a actuar no auditório da Adegas Cooperativas de Murça, perante uma assistência que nos ouviu atentamente.

Um bem-haja a todos.

Por **Fernando Barnabé**

Museu Militar e Fundação de Cima



O Museu Militar de Lisboa situa-se no local das antigas Terceiras das Portas da Cruz, completamente destruídas por um incêndio em 1726. O terramoto de 1755 deixou bastante danificada a reconstrução joanina, levando o marquês de Pombal a erigir em 1760 um novo es-

paço para o Real Arsenal do Exército, a Fundação de Baixo.

Do acervo fazem parte cinco salas do século XVIII, com pinturas e talhas de artistas conceituados da época – António Caetano da Silva, Pedro Alexandrino, António dos Santos Joaquim, Bruno José do Vale –, intervindo posteriormente pintores de finais do século XIX e início de XX, como Columbano, Condeixa, Veloso Salgado, Malhoa e Carlos Reis, entre outros, que, em conjunto com todo o manancial de guerra, constituem uma colecção importante.

Na fachada oriental está o magnífico pórtico, encimado por um grupo escultórico representando a Pátria (1895-1908).

Estas são algumas boas razões para querer efectuar esta visita connosco.

Por **António Vale**

Realização: 21 de Novembro

Inscrição até: 14 de Novembro

Ponto de encontro: Museu Militar, localizado no Largo dos Caminhos-de-Ferro, em Lisboa, junto da Estação de Santa Apolónia.

Hora: 10.00h

Valor: 12 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

8 euros

Inscrições limitadas por ordem de inscrição na Secretaria.

Grupo máximo: 30 pax.

As desistências que sejam efectuadas nos últimos 5 dias da realização desta visita guiada serão cobradas na totalidade.

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo



Palácio e Quinta da Bacalhôa

Após a visita às Caves José Maria da Fonseca, retomámos os percursos de «Vinhos e Sabores», e propomos uma nova descoberta em Azeitão: o Palá-

cio e a Quinta da Bacalhôa. A Quinta da Bacalhôa foi sendo embelezada ao longo dos seus mais de 500 anos, com paredes de azulejos portu-

gueses dos sécs. XV e XVI de interesse nacional.

Após um período de abandono, a quinta e o palácio foram adquiridos por uma norte-americana no início do séc. XX, que conseguiu realizar um trabalho extraordinário de restauro e recuperação. A família Berardo comprou-a em 2000.

O passeio que propomos inclui uma visita ao palácio e à quinta, percorrendo os jardins, o lago, as adegas, a vinha e as caves onde são fermentados alguns dos vinhos mais famosos de Portugal.

Guardamos o melhor para o fim, que vos reserva uma prova de vinhos do produtor. Típico!

Por Pedro Ferreira

Realização: 28 de Novembro

Inscrição até: 20 de Novembro

Ponto de encontro: Azeitão – Sede da Bacalhôa Vinhos

Hora: 10.45h

Valor: 10 euros

Gratuito para crianças até aos 12 anos

Inscrição inclui: visita à quinta, museu, colecção privada de azulejaria, vinhas, palácio, adegas, e prova

de 3 vinhos (tinto, branco e moscatel).

Inscrição não inclui: transporte, compras na Loja de Vinhos ou provas fora da opção indicada.

O final da visita está previsto para as 13.00h

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

Museu da Fundação Ricardo Espírito Santo

Em 1953, o banqueiro e coleccionador Ricardo do Espírito Santo Silva doou o Palácio Azurara e parte da sua colecção

privada ao Estado Português. Foi o princípio da fundação com o seu nome, criada como museu-escola.

Realização: 5 de Dezembro

Inscrição até: 27 de Novembro

Ponto de encontro: Museu da Fundação Ricardo Espírito Santo
Localização e acessos: Largo das Portas do Sol, 2, Lisboa. Autocarros: 37; eléctricos: 12, 28

Hora: 10.00h

Valor: 14 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 10 euros

Inscrições limitadas por ordem de inscrição na Secretaria.

Grupo máximo: 30 pax.

As desistências que sejam efectuadas nos últimos 5 dias da realização desta visita guiada serão cobradas na totalidade.

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

O museu tem, assim, em exposição permanente importantes colecções de azulejos portugueses, mobiliário (do século XVI ao século XIX), têxteis (incluindo tapetes de Arraiolos dos séculos XVII e XVIII, tapetes orientais e colchas), ourivesaria (peças representativas do século XV ao século XIX), porcelana chinesa, faiança portuguesa e pintura.

Decisivo para o prestígio que a fundação conquistou tem sido o trabalho realizado nas oficinas, quer em termos de reprodução de peças originais quer na criação de modelos próprios.

Por António Vale





Museu de Marinha e Mosteiro dos Jerónimos

Em 1496 o rei D. Manuel I pediu autorização à Santa Sé para erigir um grande mosteiro à entrada de Lisboa, próximo das margens do rio Tejo. Cinco anos depois, o Mosteiro dos Jerónimos começou a tomar forma...

Desde sempre intimamente ligado à casa real portuguesa, o Mosteiro dos Jerónimos, pela força da ordem, pela produção

intelectual dos seus monges, pelo facto de estar inevitavelmente ligado à epopeia dos Descobrimentos, inclusivamente pela sua localização geográfica, na capital, à entrada do porto, é interiorizado como um dos símbolos da Nação.

Em 22 de Julho de 1863, a constituição de uma colecção de testemunhos re-

lacionados com a actividade marítima portuguesa abriu as portas ao Museu de Marinha, que se encontra localizado nas alas do Mosteiro dos Jerónimos.

Por António Vale

Realização: 16 de Janeiro
Inscrição até: 8 de Janeiro
Ponto de encontro: Museu de Marinha, em Belém
Hora: 10.00h
Valor: 14 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:
 10 euros
 Inscrições limitadas por ordem de inscrição na Secretaria.
 Grupo máximo: 30 pax.

As desistências efectuadas nos últimos 5 dias da realização desta visita guiada serão cobradas na totalidade.
 Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt
 Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

Concurso de fotografia «Transportes»

Participe no próximo concurso de fotografia dedicado ao tema «Transportes».

Com o passar dos anos vão surgindo cada vez mais transportes, apresentando muitos géneros diferentes, emergindo constantemente vários tipos de veículos e meios de transporte por todo o planeta.

No campo dos transportes existem diversos aspectos, como é o caso das suas infra-estruturas, as quais incluem as redes rodoviária, férrea, aérea, fluvial, tubular, etc., assim como os terminais, sejam aeroportos, estações de comboio, portos, ou de autocarro. Os veículos serão, automóveis,

bicicletas, autocarros, eléctricos, comboios, aviões, etc.

Condições do concurso:

Poderão ser inscritas até 3 (três) fotografias por associado, em P&B ou cor, devendo ser entregues preferencialmente em formato digital (jpeg) ou em papel fotográfico (formato 10×15), com identificação completa do nome e do número do associado, devendo ser atribuído um título a cada fotografia. O concurso será restrito aos associados.

Os trabalhos poderão ser entregues até ao



próximo dia 11 de Dezembro, por e-mail, para: ajvale@gmail.com (preferencial) ou por correio, na Secretaria do GDBPI – Praça do Município, n.º 31-4º, 1100-365 Lisboa (código interno: 1077).

A selecção das fotografias (1.º, 2.º e 3.º prémios) será efectuada pelo fotógrafo profissional Nuno Antunes, sendo o resultado divulgado no próximo n.º 22 da revista Associativo.

Por António Vale

Concurso de fotografia «Macro»

Foram recebidas 46 fotografias, salientando-se algumas com grande qualidade e criatividade.

A selecção das fotografias foi efectuada pelo fotógrafo profissional Nuno Antunes (www.revelamos.pt).

Fica um agradecimento aos participantes. Parabéns aos vencedores.

Por António Vale

1.º PRÉMIO
Fotografia
Libelinha
Ana Cristina Gonçalves
Sócia n.º 7309



2.º PRÉMIO

Fotografia
Flor
Maria Antonieta Rodrigues Moreira
Sócia n.º 3053



3º PRÉMIO

Fotografia
Mel da Vida
Modesto Pereira Mineiro –
Sócio n.º 3643



Em Cartaz

➤ A GAIOLA DAS LOUCAS

Teatro Politeama

Um espectáculo para RIR: da vida, da crise, do País, dos políticos, dos outros, de si!

Uma comédia musical de crítica aos costumes, que põe em cena a rivalidade entre Lisboa e Porto, Norte e Sul.

Com: José Raposo, Carlos Quintas, Rita Ribeiro, Joel Branco, Helena Rocha, Hugo Rendas, Alexandre Falcão e Sara Lima, e com a participação especial de Ana Bola, Herman José, Fernando



Mendes, Maria Rueff e Maria João Abreu.

Condições para sócios: consulte o site www.gdbpi.pt ou a secretaria do Grupo Desportivo



➤ PLUFT, O FANTASMINHA

Teatro Ibérico

Encenação de Marco Mascarenhas

O texto, de autoria de Maria Clara Machado, é considerado um clássico da literatura infantil brasileira.

Todos os sábados às 16.00h, até 20 de Dezembro
Condições para sócios: bilhete de adulto, 5,00 euros; bilhete de criança, 5,00 euros. Bilhete de família: cada adulto, 5,00 euros; 1.ª criança, 5,00 euros; 2.ª criança, grátis.

Reservas: 21 868 25 31 – 91 320 20 05

➤ HISTÓRIA DE QUEM PERDE A SOMBRA

Companhia do Chapitô

Um espectáculo para toda a família.

A Fabulosa História de Peter Schlemihl, de Al-delbert von Chamisso.

Criação colectiva Encenação, Texto e Interpreta-

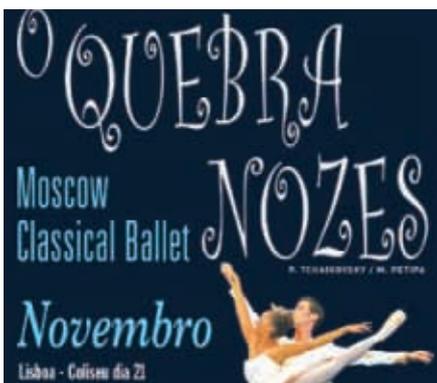
ção: Sofia Cabrita, Miguel Castro Caldas, Hugo Silva, Letícia Liesenfeld e Leonor Cabral.

Quinta e Sexta-feira às 21h30. Sábados e Domingos às 16h00. M/6 anos. Reservas: 21 885 55 50.

Condições para Sócios: Preço único de 6 euros, mediante a apresentação do cartão de sócio.



➤ O QUEBRA-NOZES



Em várias salas do País em Novembro.

O Moscow Classical Ballet apresenta-se em Por-

tugal com uma das mais emblemáticas obras de P. I. Tchaikovsky/M. Petipa.

Coliseu de Lisboa, dia 21 às 17.00h e 21.30h
Teatro Gil Vicente, Coimbra, dia 22 às 21.30h

Cineteatro Avenida, Castelo Branco, dia 24 às 21.30h

Teatro J. Lúcio da Silva, Leiria, dia 26 às 21.30h

Teatro Circo de Braga, dia 27 às 21.30h

Centro de Artes e Espectáculos da Figueira da Foz, dia 29 às 17.00h

Coliseu do Porto, dia 30 às 21.30h

Preços:

Lisboa: 1.ª plateia, 35,00 euros; 2.ª plateia, 30,00 euros; balcão central, 27,50 euros

Porto: cadeiras de orquestra, 32,50 euros; 1.ª plateia, 27,50 euros; 2.ª plateia, 25,00 euros; tribunas, 30,00 euros

Teatro Gil Vicente: preço único de 27,50 euros

Restantes teatros: 1.ª plateia, 30,00 euros;

2.ª plateia, 25,00 euros

Condições para sócios: 15% de desconto no valor dos bilhetes em todas as salas do País. Reservas directamente pelo sócio para o e-mail: maia260@hotmail.com.

Levantamento dos bilhetes na bilheteira contra o pagamento com o desconto.

➤ O FEITICEIRO DE OZ

Teatro Politeama

O novo espectáculo de Filipe La Féria para a infância, a juventude e para toda a família, comemorando os 70 anos do filme que imortalizou

Judy Garland.

Sábados, domingos e feriados às 15.00h.

Condições para sócios: consulte o site www.gdbpi.pt ou a Secretaria do Grupo Desportivo.



Época nova, objectivos antigos



A tradição é para se manter, e a equipa de andebol do Grupo Desportivo BPI vai participar uma vez mais no Campeonato de Andebol do Inatel.

Sabemos que a modalidade exige capacidade física, que é um desporto viril, mas somos reconhecidamente uma das equipas mais carismáticas do respectivo campeonato.

Fazemos questão de demonstrar, sempre, desportivismo, respeito pelos adversários e muito *fair-play*.

Este tipo de atitude já faz parte da cultura das nossas equipas. É a nossa mística.

Para tal facto muito contribuíram os anteriores responsáveis do andebol, razão pela qual prestamos a nossa homenagem pelo excelente trabalho realizado, bem como às dezenas de jogadores que já passaram pela nossa equipa e que nos continuam a incentivar.

O objectivo deste ano, mais do que conseguir vencer todas as partidas, é continuar a desenvolver e elevar ainda

mais o espírito desportivo, a camaradagem e a amizade no seio da equipa.

Esta notícia deve funcionar como um convite para todos: aqueles que gostam mas nunca praticaram, os que já praticaram e gostavam de voltar, ou simplesmente os que querem fazer algum exercício... que se juntem a nós.

Por Luís Ângelo

O Grupo Desportivo nas pistas de atletismo

Orgulho pelo facto de representar o nosso Grupo Desportivo, envergando as cores do mesmo. Humildade, porque, com a divulgação destes acontecimentos, o meu desejo é o de que haja mais adesões à prática do desporto em geral.

A conquista do título de campeão nacional de 400 metros em pista ao ar livre, na classe de masters, no âmbito dos respectivos campeonatos nacionais de atletismo realizados

no mês de Julho na pista do Luso pela Federação Portuguesa de Atletismo, é algo que não esquecerei e que convosco tenho todo o gosto em partilhar, com orgulho e hu-

midade – orgulho pelo facto de representar o nosso Grupo Desportivo, envergando as cores do mesmo; humildade porque, com a divulgação destes acontecimentos, o meu desejo é o de que haja mais adesões à prática do desporto em geral.

Como sempre refiro, participar é bom, mas ter uma meta, um desafio, um sonho, é um aliciante extra que dá às coisas outro sabor – bom ou mau, naturalmente.

Neste caso foi extraordinariamente bom, não só pelos resultados alcançados – a este título acrescem os de vice-campeão nacional nas provas de 100 e de 200 metros e respectivos recordes pessoais –, mas também pelo evento em si, que teve uma das maiores participações de atletas dos últimos anos.

Foi o ponto mais alto de 2009 depois de ter conseguido os títulos de campeão inter-regional do Norte nas mesmas distâncias em provas realizadas na pista da Póvoa de Varzim.

Por Carlos Ferreira



S. Silvestre convida a correr

Em Portugal a primeira prova com esta designação realizou-se no Funchal nos anos 60. A corrida da Amadora é outra com grande tradição, e cidades como o Porto e Lisboa procuram também afirmar-se na sua realização.

Em quase todo o mundo realiza-se a corrida de S. Silvestre, e Portugal não foge à regra, com inúmeras ofertas por todo o País.

A corrida, que tradicionalmente se realiza em 31 de Dezembro (actualmente, por diversos interesses, há provas realizadas entre os dias 29 de Dezembro e 7 de Janeiro), homenageia S. Silvestre na data comemorativa da sua morte.

Silvestre I, natural de Roma, foi papa entre os anos 314 e 335, ano em que morreu, e foi um dos primeiros santos não mártires da Igreja.

A Corrida de São Silvestre mais famosa do mundo é sem dúvida a que se realiza



em São Paulo, no Brasil, desde o longínquo ano de 1925.

Em Portugal a primeira prova com esta designação realizou-se no Funchal nos anos 60. A corrida da Amadora é outra com grande tradição, e cidades como o Porto e Lisboa procuram também afirmar-se na sua realização.

Outra curiosidade sobre esta prova é o facto de haver atletas que procuram par-

ticipar no máximo possível de provas com esta designação na altura da passagem do ano. No Norte, dadas a proximidade geográfica e a realização em dias distintos, há quem participe, por exemplo, no dia 30 de Dezembro em Gaia, em 31 no Porto, e no dia 1 em Ermesinde.

Fica o desafio de quem já realizou esta aventura!

Por Carlos Ferreira

Basquetebol em marcha

... convidamos todos os associados e familiares que estejam interessados na prática deste desporto a contactar a Secretaria do Grupo Desportivo no Porto.

No sentido de reactivar a prática do basquetebol no âmbito do Campeonato do Inatel – Zona Norte, modalidade com grande tradição no Grupo Desportivo, convidamos todos os associados e familiares que estejam interessados na prática deste desporto a contactar a Secretaria do Grupo Desportivo no Porto.

O treinador já está escolhido e foi uma referência nacional nesta modalidade, tendo sido diversas vezes campeão nacional pelo FCP. O responsável pela modalidade também já existe, faltando ape-

nas os jogadores. Não deve ser difícil adivinhar quem são.

Os dados estão lançados. Os motivos de interesse são mais que muitos. Claro que vamos ter coragem de aparecer. Contamos convosco.

Por Fernando Barrias



Desafio novo, prazer antigo?



Surpresa? Para alguns, sim: quem não gosta de surpresas?, mas para uma grande parte será apenas o avivar de emoções já vividas.

A nova época de *bowling* aproxima-se, e com ela surgem os nossos desafios. Porque não trazer o amigo ou colega que trabalha ali mesmo ao nosso lado, que já ouviu falar de *bowling* e que sempre teve receio de experimentar? Sabemos que a saudade de fazer

tombar pinos e rever alguns amigos é grande e aumenta com o passar do tempo; para isso temos um antídoto infalível....

Surpresa? Para alguns, sim: quem não gosta de surpresas?, mas para uma grande parte será apenas o avivar de emoções já vividas.

Como já devem ter reparado, este é apenas o exemplo do torneio que vamos promover, não esquecendo, é claro, a tão de-

Realização: 26 de Novembro e 3 de Dezembro

Inscrição até: 16 de Novembro

Ponto de encontro: Funcenter Colombo

Hora: 20.00h

Valor: 12,50 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 10,00 euros

Inscrição inclui: todo o material necessário para se conseguirem muitos *strikes*

Ficha de inscrição e regulamento disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

sejada Liga de Bowling 2010 e o Torneio Kids, assim como o Torneio de Pares.

O primeiro desafio vai chamar-se Torneio Surpresa.

Por Jorge Teixeira

VI Torneio de Bowling no Porto

Os jogos terão lugar no Bowling do NorteShopping e no Bowling de Matosinhos.

Como as saudades já começavam a apertar, voltamos para mais uma temporada de *bowling*.

Esta notícia serve para avisar que o

começo está previsto para Janeiro de 2010, pelo que já podem começar a treinar. Não se esqueçam de dizer nos locais de treino que são associados do Grupo Desportivo. Existe sempre um desconto à vossa espera.

Aos que se inscreverem pela primeira vez o Grupo Desportivo oferece 2 jogos a título de treino.

Por José Caldas

Realização: previsto para Janeiro às quintas-feiras

Hora: a partir das 20.00h

Inscrição até: 18 de Janeiro

Valor: 60 euros

Sócios, cônjuges e familiares a cargo: 40 euros

Regulamento e ficha de inscrição disponíveis em www.gdbpi.pt

Para mais informação

contacte o Grupo Desportivo



Em 2010 acaba-se a desorientação! Ou não?

Fiquem, portanto, atentos, porque em 2010, ou antes, procuraremos apresentar propostas de passeios de BTT com orientação por GPS.



Astrolábio, balestilha, quadrante ou sextante são instrumentos de navegação.

Não, não vamos para o alto-mar. Somos mais de terra ou lama, e o tempo está adequado. Subimos e... descemos, como quem, na crista da onda, "surfa" as montanhas e os montinhos que nos apareçam pela frente.

Somos betetistas!!! Bem, eu procuro equilibrar-me numa BTT!!!

Também tento não perder o Norte... o Sul, o Leste e o Oeste, mas principalmente... o caminho de casa. Ai, ai, ai,

que não chego a tempo de pôr a mesa para o almoço!

Por isso é importante compreender a complexa arte de orientação para não parecermos uns tontons!!!

Fiquem, portanto, atentos, porque em 2010, ou antes, procuraremos apresentar propostas de passeios de BTT com orientação por GPS.

No entanto, como diz um marinheiro amigo, até ao aparecimento do GPS o sextante era um instrumento primordial em navegação, já que, apesar de toda a

panóplia tecnológica, este método é por enquanto o único infalível de obter a posição. Desde que haja Sol... pois!

Eu cá acho que o mais seguro é navegar à vista.

E aqui, pela cidade do Porto, desde que o nevoeiro não abrace o Douro, temos a torre dos Clérigos, a torre das Antas, a torre da Câmara da Maia e a torre da RTP no monte da Virgem, para sabermos os pontos cardeais e outros que tais.

Aguardem notícias.

Por Carlos Ferreira

Várias soluções para jogar golfe ou aprender



O Grupo Desportivo reforçou as suas parcerias com Campos de Golfe de forma a proporcionar aos sócios infra-estruturas de norte a sul do país para a prática da modalidade a preços mais favoráveis

Para detalhes sobre estas parcerias consulte o nosso site em www.gdbpi.pt



Curso de defesa pessoal – Nível básico

Para a maioria de nós a violência não é uma linguagem. Mas a triste verdade é que para um elevado número de pes-

soas é a linguagem preferencial... E se acha complicado ir a Londres sem saber um pouco de inglês...

Realização: 9 e 16 de Janeiro

Inscrição até: 7 de Janeiro

Local: a indicar, em Lisboa

Hora: das 10.00h às 12.30h

Valor: 45 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:
30 euros

O pagamento poderá ser efectuado em 2 (duas) prestações, Janeiro e Fevereiro.

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

Este curso (para todos, acima dos 13 anos de idade) pode ajudá-lo a melhorar a sua resposta perante uma tentativa de agressão, mas não limita a sua acção ao conflito: pela sua frequência, sairá de postura assertiva, atitude geral, autocontrolo e auto-estima potenciados, enquanto aprende a evitar, protegendo-se a si e a terceiros.

Depois, dependendo de si, pode eventualmente usar toda a aprendizagem não apenas para sobreviver mas também para viver melhor.

Não seja um espectador da sua própria sobrevivência. Comece a mudar isso no novo ano!

Também pode oferecer um dos nossos *vouchers*, no Natal que se avizinha.

Por Luís Barneto

Muito mais do que defesa pessoal

Está a ser, como previmos, uma época fantástica, divertida e evolutiva, porque assim têm sido todas, desde que, em 2006, começámos com as aulas.

A grande novidade neste ano é o local de treino.

Mudámos para o ginásio da Escola Secundária de Camões, na Praça José Fontana (junto ao Fórum Picoas e perto do Saldanha).

Mas porquê treinar defesa pessoal? Porque é muito mais do que somente defesa

pessoal! Além do óbvio desenvolvimento de competências práticas e realistas para defesa pessoal, aqui vão alguns dos vários "efeitos colaterais":

Aumento de *endurance*, poder, mobilidade, velocidade e agilidade. Melhoria de equilíbrio, coordenação e flexibilidade. Maior autoconfiança e autodisciplina.

Melhor autoconhecimento. Aumento das capacidades sensitivas, da concentração e do foco mental. Gestão melhorada do *stress*. Desenvolvimento de capacidades de comunicação e positivismo. Diversão. Que tal? Não custa experimentar, pois não?

Por Luís Barneto

Realização: todas as segundas e quartas-feiras

Inscrição: a qualquer momento

Ponto de encontro: Liceu de Camões – Saldanha

Hora: das 19.30h às 21.00h

Valor: 30 euros (por mês)

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:
20 euros (por mês)

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo



VIII Torneio Interno de Fustal

Inscrições até 15 de Novembro; regulamento disponível no *site*



Inscrição até: 15 de Novembro

Valor: 150 euros

Regulamento disponível no *site* do Grupo Desportivo

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

O início está previsto para o mês de Novembro.

Na edição anterior, como todos se lembram, a equipa da DFA levou de vencida a aguerrida equipa de Braga, sempre apoiada por meia centena de adeptos.

Vamos a ver se nesta edição voltamos a contar com caras novas a participar no torneio.

Atenção aos finalistas vencidos, que devem querer vingar a derrota.

Local do torneio

Os jogos a realizar pelas equipas do Grande Porto estão previstos para o Pavilhão do BPSM, às terças ou quartas-feiras.

Por Fernando Barrias

Arrancou o futsal no Sul

Inovar pode significar fazer de forma diferente, ou simplesmente copiar aquilo que de melhor alguém já fez. É exactamente isso que estamos a fazer no X Torneio Interno.

Devido ao excelente grau de competitividade que o torneio anterior atingiu, estamos a procurar soluções para que este seja ainda melhor. Assim, voltámos a apostar em força nesta modalidade que desperta paixões.

O regulamento está disponível no *site* do Grupo Desportivo, mas sempre lhe vamos adiantando que este ano tem muitas novidades.

Está curioso? Acredito, eu também estaria.

Claro que não vou desvendar tudo, mas diria que cada equipa inscrita vai jogar contra todas, cada vitória vai valer 5 pon-



tos, e cada equipa vai inscrever um cronista e um fotógrafo.

Para cúmulo, ainda lhe dizemos que para além de todas estas novidades o valor da

inscrição vai ser muito menor do que foi no ano passado.

Devido ao rigor orçamental, o número de equipas que poderão participar neste torneio é limitado.

Assim, não podemos recomendar outra coisa que não seja: vá imediatamente ao *site*, consulte o regulamento, pegue no telefone e ligue para as muitas vedetas que seguramente fazem parte da sua lista.

Regulamento e ficha de inscrição disponíveis em www.gdbpi.pt.

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo.

Por Rui Duque

Ginástica no Porto

Venha tratar da sua saúde. Não se esqueça de que andar 45 minutos por dia prolonga o seu bem-estar.

Faz muito tempo que o Grupo Desportivo proporciona aulas de ginástica de manutenção (homens e mulheres) aos

seus associados no Colégio D. Duarte, no Porto.

Como estamos a iniciar um novo ano, divulgamos as condições para 2009/2010:

Por Antero Duarte



Ginástica feminina

Realização: segundas e quintas-feiras

Hora: das 18.00h às 19.00h

Inscrição: 8,50 euros

Renovação: 5,00 euros

Valor: 10,50 euros

Sócios, cônjuges e familiares a cargo: 8,50 euros

Regulamento e ficha de inscrição disponíveis em www.gdbpi.pt
Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

Ginástica masculina

Realização: terças e sextas-feiras

Hora: Das 18.00h às 19.00h

Inscrição: 8,00 euros

Renovação: 5,00 euros

Valor: 9,00 euros

Sócios, cônjuges e familiares a cargo: 8,00 euros

Regulamento e ficha de inscrição disponíveis em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

II Maratona de Jogos de Salão

Nesta 2.ª edição, voltamos a ter 3 torneios em simultâneo: Dardos, Snooker e Matraquilhos, na Sala Polivalente do Grupo Desportivo, na Praça do Município.

Relembramos as regras gerais: cada equipa escolherá um elemento para a

fazer representar em cada uma destas modalidades, com excepção dos matraquilhos, em que jogam ambos os jogadores. A maratona será realizada em sistema de poule (eliminatórias sorteadas entre 2 equipas).

Cada modalidade pontua da seguinte maneira :

Matraquilhos (melhor de 7 bolas – 1 jogo) > vitória = 10 pontos; derrota = 1 ponto.

Snooker (pool – 1 jogo) > vitória = 5 pontos; derrota = 1 ponto. Dardos (301 – 1 jogo) >

vitória = 5 pontos; derrota = 1 ponto

No final, há prémios para todos e jantar

servido na própria sala de jogos pelo chefe Paulo, onde será feita a entrega de prémios.

Por Pedro Ferreira

Realização: 13 de Novembro

Inscrição até: 10 de Novembro

Ponto de encontro: Praça do Município, 1.º andar

Hora: 18.30h

Valor: 10 euros por equipa (dois elementos)

Inscrição inclui: participação na maratona e jantar

Inscrição não inclui: snacks e bebidas

Ficha de Inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo



I Torneio de Póquer – Texas Hold'em

O póquer é um jogo de cartas em ascensão. Os torneios realizados por todo o mundo juntam jogadores da Internet, de casino e do clube de esquina com prémios astronómicos.

Realização: 20 de Novembro
Inscrição até: 13 de Novembro
Ponto de encontro: Praça do Município, 1.º andar
Hora: 18.30h às 20.30h
Valor: 6 euros
Inscrição não inclui: bebidas e *snacks* disponíveis no bar.

Recomendações: não levar óculos escuros ou bonés!
 O torneio é reservado às primeiras 30 inscrições.
 Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt
 Para mais informação contacte o Grupo Desportivo



nosso *site* (www.gdbpi.pt) no *link* que acompanha a notícia do torneio.

Haverá prémios de participação, e, para o vencedor, um grande prémio, equivalente ao valor do total das inscrições; ou não... O *bluff* desta vez é nosso, mas prometemos que valerá a pena participar.

Por Pedro Ferreira

O fascínio do jogo é que nem sempre ganha quem tem as melhores cartas. É uma guerra de nervos com *bluffs* mais ou menos convincentes. No final, o jogo é revelado e as fichas são des-

contadas para o melhor na mesa! O Grupo Desportivo vai organizar o I Torneio de Póquer na versão Texas Hold'em. As regras do jogo estão disponíveis no

Incerteza até final da prova

A reviravolta aconteceu no momento em que Miguel Chaves perde uma das rodas (talvez um corrector um pouco mais alto), e deixa a vitória para...

Decorreu no passado mês de Setembro, no Kartódromo Internacional da Região Oeste, a segunda prova da época no campeonato do Grupo Desportivo.

A prova, com início ao meio-dia, pautou-se por uma elevada falta de comparência dos concorrentes.

Felizmente foi possível atingir o número mínimo para que a prova se pudesse realizar.

O resultado dos treinos antevia uma grande competitividade, que, de resto, veio a confirmar-se em plena prova.

Assim que acenderam as luzes, Miguel Chaves, com um arranque-canhão, toma a dianteira. Num despique interessantíssimo com Rui Gama, a troca de posições na frente da corrida foi frequente.

Aos quatro primeiros juntou-se Adriano,

ficando o resto do pelotão com grande diferença para estes.

A reviravolta aconteceu no momento em que Miguel Chaves perde uma das rodas (talvez um corrector um pouco mais alto), e deixa a vitória para Rui Gama, seguido de Telmo Moura e do felizardo Ivo Santos, que acaba por subir ao pódio.

Seguiram-se Adriano, João Rosa, Virgílio Matos, a sempre rápida Ana Luísa Martins, Manuel Martins, André Lúcio, António Silva e Miguel Chaves, que, apesar da desistência, fica com a volta mais rápida da corrida.

Por Miguel Chaves





Motas a 40º no Alentejo

Paisagens belíssimas, feitas de planícies de imensidão; algumas vacas pastavam, outras descansavam à sombra dos chaparros, ou não fossem legítimas alentejanas! Chegámos finalmente ao sugestivo Monte da Cabeça Gorda.

Estivemos de molho, numa magnífica piscina, durante toda a tarde – até eu, que nunca vou a banhos! Intercalámos conversas com mergulhos até sentirmos o corpo a pedir uma passagem pelas brasas, depois de nos deliciarmos com umas belas “sandochas” de queijo e presunto, em pão alentejano (obviamente) e de um brinde com licor de poejo. Caída

a noite, magnífica, de Verão, uma simpática esplanada esperava-nos para jantar, em Évora.

Voltar ao Monte da Cabeça Gorda resultou no confronto com um céu deveras espectacular: vimos estrelas e planetas, constelações e a via láctea. Esperámos por uma estrela cadente, mas só passavam morcegos, agitados na escuridão.

No regresso, era tal o calor, que, depois de um pequeno-almoço abastado, decidimos vir directos. De novo em Vendas Novas, ficámos-nos pelas “mines” e pela manifesta vontade de repetirmos esta agradável experiência. Surgiram ideias, destinos e datas... Continuaremos, certamente, a contar como foi...

Por Carla Lorvão

Costas, bruços e mariposa

As aulas desta modalidade deixaram de ser praticadas no Instituto Superior Técnico, passando a decorrer nas Piscinas Municipais do Alvito, situadas no Estádio da Tapadinha, em Lisboa.

A natação é um desporto muito completo e com bastantes benefícios. Ainda não se inscreveu? Nunca é tarde para começar.

O Grupo Desportivo e Cultural dos Em-

pregados do Banco BPI celebrou um protocolo com o Atlético Clube de Portugal no sentido de proporcionar aos associados condições privilegiadas para a prática de natação.

Assim, as aulas desta modalidade deixaram de ser praticadas no Instituto Superior Técnico, passando a decorrer nas Piscinas Municipais do Alvito, situadas no Estádio da Tapadinha, em Lisboa.

Nas Piscinas Municipais do Alvito encontra ainda aulas para os mais novos, bebés e crianças, e também aulas de hidroginástica para adultos.

Se ainda não sabe nadar, se pretende aperfeiçoar a sua técnica ou apenas

praticar exercício, envie já a sua inscrição.

Venha nadar connosco!

Fale com a secretaria, ou consulte o site do Grupo Desportivo, em www.gdbpi.pt, onde, para além do protocolo estabelecido, poderá ficar a par das excelentes condições que conseguimos proporcionar aos nossos associados.

Por Carla Valadas



De vento em popa

O Grupo Desportivo alcançou um brilhante 2.º lugar por equipas no prestigiado Concurso Internacional de Pesca Desportiva de Alto Mar da Casa do Pessoal da RTP.

Contribuíram para este feito os atletas Miranda Cardoso (5.º), Fernando Carvalho (6.º) Fernando Costa (10.º) e Sou-

sa Pereira (38.º), num universo de 70 pescadores e 15 equipas.

O actual momento de boa performance

de Fernando Costa permitiu-lhe alcançar um 2.º lugar na final regional e um 4.º lugar na final nacional da competição organizada pelo Sindicato dos Bancários do Norte.

Para este ano vamos estar, mais uma vez, presentes com Fernando Costa, Sousa Pereira, Joaquim Caldas, Manuel Melo, Freitas Fonseca e Miranda Cardoso.

Quanto ao Campeonato Nacional da III Divisão – Norte e após a realização da 3.ª e derradeira mão, Fernando Costa classificou-se em 13.º lugar, seguindo-lhe Fernando Carvalho (17.º) Miranda Cardoso (21.º), Sousa Pereira (22.º) e Joaquim Caldas (25.º).

Por Miranda Cardoso



Sempre a subir

A qualidade da organização do Luís Remédio, o desportivismo e o *fair-play* manifestado pela generalidade dos atletas certificam o crescimento desta modalidade desportiva.

Todos os apontamentos relacionados com a modalidade do ténis no Grupo Desportivo registam subidas acentuadas de ano para ano. Desde os meios técnicos utilizados no sorteio da prova, passando pela qualidade da organização de Luís Remédio, continuando no desportivismo/*fair-play* manifestado pela generalidade dos atletas, e terminando no nível de jogo evidenciado, todos se revelam indicadores preciosos de que estamos no bom caminho.

O Open da Flor de Laranjeira teve início em 26 de Setembro, com os jogos a ser

disputados na Quinta das Flores – Clube de Ténis, aos sábados, entre as 14.00h e as 18.00h, de acordo com o calendário previamente estabelecido.

O open aproxima-se do fim, e, embora não seja o mais importante, no próximo número do *Associativo* cá estaremos para divulgar o nome de todos aqueles que figurarão nos anais da história como vencedores do Open da Flor de Laranjeira 2009 do Grupo Desportivo BPI.

Até lá...

Por Rui Duque



Squash é novidade

O *squash* é uma novidade que aparece agora, fruto de diversas solicitações dos associados, e que julgamos possa vir a ser uma boa aposta do Grupo Desportivo.

Trata-se de uma modalidade desportiva em expansão no contexto mundial, com cerca de 15 milhões de jogadores e que deu os seus primeiros passos em Inglaterra há cerca de 100 anos. Em Portugal, existem actualmente perto de 3000 praticantes em diversos clubes espalhados pelo País, a Federação Nacional de Squash, que regulamenta e organiza campeonatos, e está em curso a criação de associações regionais, que dinamizam torneios.

Estamos a falar de uma modalidade que reúne um conjunto de características únicas, tais como permitir um elevado consumo de calorias num curto espaço de tempo, melhorar o sistema cardiovascular, e modelar e tonificar os músculos, sendo simultaneamente um desporto muito divertido. Por outro lado, a técnica é de fácil e rápida aprendizagem.

O Grupo Desportivo pretende promover, dentro em breve, torneios, clínicas de



iniciação e aulas experimentais em determinados clubes. Nesse sentido, estão já previstos diversos eventos a realizar no Health Club da Quinta da Marinha (Cascais).

Estejam atentos ao *site* do Grupo Desportivo.

Por José Fernandes

Um quarto lugar por equipas

Destaque para o Ademar Madaleno, que conseguiu o 5.º lugar da geral do campeonato e o 8.º lugar nacional na prova realizada em Beja.

Terminou no campo de tiro O Pinhal, em pleno Algarve, o Campeonato Interbancário de Tiro, mais conhecido por CIT, envolvendo mais ou menos 100 atiradores bancários. O Grupo Desportivo BPI esteve representado por 17 atiradores. São jornadas de grande convívio e camaradagem que proporcionam novos

conhecimentos, óptima interacção de todos, mas também uma saudável competitividade, e ainda o benefício de mais experiência na prática da modalidade.

Destaque para o Ademar Madaleno que conseguiu o 5.º lugar da geral do Campeonato e o 8.º lugar nacional na prova realizada em Beja, com a participação de

24 atiradores dos três sindicatos, o que concorreu para que a equipa do Grupo Desportivo conseguisse um honroso 4.º lugar por equipas, graças também à prestação dos atiradores José Confraria (15.º lugar) e António Costa (18.º lugar). Devemos acrescentar ainda que o Grupo Desportivo esteve também representado, nas provas individuais organizadas pelos grupos desportivos da CGD e do BES, sendo os atiradores mais bem classificados: António Costa, em 4.º lugar, e Ademar Madaleno, em 5.º lugar.

A terminar aproveitamos para deixar um agradecimento pelo apoio que sempre nos foi dispensado ao longo deste campeonato.

Por Ademar Madaleno



Aproveite as vantagens do **Cartão SOLRED**

Ateste mais e pague menos



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 Repsol 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 da aquisição, tipo de combustível adquirido, quantidade e valor.

Estas condições não são acumuláveis com eventuais promoções nos postos de abastecimento.

O valor das despesas efectuadas com o Cartão SOLRED será deduzido no mês seguinte ao da sua realização, 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 DO QUE O DO **GRUPO DESPORTIVO**

Calendário de Viagens 2010

O Grupo Desportivo vai organizar, para os associados, as seguintes viagens, com datas sujeitas a alteração, ou confirmação:

➤ **FIM-DE-SEMANA BRANCO – SIERRA DE BEJAR**

De 12 a 14 de Fevereiro



➤ **SEMANA BRANCA – ISOLA 2000 (ALPES FRANCESES)**

De 13 a 20 de Março



➤ **SAFARI NA TANZÂNIA**

De 5 a 12 de Abril



➤ **FIM-DE-SEMANA BRANCO – SIERRA NEVADA**

De 15 a 18 de Abril



➤ **TURQUIA**

Abril



➤ **MUNIQUE**

Abril/Maio



➤ **ROMÉNIA**

Maio



➤ **ESPECIAL VIENA DE ÁUSTRIA**

3 a 6 de Junho



➤ **GRANDE CIRCUITO REINO UNIDO – INGLATERRA E PAÍS DE GALES**

Junho



➤ **TURQUEMENISTÃO, UZBEQUISTÃO E QUIRGUISTÃO**

Junho



➤ **A BELA SUÍÇA**

1.ª Quinzena de Julho



➤ **ESCAPADA À CROÁCIA E ESLOVÉNIA**

De 1 a 5 de Outubro



➤ **CRUZEIRO NO ATLÂNTICO – CONVÍVIO DE REFORMADOS**

De 1 a 8 de Outubro



➤ **CRUZEIRO NO MEDITERRÂNEO/ ENCONTRO DE REFORMADOS**

Outubro



➤ **JAPÃO**

Outubro



➤ **ÁFRICA DO SUL**

Dezembro





Após o êxito dos fins-de-semana brancos, em que levámos cerca de 50 pessoas à neve, surgiu a necessidade de dar aos sócios escolhas mais prolongadas para que o nível possa subir e os preços possam descer!

Esta temporada terá passatempos, *snow-papers* (uma variante de *pedi-paper* na neve!), oferta de viagens com estada e *forfait* e descontos aliciantes. Tudo isto será publicado no *site* do Grupo Desportivo.

Por Pedro Ferreira

Semanas brancas Para os mais exigentes!

Programa Dezembro – GrandValira (Andorra)

Realização: 13 a 20 de Dezembro

Inscrição até: 16 de Novembro

Valor: Hotel Piolets Park & Spa ****

Quarto triplo: 378 euros

Quarto duplo: 389 euros

Quarto individual: 627 euros

1.ª criança dos 6 aos 11 – 126 euros;

2.ª criança, 170 euros

Inscrição inclui: 7 noites em hotel (meia pensão), 6 dias de *forfait* GrandValira e seguro.

Inscrição não inclui: Aluguer de equipamento e/ou aulas (esqui ou *snowboard*), transporte

O valor do transporte será definido em função do número de pessoas (mínimo de 25 pessoas).

O pagamento poderá ser efectuado em até 6 (seis) prestações: Janeiro a Março, Abril (2) e Maio

Programa Março – Isola 2000 (Alpes Franceses em avião)

Realização: 13 a 20 de Março

Inscrição até: 8 de Fevereiro

Valor: Apartamentos Residence Pierre & Vacances Les Terrasses d'Azur ***

Apartamentos de 2 a 4 pax: 590 euros

Apartamentos de 3 a 5 pax: 591 euros

Apartamentos de 4 a 6 pax: 578 euros

Apartamentos de 5 a 7 pax: 572 euros

As crianças até aos 11 anos têm uma redução de 21,00 euros nos preços apresentados.

Inscrição inclui: 7 noites (só alojamento), 6 dias de *forfait*, voo Lisboa-Nice com a Portugália, *transfer* para a estância, seguro.

Inscrição não inclui: aluguer de equipamento e/ou aulas (esqui ou *snowboard*)

O pagamento poderá ser efectuado em até 6 (seis) prestações – Abril (2), Maio a Agosto.

Programas sujeitos a cancelamento caso não se verifiquem as condições climatéricas ideais para a prática de desportos de neve.

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo ou Pedro Ferreira (pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt)



Sierra Nevada e Sierra de Béjar são os destinos que propomos para os fins-de-semana brancos desta época.

A temporada estará cheia de surpresas, passatempos, *snow-papers* (uma variante de *pedi-paper* na neve!), oferta de viagens com estada, *forfait* e descontos aliciantes. Tudo isto será publicado no site do Grupo Desportivo, para os mais atentos...

Por Pedro Ferreira

Fins-de-semana brancos E a neve aqui tão perto!

Programa Fevereiro – Sierra de Béjar (Salamanca)

Realização: 12 a 14 de Fevereiro

Inscrição até: 22 de Janeiro

Valor

Quarto Duplo: 175 euros

Quarto Individual: 225 euros

Crianças até aos 12 anos: 98 euros

Inscrição inclui: 2 noites em hotel (pensão completa), 2 dias de *forfait*, transporte e seguro

Inscrição não inclui: aluguer de equipamento e/ou aulas (esqui ou *snowboard*)

O pagamento poderá ser efectuado em até 4 (quatro) prestações: Fevereiro, Março e Abril (2).

Programa Abril – Sierra Nevada (fim-de-semana prolongado)

Realização: 15 a 18 de Abril

Inscrição até: 22 de Março

Valor: Hotel **** Melia Sol e Neve

Quarto duplo: 297 euros

Quarto individual: 461 euros

Crianças até aos 13 anos: 163 euros

Inscrição em hotel inclui: 3 noites (meia pensão), 3 dias de *forfait*, e seguro

Valor: Apartamentos GHM

Estúdio 2 pax: 191 euros

Estúdio 3 pax: 175 euros

Estúdio 4 pax: 162 euros

Inscrição em apartamento inclui:

3 noites (só alojamento), 3 dias de *forfait*, e seguro.

Inscrição não inclui: aluguer de equipamento e/ou aulas

(esqui ou *snowboard*), transporte O pagamento poderá ser efectuado em até 4 (quatro) prestações: Abril (2), Maio e Junho

O valor do transporte será definido em função do número de pessoas (mínimo de 25 pessoas).

Programas sujeitos a cancelamento caso não se verifiquem as condições climatéricas ideais para a prática de desportos de neve.

Ficha de inscrição disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo ou Pedro Ferreira (pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt)

APARTAMENTOS

➤ **AÇOTEIAS**
(Jardins da Falésia)



➤ **ALVOR**
(Mar Alvor)



➤ **ALVOR**
(Vila Marachique)



➤ **CABANAS**
(Pedras da Rainha)



➤ **MANTA ROTA**
(Mantasol)



➤ **SAGRES**
(Pontalaia Apartamentos)



➤ **ARMAÇÃO DE PÊRA**
(Torres da Oura 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 estacionamento 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 9.00h às 19.00h e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.



TABELA DE PREÇOS DOS APARTAMENTOS – 2009

ÉPOCAS

BAIXA	PÁSCOA	MÉDIA/BAIXA	MÉDIA	MÉDIA/ALTA	ALTA
1/3 a 4/04	4/4 a 18/4	18/4 a 30/5	30/5 a 27/6	27/6 a 11/7	11/7 a 29/8
10/10 a 19/12	19/12 a 31/12	26/9 a 10/10	12/9 a 26/9	29/8 a 12/9	
€ 18,00	€ 33,00	€ 33,00	€ 45,00	€ 66,00	€ 85,00

A taxa de inscrição é de 36 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.

Não são permitidos animais nos apartamentos.

➔ CABECEIRAS DE BASTO



Casa de Lamas

Telefone: 253 66 22 02/91 663 54 66

Localização: Edifício do século XVII, inserido no turismo em espaço rural, localizado em Alvite, Cabeceiras de Basto. Possui uma *suite*, nove quartos duplos – quatro com cama

de casal e cinco com duas camas – todos com casa de banho privativa e aquecimento central, e apartamentos T1 e T2. O golfe, a piscina, o ténis e a sala de leitura são o local ideal para os momentos de lazer e reflexão. Capela/oratório do séc. XVIII no seu interior.

➔ 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. Serve refeições.



➔ 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.

➔ ERICEIRA



Aparthotel Beachtour

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.

➔ MEDELO – FAFE

Casal da Batoca

Telefone: 91 663 54 66

Localização: Situada em Entre Douro e Minho, em Medelo, na linda região de Fafe, inserida no turismo em espaço rural. A casa principal dispõe de dois quartos com camas de casal, duas salas e cozinha, enquanto o antigo palheiro dispõe de três quartos duplos, um com cama de casal e dois com duas camas, uma sala e *kitchenette*. Todos os quartos dispõem de casa de banho privativa e aquecimento central. Dispõe de apartamentos T2 e T3. São possíveis actividades como golfe, BTT, circuitos de manutenção, praias fluviais. Poderá igualmente desfrutar da riqueza arquitectónica e cultural da região, na qual salientamos: igreja matriz, Museu de Imprensa de Fafe, Museu Regional do Automóvel; Museu das Terras de Basto; Castelo de Guimarães; Santuário do Bom Jesus, e Parque Nacional do Gerês.

➔ 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 a 10 km de Marco de Canaveses, proporcionando também a descoberta do Douro dada a proximidade da Régua (30 km), centro económico daquela região. A sua localização permite aceder em cerca de 50 minutos às cidades do Porto e de Guimarães, e em 30 minutos às cidades de Vila Real e da Régua.



TURISMO RURAL

➤ MONTEMOR-O-NOVO



Herdade do 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.

➤ OLEIROS

S. Torcato Moradal

Telefone: 272 654 008/96 443 74 01

Localização: Situada entre Lousã e Castelo Branco, próximo de Estreito, em S. Torcato Moradal, concelho de Oleiros.

Dispõe de cinco quartos independentes, aos quais se atribuíram nomes das serras que rodeiam a casa; todos apresentam casa de banho completa, aquecimento central, TV, Internet sem fios e minibar. A casa oferece uma cozinha moderna ao dispor de todos, uma sala de estar, e sala de jantar decorada com mobílias centenárias; no exterior temos o estacionamento, o jardim e uma piscina moderna de água salgada.

Os quartos são do tipo *standard*. No preço dos quartos está incluído o pequeno-almoço.



➤ 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

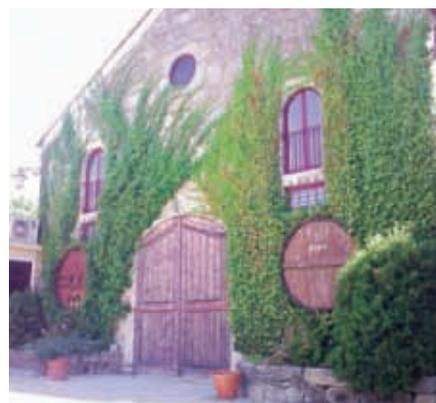
Casa dos Martinhos

Telefone: 253 656 331



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: 232 931 261

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.

➤ VILA RUIVA – CUBA

Casa do Alto da Eira

Telefone: 284 412 619/96 557 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. Serve refeições confeccionadas em forno de lenha.

FÉRIAS E VIAGENS

Mais informações sobre os nossos parceiros em www.gdbpi.pt

➤ ARTE



PORTO
Tel.: 22 250 19 20

➤ ARTIGOS PARA CRIANÇA



ALMADA-PRAGAL
Tel.: 21 273 16 96



PÉ DA ROUPA
LISBOA
Tel.: 309 947 498

➤ ARTIGOS PARA O LAR



LISBOA
Tel.: 21 346 23 46

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



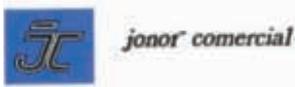
ALMADA
Tel.: 21 273 16 85



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



LISBOA
21 933 35 36 / 93 733 35 15



PORTO
Tel.: 22 509 78 81



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



LISBOA
magneticarts@magneticarts.pt

NONA DIMENSÃO
PORTO
Tel.: 22 502 80 76



LISBOA
Tel.: 21 881 12 00



LINDA-A-VELHA
Tel.: 707 241 224



SUNERGETIC
BARREIRO
Tel.: 21 082 31 81

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

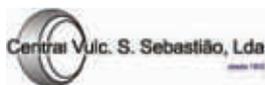
➤ AUTOMÓVEIS E ACESSÓRIOS



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



SACAVÉM
Tel.: 21 940 52 50



LISBOA
Tel.: 21 353 04 58



LISBOA
Tel.: 21 862 10 00
VILA FRANCA DE XIRA
Tel.: 263 286 510



LISBOA
Tel.: 21 778 18 99



PORTO
Tel.: 22 200 11 11

GARAGEM CENTRAL
POÇO DO BISPO, LDA.
LISBOA
Tel.: 21 868 12 56



SANTA IRIA DA AZÓIA
Tel.: 21 953 37 90



PORTO
Tel.: 22 832 19 67



LISBOA
Tel.: 21 831 43 98
PORTO
Tel.: 22 518 86 80



LISBOA
Tel.: 21 393 13 30



RENAULT CAMPO LINDO
PORTO
Tel.: 22 507 03 00



**RENAULT
CHELAS**

LISBOA
Tel.: 21 836 14 98

➤ CABELEIREIROS

CABELEIREIRO
HÉLDER & PEDRO
LISBOA
Tel.: 21 346 02 62

Jean Louis David

LISBOA
Tel.: 21 357 19 62

➤ CÃES E GATOS



MEM MARTINS
Tel.: 21 926 23 85



AGUAS SANTAS – MAIA
Tel.: 22 975 30 83

➤ CAMPISMO



LISBOA
Tel.: 21 812 69 00

➤ COMBUSTÍVEIS



www.repsolypf.com

➤ CRECHES ATL



PORTO
Tel.: 22 558 00 85



LISBOA
Tel.: 21 400 71 64



MIRAFLORES
Tel.: 21 412 11 92



COLÉGIO CRECHE JARDIM-DE-
-INFÂNCIA INVICTA, LDA.
PORTO
Tel.: 22 543 08 02



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



LISBOA
Tel.: 21 315 08 86



geral@mathnasium.pt
Tel.: 96 980 88 90

➤ DESPORTO



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



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA
VITRINE
GONDOMAR
Tel.: 91 020 14 04



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



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



AROEIRA CLUBE DE CAMPO
AROEIRA
Tel.: 21 297 91 10



SÃO DOMINGOS DE RANA
Tel.: 21 445 61 71



LISBOA
Tel.: 21 711 37 00



PORTO
Tel.: 22 615 48 48

➤ 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 CONDOMÍNIOS



PORTO
Tel.: 22 203 89 58

PARCEIROS

GINÁSIOS



SANTARÉM
Tel.: 243 302 396



PORTO
Tel.: 22 772 74 00



LISBOA
Tel.: 21 11 11 600



LISBOA
Tel.: 96 452 11 79

GIMNOFARO GINÁSIO CLUB
FARO
Tel.: 289 82 21 26



PORTO
Tel.: 93 433 88 26



LISBOA
Tel.: 21 326 09 00



LISBOA
Tel.: 21 304 13 50



LISBOA GINÁSIO CLUBE
LISBOA
Tel.: 21 315 40 02/3



PORTO
Tel.: 96 177 92 61



PORTO
Tel.: 22 618 87 55



PREMIER CLUB
PORTO
Tel.: 22 532 36 10



LISBOA
Tel.: 21 853 15 24

SHAPE FITNESS CLUB
MATOSINHOS
Tel.: 22 937 06 71



LISBOA/PORTO
Tel.: 21 012 96 70

HOTELARIA



VILA FRANCA DO CAMPO
S. Miguel - Açores
296 539 138
E-mail: reservations@hotel-bahiapalace.com



ESTALAGEM SÃO DOMINGOS
MÉRTOLA
Tel.: 286 64 00 00



PONTA DELGADA
Tel.: 296 62 99 39



ESTORIL
Tel.: 21 469 07 20



CARVOEIRO
Tel.: 282 357 401



GRUPO SELECÇÃO HOTÉIS
LISBOA
Tel.: 21 846 57 52
geral@seleccaohoteis.pt



M'AR DE AR AQUEDUTO -
HISTORIC DESIGN HOTEL & SPA
ÉVORA
Tel.: 266 740 700



M'AR DE AR MURALHAS -
TIMELESS CHARM HOTEL
ÉVORA
Tel.: 266 739 300



ESPINHO
Tel.: 22 733 10 00
www.praiaGolfe.com



PORTO
Tel.: 22 200 48 53



PORTO
Tel.: 22 200 24 25



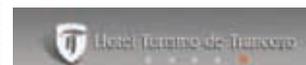
GRUPO SOLVERDE NORTE
HOTEL SOLVERDE SPA &
WELLNESS CENTER *****
VILA NOVA DE GAIA
Tel.: 22 733 80 30

HOTEL CASINO
DE CHAVES ****
CHAVES
Tel.: 276 309 600

HOTEL APARTAMENTO
SOLVERDE ***
ESPINHO
Tel.: 22 733 80 00



ALCAFACHE
Tel.: 232 479 797



HOTEL DE TRANCOSO
TRANCOSO
Tel.: 271 829 200

INFORMÁTICA



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



LISBOA
Tel.: 21 796 10 85



LISBOA
Tel.: 21 396 42 85

MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA



MODA



LISBOA
Tel.: 21 346 77 57



LISBOA
Tel.: 21 346 91 01



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



21 371 03 00 / 91 617 19 14
WWW.LOJADASMEIAS.PT



LISBOA
Tel.: 96 175 68 07

OCULISTAS



ÓPTICA CONDE REDONDO
LISBOA
Tel.: 21 319 28 50



LISBOA
Tel.: 21 887 91 91



RODRIGUES OCULISTA -
ROLISLENTE, LDA
LISBOA
Tel.: 21 882 20 05

ÓPTICA SÃO SEBASTIÃO
LISBOA
Tel.: 21 387 36 54

ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS



LISBOA
Tel.: 21 781 92 18



SAL - SISTEMAS DE AR LIVRE
SETUBAL
Tel.: 26 522 76 85



ALBUFEIRA
Anabela Freitas
anabela@xptomarketing.pt

OURIVESARIAS E RELOJOARIAS



PORTO
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



MAFRA
Tel.: 261 813 719

PUBLICAÇÕES



LISBOA
Tel.: 21 995 95 20



JORNAL O PÚBLICO
LISBOA
Tel.: 21 011 10 00

RENT-A-CAR



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

RESTAURAÇÃO



CAÇADA DA ESTRELA - LISBOA
Tel.: 21 397 00 03

SAPATARIAS



LISBOA
Tel.: 21 346 03 60

LÚIS XV
LISBOA
Tel.: 21 712 30 45

PARCEIROS

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

SAPATARIA GODIVA
LISBOA
Tel.: 21 712 30 46

SAÚDE E BEM-ESTAR



LISBOA
Tel.: 21 317 40 60



BLUE CONCEPT – DAY SPA
AND RELAXING CLINIC
LISBOA
Tel.: 21 778 22 61



LISBOA
Tel.: 210 100 379



DOUTORPÉ
CRUZ QUEBRADA
Tel.: 21 414 41 52



LISBOA
Tel.: 21 324 13 60



LISBOA
Tel.: 21 885 10 54



LISBOA
Tel.: 213 558 303



MINISOM – APARELHOS
AUDITIVOS
Tel.: 808 201 628



LISBOA
Tel.: 21 315 83 38



SINTRA
Tel.: 21 961 45 30



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



QUALIPHYSIO – FISIOTERAPIA
E BEM ESTAR, LDA
CASTANHEIRA DO RIBATEJO
Tel.: 91 790 33 90



SINTRA
Tel.: 21 915 47 40



SANTA RITA RESIDENCIA
GERIÁTRICA
ESTORIL
Tel.: 21 466 97 71



SPIRIT DAY SPA, LDA
ODIVELAS
Tel.: 21 093 52 72

SEGUROS



LISBOA
Tel.: 21 816 05 40

SOM E IMAGEM

FOTOCOLOR
LISBOA
Tel.: 21 346 42 42



PORTO
Tel.: 22 605 27 80

SANIOCÓPIA –
The Audiovisual Company
LISBOA
Tel.: 21 394 22 00

TELECOMUNICA- ÇÕES



ALFRAGIDE
Tel.: 21 470 92 10

VENDAS POR CATÁLOGO



SINTRA
Tel.: 21 915 65 60

VIAGENS



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



SANTA MARIA DA FEIRA
Tel.: 256 37 92 20

ROTAS NOVAS
LARANJEIRO
Tel.: 21 250 05 13



LISBOA
Tel.: 21 394 3300



VIAGENS TEMPO
PORTO
Tel.: 22 557 34 90

DIRECÇÃO REGIONAL SUL

Praca do Município, 31 - 4º
1100-365 Lisboa
Tel.: 21 322 67 58 / 21 322 65 52
Ext: 42 68 19
Fax: 21 342 52 28
Horário: 9.00h-17.00h
De segunda a sexta
E-mail: sul@gdgdbpi.pt
grupodesportivosul@bancobpi.pt
Cod. CI - 1077

DIRECÇÃO REGIONAL NORTE

Rua do Bonjardim, 179 - 3º
4000-124 Porto
Tel.: 22 206 10 90 - 913 209 955
Ext: 309 21 00
Fax: 22 205 22 10

Horário: 9.00h-12.00h e 13.00h-17.00h
De segunda a sexta
E-mail: norte@gdgdbpi.pt
grupodesportivonorte@bancobpi.pt
Cod. CI - 2039
Apartado 5414
4023-001 Porto

SITE

www.gdbpi.pt
(disponível na Intranet)
E-mail: gestor@gdbpi.pt

BAR

Praca do Município, 31-2.º
09.00h-11.15h
12.00h-14.15h
15.15h-16.00h

CURSOS DE FORMAÇÃO ARTÍSTICA

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

SALA POLIVALENTE

Praca do Município, 31-1.º
Segundas, quartas e sextas
12.00h-14.00h
Ensaios do Coro
Terças a partir das 16.00h

ANDEBOL

Rui Duque - Tel.: 21 310 44 38
rui.carlos.duque@bancobpi.pt
Luís Angelo - 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.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt
Carlos Reis Ferreira - Tel.: 22 207 58 21
carlos.reis.ferreira@bancobpi.pt

BAQUETEBOL

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.: 91 305 58 06
ajvale@gmail.com
João Gouveia - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt

BOWLING

Jorge Almeida - Tel.: 21 722 67 20 /
91 786 68 10
grupodesportivosul@bancobpi.pt
Jorge Teixeira - Tel.: 21 350 66 63
jorge.manuel.teixeira@bancobpi.pt
Duarte Cardoso - Tel.: 22 543 36 50
antonio.carlos.cardoso@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas@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@gdgdbpi.pt
José Almeida - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt
Jorge Barrote - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt

CAMPISMO

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

CICLOTURISMO / BT

Joaquim Rubira - Tel.: 21 723 43 12
joaquim.antonio.rubira@bancobpi.pt
Rui Santos Sousa - Tel.: 21 310 44 83
Carlos Morais - Tel.: 21 322 68 14
carlos.manuel.morais@bancobpi.pt
Carlos Reis Ferreira - Tel.: 22 207 58 21
carlos.reis.ferreira@bancobpi.pt

CONFERÊNCIAS

Virgílio Guimarães - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt

CORO

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

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.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt
José Almeida - Tel.: 22 206 10 90
jose.reis.almeida@gmail.com
Vitor Camisão - Tel.: 22 608 85 40
victor.camisao@gmail.com
Graça Maria Coelho - Tel.: 22 607 22 36
graca.maria.coelho@bancobpi.pt

DANÇA JAZZ

Isabel Barros - Tel.: 22 608 84 75
isabel.maria.barros@bancobpi.pt

DANÇAS DE SALÃO

João Pedro Lopes - Tel.: 21 318 10 94
joao.pedro.lopes@bancobpi.pt
João Gouveia - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt

DANÇAS LATINAS E AFRICANAS

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

DARDOS

Carla Valadas - Tel.: 21 322 65 38
carla.sofia.valadas@bancobpi.pt
Augusto Malheiro - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt

DEFESA PESSOAL

Rui Duque - Tel.: 21 310 44 38
rui.carlos.duque@bancobpi.pt
Ana Fortes - Tel.: 21 350 54 58
ana.cristina.fortes@bancobpi.pt
Vitor Camisão - Tel.: 22 608 85 40
victor.camisao@gmail.com
Fernando Cesar - Tel.: 22 831 39 84
fernando.albertino.cesar@bancobpi.pt

ESPECTÁCULOS

António Vale - Tel.: 91 305 58 06
ajvale@gmail.com
Pilar Batoréu - Tel.: 91 710 94 71
mariapilarbatorreu@sapo.pt
Graça Maria Coelho - Tel.: 22 607 22 36
graca.maria.coelho@bancobpi.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.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt
Graça Maria Coelho - Tel.: 22 607 22 36
graca.maria.coelho@bancobpi.pt
Augusto Malheiro - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt

FOTOGRAFIA

António Vale - Tel.: 91 305 58 06
ajvale@gmail.com

FUTEBOL

Rui Duque - Tel.: 21 310 44 38
rui.carlos.duque@bancobpi.pt
Manuel Martins - Tel.: 21 311 11 81
manuel.antonio.martins@bancobpi.pt
Duarte Cardoso - Tel.: 22 543 36 50
antonio.carlos.cardoso@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt
Fernando Barrias - Tel.: 22 608 85 66
norte@gdgdbpi.pt

GINÁSTICA

Maria Angelina Pinheiro
- Tel.: 22 207 53 00
norte@gdgdbpi.pt

GOLFE

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
António Reis - Tel.: 96 401 46 24
dragaomatias@gmail.com

HIPISMO

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

JOGOS DE SALA

António Vale - Tel.: 91 305 58 06
ajvale@gmail.com
Augusto Malheiro - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt

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.: 22 608 85 44
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
João Sampaio - Tel.: 22 608 84 96
joao.eduardo.sampaio@bancobpi.pt

MOTOTURISMO

Miguel Chaves - Tel.: 217 206 359
miguel.nunes.chaves@bancobpi.pt
Nuno Barradas - Tel.: 217 206 356
nuno.humberto.barradas@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.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt
Fernando Barnabé - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.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

PÁRA-QUEDISMO

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@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
João Sampaio - Tel.: 22 608 84 96
joao.eduardo.sampaio@bancobpi.pt

PESCA

Joaquim Rubira - Tel.: 21 723 43 12
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.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt
Fernando Manuel Costa
- Tel.: 22 986 50 60
Miranda Cardoso - Tel.: 22 608 84 90
fernando.miranda.cardoso@bancobpi.pt

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.: 22 608 85 44
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.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt
Isabel Barros - Tel.: 22 608 84 75
isabel.maria.barros@bancobpi.pt

REMO

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

SQUASH

António Vale - Tel.: 91 305 58 06
ajvale@gmail.com
José Fernandes - Tel.: 91 498 76 70

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.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt
Fernando Ferreira - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.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

António Vale - Tel.: 91 305 58 06
ajvale@gmail.com
Luís Remédio - Tel.: 21 318 14 18
luis.filipe.remedio@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 608 85 44
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 12
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 12
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
magarciaferreira@clix.pt
José Caldas - Tel.: 22 608 85 44
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.: 91 305 58 06
ajvale@gmail.com
Sandra Nascimento - Tel.: 21 722 67 20
sandra.reis.nascimento@bancobpi.pt
Elsa Verdial - Tel.: 91 824 84 66
grupodesportivosul@bancobpi.pt
Virgílio Guimarães - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt
Augusto Malheiro - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt

XADREZ

João Lopes - Tel.: 21 318 10 94
joao.pedro.lopes@bancobpi.pt
Armando Arranja - Tel.: 21 318 10 42
armando.jorge.arranja@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt
Álvaro Brandão - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgdbpi.pt



JOÃO SAMPAIO
DIRECTOR

Natal é Natal

Ainda ontem estávamos em férias, e hoje estamos quase na quadra natalícia. Como o tempo passa!

O Ano Novo é um acontecimento que ocorre quando uma cultura celebra o fim de um ano e o começo do seguinte. Todas as culturas que têm calendários anuais celebram o Ano Novo, cuja passagem é também chamada *réveillon*, termo oriundo do verbo *réveiller* (que em francês significa despertar). No mundo ocidental a celebração do Ano Novo tem origem num decreto do governador romano Júlio César, que fixou o 1.º de Janeiro como o dia do Ano Novo em 46 a. C. Os romanos dedicavam esse dia a Jano (ou Janus), deus bifronte que protegia as entradas e as saídas, o interior e o exterior. O nome Janeiro (tal como janela) deriva de Jano.

É costume dizer-se nesta época de passagem de ano: «Ano novo, vida nova». A passagem de ano é geralmente precedida por alguns momentos

de reflexão sobre o ano velho que finda e o novo ano que se inicia. É uma época em que as pessoas fazem o seu balanço pessoal, profissional e social. Faz-se uma retrospectiva da vida que se tem tido e sobre se esse percurso está de acordo com as nossas expectativas, objectivos e sonhos. Ao mesmo tempo planeia-se um aperfeiçoamento desse rumo ou mesmo uma mudança de paradigmas, visando um outro estilo de vida ou uma melhor qualidade de vida.

No que nos diz respeito, vamos chegar ao fim de 2009 cansados, mas felizes. Foi um ano de enorme divulgação do Grupo Desportivo. Embora nem todos os objectivos estejam ainda concretizados, esperamos ter a nova Net a funcionar até ao fim do ano.

Cumriu-se metade do nosso mandato,

e vamos tentar continuar a fazer mais e melhor. Como vem sendo hábito, contamos com todos os Associados.

Neste número divulgamos as viagens previstas para 2010 e os tradicionais convívios de reformados. Também já se pode ficar a saber onde vai ser o Carnaval.

Em Dezembro temos a tradicional Festa de Natal do Banco BPI, cuja realização mais uma vez o Exmo. Conselho de Administração delegou no Grupo Desportivo. Assim, damos já a conhecer, com a devida antecedência, a lista dos brinquedos a distribuir aos filhos dos Colaboradores. Esperamos que sejam do agrado da miudagem.

Mais haveria para dizer, mas aconselho os Associados a visitar periodicamente o nosso *site* em www.gdbpi.pt e a manter-se informados. Vale a pena!

Força! Para todos, um Santo e Feliz Natal, e que venha 2010 para todos os dias serem Natal!



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

Basílica 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



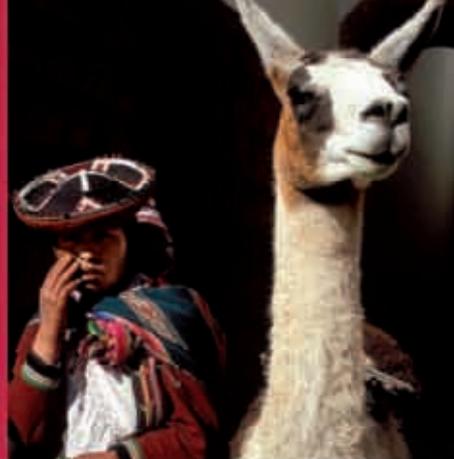
EUA



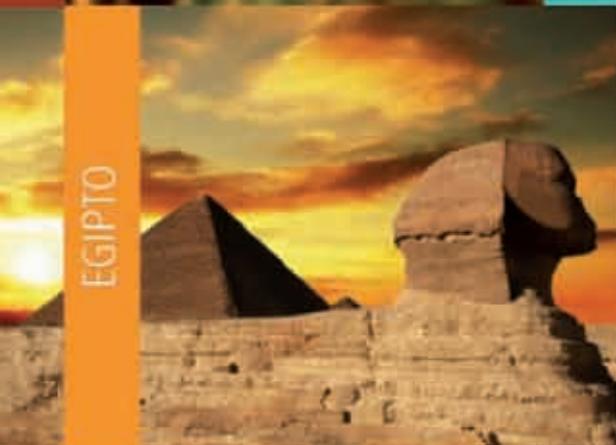
BELIZE



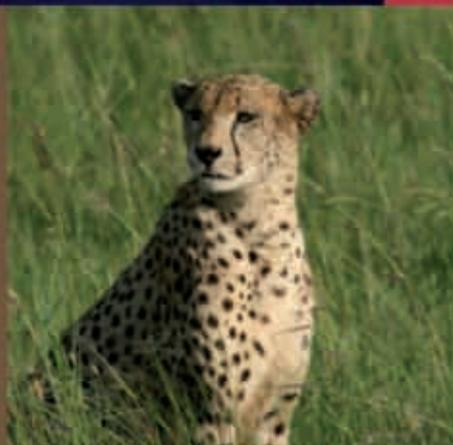
PERÚ



EGIPTO



TANZÂNIA



NAMÍBIA



ÍNDIA



JAPÃO



MALÁSIA



AUSTRÁLIA



NOVA ZELÂNDA



POLINÉSIA



MAURÍCIAS



MALDIVAS



Alameda 107/108

Consulte as nossas promoções em www.quadranteviagens.pt