

07 Prendas de Natal



08 Lista das prendas

35 Calendário de Viagens 2011

OPORTUNIDADE

**7 NOITES**  
DESDE **133€**



O Grupo Desportivo oferece-lhe  
as melhores vantagens  
no **aluguer de apartamentos**

Consulte as nossas ofertas na página 38

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)



**JOÃO SAMPAIO**  
DIRECTOR

## Ser feliz no Novo Ano

No ano passado, por esta altura, dizia eu, nesta página, que estava cumprida metade do mandato, que iríamos tentar fazer mais e melhor, e que para isso contava com os Associados do Grupo Desportivo.

Um ano novo irá começar, e mais uma vez o ciclo se repete. Afinal, vivemos encontros por vários ciclos. A vida dá-nos inúmeras hipóteses de recomeçar. Quando um ano novo começa, temos essa oportunidade. Mas vale a pena lembrar que, quando um mês, uma semana e até um dia começam, este ensejo é transmitido novamente.

Por vezes, projectos de ciclo longo fazem parte das nossas vidas. O Grupo Desportivo é um desses projectos, e é composto por inúmeros ciclos (ano, mês, semana e dia), pelo que nunca se deve perder a oportunidade de analisar constantemente o que ficou para trás e pensar no que se pode fazer para melhorar os aspectos em que se errou, como, por exemplo, não ter dado a atenção devida aos Associados, aos Colaboradores, ao que realmente é

preciso para desenvolver a actividade e à estratégia adequada. Não basta olhar, criticar e não fazer nada.

Na essência, é preciso aprimorar métodos e comportamentos que não permitiram cumprir os objectivos traçados. De qualquer modo, o que fica, para quem está atento às lições do dia-a-dia, é a aprendizagem que os insucessos são capazes de nos transmitir. No entanto, é preciso não esquecer que é com a soma dos sucessos e dos insucessos que conseguimos ultrapassar os problemas.

Posto isto, o que dizer? Passou um ano e não existem dúvidas de que seria impossível fazer o que foi feito sem a colaboração dos Associados. Foi um ano difícil, que ainda não acabou, mas que permitiu mostrar o dinamismo do Grupo Desportivo. Existem cada vez mais Associados a

aderir às iniciativas do Grupo Desportivo. Vamos entrar em 2011, último ano do mandato, com as forças renovadas e tendo presentes os objectivos que definimos inicialmente.

Em Dezembro haverá a tradicional Festa de Natal do Banco BPI, cuja realização, mais uma vez, o Exmo. Conselho de Administração delegou no Grupo Desportivo. Assim, podem já ficar a conhecer, com a devida antecedência, a lista dos brinquedos a distribuir aos filhos dos Colaboradores e as datas dos circos. Esperemos que sejam do agrado da miudagem. Divulgam-se ainda as viagens previstas para 2011.

Quero desejar a todos os Associados, Colaboradores, amigos, parceiros e leitores do *Associativo* um Feliz Natal e que sejam felizes em 2011.

## ➔ ÍNDICE

### 01 EDITORIAL

### 03 CALENDÁRIO

### 04 VIDA ASSOCIATIVA

- 04 Já andaram de Segway?
- 05 Vinho regional alentejano
- 05 Jantar de Natal



- 06 O bom é inimigo do óptimo
- 07 Prendas de Natal
- 08 Lista de brinquedos
- 09 Réveillon na Madeira
- 09 Ano novo no Algarve
- 10 Passagem de ano na Régua
- 10 Adega Mayor e Museu do Café
- 11 Montaria em Sabrosa
- 11 Sanxenxo
- 12 Quem ganhou o burrito-paper?
- 12 Rally-paper e a Casa do Gaiato
- 13 Viagem de sonho

### 15 CULTURA

- 15 O romantismo de Sintra e os sonhos de criança
- 15 Os números explicados por quem sabe
- 16 A informática explicada de forma simples

- 16 Curso de *sushi*
- 17 A arte de desenhar
- 17 Oficina de expressão plástica
- 18 Mais uma vez o *shiatsu*
- 18 Um presépio ecológico



- 19 A poda
- 19 Business English
- 20 Palácio de Queluz
- 20 A enxertia e os seus truques
- 21 Resultado do concurso de fotografia «História de Portugal»
- 22 Concurso de fotografia «As minhas férias»
- 23 Exposição de bordados
- 24 Em Cartaz

### 25 DESPORTO

- 25 Corrida do IAPMEI
- 25 Meia-Maratona de S. João das Lampas
- 26 S. Silvestre convida-o a mexer-se
- 26 Geo-Raid Serra da Estrela
- 27 Peregrinos em BTT



- 27 O silêncio é ensurdecedor!

- 28 A época de *bowling*
- 28 *Bowling* no Porto
- 29 Como o tempo passa!
- 29 It's Show Time
- 30 Jogadores procuram-se
- 30 Outra vez campeões
- 31 III Maratona de Jogos de Salão
- 31 Na planície alentejana
- 32 Grandes "lançamentos"
- 32 O campeão nacional é BPI
- 33 III Torneio de Poker – Texas Hold'em
- 33 Torneio do Arneiro

### 35 FÉRIAS E VIAGENS

- 35 Calendário de Viagens 2011



- 36 Sierra de Bejar
- 37 Sierra Nevada
- 38 Apartamentos
- 39 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:** Amália Silva, António Vale, Augusto Malheiro, Carlos Ferreira, David Ciriná, Fernando Barnabé, Fernando Barrias, Fernando Joli, Francisco Ribeiro, João Sampaio, João Serpa, Jorge Pereira, Jorge Teixeira, José Caldas, José Duarte, Luís Martins, Miguel Chaves, Miranda Cardoso, Osvaldo Silva, Pedro Ferreira, Renato Cruz, Rui Duque, Rui Simplício, Sandra Nascimento, Suzy Camisão, Virgílio Guimarães

**Imagem da Capa:** Prendas 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 e Relatório e Contas

**AGOSTO** Calendário de Visitas Guiadas e Programa de Cursos de Formação Artística

**NOVEMBRO** Festa de Natal e Ano Novo

## Novembro ↓

- |   |   |   |
|---|---|---|
| 04 Torneio Surpresa   | 13 Oficina de expressão plástica  | 27 <b>Um presépio ecológico</b>   |
| 06 S. Martinho em Negrais                                   | 16 Mais uma vez o <i>shiatsu</i>  | 27 A poda   |
| 06 Aulas de tiro de precisão                                | 17 Curso de <i>sushi</i>  | 27 A arte de desenhar   |
| 06 Prova de Manutenção no Campo de Tiro<br>Os Rolos – Moita | 20 <b>Já andaram de Segway?</b>   | 27 Oficina de expressão plástica  |
| 06 A arte de desenhar                                       | 20 III Olimpíadas do SBSI na Barragem dos<br>Patudos (rio) e em Peniche (mar) | 30 <b>Cruzeiro transoceânico</b>  |
| 06 Oficina de expressão plástica                            | 20 A arte de desenhar   | 30 Mais uma vez o <i>shiatsu</i>  |
| 10 <b>Curso de <i>sushi</i></b>                             | 20 Oficina de expressão plástica  | 30 Início do torneio interno de futsal<br>de Lisboa (It's Show Time)    |
| 12 III Torneio de Poker Texas Hold'em                       | 23 Mais uma vez o <i>shiatsu</i>  | 30 Início do torneio interno de futsal<br>do Porto (como o tempo passa) |
| 13 <b>São Martinho na Régua</b>                             | 24 Curso de <i>sushi</i>  |   |
| 13 A arte de desenhar                                       | 27 <b>Aulas de tiro de precisão</b>   |   |

## Dezembro ↓

- |   |  |                                    |
|---|--|------------------------------------|
| 04 Aulas de tiro de precisão                    | 11 A poda                                      | 17 III Maratona de Jogos de Salão  |
| 04 A poda                                       | 11 A arte de desenhar                          | 18 Aulas de tiro de precisão       |
| 04 <b>A arte de desenhar</b>                    | 11 Oficina de expressão plástica               | 18 A poda                          |
| 04 Oficina de expressão plástica                | 12 <b>Festa de Natal do Banco BPI no Porto</b> | 30 <b>Réveillon na Madeira</b>     |
| 07 Mais uma vez o <i>shiatsu</i>                | 14 Mais uma vez o <i>shiatsu</i>               | 30 <b>Ano Novo no Algarve</b>      |
| 11 <b>Festa de Natal do Banco BPI em Lisboa</b> | 16 <b>Jantar de Natal em Espinho</b>           | 31 <b>Passagem de Ano na Régua</b> |
|   | 16 BTT SBSI de Setúbal – 1.º passeio           |                                    |

## Janeiro ↓

- |  |                                       |                                  |
|--|---------------------------------------|----------------------------------|
| Início do VII Torneio interno de Bowling<br>no Porto | 15 Oficina de expressão plástica      | 22 Oficina de expressão plástica |
| 06 <b>Business English</b>                           | 16 Palácio de Queluz                  | 29 A arte de desenhar            |
| 15 A arte de desenhar                                | 22 <b>Adega Mayor e Museu do Café</b> | 29 Oficina de expressão plástica |
|  | 22 A arte de desenhar                 |                                  |

## Fevereiro ↓

- |                                  |                                  |                                  |
|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| 5 A enxertia e os seus truques   | 11 <b>Sierra de Bejar</b>        | 13 <b>Montaria em Sabrosa</b>    |
| 05 A arte de desenhar            | 12 A arte de desenhar            | 19 A arte de desenhar            |
| 05 Oficina de expressão plástica | 12 Oficina de expressão plástica | 19 Oficina de expressão plástica |

# Já andaram de Segway?

Bem me parecia que não... Segway é um novo conceito de mobilidade, que associa uma forma de transporte não poluente à versatilidade, à simplicidade e à tecnologia.



Trata-se de equipamentos com autonomia de até 40 quilómetros e uma velocidade máxima de 20 km/h.

O único esforço que terá de fazer é deslocar suavemente o braço da Segway no sentido que pretende, que a mesma começa a deslocar-se em verdadeira sincronia com os movimentos do corpo.

Depois das explicações, que tal um passeio por Sintra ou Lisboa?! A escolha é sua, e iremos todos ao passeio mais votado!

**Sintra**, uma viagem mágica pela lagoa Azul e pela barragem do rio da Mula, ou



**Lisboa**, um passeio por Lisboa antiga. Reconheça a cidade!

Por Pedro Ferreira

**Realização:** 20 de Novembro

**Inscrição até:** 10 de Novembro

**Ponto de encontro:** indique o local pretendido na ficha de inscrição

**Hora:** 10.30h (o passeio tem a duração de 2.30h)

**Valor:** 65 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 50 euros

**Inscrição inclui:** Segway, capacete adequado e seguro de acidentes e responsabilidade civil

**Condições de participação:** maiores de 10 anos ou mais de 30 quilos

**Recomendações:** levar roupa e calçado confortável e desportivo

Programa sujeito a cancelamento caso não se verifiquem as condições climatéricas

ideais ou um número mínimo de 6 e máximo de 14 participantes.

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

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

Além dos **apartamentos** que disponibilizamos, não deixe de nos consultar para outros destinos em **todo o Algarve**



Consulte o nosso *site* em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)



# Vinho regional alentejano

O Grupo Desportivo vai pôr à disposição dos sócios os já reconhecidos vinhos da Herdade da Bombeira, numa oferta exclusiva para este Natal.



**Caixa de 3 garrafas de tinto Colheita 2009 – 1 Reserva, 1 Syrah, 1 Trincadeira**

**Valor:** 42,38 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:**  
29,90 euros

**Caixa de 2 garrafas de tinto Colheita 2009 – 1 Reserva, 1 Syrah**

**Valor:** 31,08 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:**  
22,90 euros

**Reservas até:** 13 de Dezembro, via e-mail, fax ou preenchendo a ficha de inscrição

O levantamento das caixas será efectuado no Grupo Desportivo, na Praça do Município, 31-4.º, a partir do dia 15 de Dezembro e até ao dia 22 de Dezembro.

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

Ficha de inscrição disponível

em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

A revista *Visão* afirma: estes vinhos «exprimem bem todo o Alentejo». A revista *Blue Wine* confirma que são «um conjunto de bons atributos com clara vocação para a mesa».

As castas escolhidas para esta oferta exclusiva foram a alentejana Trincadeira e a internacional Syrah. O Reserva é uma equilibrada distribuição das castas Syrah, Cabernet Sauvignon, Trincadeira e Alicante Bouchet.

O enólogo é o eng.º Bernardo Cabral.

As notas de prova poderão ser consultadas em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Por Pedro Ferreira



Como se costuma dizer: «Natal é na praça e a Páscoa é em casa.»

Conforme já vem sendo tradição, o Grupo Desportivo vai realizar o Jantar de Natal para todos os seus associados.

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

Para os que não quiserem utilizar transporte próprio, o Grupo Desportivo terá ao seu dispor um autocarro, que sairá da Praça General Humberto Delgado pelas 18.30h.

Pelas 20.00h será servido um *cocktail*. Às 20.30h, iniciar-se-á o jantar, que será abrilhantado pelo *show* do casino e por alguns dos nossos colegas.

Por Virgílio Guimarães



## Jantar de Natal

**Realização:** 16 de Dezembro

**Inscrição até:** 30 de Novembro

**Ponto de encontro:** Praça General Humberto Delgado, ou no Casino

**Hora:** 18.30h, ou 20.00h

**Valor:** 48 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:**  
28 euros

**Inscrição inclui:** transporte de autocarro, que é oferta do Grupo Desportivo, com regresso às 1.00h.

O pagamento poderá ser efectuado em até três prestações, sendo duas em Novembro e uma em Dezembro.

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

# O bom é inimigo do óptimo

Neste ano, vamos proporcionar-lhe a possibilidade de ver no circo algo inédito a nível mundial – camelos brancos.



Para muitas pessoas, organizar festas de Natal para 10 500 pessoas, entre colaboradores e respectivas famílias, era certamente uma grande dor de cabeça. Depois de 15 minutos a pensar no assunto é natural chegar-se à conclusão de que o trabalho feito pelos responsáveis do Grupo Desportivo está longe de ser fácil... mas não é pelo facto de o considerarmos complicado que deixamos de o encarar como mais um desafio a vencer.

A experiência e os vários anos que já levamos nestas andanças levam-nos a enfrentar esta hercúlea tarefa que uma

vez mais a Exma. Administração do Banco BPI nos confiou, com uma grande dose de confiança e optimismo.

Sabemos aquilo que esperam do Grupo Desportivo – rigor, empenho, dedicação e qualidade.

Sabemos aquilo que as crianças esperam que lhes proporcionemos – um sorriso à chegada, umas gargalhadas aquando dos palhaços, uma exclamação e um abrir a boca de admiração com os acrobatas ou trapezistas, e, finalmente, um enorme lamento de cada vez que o apresentador se despede anunciando que o espectáculo terminou.

Por tudo isto, a nossa decisão leva-nos invariavelmente para o circo.

Porque o bom é inimigo do óptimo, fazemos questão de lhes oferecer, “apenas” o melhor.

Neste ano, uma vez mais, no Cardinalli em Lisboa e no Coliseu no Porto.

## Bilhetes

Faça a requisição dos seus bilhetes exclusivamente através da ficha de requisição que se encontra na secção «Impressos» no site [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt). O seu pedido deve ser efectuado até 15 dias antes das datas dos eventos através das respectivas secretarias.

Depois deste prazo, não lhe conseguimos garantir nenhum ingresso.

Seja rigoroso e moderado: peça só aquilo de que realmente necessita. O acto de ratear não é agradável, e por vezes pode dar azo a injustiças. Pense nisto.

É importante mencionar o número de bilhetes pretendidos, o destinatário (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.

Por Rui Duque

DATA	CIRCO	LOCAL	1.ª SESSÃO	2.ª SESSÃO
11 Dez. 2010	Circo Cardinalli	Lisboa: Parque das Nações, junto ao rio Trancão	09.00h	11.30h
12 Dez. 2010	Coliseu	Porto: Rua Passos Manuel, 137	10.00h	14.30h

# Prendas de Natal

A inscrição das crianças dos 0 aos 12 anos é fundamental para que tudo corra como desejamos. Se tem filhos e ainda não os registou no ficheiro de sócios do Grupo Desportivo, faça-o ainda hoje. 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, temos procurado escolher cuidadosamente as prendas, tendo em conta o sexo e as idades das crianças a que se destinam.

Convém lembrar e ressaltar que garantimos apenas o cumprimento das regras

do BPI. Não podemos, nem queremos, ser confundidos com os donos das prendas.

Se tem filhos, registe-os no ficheiro de sócios do Grupo Desportivo. As idades devem estar compreendidas entre os 0 e os 12 anos, inclusive.

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

Seja ou não sócio do Grupo Desportivo, os elementos necessários para registar um filho na nossa 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.

Se ainda não for sócio do Grupo Desportivo, não fique triste: afinal de contas, ninguém é

perfeito. Além disso, pode agora aproveitar a oportunidade para se associar, porque, como rapidamente verificará, só terá vantagens nisso.

Recomenda-se a todos os empregados que procedam ao levantamento, dentro dos prazos indicados, dos brinquedos a que os seus filhos tenham direito, 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 20 a 21 de Dezembro, em Lisboa, e no Porto.

Por Osvaldo Silva



UNIDADES	LOCAL DE ENTREGA	DIAS	HORÁRIO
Serviços Centrais do Banco BPI	Lisboa: Praça do Município, n.º 31-r/c Porto: Rua do Bonjardim, n.º 179-2.º	9 a 17 de Dezembro	Das 12.00h às 14.00h, e das 16.00h às 18.30h
Banco Português de Investimento			
Participadas			
Balcões de Lisboa			
Balcões do Porto			
Restantes balcões	Envio via EMS		

# Lista das prendas

ANO	IDADE	SEXO	BRINQUEDO
2010	0 anos	MF	Luci – canções de embalar 
2009	1 anos	MF	Chaveiro aprender e brincar 
2008	2 anos	MF	Ruca e os seus amigos 
2007	3 anos	MF	Puzzle pista com música Mickey 
2006	4 anos	M	Gato ao ataque 
2006	4 anos	F	Hello Kitty escolinha 
2005	5 anos	M	Magnetix 
2005	5 anos	F	Littlest Pet Shop e fuzzies 
2004	6 anos	MF	Cyber Console, CD Tabuada e livro de estórias 

ANO	IDADE	SEXO	BRINQUEDO
2003	7 anos	M	Battle strickers 
2003	7 anos	F	Moxie girlz 
2002	8 anos	M	Helicóptero com estabilizador 
2002	8 anos	F	MP 3 Hello Kitty 
2001	9 anos	MF	Conhecer a Europa dos 25 
2000	10 anos	MF	Saco de desporto e saco-cama 
1999	11 anos	MF	Relógio Swatch 
1998	12 anos	MF	Câmara digital 



## Réveillon na Madeira

O céu, as estrelas e o jardim. Vamos entrar em 2011 com o mais espectacular fogo-de-artifício do mundo.

Um hotel simpático, uma ilha maravilhosa, e um jantar fantástico no local onde poderão ver e apreciar o Funchal, com uma iluminação deslumbrante, e, claro!, festejar o novo ano

com um magnífico fogo-de-artifício. A alguns parecerá cedo, mas o que interessa é que podemos fazer um final de ano em família e junto de amigos, de forma diferente. Se pensarmos um pou-

co, vamos concluir que o tempo passa depressa, e não será tão cedo assim para decidir um fim de ano que faz parte do imaginário de muitos.

Esperamos que seja uma noite para recordar, com o fogo e muita animação. Serão quatro dias com três noites de estada em meia pensão, e opcionalmente, para quem o desejar, será feita uma excursão pela ilha.

Por Rui Simplício

**Realização:** 30 de Dezembro

**Inscrição até:** 20 de Novembro

**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa

**Hora:** 9.30h

**Valor:** 850 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:**  
800 euros

O pagamento poderá ser efectuado em até seis prestações, com início em Agosto, duas em Novembro, e final em Dezembro.

**Inscrição inclui:** viagem Lisboa/ Funchal/Lisboa, estada de quatro dias, três noites em hotel\*\*\*\*, em regime de meia pensão

**Inscrição não inclui:** tudo o que não estiver referido; excursões opcionais

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

## Ano novo no Algarve

Não podíamos deixar de escolher como destino para esta nossa proposta o Algarve, onde, de resto, há vários anos temos vindo a festejar, com grande êxito, esta quadra. Claro que gostamos da festa, do convívio, da boa comida e do conforto de um hotel

de 4 estrelas, do fogo-de-artifício, etc., mas o que queremos mesmo é passar aquelas horas mágicas num espectacular *réveillon*, com uma ementa magnífica, e música para dançar durante toda a noite.

Vamos estar de novo no hotel Baía Grande



em São Rafael, de quatro estrelas, situado bem pertinho de Albufeira, com pequeno-almoço *buffet*.

Venha divertir-se com a sua família e os seus amigos, num ambiente requintado. As inscrições são limitadas. Depois não diga que não avisámos.

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

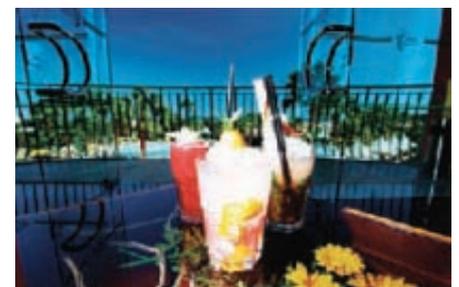
**Noite extra:** 25 euros

**Inscrição 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 regresso no dia 2 de Janeiro, às 10.30h.

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

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
Para mais informação contacte o Grupo Desportivo



# Passagem de ano na Régua

**Realização:** De 31 de Dezembro a 2 de Janeiro

**Inscrição até:** 10 de Dezembro

**Ponto de encontro:** Praça Francisco Sá Carneiro, junto ao Balcão do BPI, ou no hotel

**Hora:** 10.00h, ou 12.00h

**Valor:** em quarto duplo 350.00 euros; em quarto triplo 310.00 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:**

em quarto duplo 280.00 euros;

em quarto triplo 240.00 euros

**Inscrição inclui:** Viagem de autocarro (oferta do Grupo

Como diz o nosso povo: «Ano novo, vida nova»

O Ano Novo está à porta, e com ele vem uma das festas mais esperadas por todos. Prepare-se para passar de ano da

Desportivo), almoço-*buffet* do dia 31 de Dezembro, *cocktail* de fim de ano, jantar de gala, espumante e passas, *brunch* e jantar-*buffet* do dia 1 de Janeiro, pequeno-almoço do dia 2 de Janeiro  
**Inscrição não inclui:** tudo o que não constar do programa

melhor forma, com a nossa sugestão.

Neste ano o Grupo Desportivo vai estar no Hotel Régua Douro, localizado na bonita cidade da Régua. A deslocação pode ser feita em carro próprio ou em autocarro.

Por Virgílio Guimarães

O pagamento poderá ser efectuado em até: Abril

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

# Adega Mayor e Museu do Café

**Programa:**

10.45h – Encontro na Adega Mayor, em Campo Maior.

11.00h – Início da visita guiada à zona de produção, terraço panorâmico e auditório.

12.00h – Prova de vinhos da gama Mayor (tinto, branco e rosé) acompanhada de pequenas iguarias regionais (azeitonas, queijos, pão alentejano) e prova de azeites Selecção Adega Mayor.

13.00h – Almoço no Restaurante Apertazeite.

15.00h – Início da visita à fábrica Nova Delta e prova de cafés.

16.00h – Visita ao Museu do Café.



**Realização:** 22 de Janeiro

**Inscrição até:** 7 de Janeiro

**Ponto de encontro:** Lisboa ou Adega Mayor

**Hora:** 8.00h ou 10.45h

O passeio inclui a visita à adega e, claro!, uma prova de vinhos. Após o almoço, num antigo lagar de azeite, iremos visitar a Delta Cafés, no mesmo local, e ficar a conhecer todo o processo do café. A fechar teremos a visita ao Museu do Café, único na Península Ibérica.

Por Pedro Ferreira

**Valor:** 50 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 40 euros

**Valor do transporte (mínimo de trinta participantes):** 20 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 15 euros

**Inscrição não inclui:** Compras na Loja de Vinhos ou provas fora da opção indicada

Ficha de Inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
Para mais informação contacte o Grupo Desportivo



## Montaria em Sabrosa

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...

O Grupo Desportivo, em parceria com a Zona de Caça Municipal do Alto Douro, vai participar numa montaria ao javali, em Gouvinhas.

Para além da caça ao javali, do programa constam, como vem sendo costume, outras "actividades", de que ressaltamos um pequeno-almoço (mata-bicho) com

os mais diversos produtos tradicionais – pão regional, alheiras, linguiça, 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 João Sampaio

**Realização:** 13 de Fevereiro

**Inscrição até:** 15 de Janeiro

**Ponto de encontro:** a designar.

**Hora:** 8.00h.

**Valor:** 125 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.

Inscrição limitada a 100 caçadores detentores

de licença de caça grossa.

Para quem pretender ir de véspera, o Grupo Desportivo providenciará reserva no hotel de Sabrosa.

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

## Sanxenxo

Fomos dar um abraço  
ao santo

Saídos do Porto, chegámos a Sanxenxo e ficámos instalados no Hotel Sanxenxo Playa, com vistas para a praia e o cam-

SANTIAGO TEM MUITOS ENCANTOS  
E AINDA MAIS OS TEM  
NO ANO XACOBOE.

po, e ainda deu tempo para alguns molharem os pés. Após o almoço seguimos para Santiago de Compostela.

Santiago tem muitos encantos e ainda mais os tem no ano Xacobeo. Difícil, mas não impossível, levou algum tempo para visitar a bela e monumental catedral. Valeu a espera, e demos o



tradicional abraço ao santo.

Para além de Sanxenxo e Compostela, visitámos ainda Cambados, cidade onde se produz o vinho Alvarinho (espanhol), a ilha de La Toja, Combarro, com os

seus viveiros de marisco, e Vigo, onde passeámos pelas ruas principais.

Mais um passeio à 5.ª (feira), desta vez de 2 dias, que a todos agradou.

Por Augusto Malheiro



## Quem ganhou o *burrito-paper*?

O *burrito-paper* foi um sucesso! O formato era inovador, e o entusiasmo superou as expectativas. No final, existiu só um vencido: quem não participou nesta fantástica aventura!

Juntámos 20 crianças, num total de 50 participantes, no Parque Natural de Sintra-Cascais. Às 10.30h já os pequenos estavam em pulgas para conhecer os seus burros e saber o nome pelo qual eram tratados. *Alfazema, Tomilho, Pássaro, Junquilha* ou *Flor* eram alguns dos que me lembro.

A prova começou com uma pequena “aula

teórica” sobre o nome dado aos equipamentos necessários para montar o burro e algumas curiosidades da vida destes dóceis animais. Por exemplo: Sabiam que um burro dorme só 45 minutos por dia? Ou que o burro só é burro por ser teimoso, mas é considerado mais inteligente que o cavalo? Enfim, são respostas que faziam parte das 20 perguntas do *burrito-paper* entre

várias outras que as equipas lutaram por responder, entre trilhos e paisagens – de campo e até de praia!

Além das perguntas, a criançada teve de prestar provas físicas, como saltar para cima do burro, passar por baixo dele, identificar, no mato, vários alimentos que comem, e fazer uma corrida (o auge deste burrito...) num percurso criado para o efeito.

No final, existiu só um vencido: quem não participou nesta fantástica aventura!

A seu tempo haverá uma 2.ª edição!

Pedro Ferreira

## Rally-paper e a Casa do Gaiato

É com prazer que falo do quão “pitoresco” foi o *rally-paper* realizado nas termas de S. Vicente, em Penafiel.



Como é habitual, o Grupo Desportivo proporcionou uma prova cheia de surpresas, divertimento, solidariedade, convívio, etc.

Realço as provas realizadas no Parque das Merendas: a pesca de vestuário, o ouro, os alimentos, a cabra-cega. Foram

provas realizadas com bastante empenho, divertimento, competitividade...

No percurso de regresso, registo a entrega de bens alimentares pelos participantes à Casa do Gaiato, assim como a entrega de material escolar patrocinada pelo Banco BPI aos alunos. Na Casa do

Gaiato os concorrentes tiveram como tarefa marcar um penáti numa baliza defendida por um dos alunos.

Depois de uma manhã repleta de surpresas foi a hora do almoço, e logo a seguir, para não baixar os índices de adrenalina, os concorrentes foram postos à prova quanto aos seus dotes na representação... o que foi maravilhoso, divertido.

Após um banho retemperador, o jantar-bufete com animação, pela noite dentro.

No domingo, o Grupo Desportivo proporcionou uma visita guiada à Quinta da Aveleda, e a seguir o almoço e a entrega de prémios, com relevo para duas viagens a Budapeste, alojamento com pensão completa em Matalascañas, estada em Arganil, passagem de ano no Hotel Régua Douro.

O Grupo Desportivo já está a contar convosco para o próximo ano!

Até lá...

Por Suzy Camisão

# Viagem de sonho

Preenchendo um vasto programa de visitas a várias cidades – a começar por Zurique, a maior da Suíça – decorreu o nosso passeio, que se estendeu por 3 países.



ESTA FOI UMA VIAGEM DE SONHO, COM COMPANHEIROS ADMIRÁVEIS, QUE NOS FAZEM DESEJAR OUTROS PASSEIOS SEMELHANTES.



Na Alemanha fomos a Friburgo, cidade que se tornou num ponto de encontro de diversas nacionalidades através da sua universidade.

Em França visitámos Chamonix, cidade de montanha, deslumbrante pelas suas lojas, e por hotéis, restaurantes e esplanadas. Subimos a 3842m para vermos de perto o monte Branco e tirar fotografias, ficando com a sensação de estar num dos lugares mais altos e mais bonitos do mundo, com tudo branco à nossa volta.

Na Suíça fomos a Lucerna, na qual sobressai, pela sua beleza, a escultura do Leão Moribundo, em honra dos soldados suíços falecidos em França. Em Berna visitámos as suas extensas galerias com lojas, numa das quais se situa a casa onde viveu o físico alemão Albert Einstein.



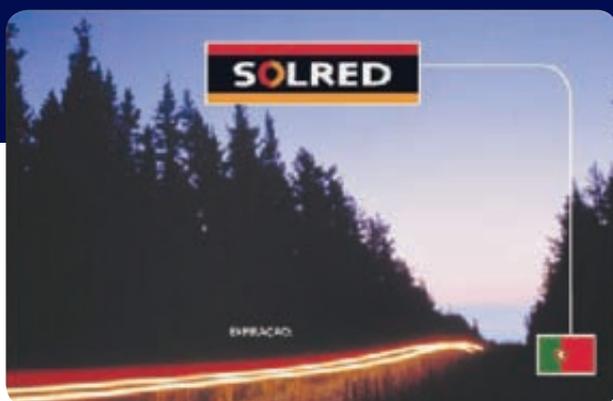
Em Genebra, que fica na margem do lago com o mesmo nome, vimos um enorme jacto de água que se levanta a uma altura de 130m. Visitámos, também, as 10 cataratas interiores de Trumelbach com águas oriundas dos glaciares situados nas montanhas de Eiger, a 3970m e que descarregam 20 000l de água por segundo. Passeámos ainda na encantadora aldeia de Gruyères, cheia de lojas e berço do famoso queijo.

Esta foi uma viagem de sonho, com companheiros admiráveis, que nos fazem desejar passeios semelhantes.

Por Virgílio Guimarães

# Aproveite as vantagens do Cartão SOLRED

AGORA COM MELHORES CONDIÇÕES  
E DESCONTO DE 0,05 EUROS/LITRO



**Ateste mais  
e pague ainda menos**

## Adira ao Cartão SOLRED e beneficie de ainda mais vantagens:

- Crédito médio de 30 dias, sem qualquer custo;
- Acesso à maior rede ibérica de postos de combustível – mais de 4000 postos de abastecimento;
- Cartão isento de anuidade;
- Desconto de 0,050 euros/litro, na aquisição de combustíveis Repsol em Portugal;
- Desconto de 0,012 euros/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;
- Determinação de *plafonds* em euros – só consome até onde quiser, em cada mês;
- 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**



# O romantismo de Sintra e os sonhos de criança

Visitámos o Museu do Brinquedo e o Palácio de Monserrate.

O Palácio de Monserrate, mandado construir por Francis Cook entre 1860 e 1863, é objecto fundamental do romantismo de Sintra. Devido a um *crash* na bolsa de Nova Iorque nos finais de 1929, os seus proprietários puseram a Quinta de Monserrate à venda, mas só em 1946 é que se tentou, sem êxito, repartir em lotes a imensa propriedade. Em Maio de 1949 o proprietário

vendeu em leilão todos os bens do palácio, e o Estado Português tornou-se proprietário do imóvel e do parque.

Monserrate permanece um dos mais ricos exemplos das possibilidades cenográficas das casas de campo de Sintra e sugere um certo gosto orientalizante que se desenvolveu de maneira irregular em Lisboa até ao fim do século XIX.

O Museu do Brinquedo teve o seu início numa colecção de brinquedos do eng. João Arbués Moreira, que permite hoje a compreensão e a análise crítica do mundo, dos seus habitantes e das suas mudanças, dos seus sonhos e desejos.

Encontrámos brinquedos dos séculos III e II a. C., brinquedos dos séculos XVII e XIX, brinquedos espaciais, comboios, barcos, automóveis, aviões, carros de pedais, triciclos, trotinetas, motas, soldados de chumbo e de massa, casinhas de bonecas, bonecas de vários materiais, utensílios domésticos, mobiliário em miniatura, bonecas japonesas e, como não podia deixar de ser, até a boneca Barbie lá estava.

Por António Vale

# Os números explicados por quem sabe

O Grupo Desportivo aliou-se à BIT Company/PR Explicações de Matemática para garantir que o seu filho começará a interessar-se pela disciplina e a mostrar resultados satisfatórios.



Desde as explicações de rotina (acompanhamento nos trabalhos de casa) até à preparação dos alunos para os exames nacionais, a Bit Company/PR Explicações de Matemática estará sempre preparada para os desafios que possam surgir.

Por Sandra Nascimento

**Realização:** data a combinar entre o aluno e a BIT Company

**Ponto de encontro:** instalações da Bit Company, em Benfica, no Estoril ou em Campo de Ourique

**Hora:** a combinar entre o aluno e a BIT Company

**Valor:** ver tabela de preços

**Inscrição inclui:** formador, material e seguro de acidentes pessoais

**Condições Gerais de Inscrição:** Desistências

a) Durante o primeiro mês da matrícula, o aluno poderá cancelar esta sem qualquer aviso prévio.

b) A partir do segundo mês de matrícula, deverá fazê-lo com um aviso prévio de 15 dias. Caso contrário, será obrigado a compensar a Bit Company com o pagamento de 50% da mensalidade do mês seguinte.

Ficha de inscrição e regulamento

disponíveis em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte

o Grupo Desportivo

## EXPLICAÇÕES DE MATEMÁTICA

Valores mensais (em euros)	EXPLICAÇÕES DE MATEMÁTICA				
	1.º ao 4.º	5.º e 6.º	7.º, 8.º e 9.º	10.º e 11.º	12.º
<b>Explicação avulso</b>	20,00	23,00	27,00	30,00	32,00
<b>Explicação individual</b>					
1h/semana	72,00	83,00	97,00	108,00	115,00
2h/semana	136,00	156,00	184,00	204,00	218,00
3h/semana	192,00	221,00	259,00	288,00	307,00
4h/semana	240,00	276,00	324,00	360,00	384,00
<b>Explicação em grupo</b>					
1h/semana	56,00	64,00	76,00	84,00	90,00
2h/semana	104,00	120,00	140,00	156,00	166,00
3h/semana	144,00	166,00	194,00	216,00	230,00
4h/semana	176,00	202,00	238,00	264,00	282,00

Nota: aos valores apresentados acresce IVA à taxa legal em vigor



# A informática explicada de forma simples

O Grupo Desportivo, em parceria com a Academia do Tempo Activo e a Bit Company, organizou mais um curso de informática, cujo principal objectivo é formar e preparar de forma consistente os formandos, de acordo com as necessidades de cada um. Assim, criámos uma solução paralela às sessões em turma: o Pacote de Horas. O Pacote de Horas é uma formação individual: formador/formando, mas que pode ser partilhado com um máximo de dois amigos.

A diferença de um Pacote de Horas para

**Realização:** a combinar entre o formando e a BIT Company;

**Ponto de encontro:** nas instalações da Bit Company em Benfica ou no Estoril

**Hora:** período das 9.00h às 16.00h (1);  
Período das 17.00h às 20.00h (2);

**Valor:**

(1) 1 hora: 35 euros; 5 horas: 160 euros;  
10 horas: 300 euros; 15 horas: 415 euros;  
20 horas: 500 euros.

(2) 1 hora: 40 euros; 5 horas: 185 euros;  
10 horas: 345 euros; 15 horas: 480 euros;

um curso BIT – Melhor Idade está na estrutura e na carga horária do curso.

Com um Pacote de Horas o formando poderá escolher:

- A matéria a ser leccionada;
- Os dias em que pretende ter formação;
- O horário da formação.

Por Sandra Nascimento

20 horas: 570 euros.

**Inscrição inclui:** formador, avaliação personalizada, seguro de acidentes pessoais e IVA.

Em caso de desistência não haverá lugar à restituição da importância paga (pacote horas).

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

# Curso de *sushi*

Vamos fazer aquilo que todos já provámos!

**Realização:** 13 de Novembro

**Inscrição até:** 7 de Novembro

**Ponto de encontro:** Praça do Município – 2.º andar – bar do Grupo Desportivo

**Hora:** das 10.00h às 13.00h

**Valor:** 45 euros

**Inscrição inclui:** utensílios para a preparação do *sushi*, ingredientes e avental.

Curso limitado a 10 participantes.

O pagamento poderá ser efectuado em até duas prestações: Novembro e Dezembro.

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

O *sushi* está na moda, e poucos percebem porquê. Vamos mostrar-lhe o que faz o *sushi* ser tão apetecível e porque se diz: «Primeiro estranha-se e depois entranha-se».

O Curso de Sushi será realizado em 3 horas, no bar do Grupo Desportivo. Sayonara!

Por Pedro Ferreira



Programa	N.º de horas
<b>Introdução ao <i>sushi</i></b>	1
Utensílios necessários e forma de manuseamento	
Ingredientes utilizados	
Preparação do arroz de <i>sushi</i>	
Noções de corte de peixe e legumes	
Molhos para <i>sushi</i> – Molho Teriaki e Cremoso	
<b>O <i>sushi</i> enrolado</b>	1
<i>Hosomakis</i> , <i>uramakis</i> , <i>temakis</i> e <i>gunkan makis</i>	
<b>Sushi solto e sushi quente</b>	1
<i>Nigiris</i> e <i>sashimi</i> ( <i>sushi</i> solto) e <i>hots</i> ( <i>sushi</i> quente)	
<b>Total de horas</b>	3

# A arte de desenhar

Aprender a desenhar é viver uma experiência, é percorrer um caminho em que há tempos determinados de exercícios, exigências técnicas determinadas, momentos de reflexão e...

Não nascemos a saber falar. Não nascemos a saber caminhar com os nossos próprios pés. Precisamos de tempo para isso e também de treino. Só se aprende a desenhar desenhando e desenhando-se. Este curso destina-se a qualquer pessoa que pretenda aprofundar e melhorar os seus conhecimentos de desenho.

Por Sandra Nascimento



## Realização:

Turma 1: 6, 13, 20, 27 de Novembro, 4 e 11 de Dezembro

Turma 2: 15, 22, 29 de Janeiro, 5, 12 e 19 de Fevereiro

## Inscrição até:

Turma 1: 3 de Novembro; turma 2: 29 de Dezembro

Ponto de encontro: Escola Prática Agrícola de D. Dinis – Paiã

**Hora:** das 10.30h às 12.30h

**Valor:** 148,83 euros

## Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

123,10 euros

**Inscrição inclui:** material, seguro e formadora

**Inscrição não inclui:** bloco A3 de papel cavalinho e lápis de carvão 4B (macio)

## Condições gerais de inscrição

Mínimo de 11 e máximo de 15 participantes

– Desistências

a) Desistências com menos de uma semana (inclusive) de antecedência do início do programa: o sócio perde a totalidade do valor;

b) Desistências com mais de uma semana de antecedência do início do programa: não é aplicável qualquer penalização;

c) Não haverá lugar à restituição da importância paga caso haja atraso relativamente às horas marcadas para os programas.

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

# Oficina de expressão plástica

Esta oficina de expressão plástica livre está feita e moldada para pessoas sem experiência artística mas com gosto em aprender.

O fio condutor de todos os exercícios e trabalhos propostos será a própria vida da pessoa. Os seus mapas de lugares importantes, as suas fotografias do passado, as suas frases de vida... A memória como *Leitmotiv*. É um redescobrir de si através das técnicas artísticas.

Por Sandra Nascimento



## Realização

Turma 1: 6, 13, 20 e 27 de Novembro; 4 e 11 de Dezembro

Turma 2: 15, 22 e 29 de Janeiro; 5, 12 e 19 de Fevereiro

## Inscrição até:

Turma 1: 3 de Novembro; turma 2: 29 de Dezembro

**Ponto de encontro:** Escola Prática Agrícola de D. Dinis – Paiã

**Hora:** das 10.30h às 12.30h

**Valor:** 148,83 euros

## Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

123,10 euros

**Inscrição inclui:** material, seguro e formadora

**Inscrição não inclui:** pincel e uma

tela de tamanho médio

## Condições gerais de inscrição

Mínimo de 11 e máximo de 15 participantes

– Desistências

a) Desistências com menos de uma semana (inclusive) de antecedência do início do programa: o sócio perde a totalidade do valor;

b) Desistências com mais de uma semana de antecedência do início do programa: não é aplicável qualquer penalização;

c) Não haverá lugar à restituição da importância paga caso haja atraso relativamente às horas marcadas para os programas.

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

## Mais uma vez o *shiatsu*

O *shiatsu* praticado uma vez por semana tem a finalidade de evitar as doenças da actualidade, *stress*, etc. Produz efeitos muito positivos: alivia cansaço, dores de cabeça, dores musculares provocadas por muitas horas sob tensão, etc.

E é isto mesmo que queremos que aprenda. Massagens à boa maneira japonesa. Com a formadora Esmeralda Leal conseguirá ter umas luzes sobre esta prática, cada vez mais utilizada nos dias de hoje.

Por Sandra Nascimento



**Realização:** 16, 23, 30 de Novembro;  
7 e 14 de Dezembro

**Inscrição até:** 9 Novembro

**Ponto de encontro:** Academia do  
Tempo Activo

**Hora:** terça-feira, das 19.00h às 20.30h

**Valor:** 131,89 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:**  
108,58 euros

**Inscrição inclui:** material e seguro

**Condições gerais de inscrição**

Mínimo de 7 e máximo de 8  
participantes

– Desistências

a) Desistências com menos de uma semana (inclusive) de antecedência do início do programa: o sócio perde a totalidade do valor;

b) Desistências com mais de uma semana de antecedência do início do programa: não é aplicável qualquer penalização;

c) Não haverá lugar à restituição da importância paga caso haja atraso relativamente às horas marcadas para os programas.

**Recomendações:** Os participantes deverão trazer roupa confortável e prática.

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

## Um presépio ecológico



**Realização:** 27 de Novembro

**Inscrição até:** 22 de Novembro  
(mínimo de 6 e máximo de 12  
participantes)

**Ponto de encontro:** Rua Almirante  
Barroso, 32-6.º

**Hora:** das 10.00h às 13.00h e das  
14.00h às 17.00h

**Valor:** 40 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:**  
35 euros

**Inscrição inclui:** formador e material  
necessário à execução dos trabalhos

Ficha de inscrição disponível  
em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte  
o Grupo Desportivo

A vasta experiência da monitora Zaida Galante irá ser uma vantagem para que passemos a olhar para as folhas de uma maneira diferente.

Nos anos anteriores dedicamo-nos à elaboração de arranjos florais e coroas natalícias. Neste ano a temática é diferente, mas o resultado final é igualmente satisfatório.

Através de formas simples e materiais naturais, pode renovar-se o Natal, ou seja, com a utilização de folhas, cascas de frutos secos, galhos, rafia e xisto, consegue-se criar um presépio diferente dos que habitualmente conhecemos.

Por Sandra Nascimento



## A poda

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 o processo de poda.

Por Sandra Nascimento

### Programa

- 1.º dia – Morfologia e fisiologia; tipos de poda; hábitos de frutificação e poda da videira;
- 2.º dia – Classificação de ramos e gomos; hábitos de frutificação e poda do pessegueiro;
- 3.º dia – Hábitos de frutificação e poda da ameixeira, do damasqueiro e da macieira;
- 4.º dia – Hábitos de frutificação e poda da pereira, de citrinos e da oliveira.

**Realização:** 27 de Novembro; 4, 11 e 18 de Dezembro (ou 8, 15, 22 e 29 de Janeiro, 2.ª data, caso a 1.ª se esgote)

**Inscrição até:** 10 de Novembro ou 17 de Dezembro (2.ª data)

**Ponto de encontro:** Escola P. Agrícola de D. Dinis – Paia

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

**Valor:** 292,82 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 256,20 euros

**Inscrição inclui:** material; formadores e seguro de acidentes pessoais; 24 horas de aulas; almoço no último dia do curso

### Condições gerais de inscrição

Mínimo de 15 e máximo de 20 participantes – Desistências

a) Desistências com menos de uma semana

(inclusive) de antecedência do início do programa: o sócio perde a totalidade do valor;

b) Desistências com mais de uma semana de antecedência do início do programa: não é aplicável qualquer penalização;

c) Não haverá lugar à restituição da importância paga caso haja atraso relativamente às horas marcadas para os programas.

**Recomendações:** Os participantes deverão levar roupa de trabalho vestida, bem como calçado adequado.

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

## Business English

### Programa

- Conteúdos comunicacionais – Vocabulário. Frases idiomáticas. Questões diárias. Expressões relacionadas com o contexto empresarial.
- Conteúdos gramaticais – Verbos. Presente. Passado. Preposições. Comparativos e Superlativos. Advérbios. Adjectivos. Imperativo. Estrutura das frases.
- Exposição de conteúdos, leituras e escrita. Exercícios e dinâmicas de grupo. *Roleplay*.

**Realização:** 6 de Janeiro

**Inscrição até:** 20 de Dezembro (mínimo de 6 e máximo de 12 participantes)



**Ponto de encontro:** Salão do Grupo Desportivo na Praça do Município, 1.º andar

**Hora:** turma 1: Quinta-feira das 12.30h às 14.00h

turma 2: Sexta-feira das 12.30h às 14.00h  
turma 3: Segunda-feira das 18.00h às 19.30h

turma 4: Quarta-feira das 18.00h às 19.30h  
**Valor:** 35 euros por mês

O Grupo Desportivo, em parceria com o monitor Andrew Miranda, vai promover um curso de iniciação ao Inglês (nível 1 – inicial).

Pretende-se que desenvolva a conversação em inglês, fale sobre o trabalho e a empresa, aprenda a criar uma agenda profissional e a compor e redigir *e-mails*.

Por Sandra Nascimento

### Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

25 euros por mês (5,00 euros cada aula)  
**Inscrição inclui:** formador e manuais, total de 40 horas de aulas (1,5h por semana)

Em caso de desistência será cobrado o valor total do mês em causa.

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

## Palácio de Queluz

Ao contrário da opinião comum, o Palácio de Queluz não é o Versalhes português. Pela escala e pela dimensão, pelo espírito, pela época, representa uma outra realidade cortesã.



Implantado na quinta confiscada dos marqueses de Castelo Rodrigo, tornou-se a casa de campo predilecta de D. Pe-

dro III, marido (e tio) de D. Maria I. Era, pois, um palácio de retiro, íntimo, onde a família real descansava da fatigante vida de Lisboa (já nessa época...). Ricamente decorado e mobilado, com jardins magníficos, é a mais alta expressão dos últimos fulgores do antigo regime. Vamos conhecê-lo, antes de submergir completamente pelas urbanizações circundantes e pelo alargamento sucessivo do IC 19, que já rapou boa parte da antiga Tapada Real!

Por António Vale

**Realização:** 16 de Janeiro

**Inscrição até:** 10 de Janeiro

**Ponto de encontro:** junto da entrada do Palácio de Queluz

**Hora:** 10.00h

**Valor:** 12 euros

**Sócios, cônjuges e filhos:** 10 euros

Inscrições limitadas por ordem de inscrição no Grupo Desportivo

**Grupo máximo:** 40 pessoas

**Inscrição inclui:** Bilhete

de entrada no palácio, acompanhamento pelo historiador Prof. Miguel Soromenho.

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

## A enxertia e os seus truques

Neste curso poderá aprender a razão pela qual deverá efectuar a enxertia, que tipos existem, e o que é necessário para que tenha êxito na sua execução.

Tendo em conta o êxito dos cursos anteriores, informamos que estão abertas as inscrições para o Curso de Enxertia promovido pela ATA (Academia do Tempo Activo).

Por Sandra Nascimento



**Realização:** 5 de Fevereiro (ou 12 de Fevereiro, 2.ª data, se esgotar a 1.ª)

**Inscrição até:** 14 de Janeiro ou 21 de Janeiro (2.ª data)

**Ponto de encontro:** Escola Prática Agrícola de D. Dinis – Paiã

**Hora:** das 9.30h às 13.00h e das 14.30h às 18.00h

**Valor:** 116,16 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 94,06 euros

**Inscrição inclui:** material, seguro e formadores

**Recomendações:** os participantes deverão trazer vestida roupa de trabalho, bem como calçado adequado

**Condições gerais de inscrição**

Mínimo de 16 e máximo de 20

participantes

– Desistências

a) Desistências com menos de uma semana (inclusive) de antecedência do início do programa: o sócio perde a totalidade do valor;

b) Desistências com mais de uma semana de antecedência do início do programa: não é aplicável qualquer penalização;

c) Não haverá lugar à restituição da importância paga caso haja atraso relativamente às horas marcadas para os programas.

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo.



## 1.º PRÉMIO

Fotografia  
*Símbolo da História*  
 Maria do Rosário Mineiro  
 sócia n.º 3078

# Resultado do concurso de fotografia «História de Portugal»

Salientamos que pela primeira vez temos um elenco feminino a vencer todos os lugares cimeiros deste concurso.

Em 1838 nasceu, na Golegã, Carlos Relvas, e foi o nome que mais contribuiu para o desenvolvimento da história da fotografia em Portugal, e um dos principais do mundo. Mas por volta de 350 a. C., aproximadamente na época em que viveu Aristóteles na Grécia antiga, já se conhecia o fenómeno da produção de imagens pela passagem da luz. Apesar de a história da fotografia estar quase sempre associada a homens, salientamos que pela primeira vez temos um elenco feminino a vencer todos os lugares cimeiros deste concurso. Para bem da fotografia, longe vai o tempo em que esta era associada apenas a nomes masculinos.

A selecção das fotografias relativas a este concurso foi efectuada pela Direcção do Grupo Desportivo e pelo fotógrafo profissional Nuno Antunes.

Os premiados deveriam ser todos aqueles que concorreram e que nos deixaram esta tarefa difícil de eleger três imagens.

Apresentamos aqui as fotos vencedoras.

Por António Vale



## 2.º PRÉMIO

*Cúpula da abóbada octogonal da Capela do Fundador do Mosteiro da Batalha*  
 Iria Estrela Monteiro de Sousa Coimbra  
 sócia n.º 5532

## 3.º PRÉMIO

Fotografia  
*Leiria*  
 Ana Cristina Gonçalves  
 sócia n.º 7309



# Concurso de fotografia «As minhas férias»

Depois de um ano de trabalho, existirá coisa melhor do que umas boas férias? Pois é! Férias fantásticas, em sítios fantásticos e com pessoas fantásticas! Estas férias fizeram-me imenso bem e proporcionaram-me grandes momentos muito felizes!

Na esperança de que as suas férias também tenham sido fantásticas, surge este novo tema de fotografia. Envie-nos as suas melhores fotografias das férias, não esquecendo as regras simples deste concurso:

## ENVIE-NOS AS SUAS MELHORES FOTOGRAFIAS DAS FÉRIAS

Poderão ser inscritas até três fotografias por associado do Grupo Desportivo, a P&B ou cor, em formato digital (jpeg, tiff, bmp), com identificação de nome, número de sócio e título da fotografia. As fotografias podem ser entregues até ao próximo dia 12 de Dezembro, por



*e-mail* para [ajvale@gmail.com](mailto:ajvale@gmail.com) (preferencial) ou por correio para a Secretaria do Grupo Desportivo em Lisboa.

A selecção das fotografias (1.º, 2.º e 3.º prémios) será efectuada pela Direcção do Grupo Desportivo e por um fotógrafo profissional, sendo o resultado divulgado no próximo número da revista *Associativo*.

Por António Vale



# Exposição de bordados

Após um interregno, voltámos a expor



Realizou-se mais uma exposição de trabalhos desta actividade de tempos ocupacionais. Foi nas instalações do Grupo Desportivo no Porto e contou na sua inauguração com a presença da Direcção.



Mostrámos: bordado livre, bordado tradicional de Viana, Richellieu, bainhas abertas, bordado maiorquino, etc.

Durante a semana em que esteve aberta ao público, foi visitada por familiares, e

não só, dos participantes desta actividade ocupacional.

A orientação dos cursos tem sido assegurada pela mestra Amália Silva, que se orgulha da dedicação de todos os que procuram “não deixar morrer” esta arte tão portuguesa.

Parabéns pelos trabalhos lindíssimos que expuseram e obrigado a todos os que visitaram a exposição.

Para a próxima época ainda existem algumas vagas, e se gosta e quiser ocupar uma parte do seu tempo, então inscreva-se.

Por Amália Silva

## Parabéns!

O Orfeão Portuscale brilhou na Igreja de Santo Ildefonso, na comemoração do seu aniversário, conforme o e-mail de um dos participantes.



«Bom dia,  
Parabéns! Correu tudo muito bem.  
A eucaristia, celebrada pelo reverendo padre Domingos Pedroso, realizou-se na Igreja de Santo Ildefonso, pelas 18.30h. O Orfeão Portuscale fez-se acompanhar por um instrumental de sopro, cordas e

teclas. Que bonito!»  
Após a eucaristia rumámos ao restaurante O Tripeiro, onde contámos com a presença de elementos da Direcção do Grupo Desportivo. O reverendo pároco aceitou o convite para jantar connosco. No fim do repasto, Amílcar Ferreira ma-

nifestou grande apreço por tudo quanto o Orfeão tem feito, deu os parabéns a todos, e agradeceu a disponibilidade do reverendo padre.

Que dizer? Só se for que ficámos unidos para novos eventos.

Por Fernando Barnabé

# Em Cartaz

## ➤ FIM DE CITAÇÃO

### Teatro da Cornucópia

De 18 de Novembro a 12 de Dezembro  
Terça-feira a sábado às 21.30h; domingo às 17.00h

Um prólogo, uma advertência de Luís Miguel Cintra a partir de textos de vários autores.

**Encenação:** Luís Miguel Cintra

**Interpretação:** Luís Lima Barreto, Sofia Marques, Dinis Gomes, Luís Miguel Cintra.

**Condições para sócios:** Desconto de 20% para



o sócio e acompanhante mediante a apresentação do cartão de sócio na bilheteira. Telefone: 21 396 15 15



## ➤ O DIA DOS PRODÍGIOS

### Teatro da Trindade

De 23 de Setembro a 14 de Novembro  
Quarta-feira a sábado às 21.00h; domingo às 16.00h

**Texto:** Lídia Jorge

Adaptação para teatro e encenação: Cucha Cavalheiro

**Interpretação:** Carlos Paulo, Cristina Cavalinhos, Diogo Morgado, Elisa Lisboa, Filomena Cautela, Hugo Franco, José Martins, Lucinda Loureiro, Luís Lucas, Maria Emília Correia, Maria Ana Filipe, Rogério Vieira, Teresa Faria e as crianças António Teixeira e Duarte Teixeira.

**Condições para sócios:** Desconto de 20% para o sócio e acompanhante mediante a apresentação do cartão de sócio na bilheteira.

## ➤ UM VIOLINO NO TELHADO

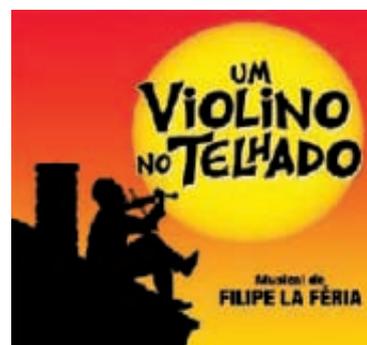
### Teatro Politeama

Estreia em Outubro

Um Violino no Telhado é o musical que conquistou o coração de milhões de pessoas em todo o mundo através da sua mensagem universal de amor, fé, tradição e tolerância. Um Violino no Telhado foi um dos maiores espec-

táculos da Broadway. Estreado num dos mais carismáticos teatros de Nova Iorque, ganhou todos os Tony Awards em 1965, um ano após a sua estreia, tendo sido representado por todo o mundo e transposto para o cinema, num filme que obteve nove nomeações para os Óscars.

**Condições para os sócios:** Consulte a ficha de parceiro do teatro no site do Grupo Desportivo



## ➤ O SENHOR PUNTILA E O SEU CRIADO MATTI



### Teatro Aberto

De Outubro a Janeiro

O Senhor Puntila e o Seu Criado Matti, escrita em 1940 durante o exílio de Bertolt Brecht na Finlândia, é provavelmente a sua comédia com maior brilhantismo.

No Teatro Aberto, o senhor Puntila será interpretado por Miguel Guilherme, e o criado Matti, por Sérgio Praia, que integram um elenco composto por 15 actores e três músicos.

**Versão:** João Lourenço, Vera San Payo de Lemos

**Encenação:** João Lourenço

**Interpretação:** António Pedro Lima, Cátia Ribeiro, Carlos Malvarez, Carlos Pisco, Cristóvão Campos, Francisco Pestana, Mafalda Lencastre, Mafalda Luís de Castro, Marta Dias, Miguel Guilherme, Patrícia André, Rui Morrison, Sara Cipriano, Sérgio Praia e Sofia de Portugal.

**Condições para sócios:** Desconto de 20% para o sócio e acompanhante mediante a apresentação do cartão de sócio na bilheteira.



## Corrida do IAPMEI

Pedia-se empreendedorismo para participar nesta empresa de transformação de esforços. Empreendedores do Grupo Desportivo fomentam empresa de capital social humano.

Habitados a lidar com estas solicitações, os atletas do Grupo Desportivo responderam positivamente.

Sabiam que o capital individual que cada um iria investir nesta acção resultaria certamente num bom resultado, global mas também pessoal.

Foi animador ter-se a satisfação de ver esta empresa a andar, ou, melhor, literal-



mente a correr: o principal retorno esperado era, é, será a médio e longo prazo. Certamente se retirarão bons dividendos desta sociedade de capital humano.

Tratou-se verdadeiramente de uma grande empresa a que se conseguiu erguer com todos a abraçar o objectivo comum que foi o de representar o melhor possível o Grupo Desportivo BPI, na primeira corrida de atletismo promovida pelo IAPMEI com o patrocínio do Banco BPI, entre outros, percorrendo as margens do rio Douro no Porto e em Gaia.

Aos valorosos participantes nesta acção

**CERTAMENTE SE RETIRARÃO BONS DIVIDENDOS DESTA SOCIEDADE DE CAPITAL HUMANO.**

empreendedora: Bruno Araújo, Carlos Monteiro, César Pinto e Vítor Marques, transmite-se os mais sinceros parabéns pelos resultados conseguidos.

Por Carlos Ferreira

## Meia-Maratona de S. João das Lampas

Uma das mais antigas provas do calendário nacional

Em agradável tarde de Verão, realizou-se na tradicional região saloia, por entre caminhos rurais do concelho de Sintra, a 34.ª edição desta que é uma das mais antigas provas do calendário nacional, e que, pela dificuldade do seu acidentado percurso, é carinhosamente denominada de «S. João das Rampas».

Esta meia-maratona contém algumas características castiças, que a tornam uma prova única, como o facto de en-

contrarmos vários espectadores que, de mangueira em punho ou em rudes chuveiros adaptados à beira da estrada, vertem ininterruptamente água, molhando os atletas para lhes dissipar o calor... ou ainda algumas das lembranças oferecidas como prémio de participação serem tão invulgares como, por exemplo... uma caixa de ovos.

A equipa do Grupo Desportivo esteve, como não podia deixar de ser, mais uma



vez bem representada, e todos os atletas melhoraram as suas prestações de anos anteriores, deixando boas indicações para esta nova temporada desportiva que assim se iniciou.

Por Renato Cruz

## S. Silvestre convida-o a mexer-se

Participar em provas de atletismo dedicadas a S. Silvestre é uma tradição que se deve manter.

Neste ano o Grupo Desportivo faz a todos os seus associados um desafio: participem numa ou em mais provas realizadas dentro ou fora de Portugal, e dêem conta das experiências que tenham vivido.

Será interessante e motivador podermos todos saber quantos associados participaram, em quantas provas, em que localidades estiveram, qual a impressão sobre as mesmas, e outras informações e comentários que entendam enviar.

Da união se faz a força, e esta vem de cada um de nós para todos. Sendo este acto meramente simbólico, dará, contudo, um maior sentido de comunidade atlética e desportiva entre os associados que têm, no caso, esta modalidade como a sua preferida ou uma das suas eleitas.

A corrida que homenageia S. Silvestre (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 Católica) realiza-

-se tradicionalmente em 31 de Dezembro, data comemorativa da sua morte.

Não obstante, há provas em diferentes datas próximas do fim do ano, como, por exemplo, em 26 de Dezembro no Porto, em 2 de Janeiro em Ermesinde, e em 3 de Janeiro em Santo Tirso.

Por Carlos Ferreira



## Geo-Raid Serra da Estrela



Em equipas de dois, guiados por GPS, os atletas tinham à sua frente o enorme desafio de percorrer cerca de 200 km com mais de 6300 metros de acumulado de subidas em dois dias seguidos. A serra da Estrela e o seu maciço central, com intermináveis subidas, fantásticas descidas e paisagens deslumbrantes, foram o cenário perfeito para uma prova de BTT com uma dimensão épica.

O primeiro dia do Geo-Raid Serra da Estrela foi um dos mais duros de sempre.

A etapa, com 114 km, foi realizada num dia muito quente, o que, somado aos mais de 3500 metros de acumulado de subidas, fez muitos “danos” nos participantes. Muitos acabaram por ceder na última subida, pelo vale do Zêzere. Das 134 equipas presentes à partida, apenas 93 terminaram a 1.ª etapa.

O 2.º dia apresentou uma etapa em teoria mais suave, com “apenas” 81 km e 2800 metros de acumulado de subidas; no entanto, perante o cansaço do dia anterior, apenas 70 equipas terminaram esta etapa.

O Grupo Desportivo esteve mais uma vez presente, com a dupla Luís Martins e Abílio Pereira.

Por Luís Martins



## Peregrinos em BTT

A Santo André de Teixido vai de morto quem não foi de vivo.

Foi com este dito popular na cabeça, muito conhecido noutra peregrinação tradicional na região norte da Galiza, que cinco amigos do BTT decidiram não deixar para depois o que podiam fazer já. E de peito feito, foi num repente que se encheram os pneus e os alforjes, e se seguiu pelos caminhos de Santiago. E que caminhos! Tanta beleza mas tam-

bém muita dureza! No caso tratou-se do caminho português identificado por “medieval”, do Porto a Valença, por Barcelos e Ponte de Lima. Trata-se de caminho difícil quer pela geografia bastante acidentada quer pelos diversos tipos de piso que ao longo do percurso se vai encontrando. No entanto, as paisagens magníficas, as curiosas localidades e os

caminhos recônditos que nunca imaginávamos poder passar e que doutro modo não seriam por nós conhecidos retemperavam-nos para o esforço seguinte. O espírito de peregrino fazia-se sentir quando, para além do singular, tivemos de solidariamente ultrapassar as naturais dificuldades físicas, técnicas e logísticas que tornaram esta experiência mais apreciada e inesquecível, com um balanço final muito positivo. De tal modo assim foi, que, no fim, o que lamentávamos era o facto de só podermos ter tido três dias para concretizar este sonho. Quem sabe se da próxima vez, com os mesmos ou com novos amigos do BTT, não há mais tempo disponível para percorrer estes cerca de 250 km fantásticos?

Por Carlos Ferreira

## O silêncio é ensurdecedor!

A várzea vista do céu a 300 metros de altura é ainda mais tranquila... e foi assim o primeiro passeio de balão do Grupo Desportivo.

Um passeio de balão começa cedo. Geralmente porque a temperatura do ar é amena e permite ao balão subir e descer de forma mais controlada. Para quem participa é pior, dado que o balão parte por volta das 6 da manhã e não espera por ninguém! É o esforço que se faz para ver um nascer-do-Sol sobre a várzea, em Coruche e a 300 metros de altura!

Foi assim que começou o 1.º passeio de balão do Grupo Desportivo: muito cedo, às 6.30h. Em 15 minutos a equipa técnica insuflou 80 toneladas de ar para os cerca de 50 metros de altura do balão onde iriam voar os sócios do Grupo Desportivo. Após uma breve formação sobre normas de segurança e procedimentos, entrámos



no cesto, que albergava 17 pessoas. Subimos aos tais 300 metros e estabilizámos para ver a paisagem de montado: soberba!...

O passeio revelou, como nunca tinha visto, as planícies da várzea, a barragem de Montargil e alguns mamíferos que por aí pastavam. O balão passeou ao sabor do vento durante duas curtas horas. Curtas,

porque se pudesse ficava lá a almoçar, a lanchar e a ver o pôr-do-sol!!!

Percorremos 30 quilómetros e aterrámos suavemente num pequeno monte, para um brinde com champanhe aos jovens balonistas.

Saúde!

Esperamos pelo próximo!

Por David Ciriná

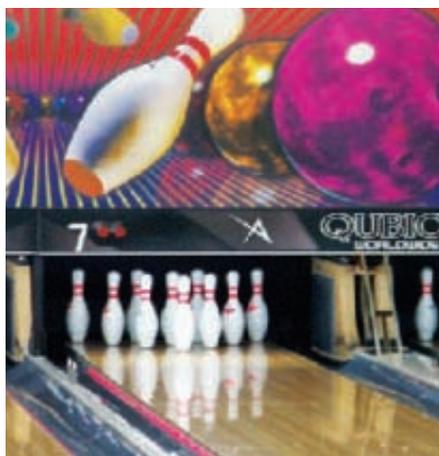
## A época de *bowling*

A nova época de *bowling* aproxima-se, e com ela surge a vontade de proporcionar novos desafios.

Certamente esta frase ainda ecoa no nosso pensamento, e num futuro próximo não irá ser diferente.

A modalidade veio para ficar; como tal,

não vamos baixar os braços. A vontade de continuar a proporcionar alegres e descontraídas quintas-feiras aos associados aumenta; as provas vão continuar, e, apesar de serem as mesmas (Torneio de Pares em 2 de Dezembro; Liga de 2011



em 3 de Março), vão apresentar novos figurinos.

Portanto não se esqueçam: como as férias já terminaram, vamos arregaçar as mangas – nada melhor do que começar já a guardar estes dias para a alegria, descontração e boa-disposição.

Tomem nota nos calendários.

Até breve.

Por Jorge Teixeira



## Bowling no Porto

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



**Realização:** prevista para Janeiro

**Inscrição até:** 18 de Janeiro

**Ponto de encontro:** no Bowling do NorteShopping e no Bowling de Matosinhos

**Hora:** 20.00h às quintas-feiras

**Valor:** 60 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 40 euros

Regulamento e ficha de inscrição disponíveis em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

Vem aí o VII Torneio Interno.

Esta notícia serve para avisar de que o começo está previsto para breve, 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



## Como o tempo passa!

Este será o IX Torneio Interno de Futsal da Zona Norte

De ano para ano o torneio consolida-se, e as equipas melhoram. Só assim se explica que no último torneio tivéssemos assistido a jogos espectaculares e cheios de emoção.

O resultado quase sempre era imprevisível.

Só falta fazer este torneio para que se chegue ao X. Uma década... não é brincadeira!

**Inscrição até:** 15 de Novembro  
**Ponto de encontro:** os jogos a realizar pelas equipas do Grande Porto estão previstos para o Pavilhão do BPSM, às terças ou quartas-feiras.

**Hora:** a determinar

**Valor:** 150 euros

Ficha de inscrição e regulamento disponíveis em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

Esperemos que este seja ainda mais emocionante que o anterior.

Por Fernando Barrias

## It's Show Time

O equipamento já pode sair do armário, e os ténis, da sapateira, porque o espectáculo está mesmo, mesmo, a começar.

O regulamento está a ser pensado; o local de jogos, a ser negociado; os árbitros já foram contratados; as transferências de jogadores acontecem a um ritmo frenético, e, ao que pudemos apurar, estão a realizar-se negócios milionários. O torneio de futsal de Lisboa vai iniciar-se já no mês de Novembro com o regu-

lamento a ser disponibilizado em breve no *site* do Grupo Desportivo.

Se ainda não pensou, vá tratando de pensar.

Todas as equipas devem ter pelo menos um guarda-redes e vários jogadores de campo.

Como já perceberam, a organização do evento vai insistir na máxima do ano passado: fazemos questão de que o espírito de camaradagem e *fair-play* seja uma constante.

Teremos várias novidades no que diz respeito aos delegados de jogo e aos cronistas; no ano passado era obrigatório, e neste ano será facultativo.

Connosco é assim: uma democracia plena.

Bom, não vamos adiantar mais nada, mas termino dizendo que vai valer a pena participar neste torneio e vai valer muito a pena chegar ao final com poucos ou mesmo nenhuns cartões amarelos.

Estejam atentos ao *site* [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt) e não se distraiam porque provavelmente os vossos jogadores mais bem disciplinados já estão a ser aliciados.

Por Rui Duque



TEREMOS VÁRIAS NOVIDADES NO QUE DIZ RESPEITO AOS DELEGADOS DE JOGO E AOS CRONISTAS

## Jogadores procuram-se

Vai começar mais um Campeonato Distrital de Futsal da Associação de Futebol do Porto (AFP). O Grupo Desportivo tem estado representado com uma equipa.



Quando o leitor estiver a ler estas palavras já o Campeonato Distrital da 1.ª Divisão da AFP terá começado. No entanto, ainda existem vagas para quem estiver interessado em fazer parte da equipa do Grupo Desportivo.

Os treinos costumam ser à terça-feira no pavilhão do ex-Sotto Mayor, na Madalena, e os jogos realizam-se à sexta-feira ou ao sábado, à noite.

Na época passada a equipa terminou no 10.º lugar entre 16 participantes.

Foi com uma vitória por 5-3 que a equipa do Grupo Desportivo terminou a época de 2009-2010, pelo que se espera que abra a nova época com outra vitória.

Por Fernando Joli

## Outra vez campeões

Sei que no início muitos duvidavam da nossa presença na final do 27.º Torneio Patricius, mas “nós” sempre acreditámos. Depois de ganharmos o 25.º, ganhámos o 27.º

Jogo após jogo fomos provando o nosso valor, estávamos mais fortes e com mais experiência do que em anos anteriores, demonstrando que não íamos só para participar. Entre tantos jogos, no percurso até à final, gostava de recordar o jogo da meia-final (ganhámos no prolongamento por 5 a 4).

Na grande final, o segredo para o nosso sucesso foi simplesmente sermos nós próprios e respeitar o adversário. Apesar de ao intervalo estarmos a perder por uma bola a zero, conseguimos virar o resultado para 4 a 1 a nosso favor. Foi formidável.



Para além da taça de campeões, também trouxemos os troféus de melhor jogador e de melhor guarda-redes. Este último coube ao colega do meu pai, o André Pinto, gerente de Valbom.



Resta-me agradecer a toda a equipa e aos apoiantes, que ao longo das diversas jornadas, algumas à noite, não arredaram pé.

Por João Serpa



## III Maratona de Jogos de Salão

Na 3.<sup>a</sup> edição da maratona, voltamos a ter 3 torneios em simultâneo: dardos, *snooker* e matraquilhos, na sala polivalente do Grupo Desportivo, na Praça do Município.

Neste caso o ditado não se aplica: à primeira foi de vez, à segunda também, e à terceira assim será!

Relembramos as regras gerais: cada equipa (dois elementos) escolherá um elemento para a 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), com uma fase de apuramento, quartos de final, semifinal e final, para cada modalidade.

A maratona pontua em cada modalidade na seguinte ordem:

- 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 uns petiscos servidos na sala dos jogos!

Por Pedro Ferreira



**Realização:** 17 de Dezembro  
**Inscrição até:** 13 de Dezembro  
**Ponto de encontro:** Praça do Município – sala polivalente  
**Hora:** 18.30h

**Valor:** 10 euros por equipa  
**Inscrição inclui:** participação na maratona e petiscada  
**Inscrição não inclui:** *snacks* e bebidas disponíveis na sala polivalente

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
 Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

## Na planície alentejana

Salientamos a magnífica prestação da nossa menina, Ana Luísa Martins, que obteve a nona posição na grelha a um segundo da *poule*.

Foi na planície alentejana, pelas onze horas, que os ferozes pilotos do BPI se defrontaram. O dia estava soalheiro, mas não abrasador, e só quando estávamos parados e equipados o calor se fazia sentir mais.

Mais ao menos à hora começaram os

treinos cronometrados, com uma diferença de 26 décimas a separar os dois primeiros, ficando a *poule* para João Faria, com Manuel Martins em forma a ocupar a sétima posição da grelha.

Salientamos a magnífica prestação da nossa menina, Ana Luísa Martins, que obteve a nona posição na grelha, a um segundo da *poule*.

No arranque, João Faria e Miguel Chaves fogem dos demais, e na curva anterior à recta, Paulo Santos acaba por sair, levando à natural carambola, e a partir



desse momento faz uma excelente recuperação que o leva até ao terceiro lugar do pódio.

À passagem da bandeira axadrezada, a classificação era a seguinte: Miguel Chaves, Viriato, Paulo Santos, e a nossa Ana Luísa Martins em décimo lugar.

São de salientar mais uma vez o desportivismo e a camaradagem do evento, bem como o aparecimento de novos talentos. Próximas curvas já em Palmela no dia 23 de Outubro.

Por Miguel Chaves





## Grandes “lançamentos”

Rui Prata é o novo campeão nacional do Interbancário, e Jaime Laranjeira e David Oliveira são, respectivamente, os campeões de rio e de mar do Campeonato Interno da Zona Norte.

Com a presença de 71 pescadores, realizou-se na pista internacional do rio Sorraia, em Coruche, o XXXII Campeonato Nacional Interbancário de Pesca de Rio. O vencedor absoluto e individual da prova foi o nosso colega Rui Miguel Baptista Prata, com uma pescaria de 2,92 kg. Parabéns!

Jaime Laranjeira, campeão de rio, com quatro primeiros e dois segundos lugares, não deu qualquer hipótese à concorrência. Em segundo lugar ficou Vítor Barreto, que era candidato à vitória final. É de salientar que a disputa entre todos os participantes foi intensa, o que permitiu abrilhantar o nível do campeonato.

David Oliveira, campeão de mar, foi o vencedor com todo o mérito, mas teve em Mário Santos um adversário à altura, dado que terminaram separados apenas por 2 pontos. Só na última das seis provas é que se ficou a conhecer o campeão.

Por Francisco Ribeiro

## O campeão nacional é BPI

Felizmente para as nossas cores, o Rui entendeu-se com algumas tainhas, e, quando da pesagem, os seus 2,900 kg chegaram para arrebatam o título nacional.

Chegou, pescou e venceu. O Rui Prata é o mais jovem atleta a participar na final do Campeonato Nacional Interbancário de Pesca de Rio, veio do centro do País, não deixou os seus créditos por mãos alheias, bateu toda a concorrência, e conquistou com todo o mérito o título de campeão interbancário de rio de 2010.

A prova teve lugar na pista de Coruche, no mesmo local onde se realizou recentemente o Campeonato da Europa desta modalidade.

O Grupo Desportivo participou na final

do Interbancário de Pesca de Rio com duas equipas, uma com o Rui Prata, o Costa Pinto e o Faria da Cunha, e outra com o David Franco, o Álvaro Carvalho, o Manuel Carvalho e o Fernando Custódio.

O peixe é que resolveu frustrar as expectativas da maioria dos pescadores, e a pesca revelou-se extremamente difícil, conforme se comprovou no momento da pesagem.

Felizmente para as nossas cores, o Rui entendeu-se com algumas tainhas, e, quando da pesagem, os seus 2,900 kg

chegaram para arrebatam o título nacional. É também de registar também a boa prestação do David, que se posicionou em quarto lugar na sua zona.

Numa modalidade em que se vêem poucas caras novas e em que os atletas realmente jovens se contam pelos dedos de uma mão, a prestação do Rui foi uma lufada de ar fresco na modalidade e um motivo de orgulho para todos nós.

Se gostas de pescar, contacta o Grupo Desportivo ou os responsáveis pela modalidade e vem participar.

Por José Duarte



# III Torneio de Poker – Texas Hold'em

Voltamos às mesas e aos *bluffs*, com um torneio melhorado, prémios renovados e muita animação silenciosa...



É para muitos uma oportunidade de “desforra” esta III edição de um torneio que já se tornou “obrigatório” na agenda de muitos *players*.

As regras do jogo estarão disponíveis no nosso *site* ([www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)) no *link* que acompanha a notícia do torneio.

Haverá lugar para homenagens às melhores jogadas, aos jogadores mais regulares e aos finais mais inesperados de cada mesa. Ou não... O *bluff* continua...! Mas prometemos que valerá a pena participar.

Por Pedro Ferreira



**Realização:** 12 de Novembro  
(primeiras 45 inscrições)

**Inscrição até:** 10 de Novembro

**Ponto de encontro:** Praça do Município, 1.º andar (Sala Polivalente)

**Hora:** das 18.45h às 21.30h

**Valor:** 10 euros

**Inscrição não inclui:** bebidas e snacks disponíveis no bar  
Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação, contacte o Grupo Desportivo

# Torneio do Arneiro

O Grupo Desportivo marca presença no torneio de regularidade de tiro de precisão, organizado pelo Clube de tiro do Arneiro, sob a égide da Federação Portuguesa de Tiro.

Participámos nas provas de carabina de cano articulado, integradas no calendário oficial da Federação, realizadas no Clube de tiro do Arneiro, em Carcavelos. Sendo esta uma prova de regularidade até ao último tiro, certamente daremos cartas nos títulos individual e colectivo, e decerto levaremos avante o nosso empenho na modalidade, dignificando dessa forma a camisola que envergamos. Oportunamente daremos conhecimento do desfecho classificativo desta e de ou-

tras provas que se avizinham.

Parabéns pela sua dedicação a todos os atiradores do Grupo Desportivo que têm marcado presença nas provas. Deixo ainda um especial louvor ao sr. Hugo Franco, que, com todo o seu conhecimento, nos tem prestado apoio, com vista ao nosso desenvolvimento enquanto praticantes da modalidade de tiro de precisão.

As portas estão abertas a todos os que queiram experimentar esta modalidade.



Os interessados deverão dirigir-se ao Grupo Desportivo a fim de obter mais informação.

Está lançado o repto: apareça e venha fazer parte da nossa equipa!

Por Jorge Pereira

ALUGUE POR **7 NOITES**  
E **PAGUE SÓ 5**



O Grupo Desportivo oferece-lhe  
as melhores vantagens  
no **aluguer de apartamentos**

Consulte as nossas ofertas na página 38

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

# Calendário de Viagens 2011

O Grupo Desportivo vai organizar para os seus associados as seguintes viagens, ainda com algumas datas sujeitas a pequenos ajustamentos.

➤ **SIERRA DE BEJAR**  
11 de Fevereiro



➤ **SIERRA NEVADA**  
31 de Março



➤ **MARROCOS**  
9 de Abril



➤ **ISRAEL**  
30 de Abril



➤ **ESCANDINÁVIA – NORUEGA E SUÉCIA**  
28 de Maio



➤ **USBEQUISTÃO**  
31 de Maio, ou 7 de Junho



➤ **ESCAPADA A BUDAPESTE**  
10 de Junho



➤ **ISLÂNDIA**  
18 de Junho



➤ **MOSCOVO E O ANEL DE OURO**  
21 de Junho



➤ **GRANDE ESCÓCIA**  
4 de Julho



➤ **ITÁLIA FANTÁSTICA**  
16 de Julho



➤ **INDONÉSIA**  
25 de Setembro



➤ **ESCAPADA A PARIS**  
1 de Outubro



➤ **COSTA OESTE DOS ESTADOS UNIDOS DA AMÉRICA**  
29 de Outubro



➤ **CHILE E ARGENTINA**  
1 de Novembro





## Sierra de Bejar

Sierra de Bejar, em Salamanca, já é um *best-seller* nas temporadas de neve do Grupo Desportivo.

**Realização:** 11 a 13 de Fevereiro

**Inscrição até:** 21 de Janeiro

**Valor:**

Em quarto duplo: 210 euros; em quarto individual: 265 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:**

Em quarto duplo: 185 euros; em quarto individual: 245 euros

**Crianças até aos 12 anos:** 125 euros

**Inscrição inclui:** duas noites no Hotel Colón SPA \*\*\* (meia pensão), 2 dias de forfait, transporte e seguro.

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

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

O pagamento poderá ser efectuado em até quatro prestações: Fevereiro e Março (1), Abril (2).

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

Em 2011, teremos mais um fim-de-semana branco cheio de surpresas, passatempos e descontos (consultar a parceria com o hotel seleccionado em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)).

Por Pedro Ferreira



# Sierra Nevada

Sierra Nevada voltará a ter o fim-de-semana prolongado que a tornou inesquecível em 2010.

Voltamos a ter surpresas, passatempos, *snow-papers* (uma variante de *pedi-paper* na neve!), oferta de viagens com estada e *forfait*, e descontos aliciantes.

Por Pedro Ferreira



**Realização:** de 31 de Março a 3 de Abril

**Inscrição até:** 6 de Março

**Valor:**

Em quarto quádruplo: 301 euros

Em quarto triplo: 320 euros

Em quarto duplo: 340 euros

Em quarto individual: 477 euros

**Crianças até aos 11 anos:** 186 euros

**Inscrição inclui:** 3 noites no Hotel

Meliá Sierra Nevada\*\*\*\* (meia pensão), 3 dias de *forfait*, e seguro.

**Inscrição não inclui:** aluguer

de equipamento, aulas de (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 4 (quatro) prestações: Abril (2), Maio e Junho (1).

Programa sujeito a cancelamento caso não se verificarem as condições climatéricas ideais para a prática de desportos de neve.

A organização técnica da viagem é da responsabilidade da Movimento Viagens – Viagens e Turismo Unipessoal, Lda., com sede na Torre Oriente, Avenida do Colégio Militar, 37-F, 6.º andar, 1500-081 Lisboa, alvará n.º 1493/2008, contribuinte fiscal n.º 508 425 409, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa sob o n.º 508 425 409.

Ficha de inscrição disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

Para mais informação contacte o Grupo Desportivo

### ➤ AÇOTEIAS (Jardins da Falésia)



### ALVOR

#### ➤ (Vila Marachique)



### ➤ CABANAS (Pedras da Rainha)



### CABANAS DE TAVIRA

#### ➤ (Golden Clube Cabanas)



### ➤ MANTA ROTA (Mantasol)



### ➤ SAGRES

#### (Pontalaia Apartamentos)



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

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

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



### ➤ LAGOS – MEIA PRAIA (Condomínio do Mar)

**Localização:** Lagos, a 500 metros da Meia Praia, próximo da marina e do centro de Lagos.

**Características:** 2 apartamentos T1 para 4 pessoas, equipados com ar condicionado, frigorífico, fogão, esquentador ou termoacumulador, e TV. Piscina para adultos e crianças.

Garagem com estacionamento.

A lavagem da loiça é da responsabilidade do utente. A mudança de roupa é feita semanalmente ou sempre que mude o utente.

A recepção funciona no condomínio, lote 2, permanentemente, e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.

### TABELA DE PREÇOS DOS APARTAMENTOS – 2010

#### ÉPOCAS

BAIXA	PÁSCOA/NATAL	MÉDIA/BAIXA	MÉDIA	MÉDIA/ALTA	ALTA
1/1 a 27/3	27/3 a 10/4	10/4 a 29/5	29/5 a 26/6	26/6 a 3/7	3/7 a 28/8
9/10 a 18/12	18/12 a 31/12	25/9 a 9/10	11/9 a 25/9	28/8 a 11/9	
19,00 euros	40,00 euros	40,00 euros	45,00 euros	70,00 euros	87,00 euros

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 especial:** de 10 de Abril a 29 de Maio e de 25 de Setembro a 9 de Outubro, alugue por 7 noites e pague só 5, em todos os apartamentos.

Nos períodos entre 29 de Maio e 25 de Setembro, o aluguer será feito somente à semana, com início ao sábado.

Não são permitidos animais nos apartamentos.

## TURISMO RURAL

## ➤ 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.



## ➤ 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.



## ➤ 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.



## ➤ 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.





### 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.



### 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 65 40 08/96 443 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 65 63 31

**Localização:** Sair da A3 em Braga e seguir em direcção a Chaves; 27 km depois (Cerdeirinha), virar à direita em direcção à vila de Vieira do Minho, e, dali, seguir as indicações para

a aldeia turística de Agra, manter essa rota até percorrer cerca de 14 km; a sua localização permite aceder em menos de 30 minutos a diversos locais de interesse turístico, como Braga, Guimarães, Parque Nacional Peneda-Gerês, e em menos de 15 minutos à barragem da Cabreira. Dispõe de quartos, e os preços incluem pequeno-almoço regional.



## TURISMO RURAL

### ➤ VIEIRA DO MINHO

#### Quinta de S. Simão

**Telefone:** 253 64 82 70/93 409 00 77

**Localização:** Sair da A3 em Braga e seguir em direcção a Gerês/Chaves; 27 km depois (Cerdeirinhas), virar em direcção a Vieira do Minho e seguir as indicações da quinta, que se encontra logo a 1km.

A Quinta de São Simão assume-se como um lugar privilegiado onde poderá fruir o verde da vegetação, o sol quente das tardes de Verão, a água abundante e cris-



talina dos seus ribeiros, ou o aconchego da lareira nos dias de Inverno.

A quinta possui 6 quartos e 2 *suites*, todos equipados com o conforto de aqueci-



mento central e casa de banho privativa. A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 15% sobre o preço de balcão.



### ➤ VILA MEÃ – VISEU

#### Hotel Rural Quinta da Vila Meã

**Telefone:** 232 93 12 61

**Localização:** Situado entre Viseu e Mangualde, a 3 km do IP5. A barragem de Fragilde, a 4 km, é um local de lazer e prática de desportos náuticos não motorizados e

desportos radicais: todo-o-terreno, parapente (Linhares da Beira) e *rafting* no rio Paiva. Dispõe de apartamentos T0, T1 e T2, equipados com *kitchenette*. Os quartos são dos tipos *standard* e *suite*. Nos preços está incluído o pequeno-almoço.

### ➤ VILARINHA, BORDEIRA

#### Monte da Vilarinha

**Telefone:** 282 973 218

**Localização:** Como chegar pela Auto-Estrada: Siga pela A2 para o Algarve na Via do Infante (A22), tome a direcção de Lagos/Portimão, saia para Aljezur/Sines, na rotunda de Bensafrim siga pela N120 em direcção a Aljezur. Ao avistar o parque eólico siga em direcção a Monte Ruivo; no cruzamento com a N268 vire para Sagres/Vila do Bispo. Uma

vez na Carrapateira, siga as indicações para a Vilarinha.

**Preços:** A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a:

- Desconto de 15% para estadas de época alta;
- Desconto de 20% para estadas de época média;
- Desconto de 25% para estadas de época baixa.



### ➤ VILA RUIVA – CUBA

#### Casa do Alto da Eira

**Telefone:** 284 41 26 19/96 557 99 18

**Localização:** Situada em Albergaria dos Fusos, no concelho de Cuba, próximo da barragem do Alvito. Casa tipicamente alen-

tejana 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.

Mais informações sobre os nossos parceiros em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)

### → ARQUITECTURA

#### FFSB ARQUITECTOS

Porto  
Tel.: 22 403 44 86

### → ARTE

#### MUSEU DO DOURO

Peso da Régua  
Tel.: 254 310 190

#### NAZARETH'S GALERIA DE ARTE

Porto  
Tel.: 22 250 19 20

### → ARTIGOS PARA CRIANÇA

#### BÉBÉDÁDÁ

Almada-Pragal  
Tel.: 21 273 16 96

#### PÉ DA ROUPA

Lisboa  
Tel.: 309 947 498

### → ARTIGOS PARA O LAR

#### BRAZ E BRAZ

Lisboa  
Tel.: 21 346 23 46

#### CASA NORBERTO ELECT. UTILIDADES, LDA.

Ermesinde  
Tel.: 22 971 47 22

#### CONFORTO – ARQUITECTURA DE INTERIORES, SA

Almada  
Tel.: 21 273 16 85

#### EPH – ELÉCTRICA PEDRO HISPANO

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

#### JONOR COMERCIAL

Porto  
Tel.: 22 509 78 81

#### MAGNETICARTS.PT

Lisboa  
[magneticarts@magneticarts.pt](mailto:magneticarts@magneticarts.pt)

#### POLLUX

Lisboa  
Tel.: 21 881 12 00

#### SECURITAS DIRECT

Linda-a-Velha  
Tel.: 707 241 224

#### SUNERGETIC

Barreiro  
Tel.: 21 082 31 81

#### VALE DO PAIVA – ELECTRODOMÉSTICOS, LDA

Lisboa  
21 933 35 36 / 93 733 35 15

### → AUTOMÓVEIS E ACESSÓRIOS

#### AUTO MOTRIZ

Sacavém  
Tel.: 21 940 52 50

#### CAPITALPNEUS

Lisboa  
Tel.: 21 795 21 12

#### CARFITNESS SYSTEMS PORTUGAL

Lisboa e Oeiras  
Tel.: 96 152 52 88

#### CENTRAL VULC. S. SEBASTIÃO, LDA.

Lisboa  
Tel.: 21 353 04 58

#### CROSSAUTO – CONCESSIONÁRIO CITROEN

Lisboa  
Tel.: 21 862 10 00  
Vila Franca de Xira  
Tel.: 263 286 510

#### ESPONJINHA – MANUTENÇÃO DE VEÍCULOS, LDA.

Lisboa  
Tel.: 21 778 18 99

#### FIRST STOP

Porto  
Tel.: 22 200 11 11

#### GARAGEM CENTRAL POÇO DO BISPO, LDA.

Lisboa  
Tel.: 21 868 12 56

#### HENRIQUE GOMES & FILHOS, LDA.

Santa Iria da Azóia  
Tel.: 21 953 37 90

#### HISPANOPNEU

Porto  
Tel.: 22 832 19 67

#### IMPÉRIO AUTOCENTER

Lisboa  
Tel.: 21 831 43 98  
Porto  
Tel.: 22 518 86 80

#### PNEUS DA FRONTEIRA

Lisboa  
Tel.: 21 381 43 15

#### PNEUPARQUE

Lisboa  
Tel.: 21 385 92 02

#### PNEUS DOS PRAZERES

LISBOA  
Tel.: 21 393 13 30

#### RENAULT CAMPO LINDO

Porto  
Tel.: 22 507 03 00

#### RENAULT CHELAS

Lisboa  
Tel.: 21 836 14 98

#### RIO PAIVA PORTUGAL – PNEUS E SERVIÇOS AUTO, LDA.

Lisboa  
Tel.: 21 799 85 90

### → CABELEIREIROS

#### HÉLDER & PEDRO

Lisboa  
Tel.: 21 346 02 62

#### JEAN LOUIS DAVID

Lisboa  
Tel.: 21 357 19 62

## → CÃES E GATOS

### PARABICHOS

Águas Santas – Maia  
Tel.: 22 975 30 83

## → CAMPISMO

### FCMP – FEDERAÇÃO DE CAMPISMO E MONTANHISMO DE PORTUGAL

Lisboa  
Tel.: 21 812 69 00

## → COMBUSTÍVEIS

### REPSOL

www.repsolypf.com

## → CRECHES ATL

### AESBUC – ASSOCIAÇÃO PARA A ESCOLA SUPERIOR DE BIOTECNOLOGIA DA UNIVERSIDADE CATÓLICA – EXTERNATO AUGUSTO SIMÕES FERREIRA DA SILVA

Porto  
Tel.: 22 558 00 85

### ATIREI O PAU AO GATO

Lisboa  
Tel.: 21 400 71 64

### COLÉGIO CRECHE JARDIM-DE-INFÂNCIA INVICTA, LDA.

Porto  
Tel.: 22 543 08 02

### COLÉGIO GIZ MÁGICO

Massamá – Sintra  
Tel.: 21 439 78 07

## NOVO

### ECOBABIES, LDA.

Aqualva-Cacém  
Tel.: 21 433 89 85/6

### OS PEQUENOS MESTRES

Lisboa  
Tel.: 21 386 83 44

## → CURSOS DE FORMAÇÃO

### ACADEMIA TEMPO ACTIVO

Lisboa  
Tel.: 21 390 92 17

### CLAVE & SOM – ESCOLA DE MÚSICA/INSTRUMENTOS MUSICAIS

Lisboa  
Tel.: 21 315 08 86

### CONTOS & PARÁBOLAS, UNIPESSOAL LDA

Lisboa  
Tel.: 21 191 19 67

### MATHNASIUM – GINÁSIO DE MATEMÁTICA

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

### WISE UP ACADEMY

Lisboa  
Tel.: 808 912 332

## → DESPORTO

### 7 BOL

Aveleda - Vila do Conde  
Tel.: 96 535 79 30

### ACADEMIA LUSÓFONA DE SURF

Costa da Caparica  
Tel.: 96 654 07 14

### ADVENTURE PARK – PARQUES DE ARBORISMO, LDA.

Oeiras  
Tel.: 21 151 94 00

### A LOJA DA PESCA

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

### ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA VITRINE

Gondomar  
Tel.: 91 020 14 04

### ATLÉTICO CLUBE DE PORTUGAL

Tel.: 21 363 79 86

### CLUBE HÍPICO DE SERZEDO, LDA

Serzedo – Vila Nova de Gaia  
Tel.: 91 821 28 11

### CONFIQUATRO – ESCOLA NÁUTICA

Lisboa  
Tel.: 21 362 79 85

### ESCOLA FUTEBOL ARTUR TAIRA

São Domingos de Rana  
Tel.: 21 445 61 71

### FUNCENTER COLOMBO

Lisboa  
Tel.: 21 711 37 00

### HALIOTIS, ACTIVIDADES MARÍTIMO TURÍSTICAS, LDA.

Peniche  
Tel.: 262 781 160

### MACRON

Porto  
Tel.: 22 615 48 48

### NEVADA BOB'S GOLF PORTUGAL

Parede  
Tel.: 21 458 67 80

### ONDA PURA ESCOLA DE SURF

Matosinhos  
Tel.: 91 210 00 47

### RUTILVA, LDA

Amadora  
Tel.: 21 195 65 25

### SKYDIVE PORTUGAL

Évora  
Tel.: 91 099 99 91

### TRANS-SERRANO – AVENTURA, LAZER E TURISMO, LDA.

Góis  
Tel.: 235 778 938

## → ESPECTÁCULOS

### CINEMAS CITY

Lisboa - Leiria

## → FLORISTAS

### FLORES Q. B...

Lisboa  
Tel.: 21 381 37 04

## → FUNERÁRIAS

### SERVILUSA

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

## → GINÁSIOS

**ACADEMIA CEM POR CENTO**Santarém  
Tel.: 243 302 396**NOVO ACADEMIA RIBEIRO DOS REIS**Paredes  
Tel.: 21 457 26 55**AQUAFITNESS HEALTH CLUB'S**Charneca da Caparica  
Tel.: 21 296 41 80**BODYFIT AND SPA**Santarem  
Tel.: 243 302 409**BODYLAND**Leça da Palmeira  
Tel.: 22 996 98 35**CASA BRANCA**Porto  
Tel.: 22 772 74 00**CLUB R – HEALTH CLUB**LISBOA  
Tel.: 21 111 16 00**CLUBE W – WELLNESS FOR WOMEN**Lisboa  
Tel.: 21 099 32 18**NOVO CORPORATION FITNESS CENTER**Odivelas  
Tel.: 21 934 57 20**EDSAE**Lisboa – Santos  
Tel.: 21 394 35 30**FULL OUT**Lisboa  
Tel.: 96 452 11 79**GIMNOFARO GINÁSIO CLUB**Faro  
Tel.: 289 822 126**GIMNOGRÁVIDA – PREPARAÇÃO PARA PARTO E MATERNIDADE**Porto  
Tel.: 93 433 88 26**GO FIT**Lisboa  
Tel.: 21 315 08 54**HOLMES PLACE**Lisboa  
Tel.: 21 326 09 00**INFANTE DE SAGRES – NAUTILUS HEALTH CLUB**Lisboa  
Tel.: 21 304 13 50**LATIN DANCE**Lisboa – Campolide  
Tel.: 21 389 41 90**LISBOA GINÁSIO CLUBE**Lisboa  
Tel.: 21 315 40 02/3**NCL FIT CLUB**Porto  
Tel.: 96 177 92 61**S CLUB**Lisboa  
Tel.: 21 853 15 24**NOVO HEALTH CLUB SLIFE TAVIRA**Tavira  
Tel.: 281 329 726**SHAPE FITNESS CLUB**Matosinhos  
Tel.: 22 937 06 71**SOLINCA**Lisboa/Porto  
Tel.: 21 012 96 70

## → HOTELARIA

**BAHIA PALACE**Vila Franca do Campo  
S. Miguel – Açores  
296 539 138  
E-mail: reservations@  
hotel-bahiapalace.com**CLUBE PINHAL DA FOZ – APARTAMENTOS TURÍSTICOS**Esposende  
Tel.: 253 961 098**ESTALAGEM SÃO DOMINGOS**Mértola  
Tel.: 286 64 00 00**ESTALAGEM SENHORA DA ROSA**Ponta Delgada  
Tel.: 296 629 939**GRUPO GRÃO-PARÁ**Atlantis  
Estoril  
Tel.: 21 469 07 20Solférias  
Carvoeiro  
Tel.: 282 357 401**GRUPO SELECÇÃO HOTÉIS**Lisboa  
Tel.: 21 846 57 52  
geral@seleccaohoteis.pt**GRUPO SOLVERDE NORTE**Hotel Solverde SPA & Wellness  
Center \*\*\*\*\*  
Vila Nova de Gaia  
Tel.: 22 733 80 30Hotel Casino de Chaves \*\*\*\*  
Chaves  
Tel.: 276 309 600Hotel Apartamento Solverde \*\*\*  
Espinho  
Tel.: 22 733 80 00**HOTEL COLON SPA**Bejar (Salamanca)  
Tel.: 34 923 400 650**PALMELA VILLAGE GOLF RESORT**Quinta do Anjo – Palmela  
Tel.: 21 044 26 00**HOTEL TURISMO DE TRANCOSO**Trancoso  
Tel.: 271 829 200**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 73 93 00**MONTE DA VILARINHA**Aljezur  
Tel.: 282 973 218**PRAIAGOLFE HOTEL**Espinho  
Tel.: 22 733 10 00  
www.praiaGolfe.com**RIVIERA HOTELA CARCAVELOS**Carcavelos  
Tel.: 21 458 66 00**TERMAS DE ALCAFACHE**Alcafache  
Tel.: 232 47 97 97

## → INFORMÁTICA

**NOVO DON BYTE**Pero Pinheiro  
Tel.: 21 967 49 25**IFTHENELSE**Lisboa  
Tel.: 21 414 79 00

**TELEMEDIA**

Alfragide  
Tel.: 21 475 18 30

**→ MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO****ROBBIALAC**

Lisboa  
Tel.: 21 396 42 85

**→ MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA****REMAX REAL**

Isabel Miranda  
96 004 24 22  
21 949 75 00  
imiranda@remax.pt

**→ MODA****8XL – MODA MASCULINA,  
PRONTO A VESTIR, ALFAIATES  
CAMISEIROS**

Lisboa  
Tel.: 21 346 77 57

**JOADÊ – MODA MASCULINA**

Lisboa  
Tel.: 21 313 95 70

**ELLA LINGERIE**

Lisboa  
Tel.: 96 175 68 07

**→ OCULISTA****ÓPTICA CONDE REDONDO**

Lisboa  
Tel.: 21 319 28 50

**GIL OCULISTA, LDA.**

Lisboa  
Tel.: 21 887 91 91

**RODRIGUES OCULISTA –  
ROLISLENTE, LDA**

Lisboa  
Tel.: 21 882 20 05

**→ ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS****BARLAVENTO BALLOONS**

Lagos  
Tel.: 287 762 906

**MEGAVERDE**

Lisboa  
Tel.: 96 192 63 89

**MOMENTS**

Lisboa  
Tel.: 21 781 92 18

**MUNDO DE AVENTURA, LDA.**

Lisboa  
Tel.: 21 781 84 70

**SAL – SISTEMAS DE AR LIVRE**

Setúbal  
Tel.: 265 227 685

**XPTO**

Albufeira  
Anabela Freitas  
anabela@xptomarketing.pt

**→ OURIVESARIAS  
E RELOJOARIAS****ONIX**

Porto  
Tel.: 91 780 20 28

**OURIVESARIA DA MODA, SA**

Lisboa  
Tel.: 21 342 21 43

**OURIVESARIA SÃO DOMINGOS**

Lisboa  
Tel.: 21 886 30 86

**→ PERFUMARIAS****A ESCADA**

Lisboa  
Tel.: 21 771 00 50

**PERFUMARIA T.I. COSMÉTICA**

Mafra  
Tel.: 261 813 719  
Telem.: 91 257 01 00

**→ PUBLICAÇÕES****INSTITUTO PIAGET**

Lisboa  
Tel.: 21 995 95 20

**JORNAL O PÚBLICO**

Lisboa  
Tel.: 21 011 10 00

**→ RENT-A-CAR****GUERIN RENT A CAR**

Tel.: 21 010 02 97

**HERTZ**

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

**→ RESTAURAÇÃO****LOJA DAS SOPAS  
ATRIUM SALDANHA**

Lisboa  
Tel.: 21 155 46 99

**LOJA DAS SOPAS  
SALDANHA RESIDENCE**

Lisboa  
Tel.: 21 155 46 98

**→ SAPATARIAS****SAPATARIA E CHAPELARIA  
LORD**

Lisboa  
Tel.: 21 712 30 41

**SAPATARIA GODIVA**

Lisboa  
Tel.: 21 712 30 46

**SAPATARIA JANDAIA**

Lisboa  
Tel.: 21 342 17 74

**→ SAÚDE E BEM-ESTAR****LX SPA**

Lisboa  
Tel.: 21 317 40 60

**BLUE CONCEPT – DAY SPA  
AND RELAXING CLINIC**

Lisboa  
Tel.: 21 778 22 61

**CELLULEM BLOCK**

Lisboa  
Tel.: 21 315 08 54

**CLÍNICA ZERO**

Lisboa  
Tel.: 21 314 97 97

**CLÍNICAS RIVIERA SPA**

Carcavelos  
Tel.: 21 457 56 90

**CONSELHEIROS DA VISÃO**

Lisboa  
Tel.: 808 300 330

**NOVO****CORPUS BEAUTY**

Lisboa  
Tel.: 21 800 04 25

**DAY DREAM SPA**

Lisboa  
Tel.: 21 010 03 79

**DENTALCLINIC NEW GENERATION**

Em todo o País  
Tel.: 21 330 37 31

NOVO

**DEPILSTYLE – SERVIÇOS ESPECIALIZADOS DE DEPILAÇÃO**

Lisboa – Cascais  
Tel.: 21 895 70 96

**DOUTORPÉ**

Cruz Quebrada  
Tel.: 21 414 41 52

**FARMÁCIA INTERNACIONAL**

Lisboa  
Tel.: 21 324 13 60

**FARMÁCIA MAGALHÃES**

Lisboa  
Tel.: 21 885 10 54

**MEI HUA CLÍNICA – ESPECIALISTAS EM MEDICINA CHINESA**

Lisboa  
Tel.: 21 355 83 03

**MINISOM – APARELHOS AUDITIVOS**

Tel.: 808 201 628

**MUNDO VERDE**

Mafamude – Vila Nova de Gaia  
Tel.: 22 014 37 63

NOVO

**NÃO + PÊLO**

Em todo o País  
www.naomaispelo.pt

**NOVA DENTISMED – CLÍNICAS MÉDICO DENTÁRIAS**

Lisboa-Porto-Castelo Branco  
Tel.: 21 315 83 38/22 201 32 88/  
272 323 359

**PEOPLE FAMILY CLUB**

sintra  
Tel.: 21 961 45 30

**OLHAR DE PRATA, LDA**

Lisboa  
Tel.: 21 351 32 30

**ORIGINALDENTE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS MÉDICOS E DENTÁRIOS E ENFERMAGEM**

Lisboa  
Tel.: 21 387 19 65

**QUALIPHYSIO – FISIOTERAPIA E BEM ESTAR, LDA**

Castanheira do Ribatejo  
Tel.: 91 790 33 90

**QE – UMA NOVA LINGUAGEM**

Sintra  
Tel.: 21 915 47 40

**SABER & SORRIR**

Porto  
Tel.: 91 346 39 01

**SANTA RITA RESIDÊNCIA GERIÁTRICA**

Estoril  
Tel.: 21 466 97 71

**SPIRIT DAY SPA, LDA**

Odivelas  
Tel.: 21 093 52 72

**SPORTSLAB**

Lisboa  
Tel.: 21 330 37 85

**TERMALISTUR – TERMAS DE S. PEDRO DO SUL E.E.M.**

Várzea – S. Pedro do Sul  
Tel.: 217 718 030

**THAI MOMENT**

Lisboa  
Tel.: 21 757 90 40

**→ SERVIÇOS DOMÉSTICOS****BOLINHA DE SABÃO**

S. Pedro do Estoril  
Tel.: 21 456 0466

**LAISSEZ FAIRE – LIMPEZAS UNIPESSOAL, LDA**

Porto  
Tel.: 91 320 95 98

**SERHOGARSYSTEM PORTUGAL**

Linda-a-velha  
Tel.: 707 222 112

**SOFAKEEPER**

Lisboa  
Tel.: 21 724 20 80

**→ SEGUROS****DIAS SEGUROS**

Lisboa  
Tel.: 21 816 05 40

**→ SOM E IMAGEM****DIGIMAGEM**

PORTO  
Tel.: 22 605 27 80

**LARANJA QUADRADA, LDA.**

Odivelas  
Tel.: 21 099 39 30

NOVO

**PANDORAMOMENTS®**

Lisboa  
Tel.: 96 700 27 77

**SANIOCÓPIA –**

The Audiovisual Company  
Lisboa  
Tel.: 21 394 22 00

**→ VENDAS POR CATÁLOGO****D-MAIL**

Sintra  
Tel.: 21 915 65 60

**→ VIAGENS****BEST TRAVEL**

Lisboa  
Tel.: 21 006 16 90

**DOURO ACIMA**

Porto  
Tel.: 22 200 64 18

**DOURO AZUL – CRUZEIROS NO DOURO**

Porto  
Tel.: 22 340 25 10

**EURORUMO VIAGENS**

Lisboa  
Tel.: 21 798 11 20

**FLASH VIAGENS**

Porto/Lisboa  
Tel.: 22 508 12 40/21 790 06 10

**GEOTUR**

Lisboa  
Tel.: 808 241 414

**LUGAR AO SOL**

Charneca da Caparica  
Tel.: 21 297 04 88

**OASISTRAVEL**

Lisboa  
Tel.: 21 319 36 00

**QUADRANTE**

Santa Maria da Feira  
Tel.: 256 379 220

**ROTAS NOVAS**

Laranjeiro  
Tel.: 21 250 05 13

**SPORTSKI – SNOW SPECIALISTS**

Lisboa  
Tel.: 21 394 33 00

**DIRECÇÃO REGIONAL SUL**

Praca do Município, 31-4.º  
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, 179-3.º  
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.gdgdbpi.pt  
(disponível na Intranet)  
E-mail: gestor@gdgdbpi.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  
Ensaio do Coro  
Terças a partir das 16.00h

**ANEBOL**

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 Ferreira - Tel.: 22 207 58 21  
carlos.reis.ferreira@bancobpi.pt

**BASQUETEBOL**

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.: 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/BTT**

Joaquim Rubira - Tel.: 21 723 43 12  
joaquim.antonio.rubira@bancobpi.pt  
Rui Sousa - Tel.: 21 310 44 83  
Carlos Morais - Tel.: 21 322 68 14  
carlos.manuel.morais@bancobpi.pt  
Carlos 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  
Ensaio: 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  
pilarbatorreu@gmail.com  
Virgílio Guimarães - Tel.: 22 206 10 90  
norte@gdgdbpi.pt  
José Almeida - Tel.: 22 206 10 90  
jose.reis.almeida@gmail.com  
Victor Camisão - Tel.: 22 701 51 51  
victor.camisao@gmail.com  
Graça Coelho - Tel.: 22 607 22 36  
graca.maria.coelho@bancobpi.pt

**DANÇAS DE SALÃO**

João 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  
Victor Camisão - Tel.: 22 701 51 51  
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  
pilarbatorreu@gmail.com  
Graça 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 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 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.: 21 318 10 45  
miguel.nunes.chaves@bancobpi.pt  
Paulo Santos - Tel.: 21 723 44 79  
paulo.lourenco.santos@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.: 21 318 10 45  
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 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**

Rui Duque - Tel.: 21 310 44 38  
rui.carlos.duque@bancobpi.pt  
João Lopes - Tel.: 21 318 10 94  
joao.pedro.lopes@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.: 96 554 40 86  
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.: 21 318 10 45  
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  
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



**OSVALDO SILVA**  
DIRECTOR

## A revista *Associativo* faz já mais de seis anos

Há alguns anos, quando se decidiu arrancar com este projecto do *Associativo*, era objectivo levar a informação do Grupo

GOSTAMOS DO ASSOCIATIVO E DA FORMA COMO ABORDA A VIDA DO GRUPO DESPORTIVO. ESTAMOS CONTENTES COM O TRABALHO QUE TEM VINDO A SER DESENVOLVIDO.

Desportivo, com qualidade, a todos os Associados, e provavelmente muitos não o julgariam capaz de chegar até onde está e sempre com a apresentação e a qualidade de informação que se lhe reconhece.

Estamos hoje a fechar a edição n.º 25, e temos cada vez mais a certeza de que esta foi, é e será sempre uma aposta bem conseguida, leitura obrigatória para milhares dos nossos sócios. Não somos tolos ao ponto de pensar que todos estamos de acordo, mas, como é sabido, os estatutos do Grupo Desportivo, bem, impedem outro tipo de informação. A Direcção pensa que este veículo informativo do Grupo Desportivo é já hoje incontornável, de consulta obrigatória pela generalidade dos nossos

associados, mesmo por aqueles que dispõem de outro poderoso suporte informativo, como é a Internet, onde o *Associativo* digital pode ser encontrado e lido *on-line*.

Diga-se em abono da verdade que por vezes não tem sido nada fácil manter o rumo que a Direcção definiu como sendo o melhor para o Grupo Desportivo e os Associados, por efeito dos mais diversos condicionamentos – sejam eles de origem sistémica ou simplesmente por acção de forças exteriores que de forma inadequada ou até menos própria querem fazer-se valer.

Há já alguns meses que a nova página do Grupo Desportivo está disponível, com a redecorada imagem que escolhemos para a nossa informação digital, e estamos já a trabalhar na nova base de dados que vai permitir criar condições para uma maior interactividade com os Associados e que prevemos possa começar a estar disponível no final do primeiro semestre de 2011.

Os Sócios do Grupo Desportivo têm verificado – podem fazê-lo a qualquer momento – que a evolução do Grupo Desportivo a todos os níveis, quer na oferta quer na procura, tem crescido exponencialmente, e isso deve-se nomeadamente à forma como a divulgação das iniciativas é feita pela utilização destes dois suportes informativos e ao número crescente de acordos que temos vindo a promover com os parceiros mais diversos, em todas as áreas de bens e serviços, incluindo as de saúde.

... E ASSIM TAMBÉM DISTINGUIR AS CENTENAS DE ASSOCIADOS QUE DE FORMA EMPENHADA E DESPOJADA TÊM COLABORADO PARA MANTER BEM ALTO A MAGIA DO ASSOCIATIVO.

Não quis deixar de homenagear esta revista, que surge cerca de seis anos depois da número zero, sempre com pontualidade e evoluindo naturalmente com as alterações consideradas indispensáveis à modernização e à adaptação da imagem ao tempo e assim também distinguir as centenas de Associados que de forma empenhada e despojada têm colaborado para manter bem alto a magia do *Associativo*. Gostamos do *Associativo* e da forma como aborda a vida do Grupo Desportivo. Estamos contentes com o trabalho que tem vindo a ser desenvolvido.

Encontramo-nos uma vez mais a caminho do fim do ano, e perfilam-se já no horizonte próximo o Natal e o Ano Novo. Assim, aproveito esta ocasião para desejar a todos os Associados do Grupo Desportivo e excelentíssimas famílias um Natal Feliz, um Ano Novo Próspero, e que o próximo ano possa trazer a concretização de alguns dos objectivos de cada um.

Até lá.

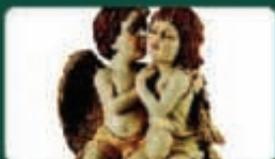


Consigo nos momentos difíceis

[www.servilusa.pt](http://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

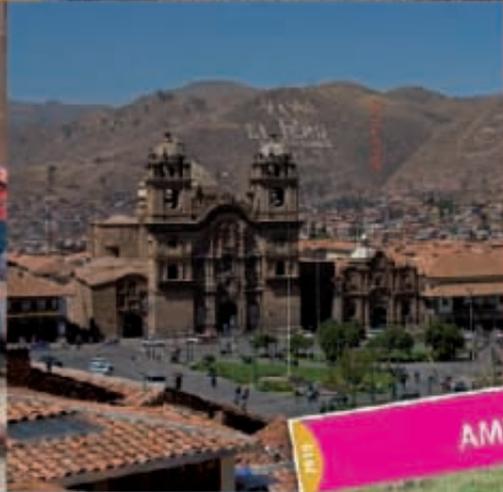


# sugestões de INVERNO

Equador



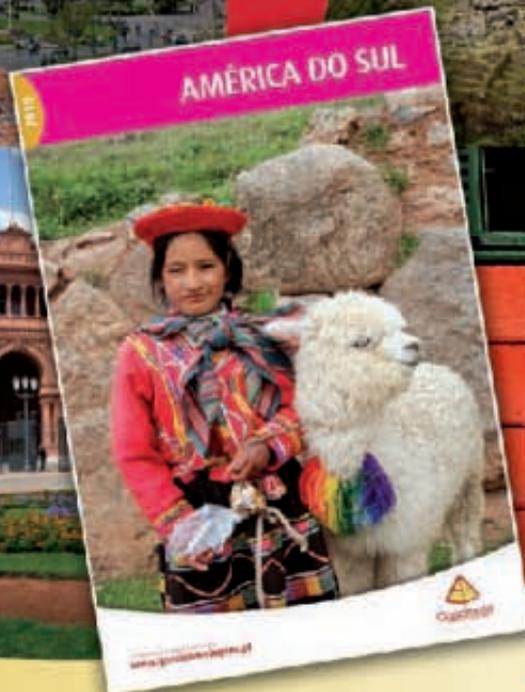
Chile



Peru



Argentina



TANGO  
lessons

Consulte  
todas as nossas  
promoções da América do Sul  
[www.quadranteviagens.pt](http://www.quadranteviagens.pt)



Quadrante  
OPERADOR TURÍSTICO