

associativo

REVISTA DO GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL DOS EMPREGADOS DO BANCO BPI



GRUPO DESPORTIVO

Grupo CaixaBank



[n.º 75 | Maio
Julho
2023 | Trimestral | Distribuição
Gratuita | www.gdbpi.pt]

p. 78
Campos de férias

p. 11

Chegou um
novo passatempo
– O Revista-Paper

p. 14

S. João no Porto
– Cruzeiro no Rio Douro

p. 45

Relatório e Contas
Exercício de 2022

p. 71

Nova Iorque
A cidade que não dorme...

O NOSSO **NOVO** PARCEIRO PARA TODAS AS SOLUÇÕES IMOBILIÁRIAS DE NORTE A SUL DO PAÍS.

Procure o consultor **Pedro Proença**
e saiba como receber prémios
que poderão ir até aos

[**3500 €**]



www.gruposolucao.pt

**PEDRO
PROENÇA**

919 033 022

pmproenca@remax.pt

GrupoSolução RE/MAX

SOLUÇÃO
SOLUÇÃO 2
SOLUÇÃO 3
SOLUÇÃO LUX
SOLUÇÃO ARRÁBIDA
SOLUÇÃO PROPERTY



GRUPO DESPORTIVO

Grupo  CaixaBank

AMI 7020

[editorial]

Aproxima-se o Verão

O Grupo Desportivo tem trabalhado incansavelmente para promover e proteger os interesses dos associados e ao longo dos anos tem-se empenhado em promover uma cultura de colaboração, partilha de informações e de boas práticas.



JOÃO SAMPAIO

> Prezados associados e leitores,

É com grande satisfação que lhes trazemos a mais recente edição da nossa revista do Grupo Desportivo e Cultural do Banco BPI. Nesta edição, destacamos a actividade desenvolvida e a desenvolver pelo Grupo Desportivo, que tem sido uma referência no nosso sector, bem como apresentamos o Relatório e Contas do ano de 2022 aprovado em Assembleia Geral no passado dia 14 de Abril, no Porto, por unanimidade, e que obteve o parecer favorável do Conselho Fiscal e do auditor externo.

Nesta edição, apresentamos as crónicas de algumas etapas da caminhada a Fátima, que deverá estar concluída quando receberem a revista. Esta iniciativa teve partidas de Lisboa e do Porto, e se tudo correr bem encontrar-se-ão no dia 6 de Maio em Fátima.

Se estiverem lembrados, no ano passado, por esta altura estávamos a falar de Santiago de Compostela. Lá para Setembro iremos começar uma outra caminhada, outra vez pelos Caminhos de Santiago, a Via Mariana Luso-Galaica, mas agora entre o Santuário do Sameiro, em Braga e o Santuário de Muxía, nas proximidades de Santiago de Compostela. Dada a proximidade, a caminhada acabará em Finisterra (+30 km).

Apresentamos ainda várias propostas de campos de férias para os

mais novos, bem como a oferta de apartamentos, turismo rural, hotéis e viagens, que podem consultar nesta edição.

Em força têm estado as actividades ao ar livre, dada a enorme adesão. Gostava de realçar uma que envolveu os Passadiços do Mondego e que contou com a importante ajuda do nosso associado Paulo Pereira, a quem agradecemos. Na próxima edição podem ler a respectiva crónica.

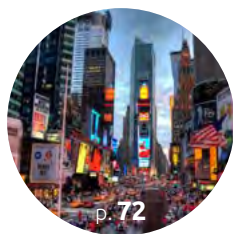
Finalmente conseguiu-se acabar, em Março passado, os XIII Jogos de Salão – torneios de *snooker* e sueca – cujo interregno provocado pela pandemia vinha adiando a sua concretização.

Por fim, gostaríamos de agradecer a todos os nossos associados o apoio e a confiança que têm dado ao nosso trabalho. Contamos com a participação e a colaboração de todos para alcançarmos os nossos objectivos.

Em Novembro deste ano teremos, mais uma vez, eleições. O quadriénio está a chegar ao fim, e podemos dizer que passou rapidamente. Muito foi feito, mas mais poderia ter sido feito. Não devemos esquecer que estivemos 2 anos em pandemia, o que nos impediu de concretizar alguns objectivos.

Boa leitura, bom trabalho e boas férias!





ÍNDICE

EDITORIAL 03

CALENDÁRIO 05

VIDA ASSOCIATIVA 06

- 06 À conversa com... Rui Reis
- 11 Chegou um novo passatempo – O Revista-Paper
- 12 Observação dos Golfinhos no Sado
- 13 Prepare-se para uma reforma activa!
- 13 Missão Spider-Man Kids – Dia da criança
- 14 S. João no Porto – Cruzeiro no Rio Douro
- 15 Escola Superior Artística do Porto
- 16 Carta de Marinheiro
- 17 Via Mariana
- 18 Carnaval em Penamacor
- 19 Porto-Fátima – 3.ª etapa
- 20 Caminhada Lisboa-Fátima – etapas 1, 2 e 3
- 21 A 2.ª visita às mais bonitas igrejas do Porto
- 22 Observatório do Curso Prático de Cozinha II
- 22 Workshop Pais & Filhos, no Dia da Criança
- 23 Curso Prático de Cozinha IV
- 24 Vinhos de garrafeira para celebrar de toda a maneira.

CULTURA 27

- 27 Kitchari Segredos das iguarias da cozinha ayurvédica
- 29 A Bênção dos Rebanhos – Alenquer e arredores
- 29 Crónica da visita guiada ao Museu de Art-Déco
- 30 Arcos de Valdevez e o Alto Minho
- 30 Sobre a visita guiada à Fábrica da Portucel
- 31 Comporta – a Pérola do Sado
- 31 Trilho da Sra. da Consolação às margens do Cávado
- 32 Salinas do Samouco
- 32 Trilho do Arquinho
- 33 A caminhada da Fonte da Telha à lagoa de Albufeira
- 33 Ecopista do Tâmega – Percurso de Amarante
- 34 Mais uma caixa de scrap

- 35 Exposição de Pintura em Lisboa
- 36 Em Cartaz

DESPORTO 37

- 37 28.ª edição da S. Silvestre Cidade do Porto
- 37 O campeonato de basquetebol do Inatel
- 38 Conquistámos o 5.º lugar
- 38 Venha pedalar connosco!
- 39 Aveiro Spring Classic 2023
- 39 Futsal de Regresso
- 40 Maratona dos jogos de salão
- 40 XIII Jogos de Salão
- 41 Baptismo anual e curso de mergulho
- 42 Open da Flor de Laranjeira
- 42 Corporate Padel League
- 43 Carlos Brandão parte na frente
- 43 Campeonato Interbancário de Surfcasting
- 44 Como correu o Torneio Interno de Ténis de Mesa

RELATÓRIO E CONTAS 45

- 45 Assembleia Geral para aprovação das Contas do ano de 2022
- 45 Composição da Direcção Nacional
- 46 Exercício de 2022

FÉRIAS E VIAGENS 60

- 60 Calendário de Viagens para 2023
- 61 Convívio de reformados na ilha do Sal em Cabo Verde
- 62 Costa Amalfitana
- 65 A Mítica N2, de Chaves a Faro
- 67 Douro Fantástico
- 69 Cruzeiro no Mediterrâneo
- 71 Nova Iorque A cidade que não dorme...
- 74 Viagens City Breaks
- 78 Campos de férias
- 84 Apartamentos
- 85 Hotéis
- 93 Turismo rural

CONTACTOS 97

A FECHAR 98

PRINCIPAIS CADERNOS

- > FEVEREIRO
Férias e Viagens do Grupo Desportivo
- > MAIO
Campos de Férias
Relatório e Contas
- > AGOSTO
Calendário de Visitas Guiadas
Programa de Cursos de Formação Artística
- > NOVEMBRO
Festa de Natal e Ano Novo

FICHA TÉCNICA

Propriedade: Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI

N.º de Contribuinte: 505 065 681

Director: Osvaldo Silva

Grafismo: Nuno Costa

Revisão: Luís Alho

Secretariado: Victória Cuzmici

Colaboradores desta Edição:

António Rosa, António Vale (fotografia), Carlos Galvão, Célia Soares, Direcção Nacional, Duarte Cardoso, Fátima Pereira, Fernando Esteves, Fernando Ferreira, Francisco Barata, Francisco Ribeiro, João Sampaio, Jorge Silva, Jorge Sousa, José Duarte, José Santos, Luís Remédio, Manuel Correia, Maria João, Maria Silva, Miguel Silva, Osvaldo Silva, Pedro Ferreira, Pedro Neves, Pedro Ribeiro, Pilar Batoréu, Reis Almeida, Ricardo Gramaxo, Rosa Ferreira, Rosa Moura, Rui Duque, Rui Simplicio, Sandra Nascimento, Victória Cuzmici

Imagem da Capa: Campos de férias

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: Jorge Fernandes, Lda.

Tiragem: 10 500 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

Rua Almirante Barroso, 32-RC
1000-013 Lisboa

Telefone: 21 723 42 70

Fax: 21 723 43 28

E-mail: sul@gdbpi.pt

Site: www.gdbpi.pt



> **Utilize o cartão frota do Grupo Desportivo – Solred – da Repsol e poupe até 15 cêntimos em cada litro de combustível.** Consulte as condições no nosso portal em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=53&parentid=5&detalheid=7024> ou na contracapa desta revista.



> **Se quer vender, arrendar ou comprar um imóvel em qualquer lugar do País, consulte o Pedro Proença, da Remax, e ganhe até 3500 euros.** Consulte o verso da capa desta revista ou vá a <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=53&parentid=5&detalheid=6539>



> **Vinhos medalhados. Segredos bem guardados** – consulte a nossa proposta para este trimestre de Maio a Julho nas páginas de 24 a 26 ou vá a <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=45&parentid=41&detalheid=7344>

> **Vá ao teatro com a sua família.** Aproveite as sugestões e as vantagens que o Grupo Desportivo lhe oferece. Consulte a página 36 desta revista.

> Maio

08

Último dia para se inscrever para a caminhada **Comporta – a Pérola do Sado**, que se realiza em 14 de Maio

09

Último dia para se inscrever no **Workshop de Risotos**, que se realiza em 13 de Maio

12

Último dia para se inscrever no **Torneio de Ténis Primavera 2023** que se realiza em 19 de Maio

13

Workshop de Risotos

14

Caminhada **Comporta – a Pérola do Sado**

15

Último dia para se inscrever na **Caminhada No trilho da Sra. da Consolação às margens do Cávado**, que se realiza em 20 de Maio

17

Último dia para se inscrever na **Maratona dos Jogos de Salão**, que se realiza em 19 de Maio

19

Torneio de Ténis Primavera 2023

19

Maratona dos Jogos de Salão

20

Último dia para se inscrever na **Corrida da Mulher – Porto** que se realiza em 21 de Maio

20

Caminhada **No trilho da Sra. da Consolação às margens do Cávado**

21

Corrida da Mulher – Porto

22

Último dia para se inscrever na visita guiada **A Bênção dos Rebanhos** – Alenquer e arredores, que se realiza em 29 de Maio

25

Último dia para se inscrever no torneio de Padel **Open da Flor de Laranjeira**, que se realiza em 27 de Maio

26

Último dia para se inscrever para tirar a **Carta de Marinheiro**, curso com início em 4 ou 5 de Junho

26

Último dia para se inscrever no **Workshop de Cozinha Pais & Filhos**, no Dia da Criança que se realiza em 3 de Junho

27

Open da Flor de Laranjeira – torneio de padel

29

Visita guiada **A Bênção dos Rebanhos** – Alenquer e arredores

29

Último dia para se inscrever na caminhada **Salinas do Samouco**, que se realiza em 4 de Junho

31

Último dia para participar no novo passatempo **O Revista-Paper**, que publicamos na página 11 desta revista

> Junho

01

Missão Spider Man Kids – Dia da Criança

03

Workshop Pais e Filhos, no Dia da Criança

04

Carta de Marinheiro – Na marina de Oeiras ou na do Parque das Nações

04

Caminhada **Salinas do Samouco**

06

Último dia para se inscrever na visita guiada **Arcos de Valdevez e o Alto Minho**, que se realiza em 16 de Junho

>

08

Último dia para se inscrever no **Curso Prático de Cozinha IV**, que se realiza em 14 de Junho

09

Último dia para se inscrever no **São João no Porto – Cruzeiro** no rio Douro, que o Grupo Desportivo vai celebrar em 23 de Junho

12

Último dia para se inscrever na **viagem à Costa Amalfitana**, que se realiza a 14 de Julho

12

Último dia para se inscrever na caminhada **Trilho do Arquinho**, que se realiza em 17 de Junho

14

Curso Prático de Cozinha IV

15

Último dia para se inscrever na **Observação dos Golfinhos no Sado**, que se realiza em 1 de Julho

16

Visita guiada **Arcos de Valdevez e o Alto Minho**

17

Caminhada **Trilho do Arquinho**

23

São João no Porto – Cruzeiro no rio Douro

25

Último dia para se inscrever na **Corrida Porto de Leixões**, que se realiza em 10 de Setembro

30

Último dia para se inscrever na **Meia-Maratona do Porto**, que se realiza em 17 de Setembro

30

Último dia para se inscrever na **Viagem a Nova Iorque**, que se realiza em 25 de Outubro

> Julho

01

Observação dos Golfinhos no Sado

14

Viagem pela Costa Amalfitana

30

Último dia para se inscrever na **viagem Douro Fantástico** (2.º grupo) que se realiza em 30 de Setembro

[entrevista]



À conversa com... Rui Reis

Por Rui Duque

Mesmo estando profissionalmente ligado ao BPI, é *freelancer* credenciado na FPAK (Federação Portuguesa de Automobilismo e Karting) e no CNID (Clube Nacional da Imprensa Desportiva), colabora com agências de fotografia que trabalham com marcas de automóveis, e jornais e revistas.

> Desde sempre se conheceu a gostar de se sentir informado relativamente àquilo que acontecia no desporto automóvel, e desde que se conhece que se lembra de gostar de brincar com máquinas fotográficas, com automóveis e motos.

A morar relativamente próximo; quer do Autódromo do Estoril, quer dos troços de Sintra, estavam reunidos todos os condimentos para começar a fotografar esse desporto que tanto apreciava.

Tudo aconteceu nos anos 80, e nessa altura as máquinas fotográficas trabalhavam com rolos. Os rolos até nem eram muito dispendiosos, mas a revelação das fotografias era-o.



Era necessário encontrar um patrocinador que o ajudasse a levar avante aquele que era o seu primeiro projecto na área da fotografia.

Não teve de andar muito, já que o patrocinador estava bem perto, dentro de casa, na carteira de notas e moedas da senhora sua mãe.

Ainda se lembra da primeira máquina que teve, uma Yashica – um pouco arcaica, mas para quem estava a começar era ótima. A seguir veio uma Canon AL-1 e a qualidade aumentou significativamente.

Em 1988 veio a grande alegria: o jornal *Motor* deu-lhe a possibilidade de publicar as suas primeiras fotos do Rali de Portugal.

Dá até entrar para os quadros do jornal foi um saltinho. Nessa altura a fotografia já lhe dava uns “trocos”, mas continuava a ser necessário investir, e era com ajuda de “mãetrocínios” que se proporcionava a possibilidade de comprar mais material Canon.

Foi já nos anos 90 que iniciou funções numa agência que trabalhava para os jornais Autosport e Volante.

Mas em 1992 teve de tomar uma decisão difícil: deixar a fotografia profissional e ingressar na Companhia de Seguros A Social (Grupo BPI).

De lá para cá a fotografia passou a ser um *hobby* remunerado...



Mais tarde haveria de entrar na área da programação e informatização do Aforro Familiar / Taxa Garantida, na BPI Vida.

Em 2000, com as alterações dos mercados, surgiu uma possibilidade que na altura considerou irrecusável, e aceitou ir para os serviços de Informática do Banco Português de Investimento.

Haveria ainda de regressar à BPI Vida e Pensões, passar pela TechSource, Itnow Portugal, e finalmente em 2022 regressar aos quadros do BPI numa equipa da DO Operações de Mercado que considera *top*.

Hoje, além de bancário, pode classificar-se também como um membro da CPS (Canon Professional Services).

Mesmo estando profissionalmente ligado ao BPI, é freelancer credenciado na FPAK (Federação de Automobilismo e Karting) e no CNID

(Clube Nacional da Imprensa Desportiva), colabora com agências de fotografia que trabalham com marcas de automóveis, e jornais e revistas.

Como gosta de fotos, garantiu que as suas respostas seriam sinceras, mas telegráficas 😊

GD: De que gosta muito?

RR: A fotografia do desporto motorizado é a minha paixão.

Muitas vezes penso que não tenho sangue nas veias, mas, sim, gasolina.

GD: O que detesta ou o irrita muito?

RR: Ao longo do tempo tenho aprendido a irritar-me menos: a vida é curta.

Mas não sou muito fã da desorganização.

GD: Vê o avançar da idade como um passo a mais ou um passo a menos?

RR: Sim... claramente um passo a mais, sinto que as minhas actividades são abordadas com mais experiência e dedicação.

GD: Em pequeno era uma criança difícil?

RR: Penso que não era uma criança difícil, pelo menos os meus pais não se queixavam. Fui um aluno razoável e obediente.

GD: Quais as diferenças de fotografar com uma câmara analógica ou câmara digital?

RR: É uma pergunta que dava para uma resposta com mais de 1000 linhas. As diferenças são abismais: nos automatismos, nos sistemas de foco, no armazenamento de fotos, na possibilidade de visualizar e apagar as fotos, na resolução...

Pela experiência que tenho em câmaras analógicas posso dizer que seria para fotógrafos "a sério"; já nas digitais, o fotógrafo não necessita de tanto *know-how*, pois os seus automatismos e os sistemas de autofocus facilitam muito.

GD: Existe alguma preparação especial para fotografar um rali?

RR: Sem dúvida, nós costumamos dizer que o rali tem de ser reconhecido da mesma forma como os pilotos o fazem. Sem isso dificilmente



o trabalho fotográfico será de qualidade.

GD: Quem é o seu ídolo?

RR: Podem ser dois?... Ayrton Senna da Silva era um virtuoso um fora de série, tive a sorte de o ver a pilotar vários F1.

E Francisco Sá Carneiro, penso que este país bem necessitava dele!

GD: A sorte somos nós que a fazemos?

RR: Sim, em tudo necessitamos de sorte, trabalho e algum talento e dedicação.

GD: Nunca lhe passou pela cabeça dedicar-se em exclusivo à arte da fotografia?

RR: Claro, entre 1989 e 1991 estava dedicado em exclusivo à fotografia, mas percebi que em Portugal seria difícil fazer fotografia profissional de desportos motorizados.

GD: O que é que gostava que durasse sempre?

RR: Algumas pessoas que passaram pela minha vida!

GD: E o que é um dia perfeito?

RR: No dia em que o Benfica for vencedor da Liga dos Campeões.

GD: Se atribuíssemos apenas uma parte do dia para o acto de meditar, qual seria o período por si escolhido? Imediatamente antes de dormir ou logo depois de acordar?



RR: Imediatamente antes de dormir. Pensar no que correu menos bem para melhorar nos dias seguintes.

GD: É verdade que um fotógrafo profissional nunca põe a sua máquina no modo automático?

RR: Nunca? Duvido de que seja verdade, porque existem situações imprevisíveis e temos de decidir num curto espaço de tempo; logo o modo A é forte opção.

Se o “boneco” ainda não está ao nosso gosto, temos a edição da foto para a melhorar.

GD: Na vida qual é mesmo a regra do jogo?

RR: Respeitar e ser respeitado.

GD: É homem para verter duas lágrimas ao ver um filme que o emocione?

RR: Sem dúvida em filmes com crianças em sofrimento... e com a idade estou pior.

GD: Um dos grandes prazeres da leitura, é que uma viagem literária consegue levar-nos a todo o lado, sem que saíamos do mesmo lugar. Qual é a sua viagem de sonho?

RR: *Paris-Dakar* do José Megre é um livro fantástico que alimentou o meu imaginário sobre esta mítica prova, fala sobre as etapas em África e das paisagens no deserto. É uma viagem que gostava de fazer.

GD: Tem ideia de um bom conselho que alguém lhe tenha dado?

RR: Lembro-me muito do meu irmão, era como um pai para mim. Dizia-me com alguma frequência: “aproveita as tuas oportunidades”.

GD: Qual a sua opinião sobre este tipo de conversas, ou sobre esta rubrica do Grupo Desportivo?

RR: É uma forma de os colaboradores do banco se conhecerem melhor.

GD: Qual era a pegada que gostava de deixar para as gerações vindouras?

RR: A educação e os valores da vida aos meus filhos.

GD: Considera-se uma pessoa metódica e organizada?

RR: Claramente sim.

GD: Há alguém ou algo que gostasse muito de fotografar?





RR: Personalidades não seria o meu objectivo, falta no meu currículo o Grande Prémio do Mónaco, pelo enquadramento do circuito e toda a sua envolvimento. Um Dakar, que é uma prova de uma exigência extrema, não sei se tenho preparação física e psicológica para o fazer.

GD: São os fotógrafos que decidem a curva onde se instalam ou é a organização da prova que distribui os profissionais da fotografia ao longo da pista?

RR: Nas duas disciplinas mais conhecidas do desporto automóvel: Nos ralis e na velocidade existem as Red Zones (zonas não autorizadas pelas organizações).

Tanto para os ralis como para a velocidade, o fotógrafo decide qual a melhor curva, qual o melhor troço, mas sempre dependendo do trabalho que pretende fazer e do conhecimento do local.

GD: Atendendo a que o Grupo Desportivo de vez em quando faz concursos de fotografia, porque é que nunca participou?

RR: De modo geral, não gosto de concursos de fotografia. Avaliar uma foto de desporto motorizado obedece a um grande conhecimento. Na maioria dos concursos tenho dúvidas de que exista esse *know-how* para uma votação imparcial.

GD: Se alguém lhe desse o privilégio de obter resposta para uma qualquer pergunta, o que é que gostava de perguntar?

RR: Se eu soubesse que a resposta estaria correcta, a pergunta seria: «Qual é a chave do euromilhões?»

GD: Então se o euromilhões lhe proporcionasse 100 milhões de euros, o que faria?

RR: Fazia algumas viagens a praias paradisíacas, trocava de carro, todos os anos fazia algumas provas internacionais, e, claro, ajudava a minha família.

GD: Quais são os eventos nacionais de desporto motorizado mais interessantes para fotografar?

RR: Claramente o Rali de Portugal, MotoGP e a F1. Tem os melhores pilotos do mundo destas três dife-

rentes disciplinas do mundo motorizado.

GD: Onde é que gostava de estar daqui a 10 anos?

RR: Reformado do BPI, com saúde e a fotografar os meus eventos motorizados nacionais e internacionais.

GD: Salta da cama, ou é mais de fazer um bocadinho de ronha?

RR: Depende do dia... dia de semana rápido porque tenho 30km com muito trânsito para chegar ao BPI. Ao fim-de-semana, quando é possível, um pouco de ronha.

GD: Acorda bem-disposto, ou só depois das 10.00h?

RR: Posso ter muitos defeitos, mas o acordar no geral é bem-disposto.

GD: Se lhe oferecerem uma caixa de limões, o que faz: limonada ou caipirinha?

RR: Sempre limonada, com um pouco de hortelã e algum açúcar.

GD: O que exige mais técnica e perícia: fotografar o nascer ou o pôr do sol?

RR: No desporto motorizado ambos têm a sua técnica e o seu grau de dificuldade, mas eu diria que o pôr do sol necessita mais alguma perícia. Mas, claro!, existe sempre a possibilidade de desfazer o erro com uma boa edição da foto.

GD: Por falar em ofertas, o que é que a idade nos oferece?

RR: Sabedoria e muitos cabelos brancos.

GD: E o que é que ela nos tira?

RR: Juventude

GD: Já se viu numa situação arriscada para conseguir tirar aquela foto que mais ninguém consegue tirar?

RR: Quando era mais novo arriscava um pouco, talvez fruto da idade e não saber onde está o perigo; hoje em dia não o faço.

Em 1988 estava numa zona do Circuito do Estoril, permitida para fotografar, fiz uma sequência de fotos num "capotango" mas sem feridos (foi foto da 1.ª página do jornal *Motor*). Se fosse hoje, não estava lá a fotografar; e se estivesse nem deixa-



va publicar essas fotos, do acidente, num jornal.

GD: Olhando para trás, qual a sua maior conquista?

RR: Talvez dentro do projecto na Tchsource a ida para o BCP. Não conhecia o trabalho, não conhecia as pessoas e acabei por ter sucesso.

GD: É mais de olhar para a árvore ou para a floresta?

RR: Depende das situações

GD: Acredita no destino ou apenas na capacidade de mudar?

RR: Numa mistura dos dois

GD: Tem saudades de quê?

RR: Do meu pai e do meu irmão, que já não estão cá!

GD: Como é que se lida com condições climáticas desafiadoras durante uma sessão de fotografia de desporto automóvel?

RR: Com equipamento Canon que utilizo acaba por não ser um problema, e se algo não correr bem os softwares de edição estão lá para ajudar.

GD: O que queria ser quando era menino?

RR: Como estava perto da serra de Sintra e havia muitos fogos, queria ser bombeiro.

GD: O que quer ser quando for velhinho?

RR: Se chegar lá quero ser o melhor avô do mundo.

GD: E hoje, quem queria ser?

RR: Rui, ainda tenho muito para fazer!

GD: Em criança, um dos desejos mais idiotas que nos ocorrem é o de querermos que rapidamente chegue a idade que permita sermos tratados como adultos. Este também fez parte dos seus?

RR: Sim, quando era mais novo gostava de ter 18 anos, tinha vontade de conduzir motos/carros e poder entrar nas discotecas.

GD: Aos 53 anos, o que é que se sabe que não se sabe?

RR: Tanta coisa...

GD: Por falar em saber, quem sabe os seus segredos?



RR: Não tenho segredos.

GD: Quem é o seu maior fã?

RR: É o meu filho mais velho, o Miguel.

GD: Fale-me de alguns pequenos prazeres.

RR: Ir ao bom restaurante, a um bom festival de música no Verão, estar na praia ao final da tarde.

GD: Considera que é uma pessoa feliz?

RR: Sim, sem dúvida.

GD: Qual é o maior desafio que já enfrentou enquanto fotógrafo de desporto automóvel, e como superou isso?

RR: O maior desafio será transformar um local sem nenhuma referência fotográfica num grande "boneco".

GD: De que precisaria para se sentir ainda mais feliz?

RR: Ir às tais provas míticas.

GD: O que é que o período de confinamento lhe ofereceu?

RR: Sem dúvida o conhecer melhor a família e muito trabalho no Banco BPI.

GD: Qual foi a pergunta que ficou por fazer?

RR: Talvez sobre os softwares de edição de fotos.

Curtas e rápidas

GD: Teatro ou cinema?

RR: Cinema

GD: Prosa ou verso?

RR: Verso

GD: Rampa do Caramulo ou rampa da Falperra?

RR: Rampa da Falperra

GD: E lá por fora, qual preferias fotografar: Suzuka Circuit ou SPA-Francorchamps?

RR: Claramente SPA

GD: Beijo ou abraço?

RR: Beijo

GD: Jazz ou rock?

RR: Rock

GD: Manhã ou tarde?

RR: Tarde

GD: 25 de Abril?

RR: Liberdade

GD: Séries ou filmes?

RR: Filmes

GD: Croissants ou pão de Mafra?

RR: Croissants

GD: Artur Santos Silva?

RR: Num jantar do Banco Português de Investimento fiquei na sua mesa: um senhor!!!!

GD: Almoço ou jantar?

RR: Jantar

GD: O filme mais... mais... mais...?

RR: Gladiador, talvez tenha visto mais de 10 vezes

GD: Miguel Oliveira?

RR: É muito bom!!!!!! Vai ser campeão um dia!

GD: Grupo Desportivo BPI?

RR: Sempre importante na vida dos colaboradores do BPI





Já sabias que agora, até já é possível ganhar dinheiro de forma fácil, sentado(a) numa qualquer esplanada, a ler o *Associativo* e a beber um café? Gostavas de ir uma semana de férias para o Algarve? À borla?

Por Rui Duque

Chegou um novo passatempo – O Revista-Paper

> Costumas ler a revista *Associativo*? Gostas de brincar com as palavras? Gostas de charadas populares?

Então este novo passatempo – Revista-Paper – é mesmo à tua medida. Conforme consta no regulamento, disponível na nossa página em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=42&parentid=41&detalheid=7336>, teremos 4 jornadas. De 3 em 3 meses, vamos aparecer por aqui com uma colecção de perguntas, perguntas essas a que qualquer pessoa atenta conseguirá responder.

Mas se não és sócio do Grupo Desportivo mas és colaborador do Banco BPI, podes aproveitar a campanha de angariação de sócios em curso, com oferta das primeiras seis quotas (quota mensal 1,50 euros), bastando para isso que acedas a «Quero ser sócio» em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>, preenchas o formulá-

rio e o submetas, e pronto! – já estás a poupar e a participar.

Estamos preparados para distribuir prémios em cada uma das jornadas e também no final das 4 jornadas. Distribuiremos prémios aos mais atentos, aos mais sortudos, aos mais persistentes e também aos mais empreendedores.

Como algumas vezes gostamos de fazer, para além do mérito iremos presentear também aqueles que tentaram e não conseguiram. Para esses, vamos sortear também um prémio muito interessante.

É assim que o simples acto de teres participado já te habilita a teres a possibilidade de receber uma semana de férias no Algarve... completamente à borla.

Estás à espera de quê?

Começa já a participar... e atenção, que as 2 revistas que foram publicadas antes desta vão ajudar-te bastante.



E agora vamos ao passatempo:

As perguntas desta revista 75 a que precisas de responder:

1. Qual é o bem mais precioso que a idade tem oferecido ao senhor Dr. Artur Santos Silva?
2. Em 4 de Setembro, o Carlos Galvão levou os nossos atletas a participar num torneio de um grupo desportivo que tem um nome engraçado. Qual é?
3. Quantas igrejas há no Porto?
4. O que é que o presidente Osvaldo Silva lhe ofereceu em Novembro de 2022?
5. Depois de terem saído do local onde se disputa o campeonato de saltos da Red Bull Cliff Diving, os nossos turistas foram fazer uma viagem de autocarro. Como se chamava o motorista?
6. Há uma colega nossa que afirma e escreve que aqueles que não ouviram o Toy ficaram tristes. Quem foi que ficou triste?
7. Qual foi a cor das meias que o Francisco Ribeiro decidiu usar no dia em que foi passear com a Balbina Taborda?
8. Qual foi o primeiro ponto de discussão na assembleia geral ordinária de dia 17 de Novembro?

9. Qual o número da página onde mencionámos o nome do sócio ou de uma entidade que é detentora de mais de 300 automóveis?

10. Qual o nome da sócia que afirmou peremptoriamente: «Mas tem de ser, e o que tem de ser, tem muita força»?

11. Qual é o eléctrico que o Barrote mais gosta de fotografar?

12. Quanto vai pagar uma sócia que compre, através do Grupo Desportivo, para oferecer aos seus compadres, uma caixa bonita com 3 garrafas lindas da Quinta Vale de Fornos; Doc Reserva Syrah, Tinto 2015?

13. Nas últimas revistas tivemos imensas páginas dedicadas à culinária e aos cursos de cozinha. Como tal, não podíamos deixar de lhe fazer uma pergunta sobre essa temática. Com a água já a ferver, quantas vezes devemos mergulhar e retirar o polvo (para provocar o choque térmico)?

14. Qual foi o presente que o Grupo Desportivo entregou no Natal passado a uma menina que tinha 8 anos?

15. Quando os residentes da Costa Amalfitana vão comprar uma buganvília, qual é a cor de flor que normalmente escolhem?

16. Imagine um sócio que no dia 1 de Janeiro de 2023 decidiu participar no *rally-paper* do Grupo Desportivo. Agora imagine que ele partilhou a ideia com a sua mulher, ela concordou, e 8 dias depois mandaram a inscrição da equipa para a secretaria do Grupo Desportivo. Em simultâneo, com a inscrição no *rally*, mandaram também a inscrição para sócio novo, de um garboso rapaz com 1,80m de altura, olhos azuis e cabelo castanho-claro. O referido colega havia entrado no Banco BPI em Setembro de 2022. Quanto é que o casal pagou pela sua inscrição?

A pergunta do site:

17. Em que dia é que o José Silva assinou a sua crónica sobre a mítica Nacional 2, relatando aquilo que os nossos sócios vivenciaram entre Chaves e Faro?

Que raio de pergunta:

18. Se a *pizza* é redonda, porque é transportada numa caixa quadrada?

Diz o povo:

Nesta rubrica, vais ter de completar a frase:

19. «Quando Deus dá a farinha, o diabo.....»

Observação dos Golfinhos no Sado



Convidamos os nossos associados, colaboradores do Banco BPI e respectivos familiares a realizar uma experiência fantástica: um passeio de barco, para observação dos golfinhos no seu *habitat natural*.

Por Luís Remédio



➤ Para muitos que sempre acharam que os golfinhos no Sado eram mais ou menos como o monstro de Loch Ness: toda a gente fala deles, mas nunca ninguém os avistou efectivamente. Desta vez, vamos provar que realmente eles existem e estão ali para nos proporcionar bons momentos.

Para lá do avistamento dos golfinhos, haverá ainda tempo para contemplar alguns pontos de interesse na Arrábida; uns mergulhos se o tempo o permitir, e, para finalizar, uma excelente almoçara-da a bordo – e, estando nós na zona de Setúbal, nada melhor do que uma bela sardinhada.

Programa

10.00h – Welcome Drink & Briefing
Recepção com um *welcome drink* e briefing sobre o passeio com a apresentação da tripulação e regras de segurança.

10.45h – Observação dos golfinhos
Durante a observação de golfinhos é fundamental respeitar na integra as recomendações internacionais e as regras do código de conduta, de forma a minimizar a perturbação. É pedido silêncio a bordo, e a duração máxima das observações é de 30min.

11.15h – Pontos de interesse da Arrábida
Passagem pelos pontos de interesse e monumentos históricos da cidade de Setúbal e da costa da Arrábida, com introdução histórica, descrição e algumas curiosidades sobre cada ponto/monumento.

12.00h – Paragem para banhos e almoço

Sempre que possível e quando o sol convidar, fazemos uma breve paragem para um mergulho no mar e em simultâneo almoço de uma bela sardinha entre outras iguarias típicas daquela zona.

14.00h – Chegada à Doca de Setúbal

Realização: 1 de Julho

Inscrição até: 15 de Junho (até às 16.30h)

Ponto de encontro: Avenida José Mourinho, Cais 1 – Setúbal

Hora: 10.00h

Valor:

Adultos: 55 euros

Crianças dos 3 aos 12 anos: 35 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

Adultos: 35 euros

Crianças dos 3 aos 12 anos: 20 euros

Inscrição inclui: tudo o que está descrito no programa

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

O pagamento poderá ser

efectuado em até: 2 (duas) prestações, com início na data da inscrição

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Inscrições limitadas por ordem de entrada na Secretaria. Devem utilizar vestuário adequado às condições climatéricas do dia do evento. Priorizem a utilização de calçado antiderrapante e confortável. Devem usar chapéu e protector solar.

Ficha de inscrição

disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação
contacte: o Grupo Desportivo ou Luís Remédio

A organização técnica é da responsabilidade de:
Dolphy Bay



Prepare-se para uma reforma activa!

O Grupo Desportivo convida-o a preparar-se activamente para a sua reforma, com este curso *online* e de acesso permanente.

Por Sandra Nascimento



> Garanta uma reforma activa e feliz, através de uma preparação eficaz em todas as áreas da sua vida. Este curso tem como objectivo capacitar os profissionais para uma bem sucedida transição para a reforma.

Vai apresentar-lhe uma nova forma de pensar o ciclo de vida, procurando um maior equilíbrio e identificando as principais mudanças inerentes à reforma para que possa aplicar estratégias e ferramentas práticas para as gerir bem.

No final, será capaz de criar o seu projeto individual para a reforma, a sua plataforma para uma reforma activa e feliz. <

Programa

Módulo 1 – Reflectir sobre o ciclo da vida;

Módulo 2 – Reunir condições para uma reforma activa;

Módulo 3 – Garantir estabilidade na transição para a reforma;

Módulo 4 – Criar o projecto individual para a reforma.

Este curso inclui esclarecimento de dúvidas, desafios, exercícios, anexos com informação, e certificação no final.

Realização: na data à escolha do sócio

Ponto de encontro: *on-line*

Valor: 29,90 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 15,00 euros

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

Para beneficiar destas condições, a inscrição terá de ser realizada pelo Grupo Desportivo, sendo o curso disponibilizado para o *e-mail* indicado pelo sócio.

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Projecto R



Missão Spider-Man Kids – Dia da criança



O Grupo Desportivo realizou uma parceria com o Escape Room Marvel Mission e convida todos os sócios a passar um dia diferente com as suas crianças.

Por Sandra Nascimento

> O Spider-Man pode agarrar-se à maioria das superfícies, tem uma força sobre-humana e é 15 vezes mais ágil que um humano normal. A combinação dos seus saltos acrobáticos e o seu lançador de teias permitem-lhe viajar rapidamente de um lugar para outro... vamos ver se vocês também... o desafio está lançado...

Sendo este um dia especial, a compra dos bilhetes deverá ser feita pelo sócio no local, mediante a apresentação do cartão de sócio do Grupo Desportivo.

Mas se não for sócio do Grupo Desportivo e for colaborador do Banco BPI, pode aproveitar a campanha de angariação de sócios em curso, com oferta das primeiras seis quotas (quota mensal 1,50 euros), bastando para isso que aceda a «Quero ser sócio» em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>, preencha o formulário, o submeta... e pronto!, já está a poupar. <



Realização: 1 de Junho

Ponto de encontro: Centro Comercial Ubbo, Av. Cruzeiro Seixas, 5 e 7 Amadora

Hora: há sessões às 16.00h, 17.00h e 18.00h

Valor: 17 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 5 euros

Recomendações: sem mínimo de participantes e limitado ao máximo da capacidade da sala

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Escape Room Marvel Mission

S. João no Porto – Cruzeiro no Rio Douro

A bordo do Pirata Azul, vem à sardinha assada e assiste ao fogo-de-artifício na noite de São João. Esperamos por ti, não faltes.

Por Francisco Ribeiro



> Venha com o Grupo Desportivo à sardinha assada, na noite de S. João, assista ao fogo-de-artifício de barco, em pleno rio Douro. É uma festa partilhada pelas duas cidades: do Porto e de Vila Nova de Gaia.

Enquanto esperamos pelo fogo da meia-noite será servida a sardinha assada e cruzaremos as 6 pontes do rio Douro. <

Programa

20.00h – Embarque no cais de Vila Nova de Gaia
20.30h – Aperitivo de boas-vindas
21.00h – Jantar servido a bordo
22.30h – Início da festa com música ao vivo
00.20h – *Snack* volante
01.00h – Regresso ao cais e desembarque

Ementa

Aperitivos: Rissóis e croquetes, bolinhos de bacalhau, chamuças e presuntinhos.
Vinho do Porto, Martini, Favaio e sumos.
Entrada: Caldo-verde com broa de Avintes.

Prato principal: Sardinhas assadas com batata cozida e pimentos.

Sobremesa: Bolo de chocolate.

Snack volante: Febras no pão.

Bebidas: Vinhos branco e tinto Incantum Doc. Douro, água, refrigerantes e café.

Realização: 23 de Junho

Inscrição até: 9 de Junho

Ponto de encontro: concentração no cais de Gaia (frente à estação do teleférico), barco Pirata Azul

Hora: 19.45h

Valor: 99 euros

Sócios, cônjuges e filhos a

cargo: 60 euros

Inscrição inclui: cruzeiro das 6 pontes, jantar, fogo-de-artifício

Inscrição não inclui: despesas extraprograma

O pagamento poderá ser

efectuado em até: 2 (duas)

prestações com início no mês da inscrição

Recomendações: faça a inscrição

on-line na sua área pessoal em

https://secretaria.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Ficha de inscrição disponível

em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte:

o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



[publicidade]

Escola Superior Artística do Porto

40 anos ao serviço do ensino artístico universitário. Através do protocolo celebrado com a CESAP, todos os membros podem usufruir de um desconto de 10% nas propinas de frequência dos cursos de licenciatura, de mestrado, das pós-graduações e dos cursos livres.

Por João Sampaio

➤ Instituída pela Cooperativa de Ensino Superior Artístico do Porto, a Escola Superior Artística do Porto é uma instituição integrada no ramo do ensino particular e cooperativo.

Depois de várias décadas no centro histórico do Porto, a ESAP tem agora um novo *campus* académico, na freguesia do Bonfim, às Antas, com instalações projectadas para responder aos desafios do ensino artístico do séc. XXI, contando com salas de aula, laboratórios, oficinas e estúdios devidamente equipados.

A ESAP é um espaço de incentivo à investigação – contando com duas unidades de investigação – e de encontro entre

artistas, teóricos, investigadores, curadores ou outros profissionais, nacionais e internacionais.

É uma escola associada da UNESCO e tem diversos protocolos e parcerias nacionais e internacionais com universidades e outras instituições de carácter artístico e cultural, nomeadamente o programa Erasmus, permitindo a mobilidade dos docentes, estudantes e *staff*, a realização de estágios profissionais, residências artísticas e a integração dos estudantes na vida profissional.

O lugar que ocupa no território das artes e da arquitectura faz da ESAP uma escola de referência nacional e além-fronteiras, uma escola dinâmica e voltada para o futuro.

É esta a escola que convidamos todos os membros do Grupo Desportivo BPI a conhecer e frequentar.

esap Escola Superior
40 ANOS Artística do Porto

OFERTA FORMATIVA
ensino superior

NA ESAP CONTINUAS A CRIAR

Licenciaturas

Artes Plásticas e Intermédia
Artes Visuais – Fotografia
Cinema e Audiovisual
Design de Comunicação
Teatro

Mestrados

Arquitectura | Mestrado Integrado
Artes Visuais. Práticas Artísticas e Investigação
Realização – Cinema e Televisão

OUTRAS OFERTAS
FORMATIVAS

Pós-Graduações

MAIS INFORMAÇÕES → WWW.ESAP.PT → CANDIDATURAS@ESAP.PT → T: 223 392 130

Oferta formativa

Licenciaturas

Artes Plásticas e Intermédia
Artes Visuais – Fotografia
Cinema e Audiovisual
Design de Comunicação
Teatro

Mestrados

Arquitectura (mestrado integrado)
Realização – Cinema e Televisão
Artes Visuais – Práticas Artísticas e Investigação

Pós-Graduações e Cursos Livres

Consultar o *site* www.esap.pt

Escola Superior Artística do Porto
Rua dos Navegantes, 51
4000-358 Porto
+351 22 339 21 30
+351 22 339 21 35

esap

Escola Superior
Artística do Porto

Carta de Marinheiro

Aproveitar a Primavera com o Tejo por companhia

Por Pedro Ribeiro

> Esta formação é ideal para quem quer aprender os conceitos de base e iniciar-se no mundo da náutica. Se pretende adquirir um barco ou uma mota de água, para navegação local ou pesca, apenas durante o dia esta pode ser a solução ideal.

O curso de Marinheiro (3 dias completos mais aulas práticas) e respectivo exame (1,5 horas) são ambos bastante acessíveis.

Os colaboradores do Banco BPI que não sejam sócios do Grupo Desportivo, podem aproveitar a campanha de angariação de sócios em curso, com oferta das primeiras seis quotas (quota mensal 1,50 euros), bastando para isso que acedam a «Quero ser sócio» em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>, preencham o formulário, submetam-no e pronto já estão a poupar.

Enquadramento:

Para além dos conhecimentos e da aprendizagem fornecidos durante o curso, a carta de Marinheiro é a exigência legal em Portugal para exercer o comando e o governo de uma embarcação de recreio. Os limites legais desta carta são 10 milhas náuticas de um porto de abrigo e até 3 milhas da costa de dia, sem limitações de potência e dimensão da embarcação de recreio até 12m. Pode



ser tirada a partir dos 16 anos. No entanto, até aos 18 anos as competências vêm limitadas a 6m de comprimento e 30hp (restrição que cai automaticamente com a maioridade).

Estrutura do curso

O curso de Marinheiro inclui 20 horas teóricas em sala e 10 horas práticas a bordo.

Para obter a sua carta de navegador deve apresentar-se a exame escrito (1 hora) e prático após completar a formação teórica e prática.

Programa

Esta formação poderá ser feita ao fim-de-semana (domingo entre as 9.30h e as 17.30h)

04 de Junho – Teórica 1

11 de Junho – Teórica 2

18 de Junho – Teórica 3

25 de Junho – Exame (previsto)

ou

Durante a semana (segunda e quarta-feira entre as 19.00h e as 22.30h)

05 de Junho – Teórica 1

07 de Junho – Teórica 2

12 de Junho – Teórica 3

14 de Junho – Teórica 4

19 de Junho – Teórica 5

21 de Junho – Teórica 6

26 de Junho – Exame (previsto)

Realização: 4 de Junho (M#6FDS) ou

5 de Junho (M#5MPN)

Inscrição até: 26 de Maio

Ponto de encontro: pode optar por duas localizações possíveis, de acordo com a sua conveniência. Na Marina de Oeiras (ao fim-de-semana – domingo) ou na Marina do Parque das Nações (durante a semana em regime pós-laboral).

Hora: conforme programa

Valor: 385 euros (o curso de Marinheiro tem um custo de 250 euros e o custo do exame e emissão de carta é de 135 euros)

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 320 euros

Inscrição inclui: curso conforme programa

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

O pagamento poderá ser efectuado em até: 4 (quatro) prestações, com início no mês da inscrição

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: West Coast – Lisbon Sailing Centre – 21 099 53 20

A organização técnica é da responsabilidade de: West Coast – Lisbon Sailing Centre



Via Mariana



Parta connosco à descoberta da Via Mariana Luso-Galaica, Sameiro – Muxía – Finisterra, em 18 etapas.

Por Rosa Moura

Dicas Úteis

- Sapatilhas ou botas de caminhada para todo-o-terreno (de preferência 1 número acima daquele que habitualmente calça) e já com alguns quilómetros de uso.
- Nunca use calçado novo.
- Meias antibolha ou, em alternativa, dois pares de meias sem costuras.
- Hidrate bem os pés antes de se calçar (Vicks Vaporub ou pomada Lauroderme são uma boa opção).
- A roupa deve ser prática e folgada, para não condicionar os movimentos.
- Um par de calças e um poncho impermeáveis devem andar sempre na mochila (o poncho é um bom complemento, mesmo por cima do kispou ou do corta-vento, porque cobre a mochila).
- Um ou dois bastões serão muito úteis neste percurso.
- Na mochila, leve sempre água, fruta e uma merenda do seu agrado. Evitaremos grandes paragens para o almoço e o constrangimento de não existirem cafés ou restaurantes no caminho.
- Confirme se tem o Cartão Europeu de Seguro de Doença dentro da validade e leve-o consigo a partir da 6.ª etapa.
- Por último, leve sempre o seu melhor sorriso, boa-disposição e espírito de equipa.
- Brevemente serão divulgados os preços a praticar.
- A sinalética da Via Mariana é composta por uma seta amarela e azul.
- Bom caminho!



> No final das férias de Verão, desafiemos os sócios, familiares e amigos a iniciar connosco a Via Mariana Luso-Galaica, entre os santuários de N. Sra. do Sameiro e o da Virgem da Barca, em Muxía. A finalizar esta incrível jornada, vamos um pouco mais longe, continuando até Finisterra, km 0 dos Caminhos de Santiago.

A Via Mariana é uma experiência única, que combina, durante todo o seu percurso, cultura, património e natureza, cruzando os Caminhos de Santiago.

O desafio é grande, e o percurso é extenso – atravessa, em Portugal, os concelhos de Braga, Vila Verde, Ponte

da Barca, Arcos de Valdevez e Melgaço. São caminhos pelos quais ninguém passava há mais de 50 anos e que foram abertos e desbravados recentemente para proporcionarem uma experiência repleta de tradições, lendas, lugares pitorescos e aldeias históricas, em Portugal e na Galiza.

O percurso, com cerca de 420 km, será efectuado em 18 etapas. As 6 últimas serão etapas duplas, realizadas em 3 fins-de-semana, conforme consta no calendário das etapas.

Aceite o desafio e venha conhecer os templos mais antigos, as aldeias, os povoados e os caminhos mais esquecidos.

Datas	Etapas	Percursos	km +/-
30-09-2023	1	Sra. do Sameiro / Goães	28
14-10-2023	2	Goães / Ponte da Barca	30
28-10-2023	3	Ponte da Barca / Soajo	23
11-11-2023	4	Soajo / Sra. da Peneda	16
25-11-2023	5	Sra. da Peneda / Melgaço	25
09-12-2023	6	Melgaço / Parada de Achas	15
06-01-2024	7	Parada de Achas / Covelo	21
20-01-2024	8	Covelo / Sta. M. de Estacas	26
03-02-2024	9	Sta. M. de Estacas / Cotobade	25
17-02-2024	10	Cotobade / Campo Lameiro	16
02-03-2024	11	Campo Lameiro / Cuntis	21
16-03-2024	12	Cuntis / Herbón / Padrón	21
Etapas de fim-de-semana			
30-03-2024	13	Padrón / Santiago	26
31-03-2024	14	Santiago / Negreira	21
13-04-2021	15	Negreira / Zás	31
14-04-2024	16	Zás / Vimianzo	22
27-04-2024	17*	Vimianzo / Muxía*	29
28-04-2024	18**	Muxía / Finisterra**	30

* Última etapa da Via Mariana

** Etapa (extra) dos Caminhos de Santiago – km 0

Carnaval em Penamacor



Às 8.30h de 18 de Fevereiro, embarcaram 38 “foliões” com desejo de gozar a vida e o seu Carnaval, tendo como destino a vila de Penamacor. A meio do percurso, a habitual “paragem técnica” (!!!). Em sintonia com o “ratinho” do apetite, chegamos à Sertã, local escolhido para almoço. Com serviço impecável, o Restaurante Ponte Velha merece elogio.

Por José Santos

➤ Restabelecidos, voltámos à estrada em direcção ao destino. Chegados, depois das obrigações legais, todos recolheram aos seus aposentos para descanso – passear também cansa – até porque a noite estava destinada ao baile de máscaras. Com concurso!!!

Conforme programa, às 20.00h tocou o jantar. Alguns “foliões” não perderam tempo – vinham mascarados! No final do jantar, o “conjunto musical” deixou a música ambiente para atacar na festa. Aí, começaram a desaparecer vários convivas. Até pareceu que iam dormir. Engano: pouco tempo passou para assistir à entrada de mais mascarados. Então começou o verdadeiro Carnaval. Chegou a hora do concurso. Aqui, a isenção foi total. Júri independente (colega Carlos Martins integrado noutro grupo). Depois de muito pestanejar, decidi premiar (por ordem): “Palhaço”, “Maléfica” e “Mini”. E a festa continuou.

A manhã do dia seguinte era livre. Tudo à vontade do freguês!

Após o almoço, passeio por Penamacor. Deixámos o transporte e ficámos livres.

Deu para apreciar a bela panorâmica que proporciona a zona alta, a Torre do Relógio, a Igreja Matriz e visitar o Museu Municipal, com artes diversas.

Pelas 17.00h, cansados, porque em Penamacor não há plano, voltámos ao hotel.

O jantar referia “Matança do Porco”. É verdade... mas já prontinho a comer!



Mais música ao vivo. Só que o pessoal estava por baixo; na manhã seguinte tocava cedo a alvorada; daí, recolher para descanso.

Dia 20. Saída para visita à aldeia de Monsanto. Chegados, saltámos fora com liberdade até à hora de almoço (na localidade). Quem quis foi ao Castelo, à Igreja Matriz, a lojas de lembranças e ao pão(!). Alguns aproveitaram para “matar o bicho” na companhia de bolinhos de bacalhau e outros petiscos!

Deu para sentir nas pernas que Monsanto peca pelo sobe e desce. Mas, a bem da verdade, é linda!

À hora marcada, no restaurante Cruzeiro, saímos do ritual de hotel. Foi servido um “lauto” arroz de galo para aliviar o palato.

Terminado o repasto, torna viagem em direcção à aldeia de João Pires para apreciar o seu casario, a Igreja Matriz, o Museu Paroquial e o sossego!

De regresso ao hotel, o merecido repouso. A hora de jantar, que se propunha “brasileiro”, chegou. Correspondeu ao nome. Como habitual, lá estava música ao vivo. Música teve, as “canetas” é que não aguentaram tanta “farra”.

O cansaço começou a vencer os foliões. É da vida: quem andou, agora anda mais devagar!

Ainda tivemos o prazer de assistir a uma “rábula” de folclore proporcionada pelo grupo do colega Carlos Martins.

Por fim, chegou a manhã, que, de manzinho, nos disse: Prepara a mala, almoça um cozido à portuguesa e vai para casa, que são horas. Dito e feito.

Bem-mandados, recolhemos ao nosso transporte... e até ao próximo Carnaval. <



Porto-Fátima – 3.^a etapa

7.30h, mais uma etapa, com partida das Sete Bicas; desta vez é a terceira etapa, com início em Pinheiro da Bemposta e fim em Águeda.

Por Célia Soares



> Há atrasos... a nossa team leader chegou antes da hora, e, assim sendo, há alguns elementos que estão atrasados, ainda que estejam dentro do horário previsto. Por cortesia não vou revelar os nomes dos elementos para que não se sintam discriminados. A partida aconteceu às 7.30h, e no autocarro ainda se falava da dureza da etapa anterior; a chuva tinha feito moessa e havia gente lesionada, há mesmo pessoal que não sabe caminhar em passadeiras vermelhas... enfim!!!! Há um elemento novo e um regresso aguardado, o que faz crescer o grupo. No autocarro sente-se a falta do maestro, e a viagem sem hino não é a mesma coisa. O tema na cozinha agora não é a comida... porque será?

Chegados a Pinheiro da Bemposta, o café que vale por três acolheu os caminheiros e proporcionou um pequeno-almoço digno de reis. Enquanto uns alimentavam os patos e as tartarugas, outros iam tomando o café à espera da fotografia da praxe, que dá o mote de partida para a etapa.

Foto tirada, e siga!, que é preciso aquecer os músculos antes de que eles se arrependam e queiram voltar para a cama. O caminho faz-se pelo meio de localidades rurais, onde predominam terrenos cultivados e de quando em vez somos alertados para a possibilidade de existência de um arroz de cabidela, tantos são os galos e as galinhas com que nos cruzamos – e desta vez até uns perus que escaparam ao Natal aparecem para as fotos.

De forma tranquila seguia o grupo até que nos deparámos com umas zonas completamente alagadas; não há obstáculo que este grupo não ultrapasse: uns sobem autênticas montanhas para tentar fugir à água; outros vão saltando de zonas menos alagadas para zonas mais alagadas – e, claro!, a entreeajuda funciona sempre e lá se superou uma fase menos simpática. Foi nesta zona que alguns dos elementos foram repasto para um grupo de melgas/moscas/mosquitos/pernilongos/moscardos; só Deus sabe o nome das bichezas que atacaram e deixaram marcas duradou-

ras. Aproxima-se Albergaria-a-Velha, e no mercado nada como almoçar... PAROU... não é para almoçar ainda... há uns quantos prevaricadores que foram comendo algo quando ainda não era altura... sim, meninas das batatas fritas e senhores das sandes de leitão... o almoço não era então. Aqui o grupo aproveitou para deixar o registo no livro do posto de turismo que serve de memória à passagem dos peregrinos que se deslocam para Fátima ou para Santiago.

Deixámos Albergaria, e apesar de se terem feito alguns metros na nacional (a alternativa seria passar pela ponte que está parcialmente destruída sobre o rio Vouga... e para água já bastou a etapa anterior). Chegámos a Macinhata do Vouga... bela altura para almoçar. Claro que quem achou uma boa alternativa comer junto à igreja não se lembrou de que a malta que vem mais atrás gosta de seguir as setas e eis que numa zona mais alagada foi detectada a inexistência de pegadas pelo nosso especialista e membro de uma tribo indígena. Posso estar a exagerar, e foi mesmo o Caldas a perceber que se tivessem passado por ali teriam de existir marcas. Chamada realizada, e mistério resolvido... é parar para almoçar, que a malta já desce. O almoço foi feito num local apazível, pena que as mesas reservadas com tanta antecedência estivessem parcialmente cobertas por água. Repostas as energias, há que as desgastar, e a subida que se seguiu cumpriu o propósito na perfeição.

A memória de quem já tinha feito os caminhos dizia que logo depois da zona industrial aparecia a descida para Águeda... mas... afinal, era uma descida, uma subida e outra descida...

Chegámos todos, que é o que interessa!!! Há quem tenha ido ainda espreitar a cidade – faz parte do roteiro ter de ver os guarda-chuvas, há quem tenha decidido esperar no autocarro e há ainda os que decidiram montar um serviço de bar personalizado. A ver vamos se na próxima o serviço inclui alguma comidinha.

Caminhada Lisboa-Fátima – etapas 1, 2 e 3



O destino é o caminho com tudo o que o caminho tem.

Por Rosa Ferreira

> Primeira etapa:

E num Janeiro prestes a findar inicia-se um caminho de nobres caminhantes e peregrinos que ligará Lisboa a Fátima para o encontro com os que antes de nós partiram do Porto com o mesmo destino. Um grupo recheado de pessoas de diversas origens dentro e fora do BPI com algo que os une: a entreatura e a empatia – e, claro, sob o olhar atento da guia Maria Alice e com o apoio da Luísa.

De Janeiro guardamos a memória das caras que conhecemos pela primeira vez e que serão nossos companheiros por muitas horas nos próximos meses. E com a curiosidade de experimentar algo novo, rumámos da Igreja dos Navegantes em Lisboa para Alhandra em passo firme para descobrir caminhos que tantas vezes vislumbrámos dos nossos carros. A primeira etapa é uma etapa de água, em que temos o rio Tejo como parceiro de caminhada e nos faz descobrir o espaço que em breve vai receber as Jornadas Mundiais da Juventude e os passadiços do Forte da Casa. Trilhámos caminhos acidentados e com o desafio de uma chuvada recente que nos fez descobrir que nem sempre o caminho que temos de trilhar é o que está marcado, e que por vezes temos de seguir vias alternativas. Obrigada, Javier por nos teres ajudado a encontrar alternativas.



Segunda etapa:

A etapa de Fevereiro que ligou Alhandra a Virtudes deu-nos o reencontro com aquelas a que chamamos agora a nossa família do Caminho de Fátima e num dia fantástico de sol seguimos a etapa do caminho-de-ferro. Tivemos como companhia estações emblemáticas como a de Vila Franca de Xira, com uma beleza extraordinária, e o modernismo das estações de Castanheira e Azambuja. Vislumbrámos as centrais termoelectricas e os centros logísticos da Azambuja. Apreciamos o voo das aves que nos vinham dar as boas-vindas e perdemo-nos nas paisagens típicas ribatejanas. Etapa de histórias com estórias, afinal Alhandra é terra ligada ao Dr. Sousa Martins; Vila Nova da Rainha acolheu o casamento do nosso Nuno Álvares Pereira, e Virtudes foi em tempos local de romaria religiosa.

Terceira etapa:

Em Março, o nosso grupo de aventureiros tinha pela frente a etapa mais dura do seu caminho, que, embora sendo bela e muito bucólica, é deveras dura. Neste dia, tivemos o privilégio de visitar Valada do Ribatejo, um dos locais mais bonitos deste caminho e que nos convida a perdermo-nos por minutos junto ao Tejo a apreciar a paisagem e a ser brindados pelo sol. E com esta tranquilidade seguem-se uns bons 15 km sem apoio, a caminhar sobre a recta que liga Valada a Santarém, e que nos permite apreciar os campos de cultivo de milho e os hectares de vinhas. Digamos que alguns de nós ainda sonham com tractores que parece que não saem do sítio e de uma etapa interminável. O espírito de entreatura foi forte nesta etapa, o que permitiu a chegada de todos à bela Igreja de Santa Clara e à bela cidade de Santarém. Não fosse o cansaço da etapa, e o brinde teria sido feito com os pampilhos típicos desta terra.

Bom caminho a todos, e recordem-se: «Caminhante, não há caminho; o caminho se faz ao andar.»



A 2.ª visita às mais bonitas igrejas do Porto



Nesta 2.ª visita juntaram-se cerca de 30 participantes ávidos de cultura e conhecimento, junto à Capela-Farol de S. Miguel-o-Anjo, no Passeio Alegre, na Foz do Douro, para uma visita à Igreja Matriz e Paroquial de São João Baptista da Foz do Douro, assim como às capelas de Santa Anastácia e de Nossa Senhora da Conceição, da mesma freguesia.

Por Ricardo Gramaxo

➤ Iniciámos a visita com uma breve história sobre a Barra do Douro, a sua importância para o comércio local e portuense, da necessidade de existir aí diversa sinalização e faróis, como também o porquê da construção de uma igreja nesse local, que a partir do século XVII começou a ter um crescimento demográfico notório, e, como D. Miguel da Silva – que foi bispo de Viseu e abade comendatário do Mosteiro de S. Bento – teve aqui a sua influência.

Para nos elucidar e orientar tivemos connosco a Doutora Marisa Santos, historiadora de arte e óptima comunicadora, que nos acompanhou durante toda a visita.

Da Capela de São Miguel-o-Anjo dirigimo-nos para a Igreja Matriz onde ficámos a saber que a actual igreja está localizada em terrenos, casas e palacetes que foram doados à Abadia e Mosteiro Beneditino de Santo Tirso por frei André Marques de Almeida para a sua construção, uma vez que a igreja primitiva se

encontrava dentro do Castelo de S. João, também no Passeio Alegre.

Dentro da igreja apreciámos a maravilhosa talha dourada dos diversos retábulos e do altar-mor em estilo barroco e “analisámos” mais pormenorizadamente o Altar de Nossa Senhora da Graça, onde se encontra um relevo com a representação do nascimento dos gémeos Santa Anastácia e São Bento e onde é invocada também a protecção de Nossa Senhora.

Depois da visita geral da igreja dirigimo-nos para a Rua do Padre Luís Cabral, que anteriormente se chamou Rua Central e também Rua Direita, onde se encontra a Capela de Santa Anastácia, padroeira das crianças com convulsões e das monjas, e é invocada também contra chuvas e tempestades. É uma capela de planta simples, onde além da representação de Santa Anastácia estão representados também S. Bento e Santa Ana com a Virgem Maria e o Menino Jesus. Ao lado tem um anexo que faz de sacristia, e a entrada é encimada por um pequeno arco sineiro.

Em seguida e na mesma rua, mas junto à Rua de Diogo Botelho visitámos a Capela de Nossa Senhora da Conceição, Padroeira e Rainha de Portugal desde o reinado de D. João IV (1640).

Esta capela do século XIX tem uma entrada com um vestíbulo com 3 arcos e um gradeamento de ferro, é de nave única com um coro-alto e 3 altares em que antes de ser dedicada a Nossa Senhora da Conceição foi dedicada a São Sebastião, que se encontra ainda no altar lateral do lado direito. Nestes altares já não predomina a talha dourada, mas, sim, o branco tendo em fundo a cor azul a representar o céu.

Terminadas estas visitas fomos continuar o nosso convívio na cantina da Universidade Católica, onde tivemos um bom almoço.

Depois deste excelente passeio cultural com óptima explicação, informação e muito boa companhia, resta dizer: «Obrigado, Marisa, e... venha o próximo.»



Observatório do Curso Prático de Cozinha II



Fechámos o segundo Curso Prático de Cozinha, muito felizes e com muita vontade de voltar – um curso muito dinâmico e prático.

Por Pedro Ribeiro

> Este curso foi orientado pelo *chêf* Pedro Sommer, que fez questão de conhecer cada um dos alunos, no seu espetacular espaço, onde nos presenteou com o seu conhecimento, de uma forma muito acessível. O grupo teve uma grande interação e curiosidade, e as aulas foram um excelente espaço de partilha e conhecimento.

Foram 5 aulas que passaram muito rapidamente, mas que nos enriqueceram a todos. Depois da tão esperada aula de petiscos, foi emocionante o *feedback* de todos.

O nosso grupo adorou a experiência, e foi maravilhoso o resultado partilhado, e percebermos que as expectativas foram superadas.

Estes são alguns excertos do *feedback* partilhado.

«... Gostei muito de vocês e adorei a experiência...»

«Gostei muito destas 5 aulas, que passaram num instante! Grupo espectacular...»

«... Muito obrigada pela simpática companhia nestas 5 aulas...»

«... sem dúvida foram uns dias muito bons. Não há coisa melhor que conhecer pessoas boas. A começar por este *chêf top*.»

Muito obrigado a todos e... fiquem atentos, pois teremos novidades em breve.



Workshop Pais & Filhos, no Dia da Criança



Este *workshop* de cozinha é dedicado às crianças e aos pais que gostam de partilhar a cozinha, os saberes e os sabores culinários com os seus mais pequenos. A idade mínima é de 10 anos.

Por Pedro Ribeiro

> A comemorar o Dia Mundial da Criança (1 de Julho), o Grupo Desportivo, em colaboração com o *chêf* Pedro Sommer, propõe a todos os sócios este *workshop*.

Contudo, se não é sócio mas é colaborador do Banco BPI, pode aproveitar a campanha de angariação de sócios em curso, com oferta das primeiras seis quotas (quota mensal 1,50 euros), bastando para isso que aceda a «Quero ser sócio» em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>, preencha o formulário, o submeta... e pronto!, já está a poupar.

Vamos confeccionar:

- Ovos Recheados com Pasta de Atum
- Pizza de Queijo, Cogumelos e Fiambre
- Bolo Fondant de Chocolate

Esta proposta inclui almoço no final do *workshop*.

Arregacem as mangas, desafiem os vossos filhos e venham pôr a mão na massa verdadeiramente!

Esperamos por si!

Realização: 3 de Junho

Inscrição até: 26 de Maio

Ponto de encontro: Largo de Vitorino Damásio, n.º 8 1200-646 Lisboa

Hora: das 10.30h às 14.30h

Valor adulto: 40 euros

Valor criança: 35 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: oferta do valor da inscrição de uma criança

Inscrição inclui: o *workshop*, almoço com refrigerantes e doces no final

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Número mínimo de 14 e máximo de 20 participantes

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: *chêf* Pedro Sommer



Curso Prático de Cozinha IV



Vamos descobrir os segredos da cozinha com o *chêf* Pedro Sommer? Se já cozinha ou se quer começar a dar os primeiros passos à volta dos tachos e das panelas, este curso é o ideal para iniciar ou para aprofundar conhecimentos de cozinha.

Por Pedro Ribeiro

Programa

14 de Junho – 1.ª aula – Sopas e Legumes

- Técnicas de Corte de Legumes
- Pontos de cozedura
- Confeção de 5 sopas diferentes

21 de Junho – 2.ª aula – Carnes

- Técnicas de Cortes de Aves, Vaca e Porco
- Confeção de 5 receitas de carnes

28 de Junho – 3.ª aula – Bacalhau

- Técnicas de Confeção de Bacalhau
- Confeção de 5 receitas de bacalhau

05 de Julho – 4.ª aula – Peixes e Mariscos

- Técnicas de Arranjo, Limpeza e Corte de Peixes
- Preparo e Arranjo de Mariscos
- Confeção de receitas de diferentes peixes
- Confeção de receitas de mariscos variados

12 de Julho – 5.ª aula – Petiscos

- Confeção de petiscos tradicionais e vanguardistas

Ofertas para os alunos:

Monte da Ravasqueira – vinho e voucher de compra

Riberalves – avental

ICEL – faca

Vitacress – cabaz

Silvex – produtos consumíveis

True Meat – carne

Arroz Bom Sucesso – arroz

Dr. Beckmann – kit de limpeza

LeYa – 30% de desconto em livros

Realização: 14 de Junho

Inscrição até: 8 de Junho

Ponto de encontro: Largo de Vitorino Damásio, n.º 8 1200-646 Lisboa

Hora: das 19h às 22h

Valor: 225 euros

> Convidamos os nossos sócios para um novo curso.

Contudo, se não é sócio mas é colaborador do Banco BPI, aproveite a campanha de angariação de sócios em curso, com oferta das primeiras seis quotas (quota mensal 1,50 euros), bastando para isso que aceda a «Quero ser sócio» em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>, preencha o formulário, o submeta... e pronto!, já está a poupar.

Um conjunto de marcas/parceiros apoia este curso com ofertas de valor comercial superior a 100 euros.

Os temas são: Técnicas de Cortes de Legumes; Pontos de Cozedura de Legumes; Confeção de Sopas; Técnicas de Cortes e Confeção de Aves, Vaca e Porco; Técnicas de Confeção de Bacalhau; Técnicas de Corte, Arranjo, Limpeza e Confeção de Peixe; Preparo, Arranjo e Confeção de Mariscos; Confeção de Petiscos.

Arregace as mangas, deixe de parte o «fica para a próxima» e venha pôr a mão na massa!

Inscreve-se.

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 175 euros

Inscrição inclui: ofertas dos parceiros conforme descrito

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

O pagamento poderá ser efectuado em até: 3 (três) prestações, com início na data de inscrição

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. número mínimo de 10 e máximo de 16 participantes

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação

contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: *chêf* Pedro Sommer



Vinhos de garrafeira para celebrar de toda a maneira.



Imagem da capa da Revista de Vinhos

Adquira a assinatura anual da *Revista de Vinhos* com um desconto de 20% em relação ao preço de capa.

Preço: 45 euros
Sócios: 36 euros (12 edições)

Podem também optar pela assinatura digital com um valor promocional de 37,10 euros por 24 edições.

Para adquirir a assinatura digital utilize o código "BPI10", no site: www.zinio.com/de/revista-de-vinhos-m38200?campaign_code=zenith.publisher.6574.acq.p_bpi10



Este trimestre vamos apresentar uma oferta para os dias quentes do Verão. Vinhos que convidam ao descanso com pitadas de ócio à mistura. O alvarinho instala-se com o seu toque frutado e mineral para as suas tardes quentes e noites amenas que aí vêm. Aproveite as ofertas exclusivas de vinhos da Garrafeira de Vinhos e Sabores do Grupo Desportivo. E temos cada vez mais razões:

Por Pedro Ferreira

- 1) **Oferta de 1 garrafa de Mar Salgado** em encomendas superiores a 35 euros
- 2) **Oferta de 1 saca-rolhas** em encomendas superiores a 100 euros
- 3) **Três opções de Tintos Alvarinho**, a casta eleita deste trimestre, com preços exclusivos
- 4) **Entrega em casa a partir de 30 euros** (resto do ano a partir de 60 euros)
- 5) **Desconto de 20% na assinatura anual da Revista de Vinhos.**



Tema do Trimestre – Alvarinho

Historicamente, foi uma das primeiras variedades portuguesas a ser engarrafada em monocasta, responsável pelo sucesso dos vinhos da sub-região de Monção e Melgaço. O Alvarinho proporciona vinhos com elevado potencial alcoólico, perfumados e delicados com notas aromáticas díspares de pêssego, limão, maracujá, lichia, casca de laranja, jasmim, flor de laranjeira e erva-cidreira. Tem um enorme potencial de envelhecimento, conseguindo viver em perfeita saúde até completar, pelo menos, dez anos de idade.

Tema do Trimestre – Alvarinho

Ensaaios Soltos Alvarinho – Verde Branco 2020

Preço: 15,75 euros

Sócios: 12,60 euros

Notas de prova*: DOC Minho; este Alvarinho concentra o vegetal da película, a intensidade de aromas, o equilíbrio e ao mesmo tempo o lado delicado desta casta. Vinho de cor esverdeada, com aroma intenso, com toque tropical e ligeiro vegetal. Vinho bem equilibrado na boca. Termina longo e persistente.

Servir/desfrutar: saladas, peixes gordos, carnes brancas e grelhados, à temperatura de 12°C. Pode ser consumido de imediato ou nos próximos 10 anos, desde que guardado deitado num local fresco e seco, ao abrigo da luz e sem oscilações de temperatura.

Vinho em destaque
desconto
€3,15
por garrafa



Dona Paterna Alvarinho – Verde Branco 2022

Preço: 12,05 euros

Sócios: 9,65 euros

Notas de prova*: DOC Minho; este Alvarinho Dona Paterna é um clássico, vinho cheio de delicadeza, frescura e mineralidade. Fruta branca delicada, citrinos, tons salinos e flores.

Servir/desfrutar: néctar ideal como aperitivo ou para acompanhar marisco, pratos de peixe ou aves.

Vinho em destaque
desconto
€2,40
por garrafa



Qm Alvarinho – Verde Branco 2022

Preço: 10,20 euros

Sócios: 8,20 euros

Notas de prova*: DOC Minho; aspecto límpido e cor citrina. Aroma frutado, notas exóticas e ligeiro floral, corpo cheio e prolongado final de boca.

Servir/desfrutar: ideal como aperitivo ou a acompanhar peixes, marisco, carnes brancas, aves, queijos ou uma boa charcutaria regional

Vinho em destaque
desconto
€2
por garrafa



Qm Alvarinho/Sauvignon Blanc Verde Branco 2021

Preço: 10,70 euros

Sócios: 8,55 euros

Notas de prova*: DOC Minho; apresenta aromas de maracujá, melão e urtiga selvagem. É puro e suculento, exibindo notas de toranja e uma acidez equilibrada.

Servir/desfrutar: ideal para degustar em aperitivos variados, e acompanha muito bem marisco, peixes e aves.

Castas: Alvarinho e Sauvignon Blanc

Vinho em destaque
desconto
€2,15
por garrafa



Quinta do Convento Branco 2021

Preço: 13,50 euros

Sócios: 10,80 euros

Notas de prova*: DOC Porto e Douro; vinho de cor citrina com aromas de fruta branca, flor de laranjeira e pedra molhada. Revela-se intenso na boca, com uma acidez crocante e um final longo.

Castas: Arinto, Cercial, Gouveio, Vinhas Velhas e Viosinho

Vinho em destaque
desconto
€2,70
por garrafa



Vinho em destaque
desconto
€3,15
por garrafa



Filoco Retro Touriga Nacional Tinto 2018

Preço: 15,60 euros

Sócios: 12,45 euros

Notas de prova*: DOC Douro; notas balsâmicas e fruta preta, com textura fina e elegante

Vinho em destaque
desconto
€2,55
por garrafa



Casa Américo Reserva Branco 2019

Preço: 12,80 euros

Sócios: 10,25 euros

Notas de prova*: DOC Dão; cor amarelo-citrino, nariz com notas finas de barrica, nuances florais e cítricas. Boca intensa com volume, frescura refrescante com final prolongado.

Castas: Bical, Cerceal Branco e Encruzado

Como encomendar:

Reserve por *email* para sul@gdbpi.pt indicando os vinhos da sua preferência, quantidade e local de recolha. Tem também à escolha caixas de transporte caso queira fazer oferta. Caixa de transporte gratuita; caixa de cartão para oferta (3 garrafas) tem um custo adicional de 0,75 euros; caixa preta exclusiva (3 garrafas) tem um custo adicional de 1,5 euros.

As encomendas são entregues no prazo máximo de 5 dias úteis. O Grupo Desportivo entrega as encomendas deste trimestre de forma gratuita em casa do sócio, tendo para isso que indicar a sua morada no ato da encomenda.

Consulte o local de recolha em www.gdbpi.pt/main.asp?id=50



Santar Vila Jardim Reserva Tinto 2020

Preço: 17,15 euros

Sócios: 13,70 euros

Notas de prova*: DOC Dão; apresenta-se com cor rubi intensa. No aroma, temos fruta madura e abundantes notas florais que lhe conferem frescura e elegância. Muito boa complexidade na prova de boca; as notas de madeira são discretas, privilegiando a bergamota e frutos vermelhos maduros. Um reserva de terroir expressivo e personalizado.

Castas: Alfrocheiro, Alicante Bouschet e Touriga Nacional

Vinho em destaque
desconto
€3,45
por garrafa



Torre de Pinhel 75 vindimas Tinto 2018

Preço: 11,50 euros

Sócios: 9,20 euros

Notas de prova*: DOC Beiras; aroma cheio de personalidade, guloso, adocicado com notas de compota de frutos vermelhos alguma baunilha um toque de especiarias. Sabor robusto com sensação de perene veludo (taninos doces) interminável.

Servir/desfrutar: excelente acompanhamento para pratos de carnes e peixes gordos e queijos.

Castas: Rufete, Touriga Franca e Touriga Nacional

Vinho em destaque
desconto
€2,30
por garrafa



Astronauta Espumante Baga Bruto – Blanc de Noir Branco 2018

Preço: 9,00 euros

Sócios: 7,25 euros

Notas de prova*: DOC Bairrada; palha-claro. Bolha fina. Leve nota de fruto vermelho, aroma cítrico com notas de pastelaria. Longo, fresco, salivante. Um "todo-o-terreno"



Infinitude Rosado Rosé 2021

Preço: 15,45 euros

Sócios: 12,35 euros

Notas de prova*: DOC Lisboa; na boca apresenta-se seco, fresco, vivo, com notas cítricas (toranja) e ligeira tosta. Termina com sal e um toque especiado, ligeiramente vegetal, transmitindo-lhe longevidade em boca.

Servir/desfrutar: acompanha especialmente bem grelhados de carne e vegetais, saladas, charcutaria e peixes braseados

Vinho em destaque
desconto
€3,10
por garrafa



Vidigal "Bailado" Touriga Nacional + Syrah Tinto 2018

Preço: 8,50 euros

Sócios: 6,80 euros

Notas de prova*: DOC Lisboa/Bucelas/Colares; vinho tinto de cor rubi fechado.

Aromas de fruta madura com densidade e frescura, mirtilos, notas ligeiras a especiarias e um toque de chocolate negro a ligar o conjunto complexo e delicado. Na boca é frutado com taninos presentes mas macios. Final longo e delicado.

Castas: Syrah e Touriga Nacional



Astronauta Sauvignon Blanc Branco 2021

Preço: 8,00 euros

Sócios: 6,40 euros

Notas de prova*: DOC Alentejo; a casta Sauvignon Blanc tem aroma de erva-doce cortada e espargo, citrinos, maracujá e botão floral. Propõe vinhos com corpo médio e frescura notada e salivante.

Castas: Sauvignon Blanc

Vinho em destaque
desconto
€2,10
por garrafa



Monte das Bagas de Ouro Tinto 2020

Preço: 10,50 euros

Sócios: 8,40 euros

Notas de prova*: DOC Alentejo; aromas de frutos do bosque, tostado elegante a par do exotismo de especiarias. Na boca, muito volume, equilíbrio e um final que termina longo.

Castas: Petit Verdot e Syrah



Kranemann Porto 10 Years

Preço: 26,70 euros

Sócios: 21,35 euros

Notas de prova*: DOC Porto e Douro; vinho de cor tawny viva e atractiva, aroma de grande frescura, vivo e rico com notas de frutos secos, amendoados, mel, tudo em boa harmonia; vinho muito delicado ao paladar, grande suavidade mas com volume, equilíbrio realçado pela boa evolução da fruta conduzindo a um final vibrante, vivo e longo.

Castas: Mistura de várias castas tradicionais

Vinho em destaque
desconto
€5,35
por garrafa



Mar Salgado Rosé 2021

Notas de prova*: DOC Lisboa/Bucelas/Colares; vinho seco de aspecto brilhante, cor rosa-claro e aroma de frutos silvestres maduros. Na boca é macio com um sabor harmonioso. Fresco com mineralidade bem presente.

Castas: Aragonês

Vinho de oferta
em encomendas
superiores
a €35



Mais notas de prova em:

<https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=45&parentid=41&detalheid=7344>



Degustar um bom prato pode ser uma bênção dos deuses, mas também um verdadeiro atentado à nossa capacidade digestiva, e toda a inflamação que desconhecemos e provocamos a nós próprios. As iguarias milenares ayurvédicas são sábias a restaurar o nosso organismo. Só precisa de experimentar.

Por António Rosa

Um agradecimento especial às minhas formadoras e Terapeutas de Medicina Ayurvédica Patrícia Vaz e Cristina Donato por todos os ensinamentos ao longo deste ano, disponibilidade e revisão deste artigo.

E ao meu mestre Joaquim Jorge, pela sua sapiência, generosidade e simplicidade na partilha do conhecimento e por ser uma referência nacional para todos os que estudam esta arte.

Kitchari

Segredos das iguarias da cozinha ayurvédica

> A Medicina Ayurvédica (ou Ayurveda) é a medicina tradicional milenar da Índia e um dos sistemas naturais e universais mais antigos de cura da humanidade. Com mais de 5000 anos de história é considerada a mãe da medicina, onde o seu conhecimento foi escrito em sânscrito, passado de geração em geração, através dos antigos sábios (ou *rishis*), mantendo-se sagrado e tão actual nos dias de hoje como antigamente.

É considerada a “ciência da longa vida” por integrar os ritmos cíclicos da natureza, com o propósito de vida e tratar o ser humano de forma holística, dando toda a importância à sua parte física, mental, energética e espiritual, onde a causa da doença é primordial em detrimento dos sintomas.

O seu principal objectivo é a prevenção da doença e manter a qualidade e a

longevidade, através do aconselhamento alimentar, fitoterápico e terapêutico, considerando cada indivíduo como único e com necessidades diferentes perante a sua constituição, ou de acordo com a teoria *tridosha*.

Vata, Pitta e Kapha são os *doshas* ou biótipos que representam um dos principais conceitos desta ciência. Têm origem na filosofia Sankhya, onde o Universo é uma interação de cinco elementos – Éter, Ar, Fogo, Água e Terra – e o Ayurveda agrupa esses elementos em três tipos de forças energéticas, que têm várias funções no universo, no nosso corpo e na nossa fisiologia, trabalhando em conjunto para manter o equilíbrio e a saúde. Quando estão em desequilíbrio, criam inflamação, e esta, de forma continuada, gera doença.

Um outro conceito capital para o Ayur-



veda é o Agni. Traduzido do sânscrito, significa fogo e é a força responsável pela transformação. A sua função primária é a digestão, absorção, assimilação e transformação dos alimentos e sensações em energia. Quando o nosso Agni é bom, há saúde, o nosso sistema imunitário é forte e temos uma vida longa e saudável.

Uma das formas de diagnosticar correctamente um bom ou mau Agni é através de uma consulta com um terapeuta de Medicina Ayurvédica, mas existem sinais de que o nosso corpo nos dá, quando estamos, por exemplo, a fazer a digestão de algo que ingerimos – enfartamento, azia, refluxo gastroesofágico, sensação de peso ou queimadura e até um ligeiro sabor ácido na boca – e para a qual muitas vezes não encontramos razão. Esses são os primeiros sinais de que o nosso Agni está fraco.

Por sua vez, esse enfraquecimento é sinónimo de que não estamos a conseguir digerir todos os alimentos ingeridos, dando origem à fermentação dos mesmos e provocando a formação de biotoxinas – outro

importante conceito e que em sânscrito se chama Ama. Esta acumulação de Ama no sistema digestivo dá origem à inflamação e desencadeia o processo patológico. E tudo aquilo que conhecemos e de que ouvimos falar tantas vezes, como os radicais livres, o muco digestivo, excesso de colesterol, ácido úrico, entre outras descritas pela Medicina Alopática, são a expressão bioquímica deste processo.

O mais fascinante da Medicina Ayurvédica é descobrirmos uma infinidade de possibilidades de alimentos, especiarias, óleos e plantas que a natureza nos oferece, e que, de acordo com a nossa constituição individual enquanto ser humano (*dosha*), possamos beneficiar desta sapiência da longa vida, e conseguirmos manter em equilíbrio as nossas características físicas, mentais e emocionais, bem como fortalecer todas as nossas fraquezas e elevar todos os nossos pontos fortes.

Caminhar neste sentido, fazer uma alimentação cuidada e adaptada a nós próprios, que fortaleça o nosso Agni, que reduza ou evite a formação

de Ama, é um passo gigante para sermos saudáveis e felizes.

Enquanto estudante do 1.º ano de Medicina Ayurvédica, posso sem sombra de dúvida aconselhar-vos uma degustação-estrela da grandiosa e muito rica cozinha indiana – o Kitchari.

O Kitchari é muito mais que uma simples experiência de degustação. Ele representa os primeiros passos no mundo da cozinha ayurvédica e o embarque numa viagem de sensações e emoções, através de um conjunto mágico de ingredientes, onde o vosso paladar é rei, e a vossa saúde, rainha, por todo o bem que faz:

- Elimina toxinas acumuladas pelo organismo
- Melhora a digestão
- Ajuda a reduzir a sensação de corpo pesado
- Restaura movimentos intestinais regulares
- Melhora a energia corporal
- Promove o bem-estar
- Ajuda a manter o peso e a perda de peso saudável

Desfrutem, boa viagem e bom apetite!



Ingredientes (4 pessoas)

- 1 colher de sopa de *ghee* ou azeite
- 2 colheres de chá de sementes de mostarda
- 1 colher de chá de cominho em semente
- 1 colher de café de *cúrcuma*/açafrão em pó
- 1 colher de café de asa fétida
- 1 cebola cortada em cubos
- 1 cenoura, descascada e cortadas em cubos
- 1 colher de chá de gengibre fresco picado
- 2 dentes de alho, picados
- 1 colher de chá de sal
- 1/4 colher de chá de cravo-da-índia moído
- 1/4 colher de chá de pimenta-preta moída
- 4 chávenas de café de arroz *basmati* enxaguado
- 2 chávenas de café de feijão mungo ou lentilhas vermelhas
- Água para cobrir o arroz e o feijão/lentilhas

Pode ainda adicionar a título opcional feijão verde, couve-flor, tomate, chuchu, inhame, abóbora, curgete ou aipo.

Nota: A receita preparada para a foto tem lentilhas vermelhas e feijão-verde.

Preparação

1. Aqueça o *ghee*/azeite numa panela em lume médio;
2. Adicione as sementes de mostarda e cominho, e frite-as até as sementes de mostarda se abrirem;
3. Adicione a cebola, a cenoura, o gengibre e o alho;
4. Cozinhe por cinco minutos, mexendo frequentemente para evitar queimar os vegetais e os temperos;
5. Assim que a cebola ficar dourada, adicione os temperos e o sal até cobrir todos os vegetais;
6. Adicione o arroz e as lentilhas;
7. Adicione a água;
8. Deixe a mistura ferver e reduza para lume brando;
9. Cubra a panela e deixe cozinhar por 15 minutos;
10. Depois de 15 minutos está pronto para servir e degustar.

A Bênção dos Rebanhos – Alenquer e arredores

Tão perto e tão longe de Lisboa, a região de Alenquer conserva ainda um património histórico, natural e antropológico que importa conhecer.

Por Fátima Pereira

Realização: 29 de Maio
Inscrição até: 22 de Maio
Ponto de encontro: Sete-Rios, junto à entrada do Jardim Zoológico
Hora: 9.30h
Valor: 61 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 52 euros
Inscrição inclui: entradas, autocarro, almoço, seguro e acompanhamento do Prof. Miguel Soromenho

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
O pagamento poderá ser efectuado em até: 2 (duas) prestações, com início na data da inscrição
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. As inscrições são limitadas. Consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso site em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=2&parentid=0&detalheid=7030>

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



tura erudita de algumas igrejas e quintas nobres, aldeias que souberam manter quase intocado o seu carácter antigo, ou o novíssimo Museu do Presépio, que a Câmara Municipal de Alenquer recentemente abriu ao público na primeira escola pública construída com o famoso legado do conde de Ferreira, em 1871.

Crónica da visita guiada ao Museu de Art-Déco

As peripécias em torno das colecções de Joe Berardo não nos impediram de fazer mais uma simpática visita.

Por Miguel Silva

Um espólio de excepção, que o comendador reuniu no seu museu privado dedicado à *art-déco*, conservado e apresentado num edifício expressamente remodelado, ao Calvário.

Ali pudemos ver as requintadas produções das artes decorativas ocidentais entre os anos 20 e 50, aproximadamen-

te, objectos que nos são familiares e que em versões mais simples fizeram parte dos interiores das casas onde vivemos e crescemos. As peças de mobiliário e de decoração, as pinturas e esculturas, os vidros e tantas outras obras que integram a colecção Berardo são, sem dúvida, do melhor que então se fazia, realizadas em materiais nobres por artistas consagrados: madeiras exóticas, marfim, metais ricos, tartaruga, madre-pérola...

A exposição organiza-se como um percurso doméstico por uma casa rica, que culmina, aliás, na antiga cozinha. E, no fim, o simpático convívio de sábado de manhã foi selado em torno de uma prova de alguns dos vinhos emblemáticos das produções de Joe Berardo, todos excelentes.

Não há notícia de problemas com os nossos associados após esta digressão alcoólica matinal, que parece terem chegado pacificamente a suas casas.





Arcos de Valdevez e o Alto Minho

Por Fátima Pereira

A paisagem é imponente (miradouros, ribeiros, passadiços, pontes medievais), mas o património construído não lhe fica atrás...

➤ No Alto Minho já não há segredos para os nossos associados... aparentemente! Depois de alguns passeios de sucesso podemos ainda vir a descobrir segredos bem guardados destas terras que viram

nascer Portugal (embora ao famoso torneio de Valdevez de 1143 não se atribua hoje qualquer veracidade histórica). A paisagem é imponente (miradouros, ribeiros, passadiços, pontes medievais), mas o património construído não lhe fica atrás – o paço de Giela, núcleos urbanos e rurais de nomes pré-romanos (Ermelo, Sistelo) e ainda as manifestações de uma cultura religiosa bem arreigada, visível no Santuário barroco de Nossa Senhora da Peneda. <

Realização: 16 a 18 de Junho
Inscrição até: 6 de Junho
Ponto de encontro: Sete-Rios, junto à entrada do Jardim Zoológico
Hora: 16.00h
Valor: 238 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 220 euros
Suplemento de quarto individual: 80 euros
Inscrição inclui: entradas, alojamento (duas noites), autocarro, 2 almoços, 2 jantares, seguro e acompanhamento do

Prof. Miguel Soromenho
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
O pagamento poderá ser efectuado em até: 4 (quatro) prestações, com início na data da inscrição
Recomendações: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. As inscrições são limitadas; consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso site em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=2&parentid=0&detalheid=7030>

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



Sobre a visita guiada à Fábrica da Portucel

Foi sem dúvida um dia de semana bem passado, tanto pela surpresa que nos causou, como pela cultura, pois não fazíamos ideia de como era feito o papel que praticamente usamos todos os dias.

Por Fernando Esteves

➤ E «Eh, lá! Que aconteceu ao nosso tradicional local de encontro? Isto é um estaleiro de obras.»

Este foi o pensamento que tiveram vinte e seis amigos à chegada. Mas, olhando em volta, logo se avistava um grupo que ia aumentando com o tempo. E assim nos fomos juntando e partimos para as visitas do dia.

A primeira paragem foi em Azeitão, para um café e uma torta. «As tortas estão no forno» – desilusão, mas valeu a intenção. Seguimos para a Queijaria Artesanal

Victor Fernandes, onde nos mascarámos para a visita, não estivéssemos nós no Carnaval – interessantíssima, e gostámos do que vimos.

No final, partimos à conquista do castelo de Palmela tendo o professor Soromenho feito a explicação adequada.

Estava na hora do almoço, e na D. Isilda foi em cheio.

De barriguinhas cheias fomos até à Navigator ver como se faz o papel. Inacreditável! Agora sempre que mandarmos imprimir algo, saberemos como o papel foi fabricado.

Regresso a Lisboa pensando: «Foi um dia bem passado»... mas: «Quem quer um pastel de nata?», perguntava a Fátima, muito aflita com a caixa na mão!!! <



Comporta – a Pérola do Sado



Desta vez, vamos partir em direcção à península de Tróia, num percurso de cerca de 13km, de dificuldade moderada, que nos levará ao coração da reserva do estuário do Sado.

Por Fátima Pereira

> Vamos sair da Comporta, em direcção aos arrozais a perder de vista numa espécie de padrão hipnotizante. Caminharemos ao longo da ribeira da Comporta, que tem a sua nascente na serra de Grândola, onde também poderemos observar as aves que vivem neste paraíso, que tem como pano de fundo a não menos bela serra da Arrábida, em toda a sua extensão, o Atlântico e o Sado.

A reserva do estuário do Sado é considerada uma das zonas húmidas mais importantes de Portugal, que atrai a presença de mais de 200 espécies de aves, pelo que vos convidamos a trazer binóculos. <

Realização: 14 de Maio
Inscrição até: 8 de Maio
Ponto de encontro: Parque das caravanas (traseiras da GNR de Comporta) – Coordenadas GPS: Lat: 38°22'40.5N – Long: 8°47'08.3"W
Hora: 10h
Valor: 10 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 8 euros
Inscrição inclui: guia e seguro
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
Recomendações: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. As inscrições são limitadas. Deve usar roupa e calçado confortáveis, levar água e reforço alimentar.
Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: Green Trekker



Trilho da Sra. da Consolação às margens do Cávado

Respeite a natureza, as gentes e os lugares. Descubra este percurso e surpreenda-se com tudo o que tem para lhe oferecer.

Por Reis Almeida

> Este percurso é um traçado caracterizado pela variedade de pontos de interesse de natureza paisagística e ornitológica, ligados ao rio Cávado, mas também de interesse religioso e patrimonial, porque percorre os territórios das freguesias de Fornelos, Gilmonde e Vila Seca, explorando a margem do rio Cávado. Leva os pedestrianistas a locais recônditos, atravessando os ribeiros que, tranquilamente, se entregam ao Cávado, azenhas perdidas que rememoram um passado longínquo e que fazem parte de um importante legado patrimonial, sempre com o Cávado no seu estado mais natural. <



Características

Percurso de Pequena Rota: (PR)
Extensão: 12,5 km
Âmbito: natural / paisagístico / cultural
Nível: fácil
Tipo de terreno: terra; caminhos rurais, caminhos em floresta
Duração: 3.30h
Tipologia: Percurso circular
Programa
 08.00h – Saída do Porto
 09.00h – Chegada a Barcelos

12.30h – Fim da caminhada
 13.00h – Almoço

Realização: 20 de Maio
Inscrição até: 15 de Maio
Ponto de encontro: Praça Dr. Francisco Sá Carneiro
Hora: 8.00h
Valor: 30 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 22,50 euros
Inscrição inclui: transporte, almoço e seguro de acidentes pessoais

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
Recomendações: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.
Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



Salinas do Samouco

O trilho do flamingo é um percurso singular, com cerca de 4,7km, e de dificuldade reduzida.

Por Fátima Pereira

> É mais este desafio que lhes propomos, para passarem uma bela manhã, calma e descontraída com a família, ao percorrer os trilhos existentes nas salinas do Samouco.

Vamos caminhar entre uma grande variedade de antigas salinas e podemos observar diferentes espécies de aves estuarinas, tais como as garças, os flamingos ou os pernilongos.

Podemos ainda admirar a vegetação que constitui o sapal, e que se desenvolve nas margens dos esteiros, ou até mesmo no interior das salinas.

Se o tempo já for propício, é ainda possível observar também a produção de sal na salina do Canto.



Realização: 4 de Junho

Inscrição até: 29 de Maio

Ponto de encontro: Palácio dos Pinheirinhos – Complexo das Salinas do Samouco – Alcochete – Coord. GPS: 38°44'39.41"N; 8°58'50.80"O

Hora: 10.00h

Valor: 5 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 3,50 euros

Inscrição inclui: entrada nas salinas, guia e seguro

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

Recomendações: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. As inscrições são limitadas. Deve usar roupa e calçado confortáveis, levar água e binóculos.

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



Trilho do Arquinho

Do lugar da Barca à aldeia de Possacos – ou trilho do Arquinho – é um percurso inserido no trajecto da Via Augusta XVII. Liga a aldeia de Possacos, no concelho de Valpaços, ao lugar da Barca, no rio Rabaçal, por caminhos rurais e calçada romana.

Por Reis Almeida

> O troço é designado por trilho do Arquinho, devido à presença da Ponte do Arquinho. A Ponte Romana do Arquinho sobre o rio Calvo, na freguesia de Possacos, resistiu ao longo dos séculos, ergue-se num ambiente rural de rara beleza, é

de arquitectura civil pública, de tabuleiro plano, com um só arco de volta perfeita. Actualmente, só existe parapeito a jusante; no entanto, a calçada de acesso à ponte ainda se encontra em estado razoável, e constitui sem dúvida um exemplar notável que demonstra a construção do período romano.

Características

Extensão: 5 km

Âmbito: natural / paisagístico / cultural

Nível: fácil

Tipo de terreno: terra; caminhos rurais, caminhos em floresta

Duração: 2 horas

Tipologia: linear

Programa

08.00h – Saída do Porto

09.00h – Chegada a Barcelos

12.30h – Fim da caminhada

13.00h – Almoço

Realização: 17 de Junho

Inscrição até: 12 de Junho

Ponto de encontro:

Praça do Dr. Francisco Sá Carneiro

Hora: 8.00h

Valor: 30 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

22,50 euros

Inscrição inclui:

transporte, almoço e seguro de acidentes pessoais

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

Recomendações: faça a

inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

Ficha de inscrição

disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo





A caminhada da Fonte da Telha à lagoa de Albufeira

Como esperávamos, valeram a pena os 15 km feitos da caminhada, e o tempo também ajudou.

Por Maria Silva

> Este foi um domingo que acordou meio encoberto, mas que foi ótimo para a nossa caminhada, pelos trilhos da arriba fóssil da Costa da Caparica – uma paisagem deslumbrante, não só da própria arriba, mas também a do mar, nos seus belos tons de azul, onde os olhos se perdiam.

Foi-nos explicada pelo guia a importância que a arriba teve e que continua a ter, e os seus milhões de anos de existência.

As invasoras, mas não menos belas, acácias não deixam de dar um bonito contraste de cor entre o verde das árvores.



Chegados à lagoa de Albufeira, foi tempo do merecido descanso e abastecimento, pois o regresso era então feito pelo areal, entre o mar bem batido e a arriba, com toda a sua grandiosidade.

A Fonte da Telha está bem longe, mas chegámos – um pouco cansados, mas com espírito leve.

Ecopista do Tâmega – Percurso de Amarante

Foi com a bênção de São Gonçalo que partimos do Porto em direcção ao centro da cidade de Amarante e nos dirigimos para o ponto de partida do percurso da Ecopista do Tâmega, que se situa a poucos metros do edifício da antiga estação de caminhos-de-ferro.

Por Duarte Cardoso

> Trata-se de uma ciclovía com 39 km de extensão, construída no traçado da antiga Linha do Tâmega, que ligava a Estação da Livração à Estação do Arco de Baúlhe, numa extensão de aproximadamente de 52 km, sendo na verdade uma das mais bonitas linhas ferroviárias do País.

A etapa que percorremos desenvolveu-se quase sempre em meio rural, com uma extensão aproximada de 16,5 km, que corresponde à sua parte mais antiga e que antecede o percurso seguinte, que se inicia bem perto de Celorico de Basto.

Ladeados por paisagens de inigualável beleza, passámos por aldeias e atravessámos diversas pontes de pedra, tendo quase sempre o rio Tâmega a acompanhar-nos de muito perto. Passámos na famosa Quinta da Meia Via, mas, como não estava o presidente não pudemos saborear o distinto vinho verde que lá é produzido.

O seu declive é pouco acentuado, atravessa as localidades de Gatão – cuja igreja está classificada como monumento nacional e em cujo cemitério se encontra sepultado o poeta e escritor Teixeira



de Pascoaes –, Chapa, Codeçoso e finalmente Lourido, na qual terminámos a nossa caminhada por volta das 13.30h.

O nosso autocarro levou-nos então até ao café-restaurante Daniel em Codeçoso (ou Codessoço), no qual fomos simpaticamente recebidos e presenteados com uma refeição retemperadora.

A meio da tarde desse dia, que começou com uns aguaceiros, regressámos ao Porto bem animados e com uma grande vontade de num futuro próximo completarmos a parte restante da ecopista que liga a vila de Celorico de Basto ao Arco de Baúlhe e de contarmos com a companhia do nosso chefe de fila, o colega Reis Almeida.

Mais uma caixa de scrap

A partir de 7 de Maio começam os *workshops* com inscrições gratuitas.

Por Maria João

> Provavelmente uma das caixas mais amorosas e aparentemente difíceis de se fazer, mas, superfácil de se elaborar. Necessitamos apenas de uma folha quadrada. Este exemplo foi feito com uma cartolina estampada 20cm×20cm.

Primeiro dobra-se o quadrado em 4 triângulos, e, em seguida, em 4 quadrados. Depois, dobram-se as metades quadradas a meio (as laterais e as de cima e de baixo). Fica um quadrado grande no meio.

Com um canto da folha, vinca-se até à esquina oposta do quadrado do meio e repete-se pelos outros 3 cantos a mesma operação.

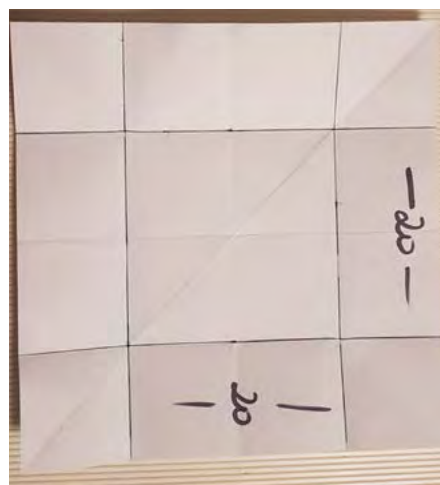
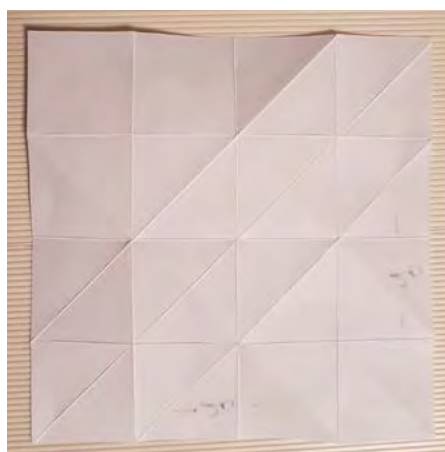
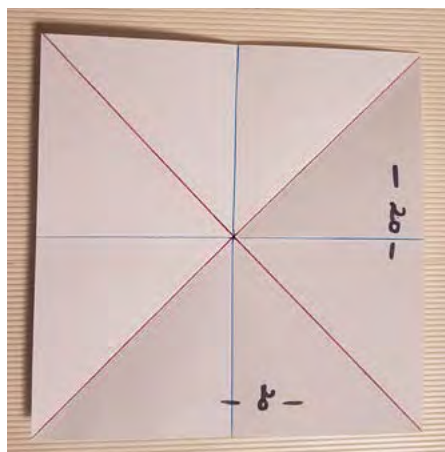
Por fim, os últimos vincos são nos 4 cantos da folha, para dentro (só na ponta!) e furam-se as dobras nos cantos, e ligeiramente à frente, para que quando se fecharem fiquem os furos lado a lado. Empurram-se os vincos para o interior para darem a forma final à caixa.

Fecha-se com uma fita.

E que tal juntarem-se aos *workshops* presenciais no Grupo Desportivo?

Basta contactar a Secretaria Norte do Grupo Desportivo para definirmos os horários. Temos imensos projectos para ensinar e partilhar.

Espero-vos na próxima edição.



Exposição de Pintura em Lisboa



O Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI convida-o a visitar mais uma exposição de trabalhos realizados pelos alunos das aulas de pintura que promove.

Por Sandra Nascimento



> Nesta exposição, vamos poder admirar as obras que os alunos foram realizando ao longo deste ano lectivo, e que culminará com um jantar de convívio.

A exposição irá estar disponível para o público em geral, na última semana de Junho, de 26 a 30, na Rua do Almirante Barroso, 32-r/c (ao Largo de D. Estefânia) em Lisboa.

A inauguração da exposição terá lugar no dia 26 de Junho pelas 17.00h e será

antecedida de um *cocktail*, oferta do Grupo Desportivo.

A exposição vai estar disponível no período indicado, todos os dias, entre as 12.00h e as 18.00h.

Esta exposição só é possível graças à dedicação de todos, professores e alunos, pelo que agradecemos todo o empenho demonstrado.

Contamos com a sua presença. Estamos à sua espera.



Cartão de Crédito Solred da Repsol

Consulte os seus movimentos, na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>, no menu superior da página de entrada, em Repsol.



Agora
até
15
cêntimos/
litro

Condições actuais:

No território continental desconto
15 cêntimos/litro – combustível **aditivado**
13 cêntimos/litro – combustível **simples**
10 cêntimos litro – Autogás e Adblue (em bomba)

Nas ilhas (Açores e Madeira) desconto
9 cêntimos/litro – combustível **aditivado**
7 cêntimos/litro – combustível **simples**

Em Espanha desconto
1,2 cêntimos/litro de combustível



Em Cartaz



Teatro da Trindade Sala Cármen Dolores A Peça para Dois Atores

De 27 de Abril a 25 de Junho

De quarta-feira a sábado às 21.00h

Ao domingo às 16.30h

A narrativa encerra uma peça dentro de uma peça. Dois irmãos, ambos atores, que andam há demasiado tempo em digressão, são abandonados pela restante companhia e vêem-se confrontados com uma plateia que aguarda pela representação de *A Peça para Dois Atores*. À medida que a peça dentro da peça se desenrola, a linha entre a realidade e a ilusão torna-se cada vez mais ténue e os irmãos são obrigados a lidar com os seus próprios fantasmas, num jogo trágico-cómico que os conduz ao limite. Parcialmente autobiográfica, a relação dos irmãos é uma reminiscência da própria relação de Williams com a sua irmã, Rose, que passou grande parte da sua vida numa instituição psiquiátrica e a quem ele era muito chegado.

A peça fala-nos de saúde mental e de confinamento forçado, temas que nos são assustadoramente familiares e que justificam plenamente a revisitação deste texto tão especial.

De: Tennessee Williams

Tradução e encenação: Diogo Infante

Cenografia e figurinos: Marta Carreiras

Desenho de luz: Miguel Seabra

Intérpretes: Luísa Cruz e Miguel Guilherme

Produção: Teatro da Trindade INATEL

Descontos: (Maiores de 65 anos, sócios do Inatel e pessoa com deficiência e acompanhante): 10%

Informação sobre descontos e reservas: e-mail: bilheteira.trindade@inatel.pt; telefone: 21 342 00 00



Teatro Aberto O Filho

De 15 de Abril a 18 de Junho

De quarta-feira a sábado às 21.30h

Ao domingo às 16.00h

M/16 anos

Pedro e Ana separaram-se. Nicolau, o filho adolescente, cai numa profunda tristeza, falta à escola, sente-se perdido, não está bem consigo próprio nem com ninguém. Pedro tem uma nova mulher, Sofia, e um filho bebé. Confrontado com os problemas de Nicolau, Pedro dispõe-se a acolher o filho na nova família e a dar-lhe atenção e apoio. No entanto, a experiência de vida, a boa vontade e os bons conselhos dos adultos não chegam para ajudar Nicolau a sair da depressão em que se encontra.

De onde virá tanto sofrimento? Quem poderá compreendê-lo e apaziguá-lo? Os pais? Os médicos? O filho? Ou será que não há explicação nem remédio para um mal tão obscuro? Na sua peça *O Filho* (2018), o dramaturgo e realizador francês Florian Zeller centra-se na teia complexa das relações familiares para reflectir sobre os mistérios insondáveis da mente e a dificuldade em crescer e encontrar um sentido para a vida.

Versão: João Lourenço, Vera San Payo de Lemos

Dramaturgia: Vera San Payo de Lemos

Encenação e cenário: João Lourenço;

Figurinos: Lia Freitas

Intérpretes: Cleia Almeida; Paulo Oom; Paulo Pires; Pedro Rovisco; Sara Matos; Rui Pedro Silva

Descontos para jovens e seniores. Informação na bilheteira.

Telefone. 21 388 00 89



Teatro Politeama Revista É sempre Revista

Até 31 de Maio

De quarta-feira a sábado às 21.00h

Ao sábado e ao domingo às 17.00h

A superprodução de Filipe La Féria é uma homenagem à revista à portuguesa que inclui os melhores números de sempre num espectáculo alegre e feliz, e uma crítica mordaz e inteligente a tudo o que se passa no nosso país num divertido tributo aos grandes actores e actrizes que, durante gerações, fizeram rir e emocionar o povo português.

Com um elenco jovem e talentoso de artistas, cantores, bailarinos e uma orquestra ao vivo, este espectáculo reúne os maiores artistas da nova geração, como Anabela, FF, Paula Sá, a atracção do fado Filipa Cardoso, Filipe de Albuquerque, João Frizza, Élia González, Jonas Cardoso, Filipa Azevedo, Paulo Miguel Ferreira, Paula Ribas e um excepcional grupo de bailarinos e bailarinas.

Contacto por telefone através dos números 21 340 57 00 ou 96 440 90 36 para reservar os bilhetes e garantir a disponibilidade de sala.



Teatro Maria Matos O Rei Zarolho

De 7 de Abril a 28 de Maio

De quinta-feira a sábado às 21.00h

Ao domingo às 17.00h

Uma comédia-negra escrita e encenada por Marc Crehuet. Um jantar de casais, organizado por duas amigas que há muito não se vêem, com o propósito de conhecerem os respectivos parceiros. Lídia mora no bairro dos subúrbios onde cresceu, está desempregada e namora com David, um polícia do corpo de intervenção. Sandra é uma intelectual que saiu do bairro há muitos anos e está apaixonada por André, um realizador de documentários a enfrentar um período conturbado, após ter perdido um olho durante um ataque da polícia numa manifestação. Apesar de navegarem em esferas opostas da estrutura social, ao longo do jantar é revelado que David e André têm um passado recente em comum. No meio da incerteza da vida, as personagens procuram encontrar respostas e dar sentido às coisas, de olhos vendados num mundo caótico onde a lógica lhes escapa por entre os dedos. Texto e encenação: Marc Crehuet

Tradução: Ana Rita Sousa

Cenografia: Joana Sousa

Interpretes: Benedita Pereira, Dinarte Branco, Diogo Morgado, Jorge Mourato e Susana Blaze

Bilhetes entre 20 e 18 euros

Mais informação pelo telefone 21 362 16 48

[atletismo / basquetebol]

28.ª edição da S. Silvestre Cidade do Porto

O Grupo Desportivo esteve novamente presente com alguns colegas que procuraram dar o seu melhor, seja em atingir o melhor tempo ou simplesmente em divertir-se.

Por Pedro Neves

> Foi no dia 8 de Janeiro que decorreu mais uma S. Silvestre do Porto, a “Festa das Corridas” na Cidade Invicta.

Novamente pelas 18.00h, mas já com as decorações natalícias prestes a sair de cena, a Av. dos Aliados foi o palco de partida e chegada desta prova, que passou ainda por várias ruas emblemáticas, como Santa Catarina, Constituição ou Boavista.

Como habitualmente, foram milhares os atletas que, quer a andar ou a correr, ou ambas, fizeram os 5km ou 10km em que estavam inscritos, num ambiente de festa. Eles puderam contar como sempre com o apoio de familiares, amigos, e populares, que, com muita animação e alegria, brindaram os atletas desde o início ao fim.

O Grupo Desportivo esteve novamente presente com alguns colegas que pro-



curaram dar o seu melhor, seja para atingir o melhor tempo ou simplesmente para divertir-se. Eu também estive lá, com a família a participar, e tive também a minha medalha de *finisher*.

E tu? Podes correr na vida, ou ver a vida a correr.

Inscreve-te já na próxima pelo teu Grupo Desportivo BPI.



O campeonato de basquetebol do Inatel



O campeonato de basquetebol do Inatel já vai na segunda fase, e ficámos na série 1A para disputar o título de campeão distrital.

Por Francisco Barata

> Na primeira fase, nos nove jogos realizados, a nossa equipa averbou sete vitórias e duas derrotas, e ficou no segundo lugar do nosso grupo, que teve como vencedor a equipa do Atlético de Queluz.

Nas três jornadas finais, obtivemos mais três vitórias: contra o Novo Banco: 36-29; Banco de Portugal: 41-38; e Escola Secundária da Amadora: 37-34. Jogos sempre muito equilibrados, e com o resultado incerto até ao apito final.

Para a segunda fase, vamos disputar o título de campeão distrital. Ficámos na série 1A, com as seguintes equipas: Hoopers, actual campeão; BCP, vice-campeão; ESA, um dos quatro finalistas do ano passado; SIMECQ, vencedor da taça de Lisboa; e Estoril, equipa-revelação deste ano.



Dos quatro jogos já realizados, sofremos quatro derrotas contra as equipas: Hoopers: 53-60; SIMECQ: 31-55; ESA: 30-68 e Estoril: 46-65.

Temos a noção de que estamos a defrontar as melhores equipas do campeonato, mas estamos a dar o melhor, e como sempre a lutar pelo melhor resultado possível.



[basquetebol / ciclismo]

Conquistámos o 5.º lugar

À semelhança do ocorrido na primeira volta da competição, que concluímos com um balanço de duas vitórias e duas derrotas, na segunda volta ganhámos dois jogos e perdemos os outros dois.

Por Manuel Correia

> As derrotas ocorreram com os Salesianos (64-67) e com o Esgueira (34-64), e as vitórias foram com a Oliveirense (62-42) e a Sanjoanense (61-53).

É de destacar o jogo com os Salesianos, que acabaram como líderes do nosso grupo, onde estivemos com uma desvantagem na casa dos 20 pontos, mas tivemos uma atitude que nos permitiu recuperar e ter um lançamento de 3 pontos (que, infelizmente, não entrou) para conseguir levar o jogo para prolongamento.

Também no jogo com a Sanjoanense estivemos 18 pontos abaixo durante o 2.º período do jogo, e, mais uma vez, conseguimos recuperar e terminámos o jogo com um parcial de 22-6 – para, desta vez, alcançar a vitória!

Estes resultados permitiram-nos assegurar o 3.º lugar da nossa série e, assim, aceder à eliminatória de disputa pelo 5.º lugar da classificação geral da Liga



Master. Essa eliminatória, jogada a duas mãos, foi contra o 3.º classificado da outra série (NDA Pombal).

No primeiro jogo, realizado em Pombal, estivemos globalmente bem e vencemos por 62-56, com base numa defesa agressiva e solidária (que já começa a ser uma imagem de marca da nossa equipa) e em momentos de excelente prestação ofensiva, sobretudo na primeira parte, onde concretizámos 37 pontos.

Já no segundo jogo, realizado no CLIP, conseguimos uma vitória mais folgada (61-43), com uma exibição positiva dos 12 atletas convocados.

Após uma paragem no mês de Abril, em Maio regressa a competição, desta vez com a realização da I Taça de Portugal Master.

Até lá!



Venha pedalar connosco!

Atento ao crescimento que tem vindo a verificar-se na prática do ciclismo a nível global, o Grupo Desportivo quer apoiar e dinamizar a modalidade junto dos associados.

Por Duarte Cardoso

> Para isso, é nossa intenção começarmos a ter representação em algumas provas de estrada/granfondos a realizar no futuro próximo.

No segundo trimestre deste ano começámos por estar presentes no Porto Gaia Granfondo (ainda que só com um atleta), realizado no dia 2 de Abril ao longo das margens do Douro, sendo o próximo objectivo o de ter uma comitiva a participar no Bragança Granfondo, que se realizará no dia 9 de Julho, com partida e chegada na bonita cidade de Bragança.

Trata-se de uma prova que promete muita animação (auto-intitula-se «o granfondo mais animado do mundo») e paisagens de cortar a respiração, com três percursos possíveis: Granfondo (128 km), Mediofondo (102 km) ou Minifondo (52 km), dependendo da preparação, valentia e espírito competitivo de cada um.

Os colaboradores do Banco BPI que não sejam sócios do Grupo Desportivo podem aproveitar a campanha de angariação de sócios em curso, com



oferta das primeiras seis quotas (quota mensal 1,50 euros), bastando para isso que acedam a «Quero ser sócio», em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>, preencham o formulário, o submetam... e pronto!, já estão a poupar.

Todos os que se inscrevem nesta prova pelo Grupo Desportivo até 31 de Maio beneficiam de 50% de desconto sobre o valor da inscrição. Em caso de dúvida por favor contacte a Secretaria do Grupo Desportivo no Porto.

Não falte!



[ciclismo / futsal]

Aveiro Spring Classic 2023



Realizou-se no passado dia 26 de Março a Aveiro Spring Classic 2023, um evento de ciclismo, verdadeira clássica de Primavera.

Por Jorge Silva

> É um evento de ciclismo que, como verdadeira clássica de Primavera, possui dois percursos longos e relativamente planos, propondo a todos os participantes os desafios de condições climatéricas instáveis, próprios da época do ano, e diferentes tipos de piso (estrada, empedrado, *strerrato*).

Foi a minha segunda participação num *granfondo*, tendo sido a primeira com três dígitos na quilometragem.

Na distância de 120 km, atravessei os concelhos de Aveiro, Ílhavo e Vagos, num percurso espectacular, tendo um dos trajectos mais desafiantes sido feito ao longo da marginal da ria, em piso de *strerrato*.

Foi sem dúvida uma prova que adorei fazer e na qual não tive qualquer percalço, o que ajudou na experiência, e mais uma vez com o apoio do Grupo Desportivo. <

Futsal de Regresso

Participámos mais uma vez, pelo convívio nos jogos, para nos divertirmos, mas unidos e com aquele espírito de camaradagem de sempre, com o objectivo de vencer e chegar à final.

Por Jorge Sousa

> O futsal está de regresso. Após um interregno que se justificou, voltámos e formámos uma equipa para participar no Torneio Interbancário de Futsal do SBN, em representação do Grupo Desportivo.

O torneio decorreu, entre Março e Abril, no Pavilhão Polidesportivo Indoor Planet, na Ponte da Pedra, em Gueifães.

Participámos mais uma vez, pelo convívio nos jogos, para nos divertirmos, mas unidos e com aquele espírito de camaradagem de sempre, com o objectivo de vencer e chegar à final.

No nosso 1.º jogo, realizado em Março contra o Grupo Desportivo do BP, vencemos por uma margem folgada (vitória por 6-3), salientando-se para além da exibição colectiva a do nosso atleta Rui Carvalho, que marcou 4 golos.

As boas exibições continuaram na 2.ª jornada com a vitória por 7-3 contra a equipa Ventus Popularitas, tendo-se destacado o Pedro Oliveira com 3 golos, o que nos deixa, assim, no primeiro lugar da classificação.

Quando estiverem a ler esta revista já o torneio terá acabado, e esperamos que com o nosso apuramento para a grande final. <



[jogos de salão]

Maratona dos jogos de salão



Iniciativa para todos os colaboradores do Banco BPI quer sejam ou não sócios do Grupo Desportivo. Pede-se que tragam muito de boa-disposição, muito *fair-play* e... divirtam-se!

Por Luís Remédio



➤ Esta maratona dos jogos de salão inclui as seguintes modalidades: Dardos; Snooker; Matraquilhos. Consulte o regulamento em: <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=3&parentid=0&detalheid=7325>

Os colaboradores do Banco BPI que não sejam sócios do Grupo Desportivo podem aproveitar a campanha de angariação de sócios em curso, com oferta das primeiras seis quotas (quota mensal 1,50 euros), bastando para isso que acedam a «Quero ser sócio», em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>, preencham o formulário, o submetam... e pronto, já estão a poupar.

Para que os nossos jogadores possam ter a barriga sempre aconchegada enquanto queimam calorias nesta maratona, teremos um belíssimo beberete. Bem! Da nossa parte está tudo dito, da

Realização: 19 de Maio
Inscrição até: 17 de Maio (até às 16.30h)
Ponto de encontro: instalações do Grupo Desportivo na Rua do Almirante Barroso, n.º 32 – r/c, em Lisboa
Hora: 18.00h
Valor: 12 euros por equipa (6 euros por pessoa)
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 6 euros por equipa
Inscrição inclui: lanche
Inscrição não inclui: bebidas
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.
Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo ou Luís Remédio
A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



vossa só falta inscrever-se, e que tragam muito boa-disposição, muito *fair-play* e... divirtam-se!

XIII Jogos de Salão

Finais de bilhar, snooker e sueca

Depois de uma breve paragem devida à pandemia de covid-19, conseguimos finalmente no mês de Março realizar as duas finais – de *snooker* e de *sueca* – do XIII Torneio de Jogos de Salão.

Por Fernando Ferreira

➤ Depois de uma breve paragem devida à pandemia de covid-19, conseguimos finalmente no mês de Março realizar as duas finais de snooker e sueca do XIII Torneio de Jogos de Salão em atraso, mas num bom ambiente, com espírito de competição e camaradagem.

No *snooker* o brilhante vencedor foi o Emílio Rebelo, que encontrou franca oposição no colega José Almeida.



Na sueca, um pouco mais ruidoso, mas emocionalmente disputada por colegas que dignificaram este jogo tradicional – Nuno Pereira/Antero Duarte e Fernando Canavarro/Ferreira da Costa – saiu vencedora a equipa Nuno Pereira/Antero Duarte.

Para os vencedores, os parabéns do Grupo Desportivo.

Até breve.



[mergulho]

Batismo anual e curso de mergulho

Já a pensar no bom tempo e nos desportos ao ar livre, lançamos o desafio para uma aventura debaixo de água! Vamos mergulhar?

Por Pedro Ribeiro

> Junte a sua família e venha mergulhar connosco em Sesimbra!

Vamos ter batismos de mergulho e, para os que já conhecem a modalidade, a possibilidade de desfrutar das magníficas fauna e flora existentes neste cantinho tão perto de Lisboa!

Para quem desejar aprofundar mais este desporto, convidamo-lo também a fazer um curso de mergulho.

Neste ano, teremos também batismo em piscina.

Os colaboradores do Banco BPI que não sejam sócios do Grupo Desportivo podem aproveitar a campanha de angariação de sócios em curso, com oferta das primeiras seis quotas (quota mensal 1,50 euros), bastando para isso que acedam a «Quero ser sócio» em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>, preencham o formulário, o submetam... e pronto!, já estão a poupar.

Venha conhecer as maravilhas debaixo das límpidas águas de Sesimbra.

Atreva-se. Experimente.



Inscrição comum (às opções de inscrição seguintes)

Ponto de encontro: Cipreia, Dive Club, Clube Naval de Sesimbra, Porto de Abrigo

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attach/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Cipreia, Dive Club

Batismo e mergulho no mar:

Realização: 20 de Maio

Inscrição até: 9 de Maio

Hora: às 10h

Valor:

Batismo: 100 euros

Mergulho: 39 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

Batismo: 65 euros

Mergulho: 26 euros

O pagamento poderá ser efectuado em até: 2 (duas) prestações, com início na data da inscrição

Batismo em piscina (só se realiza com o mínimo de 4 inscrições):

Realização: 20 de Maio

Inscrição até: 9 de Maio

Hora: 12h

Valor: 55 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:
35 euros

Curso de Mergulho – Open water diver

Realização: entre 29 de Maio e 1 de Junho num dia à sua escolha, uma aula teórica *on-line*. Após a conclusão da parte teórica, deve agendar 3 aulas práticas para conclusão do curso

Inscrição até: 15 de Maio

Valor: 435 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

280 euros

O pagamento poderá ser efectuado em até: 5 (cinco) prestações com início na data de inscrição



[padel]

Open da Flor de Laranjeira



De volta aos grandes momentos de padel no BPI.

Por Luís Remédio



> Estamos de volta a mais um torneio e esperamos que a adesão seja maciça por parte dos nossos associados.

Sendo um torneio social, teremos as seguintes categorias:

- Femininos
- Masculinos
- Mistos

e a sua realização dependerá do número de inscrições.

O modelo do torneio incluirá um apuramento por grupos, e seguidamente os apurados entrarão para o quadro do torneio.

Haverá troféus para os vencedores e

Realização: 27 de Maio

Inscrição até: 25 de Maio (às 16.30h)

Ponto de encontro: Airfut Padel (Prior Velho)

Hora: 15.00h

Valor: 15 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 10 euros

Inscrição inclui: welcome pack para todos os participantes

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

Recomendações: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt> O participante é responsável pela sua total integridade física, devendo apresentar-se em perfeitas condições de saúde para a prática desportiva

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo ou Luís Remédio

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



os vencidos, e brindes para todos os participantes, havendo alguns específicos para os nossos finalistas nas diversas categorias.

Por último, não se esqueçam de se inscrever o mais rapidamente possível, pois o número de participantes é limitado. <

Corporate Padel League

Assegurámos o 2.º lugar, apesar das derrotas frente à Lidercarnes, à BDO e ao Montepio, que ocupou o 1.º lugar do torneio.

Por Luís Remédio

> Depois de três derrotas, uma frente à Lidercarnes, outra frente à BDO e na antepenúltima jornada frente ao Montepio, nosso adversário directo, fomos para a última jornada motivados pela vitória frente à Fidelidade, mas com uma tarefa praticamente impossível, pois a derrota frente ao Montepio obrigava-nos a uma vitória frente à BDO por 3/0 e a derrota do Montepio pelo mesmo parcial.

No final, nem nós ganhámos, nem o Montepio perdeu por 3/0; no entanto, é de realçar a entrega das nossas duplas na procura da vitória, levando os encontros à decisão por *super tie-break*.

Em suma, acabámos por trazer o caneco para casa, merecidamente, evoluímos enquanto jogadores e enquanto equipa,

e já estamos ansiosos para uma próxima liga, até porque muitos de nós ficamos com saudades daquelas fabulosas pizzas no final dos encontros... Oh, se ficámos! <



Carlos Brandão parte na frente



Começou o campeonato interno de Pesca Desportiva de Mar na zona sul e fomos até Peniche para disputar a primeira prova.

Por José Duarte

- > O tempo ajudou, e fomos encontrar um bom dia de sol, com algum vento de sueste, mas que não complicou muito a pesca. Quanto ao mar, embora não fosse de tempestade, era suficientemente forte para inutilizar a maioria dos pesqueiros. No Baileal, na Papoa e nos Remédios não havia condições. Uma das raras hipóteses era



o Sul, que acabou por ser explorada.

As condições eram difíceis e logicamente acabou por ser um dia de pouco peixe, e mesmo assim foi preciso lutar por ele com diversas mudanças de pesqueiro.

Na hora da pesagem foi possível ver alguns robalos, o que acontece raramente, alguns sargos e também tainhas.

O Carlos Brandão parte à frente, seguido do Artur, do Duarte, do David e do Saraiva.

O dia acabou, como habitualmente, à volta da mesa, em convívio e troca de opiniões sobre o desenrolar da pesca.

Enfim, mais um dia bem passado.



Campeonato Interbancário de Surfcasting

Primeira prova em Tróia. O nosso Grupo Desportivo participou com três pescadores: o Saraiva, o Brandão e o Duarte.

Por José Duarte



- > O areal de Tróia foi o local escolhido para iniciar mais um campeonato interbancário da modalidade. É um bom refúgio, sempre que a forte ondulação dificulta a pesca noutros locais da costa.

Inscreveram-se cerca de três dezenas de pescadores que foram distribuídos por quatro zonas, ocupando cada um o pesqueiro que lhe coube por sorteio.

O tempo esteve ameno, com sol e vento fracos; o mar, com ondulação fraca e algumas algas à mistura.

Na primeira metade da prova, as capturas foram muito raras, e salvo um ou outro felizardo o panorama era muito apreensivo para a maioria dos pescadores. Felizmente, a situação alterou-se nas duas últimas horas, e, com a maré cheia, apareceram alguns peixes que vieram dar uma outra emoção e cor à prova.

O nosso Grupo Desportivo participou com três pescadores: o Brandão, o Saraiva e o Duarte.

Todos efectuaram capturas e conseguiram



ram classificações nas suas zonas que lhes permitem encarar com optimismo as futuras provas.

A praia de Porto Carretas, em Santo André, é o local do próximo embate.

Até lá, boas pescarias.



Como correu o Torneio Interno de Ténis de Mesa

O Grupo Desportivo realizou o seu Torneio Interno em 11 de Março, no Pavilhão Desportivo Municipal Engenheiro Ministro dos Santos em Mafra.

Por Carlos Galvão

> Os objectivos principais deste evento compreendiam nomeadamente: o fomento da modalidade a nível interno do Banco BPI, procurando angariar novos sócios para a prática do ténis de mesa e o incremento da sã convivência entre adversários convidados, que nos aproxime em torno desta prática que todos adoramos.

Fomos inovadores, disputando uma prova individual com 64 atletas e uma prova colectiva com 16 equipas, que foi também um pouco ambiciosa, tendo nós corrido um risco calculado. A duração da prova foi excedida: estava previsto o seu término para as 14.30h, mas acabou cerca das 19 horas, com implicações no convívio – que foi muito bom mas parcelado e no funcionamento do restaurante, que apresentou um menu de qualidade mas servido com alguns menos bons modos.

No entanto, aprendemos com os erros, já que constatámos que este modelo é exequível, desde que sigamos algumas regras, como sejam: os atletas da competição colectiva não serem intérpretes da competição individual e a obrigatoriedade de a competição colectiva ser disputada em duas mesas sempre que possível.

Para compensar a parte menos boa, o nível competitivo da prova foi muito alto nas duas competições, proporcionando espectáculos de grande nível.

Referimos as principais classificações, para memória futura. Assim, na prova colectiva a equipa vencedora foi a EDP, seguida do CTM da Silveira, do Grupo Desportivo A (Alan Zheng, Anastasiya

Sazonenka e Aliaksandr Sazonenka), do CRD Arrudense, e em 5.º lugar o Grupo Desportivo B (Pedro Pereira, Wang Fang e Nicole). Na prova individual triunfou o Pedro Mendes, da EDP; seguido do Alen Zheng, do Grupo Desportivo BPI; Sérgio Santos, Aliaksandr Sazonenka do Grupo Desportivo BPI; Paulo Rodrigues, Anastasiya Sazonenka do Grupo Desportivo BPI; Luís Proença, Paulo Malva, Nicole, do Grupo Desportivo BPI; João Domingues, Paulo Martins, Carina Real, Miguel Pereira, David Santos, Bruno Silva e Barros Costa.

Agradecemos a presença dos nossos convidados, do nosso acordeonista-atleta convidado Manuel Agostinho, dos nossos atletas que na época transacta conquistaram 84 lugares de pódio e 25 primeiros lugares, dos nossos colegas que têm participado e dos que participaram pela 1.ª vez (a este respeito relevamos o papel do João Santos e da Kátia pela publicitação a nível interno do BPI), pois todos eles prestigiaram este evento, e por último da Direcção do Grupo Desportivo, que muito nos apoiou nesta realização.

Por fim, anunciamos a nossa disponibilidade para realizar, em Maio ou Junho, um torneio mais restrito, a nível da D.I.A., com convívio e churrasco, nas instalações do SC Rio Seco por nós utilizadas nos nossos treinos.

O Presidente do Grupo Desportivo, Osvaldo Silva, congratulou-se com esta realização e agradeceu também a presença de todos, encerrando o evento.



Assembleia Geral para aprovação das Contas do ano de 2022

Com a presença de vários associados, aos quais se juntaram, pela via digital Teams mais três, o Relatório e Contas da Direção foi aprovado por unanimidade.

Por Direção Nacional

> Realizou-se no passado dia 14 de Abril a Assembleia Geral para discutir e deliberar a aprovação das Contas do Grupo Desportivo, do ano de 2022.

Com a presença de vários associados, aos quais se juntaram, pela via digital Teams mais três, o Relatório e Contas da Direção foi aprovado por unanimidade.

Para tal contribuíram as explicações prestadas por João Sampaio para as diversas dúvidas que foram levantadas.

De notar que o Relatório continha os pareceres favoráveis do Conselho Fiscal e do Auditor externo.

Em outros assuntos de interesse falou-se da app e da sua disponibilização aos associados lá para o final do 1.º



semestre deste ano. Entre as diversas sugestões é de realçar a do cartão virtual de sócio.

Nada mais havendo a tratar, foi a reunião encerrada pelas 19.00h.



Composição da Direcção Nacional

A Direcção Nacional é composta por sete elementos eleitos nas listas para as Direcções Regionais, e o mandato é de quatro anos, exercido por biénios.

Por Osvaldo Silva

> De acordo com os artigos 22.º (constituição) e 23.º (composição e mandato) dos Estatutos do Grupo Desportivo, a Direcção Nacional é composta por sete elementos eleitos nas listas para as Direcções Regionais, e o mandato é de quatro anos, exercido por biénios.

Para o biénio de 2022/2023 a Direcção Nacional do Grupo Desportivo é composta pelos seguintes elementos: <



Presidente
João Eduardo
Chalupa Sampaio



Secretário
Rui Carlos Gomes
Duque



Tesoureiro
Jorge Henriques
de Almeida



Vogal
Jorge Pereira
Rodrigues Barrote



Vogal
José Carlos Reis
Almeida



Vogal
Pedro Nunes
Ferreira



Vogal
Rui Alberto Sousa
Simplicio

RELATÓRIO E CONTAS

Exercício de 2022

Por Direcção Nacional



GRUPO DESPORTIVO

Grupo  CaixaBank

ÍNDICE

I. RELATÓRIO

1. INTRODUÇÃO
2. APRESENTAÇÃO DO GRUPO DESPORTIVO
3. ÓRGÃOS SOCIAIS
4. RECURSOS HUMANOS
5. ACTIVIDADE
6. ANÁLISE ECONÓMICA E FINANCEIRA
7. PERSPECTIVAS
8. PROPOSTA DE APLICAÇÃO DOS RESULTADOS
9. CONSIDERAÇÕES FINAIS
10. AGRADECIMENTOS

II. DEMONSTRAÇÕES FINANCEIRAS

1. BALANÇO
2. DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS
3. ANEXO ÀS DEMONSTRAÇÕES FINANCEIRAS

III. PARECER DO CONSELHO FISCAL

IV. RELATÓRIO DE AUDITORIA

I. RELATÓRIO

1. INTRODUÇÃO

De acordo com a alínea h) do n.º 1 do artigo 25.º dos Estatutos, a Direcção Nacional do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI (de ora em diante designado também por Grupo Desportivo) vem submeter à apreciação e deliberação da Assembleia Geral o Relatório e Contas do exercício findo em 31 de Dezembro de 2022.

Este documento tem como objectivo não só dar a conhecer aos sócios as actividades desenvolvidas ao longo do ano de 2022, mas também referir os aspectos mais notórios e as perspectivas da sua evolução futura, bem como a sua situação económico-financeira.

O ano 2022 foi, sem dúvida alguma, um ano de desafios e de superação para os órgãos sociais do Grupo Desportivo, uma vez que este foi o ano zero após a pandemia. Desde o momento em que assumimos funções alicerçamos a nossa estratégia para ir ao encontro das melhores expectativas dos nossos associados, o que conseguimos no ano de 2022 e esperamos atingir no ano de 2023. O presente documento espelha o trabalho que desenvolvemos, sempre orientado com rigor, ética e disciplina, fundamentais na gestão de uma instituição como o Grupo Desportivo.

Os actuais órgãos sociais resultam de eleições realizadas em Novembro de 2019 e cujo mandato termina no fim do presente ano.

2. APRESENTAÇÃO DO GRUPO DESPORTIVO

O Grupo Desportivo é uma associação de direito privado, com personalidade jurídica, dotada de autonomia administrativa e financeira, não tem fins lucrativos e desenvolve a sua actividade de forma independente em relação a qualquer grupo confessional, partidário ou económico.

A estrutura do Grupo Desportivo encontra-se organizada em torno de duas Direcções Regionais, Norte e Sul, com autonomia administrativa e financeira, que gerem e dinamizam todas as actividades.

Das Direcções Regionais emerge a Direcção Nacional, à qual compete apresentar as contas do exercício, o respectivo relatório e obter o parecer do Conselho Fiscal, bem como do Auditor Externo.

As actividades desenvolvidas pelo Grupo Desportivo são suportadas pelas receitas que obtém através das quotas pagas pelos Associados e pelo donativo atribuído anualmente pelo Exmo. Conselho de Administração do Banco BPI.

3. ÓRGÃOS SOCIAIS

3.1 Os Órgãos Sociais do Grupo Desportivo a exercer funções em 31 de Dezembro de 2022 eram:

3.1.1 Mesa da Assembleia Geral

Presidente

Maria do Carmo Máximo Esteves Couto

Vice-Presidente

José Joaquim Amaral Marques

1.º Secretário

Elsa Sousa Verdial

2.º Secretário

Maria Teresa Branco Rodrigues Sá

3.º Secretário

Paula Cristina Almeida Mota

3.1.2 Direcção Nacional

Presidente

João Eduardo de Chalupa Sampaio

Secretário

Rui Carlos Gomes Duque

Tesoureiro

Jorge Henriques de Almeida

Vogais

Jorge Pereira Rodrigues Barrote

José Carlos Reis Almeida

Pedro Nunes Ferreira

Rui Alberto Sousa Simplício

3.1.3 Conselho Fiscal

Presidente

Luís Ângelo Alves Silva

1.º Vogal

José Ernesto Ferreira Nogueira Pontes

2.º Vogal

David José Franco

3.1.4 Direcção Regional Norte

Presidente

João Eduardo de Chalupa Sampaio

Vice-Presidente

José Manuel Pereira Caldas

Secretário

António Carlos Duarte Cardoso

Secretário

Fernando de Carvalho Barrias

Vice-Secretário

Victor Manuel Alves Camisão

Tesoureiro

António Joaquim Gomes Costa

Vice-Tesoureiro

Ana Maria Silva Pires

Vogais

Amílcar José Palavras Ferreira

Fernando Sousa Ferreira

Francisco Conceição Ribeiro

Jorge Fernando Pereira Sousa

Jorge Pereira Rodrigues Barrote

José Carlos Reis Almeida

Maria João Moreira Rocha

Rosa Maria Magalhães Moura

3.1.5 Direcção Regional Sul

Presidente

Osvaldo Pavel Mendes da Silva

Vice-Presidente

João Pedro Nascimento Lopes

Secretário

Rui Carlos Gomes Duque

Secretário

Sandra Cristina Reis Nascimento

Vice-Secretário

Maria Madalena Castro Freire

Tesoureiro

Jorge Henriques Almeida

Vice-Tesoureiro

Maria Fátima Silva Pereira

Vogais

André Lopes Cardoso

Carla Alexandra Garcia Pinto

Joaquim António Rubira Sete-Arratéis

Luís Filipe Henriques Remédio

Paulo Alexandre B. Quaresma

Pedro Miguel C. G. Ribeiro

Pedro Nunes Ferreira

Rui Alberto Sousa Simplício

4. RECURSOS HUMANOS

Em 31 de Dezembro de 2022, o Grupo Desportivo tinha um Quadro de Pessoal de 4 elementos, assim distribuídos:

Administrativos	3
Pessoal de Bar	1

5. ACTIVIDADE

É nosso propósito referir alguns apontamentos da actividade do Grupo Desportivo que o caracterizam, bem como o nosso empenho na construção de um Grupo Desportivo cada vez mais sólido, mais moderno, mais interactivo e cada vez mais indispensável aos Associados.

As opções estratégicas durante o exercício focaram-se em quatro áreas de actuação: actividade, comunicação, interactividade e coesão do associativismo.

A primeira área constitui a substância que se pretende da acção a desenvolver, o que, numa lógica simples, significa melhorar e reforçar as actividades, conferindo-lhes um significado de regularidade.

Na segunda área assume-se o compromisso de desenvolver sinergias para o desenvolvimento da comunicação entre o Grupo Desportivo e os Associados

– revista Associativo, sítio na Internet, Facebook e *newsletter* mensal.

Numa terceira área, dotar o Grupo Desportivo das ferramentas necessárias a uma utilização amigável da tecnologia por parte dos sócios, tendo em vista uma melhor e mais rápida relação destes com o Grupo Desportivo.

Por fim, e não menos importante, a coesão do associativismo no Grupo Desportivo, nunca descurando as dificuldades na gestão de tempos livres por parte dos Associados e a procura constante de parcerias.

O ano de 2022 foi um ano de retoma, pelo que se verificou um acréscimo acentuado das actividades desenvolvidas pelo Grupo Desportivo.

Não podemos deixar de referir o apoio dado ao Banco BPI na Semana da Saúde.

Em termos de Associativismo

Associados – O Grupo Desportivo terminou o ano de 2022 com 9635 Associados (em 2021 eram 9510), número que inclui os sócios auxiliares e que reflecte o movimento de saída de recursos humanos do Banco BPI, durante os últimos anos.

Parcerias – Fechámos o ano com mais de 913 parceiros. As parcerias abrangem praticamente todas as áreas em oferta no mercado, como comércio, hotelaria, restauração, automóvel, *health clubs*, saúde, lazer, arte e cultura, viagens e turismo, educação, serviços, etc. São de destacar as parcerias com a Remax, a Repsol e a Farmácia Internacional, pelo efeito muito positivo que podem ter no orçamento dos nossos Associados.

Revista Associativo – Com uma tiragem trimestral de 10 000 exemplares, proporciona a todos os Associados e Parceiros um excelente e muito completo observatório da actividade do Grupo Desportivo, sendo mesmo o único suporte de informação que chega obrigatoriamente a todos os Associados. Temos vindo a refrescar a informação deste suporte e a lançar algumas rubricas-âncora, como sejam, por exemplo, o «À Conversa com...», que quer dar a conhecer alguns dos nossos colegas que se distinguiram para além da actividade bancária, e a nossa «Proposta de Vinhos Medalhados», que se juntam ao «Em Cartaz» e à «Culinária» como páginas residentes.

Sítio do Grupo Desportivo – O número de visitas tem vindo a crescer como resultado das cerca de 5 907 360 *page views* e dos cerca de 1 118 112 visitantes. Cerca de 80% dos visitantes fizeram-no a partir de dispositivos móveis e visualizaram mais que uma página.

Redes Sociais – No Grupo Desportivo, estamos vocacionados para proporcionar aos nossos sócios actividades: lúdicas, desportivas e culturais. Nos últimos anos, temos vindo a desenvolver também práticas e dinâmicas diferentes naquilo que é a comunicação; comunicação nos seus diferentes modelos e objectos – do digital ao analógico, do texto à imagem, passando pelo som, audiovisual e multimédia.

O Facebook continua a ser a rede social mais usada do mundo. Assim sendo, sem prejuízo da sua página institucional, o Grupo Desportivo decidiu replicar as suas notícias no Facebook. Atingimos os 1825 gostos.

Newsletter – Continuamos a publicar uma *newsletter* mensal, tendo em vista identificar e lembrar as iniciativas programadas para aquele período e que fazemos chegar aos Associados por *e-mail* ou SMS.

Em termos de Actividades culturais

- **Biblioteca e Sala de Leitura** - Manutenção, actualização e uniformização das bibliotecas do Porto e de Lisboa, com pesquisa e reserva em formato digital e entrega/recolha descentralizada.
- **Caminhadas** - Organização de caminhadas no Norte e no Sul, conforme programa disponibilizado.
- **Concursos de Fotografia** - Realização de concursos de fotografia.
- **Cursos de Formação Artística** - Disponibilização de vários cursos de formação artística, nomeadamente de pintura, pintura a óleo, porcelana, azulejo, desenho e aquarela, artes decorativas, bordado de Castelo Branco e de técnicas diversas da arte de bordar.
- **Dança-jazz** - Disponibilização de espaços e professor para a prática da modalidade.
- **Danças de Salão** - Divulgação e ensino em espaço próprio ou de parceiros.

- **Espectáculos** - Aquisição de bilhetes para espectáculos, nomeadamente da Gulbenkian, e acordos com vários teatros.
- **Exposições** - Realização de diversas exposições, nomeadamente a dos cursos de formação artística e de fotografia.
- **Festas e Espectáculos** - Diversas iniciativas, de âmbito regional ou comemorativas.
- **Folclore** - Iniciação ao folclore, divulgação e ensino.
- **Coro e Orfeão** - Actuações em concertos, espectáculos, igrejas, encontros de coros, sendo de destacar o Encontro de Viseu.
- **Teatro** - Iniciação.
- **Visitas Gastronómicas**
 - No âmbito das rubricas «Gastronomia via Ferrovia» ou «Vinhos e Sabores» e segundo programas a disponibilizar.
- **Visitas Guiadas** - De acordo com o programa anual apresentado aos sócios.

Em termos de Actividades Sociais e Recreativas

- **Apartamentos** - Disponibilização de apartamentos no Algarve, a preços muito favoráveis.
- **Café-concerto** - Espectáculo de várias correntes musicais com programa a divulgar.
- **Campismo** - Tratamento administrativo das diversas cartas de campista em colaboração com a FPCC.
- **Campos de Férias** - Para os filhos dos Associados.
- **Carnaval** - Participação nos festejos da quadra.
- **Convívios de Reformados** - Organização no Norte e no Sul dos tradicionais convívios anuais de Reformados.
- **Festa de Natal** - Organização da Festa de Natal para os colaboradores do Grupo BPI, por delegação do Conselho de Administração do BPI.
- **Fim de Ano** - Organização da passagem do ano, quer no Norte na Ericeira, quer no Sul no Algarve.
- **Jantar de Natal** - Jantar-convívio de Natal dos Associados.

- **Jogos de Sala** - Realização de torneios internos de *king*, setas, *ma-traquilhos*, sueca, *snooker* e bilhar.
- **Parceiros** - Acordo com diversas entidades para aquisição de bens e serviços.
- **Rally-paper** - Organização de *rally-paper* Nacional na região da Covilhã.
- **S. Martinho** - Comemoração da data, no Norte e no Sul.
- **Turismo Rural** - Acordos em espaços rurais a preços competitivos.
- **Viagens** - Promoção e organização de programas de viagens em grupo, ou individuais, ou ainda em *low cost*, ou *city breaks*.

Em termos de Actividades Desportivas

No vasto campo que é o da actividade desportiva, tentámos manter, como sempre o fizemos, as mais variadas iniciativas, procurando igualmente inovar.

- **Andebol** - Participação no Campeonato do Inatel.
- **Artes Marciais e Defesa Pessoal**
 - Divulgação e promoção de cursos.
- **Atletismo** - Participação no Campeonato do Inatel e em provas de montanha, maratonas e grandes prémios, *trail*, provas de orientação. Programa de participações anual apresentado aos sócios.
- **Basquetebol** - Participação no Campeonato do Inatel da 1.ª Divisão da Zona Sul e no Campeonato de Masters da FPB.
- **Bowling** - Realização de um torneio interno. Participação no campeonato interbancário.
- **Cicloturismo / BTT / Triatlo** - Organização de passeios e participação em várias iniciativas.
- **Desportos Radicais** - Organização de iniciativas e divulgação das modalidades de:
 - *Rafting*
 - Canoagem
 - *Rappel*
 - Escalada
 - *Slide*
 - *Paintball*
 - Orientação
 - Saltos de pára-quedas

- Arborismo
- Esqui
- Snowboard
- Wakeboard
- Kitesurf

- **Futebol 7** - Participação no Torneio Patricius.
- **Futsal** - Organização de torneios internos no Norte e no Sul. Participação em torneios organizados pelos sindicatos da banca.
- **Ginástica** - Disponibilização de espaços e professor, ou de acordos, para a prática de ginástica de manutenção.
- **Golfe** - Participação em "clínicas" de aprendizagem e manutenção. Acordos preferenciais com campos por todo o País.
- **Health Clubs** - Acordos com diversas entidades que ofereçam melhores condições aos Associados.
- **Equitação** - Divulgação e promoção da modalidade.
- **Karting** - Participação em diversas provas, torneios internos com organização do Grupo, ou dos Sindicatos da Banca.
- **Mergulho e Fotografia Subaquática** - Divulgação da modalidade e participação em várias saídas de mar.
- **Mototurismo** - Participação em actividades.
- **Natação** - Divulgação da modalidade nas classes de aprendizagem, manutenção e competição.
- **Padel** - Divulgação da modalidade e participação nas actividades, torneios, etc.
- **Patinagem** - Divulgação da modalidade.
- **Pesca** - Organização de torneios internos no Norte e no Sul. Participação em torneios dos sindicatos da banca. Participação em torneios particulares.
- **Remo** - Divulgação da modalidade.
- **Snooker** - Organização de torneios internos no Norte e no Sul. Divulgação da modalidade.
- **Squash** - Divulgação da modalidade.
- **Surf** - Divulgação da modalidade.
- **Ténis** - Realização de torneios internos no Norte e no Sul.
- **Ténis de Mesa** - Participação em torneios da Federação, organização de um torneio aberto e realização de torneios internos.
- **Tiro** - Participação no Interbancário e no Campeonato Nacional de Tiro, na modalidade de fosso olímpico.
- **Tiro de Precisão** - Divulgação, apoio da modalidade e participação em torneios.
- **Todo o Terreno** - Participação em actividades.
- **Vela** - Divulgação da modalidade.
- **Xadrez** - Participação no campeonato do Inatel e em diversos torneios.

6. ANÁLISE ECONÓMICA E FINANCEIRA

6.1 Análise Económica

Os resultados líquidos passaram de 84 181 €, em 2021, para – 106 435 €, em 2022 (–226%).

6.1.1 Proveitos e Ganhos

Os proveitos do Grupo Desportivo ascenderam a 760 550 € em 2022, registando um acréscimo de 107 446 € face a 2021, como se evidencia no quadro seguinte:

Descrição	2021	2022	Variação
Donativo p/ funcionamento	162 000	162 000	0
Donativo p/ viaturas	26 000	0	–26 000
Outros donativos	0	600	600
Festa de Natal	178 648	170 000	–8 648
Quotizações	167 954	166 573	–1 381
Vendas e prestações de serviços	0	97	97
Outros rendimentos	118 502	261 281	142 778
TOTAL	653 104	760 550	107 446

6.1.2 Custos e Perdas

Os custos em 2022 apresentaram um acréscimo de 298 063 € relativamente ao ano anterior.

A sua evolução sintetiza-se no quadro seguinte:

Descrição	2021	2022	Variação
Custo das mercadorias vendidas	0	0	0
Fornecimentos e serviços externos	176 133	212 620	36 487
Custos com o Pessoal	73 223	67 749	–5 474
Amortizações e ajustamentos	129	129	0
Outros gastos	319 438	586 487	267 050
Festa de Natal	179 620	173 699	–5 921
Outros Gastos com Actividades	139 818	412 789	272 971
Imparidades reconhecidas	0	0	0
TOTAL	568 923	866 985	298 063

6.2 Análise Financeira

A estrutura do Balanço reflecte uma autonomia financeira de 38% (Capitais Próprios/Activo): 62% em 2021), bem como uma solvabilidade global de 60% (Capitais Próprios/Passivo: 162% em 2021).

A actividade do Grupo Desportivo continua a depender fundamentalmente do donativo concedido pelo Exmo. Conselho de Administração do Banco BPI e da quotização dos Associados.

7. PERSPECTIVAS

Para o ano de 2022, a conjuntura económica do País perspectivava uma saída da pandemia que a actividade do Grupo Desportivo reflectiu.

O Orçamento e Plano de Actividades de 2023 pretende continuar a apoiar, cada vez mais, as actividades desenvolvidas pelo Grupo Desportivo, como forma de promover uma gestão integrada ao serviço da mudança e da inovação.

8. PROPOSTA DE APLICAÇÃO DOS RESULTADOS

Nos termos da competência estatutária, a Direcção Nacional do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI vem propor à Assembleia Geral:

- Que sejam aprovados o Relatório da Actividade e as Contas referentes ao Exercício de 2022;
- Que o Resultado Líquido negativo apurado no exercício, no montante de 106 435 €, seja transferido para a rubrica de Resultados Transitados.

9. CONSIDERAÇÕES FINAIS

9.1 O Resultado Líquido negativo de 106 435 € resulta do forte incremento da actividade do Grupo Desportivo no ano de 2022 e compensa os Resultados Líquidos positivos obtidos nos anos de 2020 e 2021.

Os Proveitos e Ganhos obtidos em 2022 registaram um acréscimo de 107 446 €, enquanto os Custos e Perdas apresentaram, também, um acréscimo de 298 063 €.

9.2 O Relatório e Contas procura, sem ser demasiado minucioso, realçar aquilo que entendemos ser o espelho da actividade desenvolvida pelo Grupo Desportivo.

10. AGRADECIMENTOS

A Direcção Nacional do Grupo Desportivo deseja agradecer:

- Ao Exmo. Conselho de Administração do Banco BPI pela confiança que sempre nos dispensou e pelo apoio financeiro prestado.
- Aos Órgãos Sociais do Grupo Desportivo e a todos os Colaboradores, que, com o seu esforço e dedicação, nos permitiram alcançar as metas traçadas para 2022.
- Aos Parceiros, que ajudaram ao cumprimento das propostas da Direcção e porventura a suavizar o dia-a-dia dos nossos Associados.
- Aos Associados, que através de vários contactos – *e-mail*, telefone ou carta – enviaram felicitações e/ou sugestões à Direcção do Grupo Desportivo.

Porto, 3 de Abril de 2023

A Direcção Nacional

João Eduardo de Chalupa Sampaio



Rui Carlos Gomes Duque



Jorge Henriques de Almeida



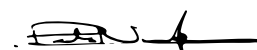
Jorge Pereira Rodrigues Barrote



José Carlos Reis Almeida



Pedro Nunes Ferreira



Rui Alberto Sousa Simplício



II. DEMONSTRAÇÕES FINANCEIRAS

1. BALANÇO

Balanços em 31 de Dezembro de 2022 e 2021

(Montantes expressos em Euros)

ACTIVO	Notas	2022	2021
ACTIVO NÃO CORRENTE:			
Activos fixos tangíveis	4	0	129
Investimentos Financeiros	4	1 509	1 154
Total do activo não corrente		1 509	1 283
ACTIVO CORRENTE:			
Inventários	7	0	0
Associados	10	75 406	39 622
Estado e outros entes públicos	15.3	2 679	417
Diferimentos		1 310	1 310
Outros activos correntes	10	90 792	92 067
Caixa e depósitos bancários	3.6	160 154	239 600
Total do activo corrente		330 340	373 016
Total do activo		331 849	374 299
FUNDOS PATRIMONIAIS E PASSIVO			
FUNDOS PATRIMONIAIS			
Fundos		23 096	23 096
Reservas		14 366	14 366
Resultados transitados		193 975	109 794
		231 436	147 255
Resultado líquido do período		-106 435	84 181
Total dos fundos patrimoniais	15.2	125 000	231 436
PASSIVO:			
PASSIVO CORRENTE:			
Fornecedores	10	54 927	9 354
Estado e outros entes públicos	15.3	3 279	2 946
Diferimentos	15.6	0	0
Outros passivos correntes	10	148 643	130 562
Total do passivo		206 849	142 863
Total dos fundos patrimoniais e do passivo		331 849	374 299

O Contabilista Certificado

Hugo Ricardo Gomes



A Direcção

João Eduardo Chalupa Sampaio



2. DEMONSTRAÇÃO DOS RESULTADOS

Demonstração dos Resultados por Naturezas em 31 de Dezembro de 2022 e 2021

(Montantes expressos em Euros)

RENDIMENTOS E GASTOS	Notas	2022	2021
Vendas e serviços prestados	8.4	166 669	167 954
Subsídios, doações e legados à exploração	9	332 600	366 648
Custo das mercadorias vendidas e das matérias consumidas	8.5	0	0
Fornecimentos e serviços externos	8.5	-212 620	-176 133
Gastos com o pessoal	11.2	-67 749	-73 223
Outros rendimentos	8.4	261 281	118 502
Outros gastos	8.5	-586 487	-319 438
Resultado antes de depreciações, gastos de financiamento e impostos		-106 306	84 310
Gastos/reversões de depreciação e de amortização	4.9	-129	-129
Resultado operacional (antes de gastos de financiamento e impostos)		-106 435	84 181
Resultado antes de impostos		-106 435	84 181
Imposto sobre o rendimento do período		—	—
Resultado líquido do período		-106 435	84 181

O Contabilista Certificado

Hugo Ricardo Gomes



A Direcção

João Eduardo Chalupa Sampaio



3. ANEXO ÀS DEMONSTRAÇÕES FINANCEIRAS EM 31 DE DEZEMBRO DE 2022

1. IDENTIFICAÇÃO DA ENTIDADE

Designação: Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI

Sede: Rua Pedro Hispano, 201, 4100-397 Porto

NIPC: 505 065 681

Endereço eletrónico: norte@gdbpi.pt; grupo.desportivo.norte@bancobpi.pt; sul@gdbpi.pt; grupo.desportivo.sul@bancobpi.pt

Página na Internet: www.gdbpi.pt

Natureza da actividade: Na sua actuação o Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI procura desenvolver, dentro do orçamento aprovado em Assembleia Geral de Associados, actividades desportivas, culturais, sociais e recreativas que se pretende vão ao encontro dos desejos dos associados e ainda de lhes proporcionar vantagens através da celebração de acordos com parceiros.

2. REFERENCIAL CONTABILÍSTICO DE PREPARAÇÃO DAS DEMONSTRAÇÕES FINANCEIRAS

2.1 As presentes demonstrações financeiras foram elaboradas de acordo com o regime de normalização contabilística para as entidades do sector não lucrativo (ESNL), aprovado pelo Decreto-Lei n.º 158/2009, de 13 de Julho, alterado pelo Decreto-Lei n.º 98/2015, de 2 de Junho.

Dado que a partir do exercício de 2012 o Grupo Desportivo adoptou a NCRF-ESNL, aplicável às entidades do sector não lucrativo, posteriormente homologada pelo Despacho n.º 262/2015-XIX do Secretário de Estado dos Assuntos Fiscais de 16 de Julho de 2015, pelo que as quantias relativas ao período findo em 31 de Dezembro de 2022, incluídas nas presentes demonstrações financeiras, são comparáveis com as do exercício de 2021.

Sempre que esta norma não responda a aspectos particulares que se coloquem à entidade, em matéria de contabilização ou relato financeiro de transacções ou situações, o preenchimento da lacuna será feito por recurso às normas gerais.

• Continuidade

As presentes demonstrações financeiras foram preparadas no pressuposto da continuidade das operações, a partir dos livros e registos contabilísticos da entidade.

• Regime de periodização

Os activos, passivos, fundos patrimoniais, e rendimentos e gastos são registados quando satisfaçam os critérios e definições de reconhecimento.

Os rendimentos e gastos são reconhecidos à medida que são gerados ou incorridos independentemente do momento em que são recebidos ou pagos.

• Consistência de apresentação

Os critérios de apresentação e classificação dos diferentes itens nas demonstrações financeiras são mantidos de um período para o outro.

Se for perceptível que outra apresentação ou classificação é mais apropriada tendo em consideração as políticas contabilísticas contidas na NCRF-ESNL e proporcione uma informação mais fiável e relevante das demonstrações financeiras, proceder-se-á à alteração da estrutura de apresentação desde que a comparabilidade não seja prejudicada.

• Compensação

Os activos e passivos, e os rendimentos e gastos foram registados separadamente nos respectivos itens de balanço e da demonstração dos resultados, pelo que nenhum activo foi compensado por qualquer passivo e nenhum gasto foi compensado por qualquer rendimento.

• Comparabilidade

Sempre que a apresentação e a classificação dos itens das demonstrações financeiras são emendadas, as quantias comparativas são reclassificadas, a menos que tal seja impraticável, pelo que os valores das demonstrações financeiras apresentadas para o período de relato são comparáveis com os utilizados nos valores comparativos apresentados.

2.2 Derrogações das disposições do SNC-ESNL

Na preparação das presentes demonstrações financeiras não foram derogadas quaisquer disposições do SNC-ESNL tendo em vista a necessidade de as mesmas darem uma imagem verdadeira e apropriada do activo, do passivo e dos resultados da entidade.

3. POLÍTICAS CONTABILÍSTICAS, ALTERAÇÕES NAS ESTIMATIVAS CONTABILÍSTICAS E ERROS

As principais políticas contabilísticas adoptadas na preparação das demonstrações financeiras anexas são as seguintes:

3.1 Bases de mensuração usadas na preparação das demonstrações financeiras

As demonstrações financeiras anexas foram preparadas no pressuposto da continuidade das operações, a partir dos livros e registos contabilísticos da entidade, de acordo com as Normas Contabilísticas e de Relato Financeiro para as entidades do sector não lucrativo.

3.2 Outras políticas contabilísticas

Dada a actividade desenvolvida pela entidade, os pressupostos adoptados não acarretam qualquer risco futuro de ajustamento material nas quantias escrituradas de activos e passivos.

3.3 Fornecedores e outras dívidas a terceiros

As dívidas a fornecedores e a terceiros são registadas pelo seu valor nominal. Não existem dívidas expressas em moeda estrangeira.

3.4 Provisões

São reconhecidas provisões apenas quando a entidade tem uma obrigação presente resultante de um acontecimento passado, e seja provável que para a liquidação dessa obrigação ocorra uma saída de recursos e o montante da obrigação possa ser razoavelmente estimado.

3.5 Outros activos e passivos correntes

Os saldos de Outros activos e passivos correntes referem-se essencialmente a valores a pagar e ou a receber de associados pelas facilidades concedidos pela entidade no pagamento diferido de apoios sociais e cujo pagamento ocorre em período diferente. Normalmente, o custo destes activos e passivos não difere do seu valor nominal.

3.6 Caixa e depósitos bancários

O saldo da conta Caixa e depósitos bancários corresponde aos valores em caixa e depósitos e para os quais o risco de alteração de valor é insignificante.

Os saldos em 31-12-2021 e 31-12-2022 têm a seguinte decomposição:

Descrição	2020	2021
Numerário	77	0
Depósitos Bancários	239 522	160 154
	239 600	160 154

3.7 Relativamente ao período anterior não foram detectados erros materialmente relevantes e que necessitem de ser relatados.

4. ATIVOS FIXOS TANGÍVEIS

4.1 Os activos fixos tangíveis adquiridos encontram-se registados ao custo de aquisição com inclusão do IVA não dedutível, deduzido de depreciações acumuladas.

4.2 As depreciações são calculadas após o momento em que os bens se encontrem em condições de serem utilizados, pelo método das quotas constantes e de acordo com o período de vida útil estimada para cada grupo de bens.

4.3 As taxas de depreciação utilizadas correspondem aos seguintes períodos de vida útil estimada:

Descrição	Anos
Edifícios e outras construções	10
Equipamento básico	7 a 8
Equipamento de transporte	4
Equipamento administrativo	3 a 8
Outros activos fixos tangíveis	5

4.4 As vidas úteis e o método de amortização dos vários bens são revistos anualmente. O efeito de alguma alteração a estas estimativas é reconhecido na demonstração dos resultados prospectivamente.

4.5 As despesas de manutenção e reparação que não aumentam a vida útil dos mesmos são registadas como gastos no período em que ocorrem.

4.6 O ganho (ou a perda) resultante da alienação ou abate de um activo fixo tangível é determinado pela diferença entre o montante recebido na transacção e a quantia escriturada do activo e é reconhecido em resultados no período em que ocorre a alienação.

4.7 Imparidade de activos fixos tangíveis e intangíveis
Em cada data de relato é efectuada uma revisão das quantias escrituradas dos activos fixos tangíveis e intangíveis da entidade. Se existir algum indicador de imparidade, é estimada a quantia recuperável dos respectivos activos a fim de determinar a extensão da perda por imparidade.

A perda por imparidade, se existir, é registada de imediato na demonstração dos resultados na rubrica de Perdas por Imparidade, salvo se tal perda compensar um excedente de revalorização registado no capital próprio. Neste último caso, tal perda será tratada como um decréscimo de revalorização.

4.8 Não existem restrições de titularidade de activos fixos tangíveis nem compromissos para a sua aquisição.

4.9 Os Investimentos Financeiros no valor de 1509 euros dizem respeito aos valores pagos ao Fundo de Compensação do Trabalho.

4.10 A quantia escriturada bruta e as depreciações acumuladas foram desenvolvidas de acordo com o quadro seguinte:

Descrição	Saldo inicial	Adições	Abates	Reclassificações	Saldo final
Bens do património artístico e cultural	1 800	—	—	—	1 800
Edifícios e outras construções	11 671	—	—	—	11 671
Equipamento básico	10 325	—	—	—	10 325
Equipamento de transporte	18 596	—	—	—	18 596
Equipamento administrativo	105 685	—	—	—	105 685
Outros activos tangíveis	29 610	—	—	—	29 610
Activo tangível bruto	177 687	—	—	—	177 687
Depreciação acumulada	177 558	129	—	—	177 687
Activo tangível líquido	129				0

5. ACTIVOS INTANGÍVEIS

Os activos intangíveis referem-se a despesas com propriedade industrial e estão totalmente amortizados.

6. CUSTOS DE EMPRÉSTIMOS OBTIDOS

No período de relato, a entidade não recorreu a empréstimos susceptíveis de gerar encargos financeiros.

7. INVENTÁRIOS

Desde o exercício findo em 31-12-2020, e com o não funcionamento do bar nas instalações da Direcção Regional Norte, deixou de existir qualquer inventário na entidade.

8. RENDIMENTOS E GASTOS

A entidade reconhece o rédito quando:

8.1 A respectiva quantia possa ser fiavelmente mensurada.

8.2 Seja provável que os benefícios económicos associados à transacção fluam para a entidade.

8.3 Que os custos incorridos ou a incorrer possam ser fiavelmente mensurados.

8.4 Rendimentos reconhecidos no período:

Descrição	2021	2022	Varição
Donativo p/ funcionamento	162 000	162 000	0
Donativo p/ viaturas	26 000	0	-26 000
Outros donativos	0	600	600
Festa de Natal	178 648	170 000	-8 648
Quotizações	167 954	166 573	-1 381
Vendas e prestações de serviços	0	97	97
Outros rendimentos	118 502	261 281	142 778
TOTAL	653 104	760 550	107 446

8.5 Gastos reconhecidos no período:

Descrição	2021	2022	Varição
Custo das mercadorias vendidas	0	0	0
Fornecimentos e serviços externos	176 133	212 620	36 487
Custos com o Pessoal	73 223	67 749	-5 474
Amortizações e ajustamentos	129	129	0
Outros gastos	319 438	586 487	267 050
Festa de Natal	179 620	173 699	-5 921
Outros Gastos com Actividades	139 818	412 789	272 971
Imparidades reconhecidas	0	0	0
TOTAL	568 923	866 985	298 063

9. SUBSÍDIOS, DONATIVOS E OUTROS APOIOS DAS ENTIDADES PÚBLICAS

9.1 Não foram recebidos subsídios de entidades públicas.

9.2 Os donativos recebidos de terceiros para compartilhar as despesas de exploração, são registados como proveitos do exercício a que respeitam na rubrica da demonstração dos resultados Proveitos de exploração.

9.3 O donativo concedido pelo Exmo. Conselho de Administração do BBPI para o exercício de 2022 tem a seguinte decomposição:

Descrição	Total
Donativo para a actividade normal do Grupo	162 000
Donativo para a Festa de Natal	170 000
TOTAL	332 000

10. INSTRUMENTOS FINANCEIROS

Os saldos de Activos e Passivos Correntes são registados ao custo amortizado deduzido de eventuais perdas por imparidade. Normalmente, o custo amortizado destes activos financeiros não difere do seu valor nominal.

Os saldos de Outros Activos e Passivos Correntes referem-se essencialmente a valores a pagar e ou a receber de associados pelas facilidades concedidos pela entidade no pagamento diferido de apoios sociais.

Descrição	31-12-2021		31-12-2022		Total
	Activos financeiros mensurados ao custo	Perdas por imparidade acumuladas	Activos financeiros mensurados ao custo	Perdas por imparidade acumuladas	
Associados	49 974	10 352	39 622	80 587	75 406
Outros activos correntes	115 016	22 948	92 067	113 740	90 792
Caixa e Depósitos Bancários	239 600	0	239 600	160 154	160 154
Total do Activo	404 589	33 300	371 289	354 480	326 351
Fornecedores	9 354	0	9 354	54 927	54 927
Outros passivos correntes	130 562	0	130 562	148 643	148 643
Total do Passivo	139 917	0	139 917	203 570	203 570
Total Líquido	264 672	33 300	231 372	150 910	122 781

11. BENEFÍCIOS DOS EMPREGADOS

11.1 Durante o exercício de 2022 o Grupo Desportivo teve ao seu serviço, em média, 4 Colaboradores, de acordo com a seguinte distribuição:

Colaboradores durante o período	2021		2022	
	DRN	DRS	DRN	DRS
Membros dos órgãos directivos	15	15	15	15
Empregados	2	2	2	2

11.2 Os benefícios de curto prazo dos empregados incluem ordenados, subsídio de férias e de Natal.

As obrigações decorrentes dos benefícios de curto prazo, incluindo férias e subsídio de férias, a pagar no ano seguinte são reconhecidos como gastos do período em que os serviços são prestados por contrapartida de um passivo que se extingue com o pagamento respectivo.

Os gastos com pessoal são apresentados no quadro seguinte.

Descrição	2021	2022
Ordenados	47 985	47 007
Subsídio de alimentação	6 780	5 803
Encargos sociais	14 491	10 582
Outros	3 967	4 357
Totais	73 223	67 749

12. ACONTECIMENTOS APÓS A DATA DO BALANÇO

Os eventos após a data do balanço que proporcionam informação sobre condições ocorridas após a data do balanço ou acontecimentos após a data do balanço que não dão origem a ajustamentos são divulgados nas demonstrações financeiras, se forem considerados materiais.

13. DIVULGAÇÕES EXIGIDAS POR OUTROS DIPLOMAS LEGAIS

O Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI não tem conhecimento de quaisquer divulgações exigidas para além das aqui divulgadas.

14. OUTRAS DIVULGAÇÕES

14.1 O Grupo Desportivo encontra-se abrangido pelo artigo 11.º do CIRC gozando da isenção do imposto sobre o rendimento das actividades desenvolvidas. «*Estão isentos de IRC os rendimentos directamente derivados do exercício de actividades culturais, recreativas e desportivas.*»

Da imputação dos custos comuns à actividade sujeita a imposto (rendimentos comerciais e de capitais) resultou um valor negativo sujeito a IRC, pelo que não foi feita qualquer estimativa para este imposto.

14.2 Fundos patrimoniais:

Em 31 de Dezembro de 2022 os fundos patrimoniais ascenderam a 125 000 Euros (231 436 Euros em 2021). A variação está relacionada com o Resultado Líquido Negativo de 2022, no valor de 106 435€.

A grande variação no Resultado Líquido do Exercício de 2022 resulta da retoma da actividade do grupo desportivo na sua plenitude e do aumento bastante acentuado da inflação, com consequência da subida dos custos para desenvolver as actividades para os sócios.

De acordo com os Estatutos do Grupo Desportivo, as reservas geradas, resultados transitados e resultado líquido do exercício não estão disponíveis para serem distribuídos.

14.3 Estado e Outros Entes Públicos

Em 31 de Dezembro de 2022 não existem dívidas ao Estado nem a outras entidades públicas em situação de mora.

O saldo da rubrica Estado e Outros Entes Públicos é como segue:

Descrição	Débito	Crédito
Imposto sobre o Valor Acrescentado (IVA)	123	
Retenção de imposto s/ rendimento (IRS)		1 793
Contribuições para a segurança social		1 392
Outras Contribuições	2 556	94
	2 679	3 279

14.4 As receitas provenientes de quotas dos Associados atingiram no exercício de 2022 valor de 166 573 Euros (167 954 Euros em 2021).

14.5 Os gastos com a publicação da revista Associativo atingiram o montante de 74 041 Euros (48 415 Euros em 2021), o que representa um aumento de 25 626 Euros.

14.6 A Festa de Natal importou em 173 699 Euros (179 620 Euros em 2021). O Banco BPI concedeu um donativo no montante de 170 000 Euros, tendo a diferença para os gastos incorridos sido suportados pelo Grupo Desportivo (3 699 Euros).

14.7 Os membros dos Órgãos Sociais não são remunerados.

15. PASSIVOS CONTIGENTES E ÓNUS SOBRE ACTIVOS

Na data de aprovação das demonstrações financeiras de 31 de Dezembro de 2022 – 3 de Abril de 2023 – não são do conhecimento da Direcção quaisquer contingências resultantes de processos judiciais ou extrajudiciais intentados contra o Grupo Desportivo, processos de inspecção ou de contra-ordenação instaurados por autoridades públicas, ou reclamações de qualquer natureza apresentadas por terceiros, cujo desfecho desfavorável ao Grupo Desportivo se apresente altamente provável e do qual possam resultar passivos firmes de valor material, para os quais, de acordo com o Princípio da Prudência, devessem ter sido constituídas provisões para riscos e encargos.

De igual modo, inexistem quaisquer ónus sobre activos ou garantias prestadas a terceiros de cuja execução possam resultar efluxos financeiros ou diminuições de valor material dos activos detidos pelo Grupo Desportivo.

Porto, 3 de Abril de 2023

O Contabilista Certificado

Hugo Ricardo Gomes



A Direcção

João Eduardo de Chalupa
Sampaio



III. PARECER DO CONSELHO FISCAL

Introdução

1. Em cumprimento do disposto na alínea c) do art.º 32.º dos Estatutos do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI, aprovados no dia 12 de Julho do ano 2000, examinámos o Relatório e as Contas da Direcção Nacional de 2022, compreendendo estas últimas as demonstrações financeiras anexas do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI, as quais incluem o balanço em 31 de Dezembro de 2022 (que evidencia um total de 331 849 euros e um total dos fundos patrimoniais de 125 000 euros, incluindo um resultado líquido negativo de 106 435 euros), a demonstração dos resultados por naturezas e o anexo.

Responsabilidades

2. Nos termos da alínea h) do art.º 25.º dos Estatutos do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI, é da competência da Direcção Nacional a apresentação do relatório e contas.
3. A nossa responsabilidade encontra-se consagrada na citada alínea c) do art.º 32.º dos Estatutos do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI e consiste na emissão de parecer sobre o relatório e as contas da Direcção Nacional do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI.

Âmbito

4. Não definindo o Estatuto o conteúdo do parecer nem as normas subjacentes, as verificações possíveis a que procedemos foram efectuadas por amostragem, tendo sido fornecidas pela Direcção Nacional as informações e os esclarecimentos solicitados.
5. Foi verificada a concordância da informação financeira constante do relatório da Direcção Nacional com as demonstrações financeiras.
6. Entendemos que a fiscalização efectuada proporciona uma base aceitável para expressão do nosso parecer sobre o Relatório e as Contas da Direcção Nacional de 2022.

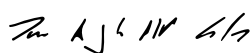
Parecer

7. Face ao que antecede, somos de parecer que o Relatório e Contas da Direcção Nacional de 2022 e as demonstrações financeiras referidas apresentam de forma verdadeira e apropriada, em todos os aspectos materialmente relevantes, a posição financeira do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI em 31 de Dezembro de 2022 e o resultado das suas operações, pelo que a Assembleia Geral do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI deve aprovar:
8. Assim, propomos que seja aprovada a aplicação de resultados apresentada pela Direcção Nacional.

5 de Abril de 2023

Presidente

Luís Ângelo Silva



1.º Vogal

José Ernesto Pontes



2.º Vogal

David José Franco



IV. RELATÓRIO DE AUDITORIA

CERTIFICAÇÃO LEGAL DAS CONTAS

RELATO SOBRE A AUDITORIA DAS DEMONSTRAÇÕES FINANCEIRAS

Opinião

Auditámos as demonstrações financeiras anexas do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do BPI (a Entidade), que compreendem o balanço em 31 de Dezembro de 2022 (que evidencia um total de 331 849 euros e um total de fundos patrimoniais de 125 000 euros, incluindo um resultado líquido negativo de 106 435 euros), a demonstração dos resultados por naturezas, relativa ao ano findo naquela data, e as notas anexas às demonstrações financeiras, que inclui um resumo das políticas contabilísticas significativas.

Em nossa opinião, as demonstrações financeiras anexas apresentam de forma verdadeira e apropriada, em todos os aspectos materiais, a posição financeira do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do BPI em 31 de Dezembro de 2022 de acordo com a Norma Contabilística e de Relato Financeiro para Entidades do Sector NãoLucrativo adoptada em Portugal através do Sistema de Normalização Contabilística.

Bases para a opinião

A nossa auditoria foi efectuada de acordo com as Normas Internacionais de Auditoria (ISA) e demais normas e orientações técnicas e éticas da Ordem dos Revisores Oficiais de Contas. As nossas responsabilidades nos termos dessas normas estão descritas na secção «Responsabilidades do auditor pela auditoria das demonstrações financeiras», abaixo. Somos independentes da Entidade, nos termos da lei, e cumprimos os demais requisitos éticos nos termos do código de ética da Ordem dos Revisores Oficiais de Contas.

Estamos convictos de que a prova de auditoria que obtivemos é suficiente e apropriada para proporcionar uma base para a nossa opinião.

Responsabilidades do órgão de gestão pelas demonstrações financeiras

O órgão de gestão é responsável pela:

- preparação de demonstrações financeiras que apresentem de forma verdadeira e apropriada a posição financeira, o desempenho financeiro e os fluxos de caixa da Entidade de acordo com a Norma Contabilística e de Relato Financeiro para Entidades do Sector NãoLucrativo adoptada em Portugal através do Sistema de Normalização Contabilística;
- elaboração do relatório de gestão nos termos legais e regulamentares aplicáveis;
- criação e manutenção de um sistema de controlo interno apropriado para permitir a preparação de demonstrações financeiras isentas de distorção material devida a fraude ou a erro;
- adopção de políticas e critérios contabilísticos adequados nas circunstâncias; e
- avaliação da capacidade da Entidade de se manter em continuidade, divulgando, quando aplicável, as matérias que possam suscitar dúvidas significativas sobre a continuidade das actividades.

Responsabilidades do auditor pela auditoria das demonstrações financeiras

A nossa responsabilidade consiste em obter segurança razoável sobre se as demonstrações financeiras como um todo estão isentas de distorções materiais devido a fraude ou a erro, e emitir um relatório onde conste a nossa opinião. Segurança razoável é um nível elevado de segurança mas não é uma garantia de que uma auditoria executada de acordo com as ISA detectará sempre uma distorção material quando exista. As distorções podem ter origem em fraude ou erro e são consideradas materiais se, isoladas ou conjuntamente, se possa razoavelmente esperar que influenciem decisões económicas dos utilizadores tomadas com base nessas demonstrações financeiras.

Como parte de uma auditoria de acordo com as ISA, fazemos julgamentos profissionais e mantemos cepticismo profissional durante a auditoria e também:

- identificamos e avaliamos os riscos de distorção material das demonstrações financeiras, devido a fraude ou a erro, concebemos e executamos procedimentos

de auditoria que respondam a esses riscos, e obtemos prova de auditoria que seja suficiente e apropriada para proporcionar uma base para a nossa opinião. O risco de não detectar uma distorção material devido a fraude é maior do que o risco de não detectar uma distorção material devido a erro, dado que a fraude pode envolver conluio, falsificação, omissões intencionais, falsas declarações ou sobreposição ao controlo interno;

- obtemos uma compreensão do controlo interno relevante para a auditoria com o objectivo de conceber procedimentos de auditoria que sejam apropriados nas circunstâncias, mas não para expressar uma opinião sobre a eficácia do controlo interno da Entidade;
- avaliamos a adequação das políticas contabilísticas usadas e a razoabilidade das estimativas contabilísticas e respectivas divulgações feitas pelo órgão de gestão de acordo com a Norma Contabilística e de Relato Financeiro para Entidades do Sector Não Lucrativo adoptada em Portugal através do Sistema de Normalização Contabilística;
- concluimos sobre a apropriação do uso, pelo órgão de gestão, do pressuposto da continuidade e, com base na prova de auditoria obtida, se existe qualquer incerteza material relacionada com acontecimentos ou condições que possam suscitar dúvidas significativas sobre a capacidade da Entidade para dar continuidade às suas actividades. Se concluirmos que existe uma incerteza material, devemos chamar a atenção no nosso relatório para as divulgações relacionadas incluídas nas demonstrações financeiras ou, caso essas divulgações não sejam adequadas, modificar a nossa opinião. As nossas conclusões são baseadas na prova de auditoria obtida até à data do nosso relatório. Porém, acontecimentos ou condições futuras podem levar a que a Entidade descontinue as suas actividades; e
- comunicamos com os encarregados da governação, entre outros assuntos, o âmbito e o calendário planeado da auditoria, e as conclusões significativas da auditoria incluindo qualquer deficiência significativa de controlo interno identificada durante a auditoria.

A nossa responsabilidade inclui ainda a verificação da concordância da informação constante do relatório de gestão com as demonstrações financeiras.

RELATO SOBRE OUTROS REQUISITOS LEGAIS E REGULAMENTARES

Sobre o relatório de gestão

Dando cumprimento aos requisitos legais aplicáveis, somos de parecer que o relatório de gestão foi preparado de acordo com os requisitos legais e regulamentos aplicáveis em vigor e a informação nele constante é coerente com as demonstrações financeiras auditadas, não tendo sido identificadas incorrecções materiais.

Lisboa, 6 de Abril de 2023



MOORE STEPHENS & ASSOCIADOS, SROC, S.A.
Representada por Luis Pedro Pinto Caiano Pereira
ROC N° 842, Registo CMVM N° 20160467

Calendário de Viagens para 2023

O Grupo Desportivo, como o tem feito sempre, preparou um plano de viagens em grupo, com destinos em Portugal e no estrangeiro.

Parece que, entretanto, a situação sanitária estará resolvida ou controlada, numa evolução positiva sustentada, o que nos animou a dar e a propor aos sócios darmos mais um passo a caminho do futuro. O plano de viagens existe; as limitações estão a esbater-se em face da melhoria acentuada e firme no anti-covid; também os sócios têm vontade, e assim estão criadas condições para que a viagem aconteça, no respeito pelas regras de segurança que existam a cada momento.

No entanto, os associados que antes preferiam viajar sozinhos, podem sempre optar por uma vasta oferta de viagens individuais no formato *city breaks* que o Grupo Desportivo disponibiliza.

Mas, se preferir desenhar uma viagem por medida, à sua medida, então consulte o Grupo Desportivo, use o nosso *know-how* e facilidades de pagamento. Somos capazes de o surpreender. Ou talvez não. Mas se tentar fica a saber.



N – Convívio de Reformados em Cabo Verde
De 2 a 9 de Junho – 8 dias
Inscrição até 19 de Maio



N – Itália – Costa Amalfitana
De 14 a 20 de Julho – 7 dias
Inscrição até 12 de Junho



N – A Mítica N2, de Chaves a Faro
De 11 a 18 de Setembro – 8 dias
Inscrição até 4 de Agosto



S – Douro Fantástico (2.º grupo)
De 30 de Setembro a 2 de Outubro – 3 dias
Inscrição até 30 de Julho



N – Cruzeiro no Mediterrâneo
De 14 a 23 de Outubro – 10 dias
Inscrição até 14 de Setembro



S – Nova Iorque
De 25 a 30 de Outubro – 6 dias
Inscrição até 30 de Julho



Convívio de reformados na ilha do Sal em Cabo Verde

Realização: de 2 a 9 de Junho

Inscrição até: 19 de Maio

Ponto de encontro: Aeroporto Francisco Sá Carneiro

Hora: 180 minutos antes da hora da partida

Valor: 1190 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 1050 euros

Estada em quarto individual: 1330 euros

Inscrição inclui: passagem aérea no percurso indicado com direito a uma mala de porão por pessoa até 20kg; transferes em autocarro, estada em regime de tudo incluído.

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

O pagamento poderá ser efectuado em até: 10 (dez) prestações, com início na data da inscrição, duas em Novembro, e final em Fevereiro de 2024

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

Mínimo de 30 e máximo de 40 participantes.

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo A organização técnica da viagem é da

responsabilidade de: Flash Service Viagens RNAVT 2094
Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em: <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&etalheid=5100>



A ilha do Sal deve o seu nome ao mineral que abunda na ilha, pequena, plana, árida e com um toque de paisagem lunar. É o destino perfeito para relaxar.

Por Direcção Nacional

> A ilha do Sal deve o seu nome ao mineral que abunda na ilha, pequena, plana, árida e com um toque de paisagem lunar. Há muito que as praias de areia branca, o clima tropical seco e as águas quentes e transparentes conquistaram os turistas que chegam um pouco de todo o mundo à procura de sol e descanso. É o destino perfeito para relaxar. Há banhos de sol e condições excepcionais para desportos náuticos, como pesca, surf, mergulho, kitesurf e windsurf. As salinas de Pedra de Lume, a piscina de lava da Buracona, o cais de Santa Maria, o Jardim Botânico Viveiro e a Gruta do Amor são paragens obrigatórias.

2 de Junho – Porto / Ilha do Sal

Comparência no aeroporto, formalidades e partida com destino à ilha do Sal. Chegada, ao Aeroporto Amílcar Cabral, desembarque e transporte ao Hotel Funaná 5*, *check-in*, e instalação em regime de tudo incluído.

3 a 8 de Junho – Ilha do Sal

Dias livres para passeios / hotel. Num destes dias haverá um passeio de um dia com o almoço incluído.

9 de Junho – Ilha do Sal / Porto

Manhã livre para a compra de recordações ou outras actividades pessoais. No fim da manhã, transporte ao aeroporto, formalidades de embarque e partida com destino ao Porto.

Costa Amalfitana



Porto ou Lisboa / Nápoles / Bari / Alberobello / Brindisi / Lecce / Taranto / Matera / Paestum / Salerno / Sorrento / Costa Amalfitana / Pompeia / Capri / Nápoles / Lisboa ou Porto

De 14 a 20 de Julho

Por Direcção Nacional

Realização: de 14 a 20 de Julho

Inscrição até: 12 de Junho

Ponto de encontro: Aeroporto do Porto ou Lisboa

Hora: 150 minutos antes da hora da partida

Valor: 1830 euros

Suplemento de quarto individual: 290 euros

Taxa de inscrição: 360 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 50 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)

Inscrição inclui: voos de base de ida e volta em classe económica TAP – taxas de aeroporto e combustível incluídas; autocarro privativo para todas as visitas e transferes; guia acompanhante em língua portuguesa; estada conforme programa em quarto duplo com alojamento e pequeno-almoço; hotéis de 4*; taxas hoteleiras incluídas; 12 refeições conforme programa, nos hotéis ou nos restaurantes locais, com menus de grupo predeterminados de acordo com a gastronomia local, com pratos fixos não incluindo bebidas nem dietas especiais; guias locais sempre que possível em

português; todas as visitas e entradas mencionadas no programa como incluídas; a ordem dos serviços incluídos poderá ser alterada (transferindo uma visita para outro dia, por exemplo) para melhorar o desenrolar do circuito, garantindo-se sempre a realização dos mesmos; seguro de viagens incluindo as condições especiais para cancelamento antecipado e interrupção de viagem conforme apólice e cobertura complementar covid-19; assistência nas formalidades de *check-in* no dia de regresso pelo guia; assistência telefónica 24 horas; condições gerais da Flash conforme programação Europa

Inscrição não inclui: bebidas, extras de carácter pessoal na viagem, hotéis, restaurantes e todos os serviços não indicados

O pagamento poderá ser efectuado em até: 13 (treze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

O alojamento realizar-se-á de acordo com a categoria hoteleira acima indicada e de acordo com hotéis indicados como previsto ou similares. A maioria dos hotéis não dispõe de triplos, mas, sim, de duplos com camas extras (não aconselhável para 3 adultos). Havendo hotéis que disponham de vários tipos de quartos, os reservados para os circuitos serão sempre do tipo *standard*. É necessário apenas o bilhete de identidade, documento com validade mínima de 6 meses à data da chegada do circuito. Todos os menores de idade viajando sem os pais ou com apenas um deles necessitam ainda de autorização oficial de viagem ao estrangeiro. É necessário n.º de CC no acto da inscrição.

Regras covid para entrada nos países do circuito: <https://reopen.europa.eu/pt/map/ITA/7011>. Estas medidas estão

> 14 de Julho – Porto ou Lisboa / Nápoles / Bari (260 km)

Comparência no aeroporto respectivo 150 minutos antes da partida. Formalidades de embarque e saída em voo com destino a Nápoles (Porto via Lisboa). Chegada e encontro com o guia acompanhante. Almoço em restaurante local. Partida para Bari, em Puglia, uma região do Sul que forma o “calcanhar” da Itália. Chegada e visita panorâmica da cidade. Conheceremos o centro histórico, rodeado de muralhas e atravessado por ruas estreitas que escondem um grande património artístico; passaremos pelo exterior do Castelo da Basílica de S. Nicolau e da sua catedral. Jantar e alojamento no hotel.

15 de Julho – Bari / Alberobello / Brindisi / Lecce (175 km)

Pequeno-almoço. Partida em direcção a Alberobello; tempo para conhecer esta cidade, que é Património da Humanidade da Unesco. Continuamos para Brindisi, outrora um ponto de passagem das cruzadas. Embora pequeno, o seu centro oferece várias pérolas escondidas: a Via Colonne, com os seus *palazzi* dos séculos XVII e XVIII, estende-se até ao Duomo de Brindisi, que data do séc. XI. Poderá ainda ver a minúscula igreja redonda de San Giovanni al Sepolcro, um baptistério do século XI. No seu interior poderá ainda ver alguns frescos do séc. XIII. Seguimos para Lecce, considerada uma jóia do barroco, ainda que as raízes sejam da época pré-romana. Almoço durante as visitas. Jantar e alojamento no hotel.

16 de Julho – Lecce / Taranto / Matera (190 km)

Pequeno-almoço. Visita panorâmica pela Porta Rudiae, a via Libertà, a via Palmieri, a Piazza Sant'Oronzio, o Castelo de Carlos, a Porta Napoli e numerosos palácios e igrejas. Visitaremos o interior da Basílica de Santa Cruz, e o Duomo (catedral). Saída para Taranto, uma pequena jóia na



Puglia, que encanta pela sua história, fundada no séc. VIII a.C. Almoço em restaurante local. De tarde, seguimos para Matera, conhecida como a cidade dos Sassi, as grutas escavadas na montanha e utilizadas tradicionalmente como casas. É considerada desde 1993 Património da Humanidade pela Unesco. Visita panorâmica, visita a uma casa-gruta, a igreja rupestre e o centro histórico desta autêntica fortaleza natural. Jantar e alojamento no hotel.

17 de Julho – Matera / Paestum / Salerno (230 km)

Pequeno-almoço. Saída em direcção a Paestum. Visita da zona arqueológica com três dos templos dóricos mais bem conservados do mundo. Visita do museu, onde se encontram os importantes vestígios da antiga cidade grega de Posidónia, entre os quais se destacam os célebres murais do túmulo de Nadador. Almoço em restaurante local. De tarde, continuação para Salerno. Aqui pode apreciar o castelo, a Igreja de S. Pietro, o Teatro Verdi ou a Catedral de San Mateo. Tempo livre. Jantar e alojamento no hotel.

em constante alteração, pelo que devem ser sempre revistas antes da partida para que a informação esteja actualizada.

Ficha de inscrição

disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf



Para mais informação

contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica da viagem é da responsabilidade

de: Flash Viagens, matriculada na Conservatória do Registo Comercial do Porto com o n.º 51472, RNAVT 2094

Condições gerais da viagem:

disponíveis na nossa página em

<http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detailheid=5100>



18 de Julho – Salerno / Sorrento / Costa Amalfitana / Salerno (115 km)

Pequeno-almoço. Saída com destino a Sorrento para visita panorâmica da cidade. Continuação pela Costa Amalfitana até Positano, um dos enclaves mais característicos da península de Sorrento, empoleirado entre as falésias e a montanha. Almoço em restaurante local. Em seguida, embarque com destino a Amalfi, famosa pela sua beleza natural, pela catedral e pela produção de *limoncello*, licor típico da região. Tempo livre. Regresso a Salerno. Jantar e alojamento.

19 de Julho – Salerno / Pompeia / Capri / Nápoles (55 km)

Pequeno-almoço. Saída para uma visita de Pompeia. Esta foi uma cidade do Império Romano que foi destruída por uma erupção do vulcão Vesúvio no ano 79 d.C. As cinzas e a lama protegeram as construções e os objectos dos efeitos do tempo. Classificada como Património Mundial pela Unesco, as escavações proporcionam um conhecimento extraordinário sobre a vida numa cidade da Roma Antiga. No final da visita, embarque em direcção a Capri, uma

ilha paradisíaca com uma privilegiada localização geográfica, dominando o golfo de Nápoles. Chegada, almoço, visita e tempo livre até ao regresso, e transporte a Nápoles. Jantar e alojamento.

20 de Julho – Nápoles / Lisboa ou Porto

Pequeno-almoço. Dia para conhecer Nápoles, a mais típica cidade do Sul de Itália. Visita panorâmica em autocarro, passando pela colina de Vómero e percorrendo os bairros mais conhecidos. Realização de breves paragens para desfrutar das vistas das baías de Pozzuoli e de Nápoles. Continuação da visita a pé, passeando pela Praça do Plebiscito, onde se destacam o Palácio Real, a Ópera de Nápoles, o Teatro de San Carlo e a Galeria Umberto I, e por Spaccanapol, o antigo centro histórico greco-romano que deu origem à cidade, e onde, em cada ruela, ainda bate o coração napolitano. Tempo livre até ao *transfer* ao aeroporto. Formalidades de embarque e saída em voo com destino à sua cidade de origem (Porto via Lisboa). Chegada.



A Mítica N2, de Chaves a Faro

Por Francisco Ribeiro



Partimos à aventura numa *roadtrip* de 8 dias, com início em Chaves e término em Faro, com vários desvios imperdíveis pelo meio, cujos roteiros, dicas e outras informações que consideramos pertinentes estamos a partilhar convosco.

Por Francisco Ribeiro

Realização: de 11 a 18 de Setembro

Inscrição até: 4 de Agosto

Ponto de encontro: Estação de Metro do Dragão

Hora: 15.00h

Valor: 890 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 795 euros

Inscrição inclui: transporte, alojamento, refeições, visitas, seguro de acidentes pessoais

Inscrição não inclui: despesas de carácter particular

O pagamento poderá ser efectuado em até: 12 (doze) prestações, com início no mês da inscrição, duas em Abril e em Novembro.

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

Deve levar ténis, ou sapatos confortáveis, assim como fato de banho e/ou calções. Número mínimo de 20 e máximo de 30 pessoas. Há parque, com pagamento diário para estacionamento das viaturas, na estação do metro do Dragão

Ficha de inscrição disponível em:

https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: Grupo Desportivo





> A Mítica, como carinhosamente é chamada a Estrada Nacional 2, é uma rota histórica, repleta de detalhes e encantos que não deixam indiferente quem a percorre. É a 3.^a maior estrada nacional do mundo e atravessa 11 distritos e 35 municípios de Portugal, num total de 739,260 km, levando-nos a conhecer as pessoas, as histórias e os mitos de um país que tem tanto por descobrir... Sendo uma *roadtrip* tão extensa e com tanto para ver, não conseguimos fazer uma visita exaustiva a cada um dos pontos de paragem nem sequer visitar todas as localidades por onde passámos. Neste sentido, o que sugerimos são os locais imperdíveis e possíveis de visitar neste período de tempo, na nossa perspectiva.

11 de Setembro – Porto / Chaves

15.00h – Concentração na Estação de Metro do Dragão
15.30h – Saída para Chaves
18.00h – *Check-in* e alojamento no Forte de São Francisco
20.00h – Jantar no Restaurante Capador em Chaves

Todos os horários seguintes são meramente indicativos.

12 de Setembro – Chaves / Lamego

09.00h – Saída de Chaves em direcção a Lamego
Passagem por Vidago e Pedras Salgadas, paragem em Vila Pouca de Aguiar.
Almoço em Vilarinho Samardã
Visita às Caves de Santa Marta de Penaguião. Passagem por Peso da Régua. Chegada a Lamego.
Visitas à cisterna, ao castelo e ao Núcleo Arqueológico da Porta dos Figos. Jantar e alojamento no Douro Castelo Signatura Hotel.

13 de Setembro – Lamego / Viseu

09.00h – Saída para Viseu
13.00h – Almoço em Castro d'Aire
Continuação até Viseu
Visita à estátua de Viriato e ao Centro Histórico, às ruas Formosa e Direita, e à Sé-Catedral
Comer um Viriato na Confeitaria Amaral
Jantar em Viseu e alojamento no Montebelo Viseu Congressos Hotel

14 de Setembro – Viseu / Sertã

Partida para Sertã
Percurso com algumas visitas: Tondela, Santa Comba-Dão, Barragem da Aguiçeira, Livraria do Mondego, Penacova, Vila Nova de Poiares, Góis, Pedrógão Grande, Pedrógão Pequeno e a terminar na pacata vila da Sertã



Almoço no Restaurante Confraria da Chanfana

Jantar no Restaurante Ponte Velha e alojamento no Convento da Sertã Hotel

15 de Setembro – Sertã / Ponte de Sor

09.00h – Saída para Ponte de Sor
Passagem por Picoto da Melriça (Centro Geodésico de Portugal), Vila de Rei e Abrantes
Almoço em Restaurante em Abrantes
Chegada a Ponte de Sor. Jantar.
Alojamento no Hotel Ponte de Sor

16 de Setembro – Ponte de Sor / Ferreira do Alentejo

09.00h – Saída para Ferreira do Alentejo
Visitas em Mora, Brotas, Cíborro, Montemor-o-Novo, Santiago do Escoural – Anta de São Brissos –, Alcáçovas, Torrão e Ferreira do Alentejo. À sua espera tem o fantástico Fluviário de Mora, um dos maiores aquários da Europa dedicado aos ecossistemas de água doce.
Almoço em Montemor-o-Novo
Jantar e alojamento em Ferreira do Alentejo

17 de Setembro – Ferreira do Alentejo / Faro

09.00h – Partida para Faro
Passagem por Ervidel, Aljustrel, Castro Verde, Almodôvar, Ameixial, São Brás de Alportel e Estoi
Chegada e alojamento em Faro.
Check-in no Hotel
Almoço em Loulé e jantar em Almancil

18 de Setembro – Faro / Porto

10.00h – Saída em direcção ao Porto
13.00h – Almoço em Almeirim



Douro Fantástico

2.º
GRUPO

Por Rui Simplicio



Lisboa / Pinhão – Tua – Peso da Régua / Vila Real / Favaios / Peso da Régua / Cruzeiro P. Régua / Porto / Lisboa

De 30 de Setembro a 2 de Outubro

Por Rui Simplicio

Realização: de 30 de Setembro a 2 de Outubro

Inscrição até: 30 de Julho

Ponto de encontro: Sete-Rios

Hora: 7.00h

Valor: 499 euros

Suplemento de quarto individual: 40 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: autocarro para efectuar todo o circuito descrito; acompanhamento por guia durante toda a viagem; 2 noites de alojamento no Hotel Mira Corgo 4*; todas as refeições desde o pequeno-almoço do 1.º dia ao almoço do 3.º dia, incluindo bebidas; encenação da peça tradicional Sopas de Cavalo Cansado em Favaios; padaria tradicional em Favaios ou Cooperativa de Favaios; dia de vindimas numa quinta da região; passeio em comboio histórico Douro/Tua; cruzeiro Régua-Porto com almoço a bordo; taxas hoteleiras, serviços e IVA; seguro de assistência em viagem – Portugal Shortbreak.

Inscrição não inclui: extras de carácter particular; tudo o que não foi mencionado como incluído.

O pagamento poderá ser efectuado em até: 10 (dez) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e final em Novembro.

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

Notas: Salvaguardamos o nosso direito de alterar e/ou ajustar as visitas programadas por questões de ordem técnica. O preço poderá ser ajustado em virtude da oscilação dos combustíveis e perante a taxa de inflação actual.

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf



Para mais informação
contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: TQ – Travel Quality, Agência de Viagens Lda., NIF 501313915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864
Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=5100>



> 30 de Setembro – Lisboa / Pinhão – Tua – Peso da Régua / Vila Real

Saída de Lisboa às 7.00h em direcção a Vila Franca de Xira para pequeno-almoço-*buffet* incluído. Paragem de conforto em percurso. Almoço incluído em percurso. Comparência na estação do Pinhão, onde embarcaremos numa alucinante viagem em comboio.

«Viajar no Comboio Histórico do Douro é fazer uma viagem no tempo. Num percurso à beira do rio Douro, a locomotiva a vapor e as 5 carruagens históricas percorrem a distância que vai da Régua ao Tua numa viagem única ao passado, marcada pela beleza da paisagem classificada pela UNESCO como Património Mundial.»

16.10h – Partida de comboio até ao Tua. Tempo livre no Tua

17.10h – Partida do Tua. Continuação da viagem de regresso à Régua

18.30h – Chegada prevista à CP na Régua

Transbordo para o nosso autocarro e viagem até Vila Real. *Check-in* no Hotel Miracorgo****. Jantar incluindo bebidas.

1 de Outubro – Vila Real / Favaiois / Vila Real

Após o pequeno-almoço-*buffet* saída em direcção a Alijó – Favaiois.

Dia de pão e vinho. Junto à antiga Escola Primária de Favaiois, encenação da peça tradicional Sopas de Cavalo Cansado.

Segue-se a visita a uma das padarias tradicionais – prova de pão tradicional em forno de lenha (podemos substituir esta visita pela Adega Cooperativa ou ainda pelo Museu do Pão e do Vinho). Condução à Quinta da Avesada para uma visita aos Jardins da Enoteca, saboreando um moscatel de honra ao som da concertina. Deslocação até aos vinhedos onde se inicia o corte da uva e o seu transporte para o lagar, acompanhado pelos cânticos tradicionais durienses; Almoço tradicional na Quinta & Animação Musical. Início da pisa da uva, ao ritmo do grupo de cantares. Prova documentada de vinhos licorosos no espaço Enoteca; Regresso a Vila Real. Jantar no hotel incluindo bebidas. Alojamento no mesmo hotel.

2 de Outubro – Vila Real / Peso da Régua / Cruzeiro P. Régua – Porto / Lisboa

Pequeno-almoço no hotel e saída com destino ao cais da Régua. Embarque e início do cruzeiro no Douro.

10.00h: Concentração e embarque de passageiros no cais da Régua (o horário de embarque será confirmado no momento de reserva). Início do cruzeiro com destino à cidade do Porto. Almoço servido a bordo. Descidas, das Barragens do Carrapatelo (desnível de 35m) e de Crestuma-Lever (desnível de 14m).

17.30h: Chegada prevista ao Porto (Cais da Ribeira).

Transbordo para o nosso autocarro e regresso a Lisboa. Paragens de conforto pelo caminho. Chegada prevista pelas 22.00h.



Cruzeiro no Mediterrâneo

Porto / Lisboa / Barcelona / Cruzeiro MSC World Europa / Barcelona / Lisboa / Porto

De 14 a 23 de Outubro

Por Direcção Nacional



Realização: de 14 a 23 de Outubro

Inscrição até: 14 de Setembro

Ponto de encontro: Aeroporto do Porto ou Lisboa

Hora: 120 minutos antes da hora da partida

Valor:

Em cabine dupla interior Fantástica: 1720 euros

Em cabine dupla exterior Fantástica: 1835 euros

Em cabine dupla varanda Fantástica: 2015 euros

Suplemento para cabine individual interior Fantástica: 860 euros

Suplemento para cabine individual exterior Fantástica: 970 euros

Suplemento para cabine individual varanda Fantástica: 1150 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas de aeroporto, segurança e

combustível: incluídas (valor sujeito a alteração)

Inscrição inclui: passagem aérea em voos TAP, em classe económica, nos percursos Porto / Barcelona / Porto; franquia de 1 peça de porão até 23kg; transferes privativos aeroporto de Barcelona / Hotel / Cais da MSC / aeroporto de Barcelona; estada no hotel mencionado, ou similar, em quartos *standard* em regime de alojamento e pequeno-almoço; taxa de cidade em Barcelona; cruzeiro de 7 noites a bordo do MSC World Europa, com estada em cabines duplas na categoria escolhida e em regime de pensão completa (inclui o pequeno-almoço, almoço e jantar nos restaurantes principais (jantar segundo o horário estipulado); pacote de bebidas Easy, que inclui o consumo ilimitado de todas as bebidas até 6

euros, e uma selecção dedicada de vinhos da casa a copo, cerveja à pressão, espíritos seleccionados e *cocktails*, *cocktails* sem álcool, refrigerantes e sumos de fruta a copo, água mineral engarrafada e bebidas quentes clássicas (expresso, cappuccino, café *latte* e chá); taxas portuárias e IVA a bordo do cruzeiro da MSC; gratificações a bordo; visita panorâmica de dia inteiro da cidade de Barcelona, acompanhada de guia local; taxas de aeroporto, segurança e combustível; seguro de viagem Multiviagens Abreu PVFM; acompanhamento durante toda a viagem por 2 representantes das Viagens Abreu

Inscrição não inclui: passaporte válido com pelo menos 6 meses de validade após o início da viagem; refeições não mencionadas, bebidas,

despesas pessoais e tudo o que não estiver mencionado como incluído no programa (telefonemas, bebidas, lavandaria, etc.); excursões opcionais

O pagamento poderá ser efectuado em até: 13 (treze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>

O programa está sujeito às Condições Gerais das Viagens Abreu S.A. Os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão. Obrigatoriedade de os passageiros viajarem com passaporte válido com validade mínima de 6 meses aquando da data de viagem.

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf



Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo **A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:** Agência Abreu (RNAVT1702)

Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=5100>



> 14 de Outubro – Porto / Lisboa / Barcelona

Comparência de todos os participantes no Aeroporto Francisco Sá Carneiro 120 minutos antes da partida. Formalidades de embarque e partida às 9.00h, com destino a Lisboa. Formalidades de trânsito e partida às 11.20h, com destino a Barcelona. Chegada pelas 14.10h. Recepção pelos representantes locais. No final, transporte privativo para o Hotel Sercotel Rosellón (4*) ou similar. *Check-in* e alojamento no hotel.

15 de Outubro – Barcelona / Cruzeiro MSC World Europa

Pequeno-almoço no hotel, seguido de transporte privativo para o cais de Barcelona. Formalidades de embarque e início do cruzeiro Espanha, França, Itália e Malta, a bordo do navio *MSC World Europa*, da MSC.

16 a 21 de Outubro – Cruzeiro MSC World Europa

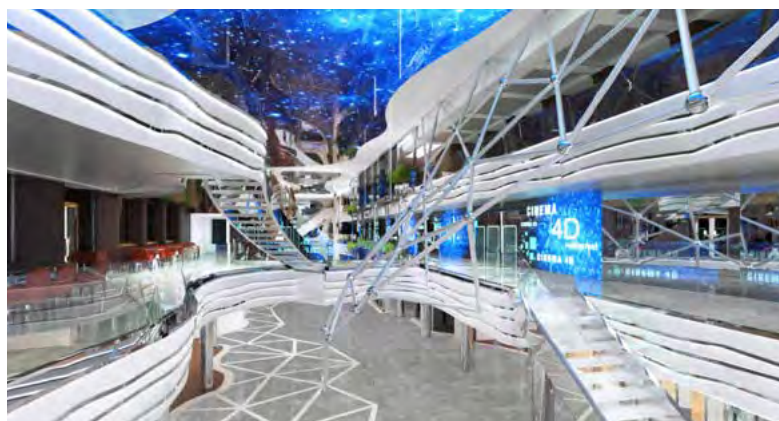
Dias dedicados ao cruzeiro, em regime de pensão completa com bebidas incluídas – Pacote Easy.

22 de Outubro – Barcelona / Lisboa / Porto

Pequeno-almoço a bordo. Chegada a Barcelona às 9.00h. Formalidades de desembarque e início da visita panorâmica da cidade de Barcelona com destaque para a Sagrada Família, Praça da Catalunha, Ramblas e Praça de Colón. Almoço livre. No final da visita, prosseguimento da viagem para o aeroporto de Barcelona. Formalidades de embarque e partida às 20.10h, em voo com destino a Lisboa. Chegada pelas 21.10h. Formalidades de trânsito e às 23.30h, voo com destino ao Porto.

23 de Outubro – ... Porto

Chegada ao Aeroporto Francisco Sá Carneiro pelas 00.30h





Nova Iorque

A cidade que não dorme...

Lisboa / Nova Iorque / Lisboa

De 25 a 30 de Outubro

Por Direcção Nacional

Realização: de 25 a 30 de Outubro

Inscrição até: 30 de Julho

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa

Hora: 15.00h

Valor: 2695 euros

Suplemento de quarto individual: 605 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível: incluídas (valor sujeito a alteração)



Inscrição inclui: Passagem aérea Lisboa/Nova Iorque/Lisboa, em classe económica e com direito a 23 kg de bagagem de porão, 1 mala de cabina até 8 kg, taxas de aeroporto, por pessoa; acompanhamento por delegado da agência; autocarro de turismo, para transferes e visitas; guias locais em português ou castelhano; alojamento na base de quartos duplos com banho privativo em hotel de categoria similar a 4*; visitas e entradas conforme programa; 10 refeições: 4 pequenos-almoços + 3 almoços + 3 jantares; água às refeições; seguro assistência multiviagens Go4travel + cancelamento + covid; taxas de turismo, serviços e IVA.

Inscrição não inclui:

Passaportes; aquisição do visto ESTA (20 euros); gratificações (guia ¾ USD por dia e por pessoa); baggageiros; outros serviços não mencionados.

O pagamento poderá ser efectuado em até: 12 (doze prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e duas em Novembro).

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área

➤ 25 de Outubro – Lisboa / Nova Iorque

Comparência no Aeroporto de Lisboa 3 horas antes do voo. Formalidades de embarque.

Chegada a Nova Iorque, formalidades de desembarque, recolha de bagagem e acolhimento pelos nossos representantes locais. *Transfer* desde o aeroporto até ao hotel, *check-in* e alojamento.

26 de Outubro – Nova Iorque

Visita panorâmica pela zona de Manhattan, incluindo Times Square, com os seus inúmeros e grandes outdoors coloridos e iluminados. Descida da 5.ª Avenida (Avenida dos Milionários), onde veremos a Catedral de São Patrício, o grandioso Centro Rockefeller, o Edifício Flatiron, a Grande Estação Central, Wall Street, o Memorial ao 11 de Setembro e o distrito financeiro.

Seguidamente passaremos por diferentes bairros, tais como: Greenwich Village, Soho e Chinatown. Só assim podemos entender como as várias culturas no mundo se moldam à imagem do Nova Iorque!

Visita do bairro de Brooklyn, que tem a sua própria personalidade, caracterizada pela ampla diversidade cultural, com mais de 2,5 milhões de pessoas. Veremos ainda o bairro de Brooklyn Heights, bem arborizado e com as famosas e típicas casas *brownstones*.

Possibilidade de travessia a pé da Ponte de Brooklyn. Almoço entre visitas em restaurante local. Jantar e alojamento.

27 de Outubro – Nova Iorque

Pela manhã visitaremos um dos bairros mais visitados, o bairro negro de Harlem!

Vamos conhecer o som da música gospel numa missa evangélica.

Veremos ainda a enorme Catedral de São João (o Divino), e o tão afamado teatro Apollo. Almoço *barbecue* incluído.

À tarde, continuamos pelo Central Park, um enorme parque urbano que é o orgulho dos nova-iorquinos. Destacamos ainda o Belvedere Castle e a Strawberry Fields, um memorial a John Lennon junto ao apartamento onde o ex-Beatle foi assassinado. Jantar e alojamento.

pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Passaporte com validade superior a 6 meses após a data de regresso a Portugal

Visto ESTA: todos os viajantes que viajem para os EUA ao abrigo do Programa Visa Waiver deverão obrigatoriamente obter uma autorização prévia denominada ESTA (Electronic System of Travel Authorization). O ESTA é obtido através da *Internet*, no site oficial do Departamento de Segurança Interna, no seguinte endereço: <https://esta.cbp.dhs.gov/esta/>. O formulário ali contido deve ser preenchido pelo próprio ou no caso de este não possuir acesso à *internet* ou endereço de correio eletrónico, por terceiros (familiares, agência de viagens, por exemplo)



Ficha de inscrição

disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação
contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: TQ – Travel Quality, Agência de Viagens Lda., contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864.

Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=5100>



28 de Outubro – Nova Iorque

Manhã livre para compras ou outras actividades a gosto pessoal. Almoço livre.

À tarde, faremos um passeio diferente: cruzeiro turístico em Nova Iorque: Estátua da Liberdade e Manhattan Skyline. Jantar em restaurante local.

29 de Outubro – Nova Iorque / Mineola

Transfer de ida e volta para Mineola. Um cantinho de Portugal em terras do Tio Sam... Mineola é uma pequena localidade em Long Island na vila de North Hempstead, condado de Nassau. Tem pouco mais de 20 mil habitantes

(censo de 2020). É uma localidade que conta com uma importante comunidade lusófona, com escolas que incluem a língua portuguesa nos seus currículos. O presidente da Câmara (*mayor*) é português (prof. Paulo A. Pereira). Vamos visitá-lo?? Almoço num restaurante local. Regresso a Nova Iorque, transporte para o aeroporto e formalidades de embarque para o regresso a Portugal. Noite a bordo...

30 de Outubro – Nova Iorque / Lisboa

Noite a bordo... Chegada ao aeroporto de Lisboa, desembarque e recolha de bagagem.



Viagens City Breaks

A complementar a proposta de viagens para 2023 o Grupo Desportivo propõe um conjunto de viagens *City Breaks*, que querem continuar a ocupar um lugar junto dos associados. Estas viagens, logo que sejam marcadas e confirmadas pelo agente de viagens, não são passíveis de recuperação: são penalizadas em 100%.



Faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

Escapada a Berlim

> Berlim é de novo a capital de uma Alemanha reunificada, mas isso já não lhe chega. Imbuída de um espírito dinâmico e com carta branca para gastar muitos milhões de euros, ela quer ficar como um marco do século XXI.

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 370 euros
Suplemento de quarto individual: 160 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 122,67 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):
Em classe U: 30 euros
Em classe W: 59 euros
Em classe V: 99 euros
Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa; 3 noites



de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço no hotel Best Western Euro Berlim***; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 122,67 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)
Inscrição não inclui: tudo o que não está referido no programa
O pagamento poderá ser efectuado em até: 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística, necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão.

Escapada a Bilbao

> Nas margens do mar Cantábrico encontramos Bilbao, cidade onde se combina a tradição do Centro Histórico com o vanguardismo da sua moderna arquitectura.

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa ou do Porto
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 390 euros
Suplemento de quarto individual: 140 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 66,82 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe U; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço, em hotel***; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro



multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 66,82 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)
Inscrição não inclui: tudo o que não está referido no programa
O pagamento poderá ser efectuado em até: 5 (cinco) prestações; até à data de partida, 50%, e o restante em 4 (quatro) prestações
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística, necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão.

[viagens city breaks]

**Ficha de inscrição:**

disponível em https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação:

contacte o Grupo Desportivo

A organização técnica das viagens é da

responsabilidade de:

TQ - Travel Quality, Viagens e Turismo SA. - Praça José Fontana nº 16 A - 1050-129 Lisboa - Telemóvel +351 918 377 867 – NIPC 501313915 - RNAVT nº. 1864 - IATA 642 140 54

**Condições gerais das viagens:**

disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=5100>

**Faça a inscrição on-line**

na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

Escapada a Copenhaga

> *Pequena Sereia* no Báltico. Uma estátua de bronze de uma sereia guarda o horizonte marinho em Copenhaga. É o símbolo de um território somado ao Báltico com a mesma graça que das ninfas do mar. Copenhaga (em dinamarquês: Kobenhavn), que significa «Porto dos

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa ou Porto (via Lisboa – não tem voo directo)

Hora: 120 minutos antes da hora da partida

Valor: 575 euros

Suplemento de quarto individual: 190 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 91,79 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)

Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe U; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço, em hotel***; IVA, taxas



Mercadores». O nome faz homenagem à sua história, pois a cidade foi noutra tempo um dos principais núcleos comerciais do norte europeu.

de turismo e serviço; seguro multiviagens; **taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 91,79 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração).

Inscrição não inclui: tudo o que não está referido no programa

O pagamento poderá ser efectuado em até: 5 (cinco) prestações: até à data de partida 50%, e o restante em 4 (quatro) prestações

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística, necessitam de Bilhete de Identidade ou Cartão de Cidadão.

Escapada a Londres

> Londres, onde uma vez mais nunca é de mais.



Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa ou Porto

Hora: 120 minutos antes da hora da partida

Valor: 390 euros

Suplemento de quarto individual: 160 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 133,67 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)

Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):

Em classe U: 34 euros

Em classe W: 178 euros

Em classe V: 258 euros

Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa ou Porto; 3 noites de estada em quarto

duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço no Hotel Royal National***; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 133,67 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)

Inscrição não inclui: tudo o que não está referido no programa

O pagamento poderá ser efectuado em até: 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística, necessitam de passaporte.

[viagens city breaks]

Por outro lado, se preferir uma viagem “por medida” não deixe de consultar o Grupo Desportivo. **Somos capazes de o surpreender.**



Faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

Escapada a Nova Iorque

- > Mais vibrante que nunca, esta cidade não pára, continua frenética, a abraçar o mundo, reinventando-se a cada segundo. <



Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa ou Porto
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 975 euros
Suplemento de quarto individual: 180 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 327,19 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe U; 4 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço em hotel***; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro

multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 327,19 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração).

Inscrição não inclui: tudo o que não está referido no programa.

O pagamento poderá ser efectuado em até: 5 (cinco) prestações: até à data de partida, 50%, e o restante em 4 (quatro) prestações

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística aos Estados Unidos necessitam de visto de entrada (ESTA).

Escapada a Paris

- > Uma cidade que não cansa visitar, uma e outra vez, tantas as que forem precisas para ficar a par do muito que continua a haver ali para ver e fazer, porque Paris não passa de moda. Paris é sempre Paris... <



Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa/Porto
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 410 euros
Suplemento de quarto individual: 150 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 118,42 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):
Em classe U: 35 euros;
Em classe W: 65 euros
Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa ou Porto; 3 noites de estada em quarto duplo

em regime de alojamento e pequeno-almoço em hotel de ***, na zona da Ópera; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 118,42 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)
Inscrição não inclui: tudo o que não está referido no programa

O pagamento poderá ser efectuado em até: 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística, necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão.

[viagens city breaks]



Ficha de inscrição:
disponível em https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação:
contacte o Grupo Desportivo
A organização técnica das viagens é da responsabilidade de:
TQ - Travel Quality, Viagens e Turismo SA. - Praça José Fontana nº 16 A - 1050-129 Lisboa - Telemóvel +351 918 377 867 – NIPC 501313915 - RNAVT nº. 1864 - IATA 642 140 54



Condições gerais das viagens: disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=5100>



Faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

Escapada a Praga

> Na capital checa, uma cidade boémia, repleta de romance e mistério, perca-se nas suas ruas repletas de literatura, música e história. <



Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa
Suplemento para saída do Porto: 26 euros
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 360 euros
Suplemento de quarto individual: 114 euros (três noites)
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 127,23 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):
Em classe U: 38 euros
Em classe W: 87 euros
Em classe V: 157 euros
Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa ou Porto;

3 noites de estada em quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço no Hotel Atos***, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível, 127,23 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)
Inscrição não inclui: tudo o que não está referido no programa
O pagamento poderá ser efectuado em até: 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações
Recomendações: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Não há voo directo TAP e os passageiros têm de se deslocar a Lisboa. Os cidadãos portugueses em visita turística, necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão.

Escapada a Veneza



> Veneza é uma cidade que desperta paixões. Canais cortados por pontes em arco, gôndolas deslizando em silêncio pelas águas, palácios medievais formam um conjunto sem igual, e transformaram este lugar num sonho, aquele que todo o mundo tem: o desejo de visitar Veneza ao menos uma vez na vida. Veneza merece! <

Ponto de encontro:
Aeroporto de Lisboa
Suplemento para saída do Porto: 83 euros
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 500 euros
Suplemento de quarto individual: 213 euros (três noites de sexta-feira a domingo); 150 euros (três noites de segunda a quinta-feira)

Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 118,42 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):
Em classe U: 48 euros
Em classe W: 88 euros
Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa; 3 noites de estada em quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço no Hotel Al Sole***, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 118,42 euros (valor

à data de edição e sujeito a alteração)
Inscrição não inclui: tudo o que não está referido no programa
O pagamento poderá ser efectuado em até: 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações
Recomendações: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Não há voo directo TAP e os passageiros têm de se deslocar a Lisboa. Os cidadãos portugueses em visita turística, necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão.

[campos de férias]



Ateliers de Férias do Zoo Campo de férias do Jardim Zoológico – Centro Pedagógico

Localização: Jardim Zoológico de Lisboa
Características: crianças dos 3 aos 5 anos, das 9.00h às 17.45h, o ponto de encontro é na entrada de Sete-Rios das 8.30h às 9.15h e das 18.00h às 18.30h
Principais actividades: estimular atitudes de respeito pelos animais; identificar as diferentes espécies; distinguir os animais segundo as suas características, tipo de alimentação, locomoção e revestimento, bem como estatuto de conservação e principais ameaças.

Inscrição

Valor:

Turno de 5 dias: 235 euros

até 31 de Maio

Turno de 4 dias: 188 euros

até 31 de Maio

Turno de 5 dias: 253 euros

após 31 de Maio

Turno de 4 dias: 202 euros

após 31 de Maio

Filhos dos sócios:

Turno de 5 dias: 200 euros

até 31 de Maio

Turno de 4 dias: 153 euros

até 31 de Maio

Turno de 5 dias: 218 euros

após 31 de Maio

Turno de 4 dias: 167 euros

após 31 de Maio

Inclui: acompanhamento técnico, almoço e lanche diário no Zoo, material necessário às diversas actividades; acesso a espaços, eventos e equipamentos previstos em cada programa; seguro de acidentes pessoais e reportagem fotográfica do programa em plataforma on-line.

Turnos de 5 dias:

03/07 a 07/07

10/07 a 14/07

17/07 a 21/07

24/07 a 28/07

31/07 a 04/08

07/08 a 11/08

14/08 a 18/08*

21/08 a 25/08

28/08 a 01/09

04/09 a 08/09

*Turno de 4 dias



ATL do ZOO Campo de férias do Jardim Zoológico – Centro Pedagógico

Localização: Jardim Zoológico de Lisboa
Características: programa de férias para crianças e jovens dos 6 aos 16 anos, das 9.00h às 17.45h, o ponto de encontro é na entrada de Sete-Rios das 8.45h às 9.15h e das 17.45h às 18.15h
Principais actividades: o programa tem cinco temáticas diferentes: mamíferos marinhos, mamíferos terrestres, répteis e anfíbios, aves e conservação. A programação é elaborada por cada animador de educação ambiental, de acordo com a faixa etária do grupo e ano de escolaridade do grupo.

Inscrição

Valor:

Turno de 5 dias: 235 euros

até 31 de Maio

Turno de 4 dias: 188 euros

até 31 de Maio

Turno de 5 dias: 253 euros

após 31 de Maio

Turno de 4 dias: 202 euros

após 31 de Maio

Filhos dos sócios:

Turno de 5 dias: 200 euros

até 31 de Maio

Turno de 4 dias: 153 euros

até 31 de Maio

Turno de 5 dias: 218 euros

após 31 de Maio

Turno de 4 dias: 167 euros

após 31 de Maio

Inclui: acompanhamento técnico, almoço e lanche diário no Zoo, material necessário às diversas actividades; acesso a espaços, eventos e equipamentos previstos em cada programa; seguro de acidentes pessoais e reportagem fotográfica do programa em plataforma on-line.

Turnos de 5 dias:

04/07 a 08/07

11/07 a 15/07

18/07 a 22/07

25/07 a 29/07

01/08 a 05/08

08/08 a 12/08

16/08 a 19/08*

22/08/ a 26/08

29/08 a 02/09

05/09 a 09/09

*Turno de 4 dias



ATL – Férias no Teatro Campo de férias do Teatro Bocage

Localização: Teatro Bocage, Rua de Manuel Soares Guedes, 13-A, freguesia de Arroios, em Lisboa
Características: workshops de teatro para crianças e jovens dos 5 aos 15 anos
Principais actividades: aprendizagem dos instrumentos básicos de representação, o corpo, a voz e o movimento, exercícios de desinibição, concentração, memorização e relaxamento. Desenvolvimento de trabalho de grupo, criação de uma peça de teatro e apresentação aos pais. Das 9.00h às 18.00h.

Inscrição

Valor:

Turno de 5 dias:

177,50 euros

Filhos dos sócios:

Turno de 5 dias:

125,00 euros

Inclui: almoço, dois lanchinhos e seguro de acidentes pessoais, acerto proporcional do preço para semanas de 4 dias. Sujeito a um número mínimo de inscritos

Turnos de 5 dias:

19/06 a 23/06

26/06 a 30/06

03/07 a 07/07

10/07 a 14/07

17/07 a 21/07

24/07 a 28/07

31/07 a 04/08

07/08 a 11/08

21/08 a 25/08

28/08 a 01/09

04/09 a 08/09

11/09 a 15/09



Campo de férias My Camp Quinta da Broeira

Localização: Vale da Pinta – Cartaxo. Quinta da Broeira – Estrada de Pontével 2070-565 Vale da Pinta
Características: camaratas, crianças e jovens dos 6 aos 17 anos, máximo 300 participantes, salas de convívio, discoteca, sala de projecção, *atelier*, padaria, lavandaria, salão de refeições, cozinha e WC, piscinas, parque de merendas, campo de futebol, quinta pedagógica.
Principais actividades: caminhada aquática, *paintball*, *slides*, pêndulos, escalada, mina, tiro, caça ao tesouro, discoteca, caiaque.

Inscrição

Valor:

Turno de 7 dias: 485 euros

Filhos dos sócios:

Turno de 7 dias (em Julho):

385 euros

Turno de 7 dias (em Agosto):

365 euros

Inclui: actividades, seguro de acidentes pessoais e responsabilidade civil, assistência e cuidados médicos, monitoragem, coordenação, estada e alimentação.

Turnos de 7 dias:

25/06 a 01/07

02/07 a 08/07

09/07 a 15/07

16/07 a 22/07

23/07 a 29/07

06/08 a 12/08

13/08 a 19/08

20/08 a 26/08

03/09 a 09/09

[campos de férias]



Campo Aventura Campo de férias em Óbidos

Localização: Quinta do Moinho do Pagador – Olho Marinho, 2510-509 Óbidos; latitude 39,33312 (39° 19' 59" E), longitude -9,23801 (9° 14' 17" W)

Características: camaratas para 4, 6, 8 ou 10 participantes, jovens dos 6 aos 18 anos, *saloon*, pizaria, hamburgaria, etc.

Principais actividades: *slide*, *high e low ropes*, *country party*, baptismo de mergulho, tiro, *laser*, zarabatana, entre muitas outras actividades.

Inscrição

Valor:

Turno de 7 dias: 485 euros

Filhos dos sócios:

Turno de 7 dias: 400 euros

Inclui: alojamento, alimentação, seguros, transporte, material, assistência e cuidados médicos, actividades, monitoragem e coordenação

Turnos de 7 dias:

02/07 a 08/07

09/07 a 15/07

16/07 a 22/07

23/07 a 29/07

30/07 a 05/08

06/08 a 12/08

13/08 a 19/08

20/08 a 26/08

27/08 a 02/09

03/09 a 09/09



Campo de Férias de Vairão Centro de Férias da APCC – Mosteiro de Vairão

Localização: Vairão, concelho de Vila do Conde, na Rua do Convento, 21 – 4485-662 Vairão. GPS – 41°19'59.3"N 8°40'11.3"W, a 8 km de Vila do Conde, no Mosteiro de Vairão

Características: camaratas com beliches, máximo de 120 participantes, campo de jogos, salas de convívio, discoteca, sala de jogos, biblioteca, espaços exteriores e piscina. Crianças e jovens dos 6 aos 16 anos.

Principais actividades: arborismo, *slide*, canoagem, BTT, *surf*, *bodyboard*, *skate*, equitação, acampamento, piscina, jogos, passeios, actividades desportivas e ateliers.

Inscrição

Valor:

Turno de 8 dias: 389 euros

Turno de 15 dias: 661 euros

Filhos dos sócios:

Turno de 8 dias: 284 euros

Turno de 15 dias: 459 euros

Inclui: alojamento, alimentação, seguros, transporte a partir de Lisboa, material, enquadramento pedagógico, actividades, monitoragem, coordenação e acompanhamento técnico.

Turnos de 8 dias:

02/07 a 09/07

09/07 a 16/07

16/07 a 23/07

23/07 a 30/08

30/08 a 06/08

06/08 a 13/08

13/08 a 20/08

Turnos de 15 dias:

02/07 a 16/07

09/07 a 23/07

16/07 a 30/07

23/07 a 06/08

06/08 a 20/08



Campo de Férias do Castor Campo de férias em Nicolaus, Landeira, Vendas Novas

Localização: Quinta Contente, Nicolaus, 2965-441 Landeira, a 60 km de Lisboa
Características: quartos com 5 beliches e WC privativa, jovens dos 6 aos 17 anos, polivalente refeitório, piscina, campo de futebol, etc.

Principais actividades: actividades desportivas como jogos de futebol, voleibol, *kart* a pedais, seringaball, jogos aquáticos, *stand-up paddling*, *slide*, pontes de cordas, ponte-do-indiana-jones, orientação, tiro com arco, *randonées*, canoagem, jangadas, e outras actividades como jogos de exterior (diurnos e nocturnos).

Inscrição

Valor:

Turno de 7 dias:

377,70 euros

Turno de 14 dias:

679,86 euros

Filhos dos sócios:

Turno de 7 dias:

268,00 euros

Turno de 14 dias:

535,00 euros

Inclui: actividades, seguro de acidentes pessoais e responsabilidade civil, assistência e cuidados médicos, monitoragem, coordenação, acompanhamento técnico, reportagem fotográfica, alojamento e alimentação.

Turnos de 7 dias:

25/06 a 01/07

02/07 a 08/07

09/07 a 15/07

16/07 a 22/07

23/07 a 29/07

30/07 a 05/08

06/08 a 12/08

13/08 a 19/08

20/08 a 26/08

27/08 a 02/09



Campo de Férias Diverlanhoso Campo de férias Parque Aventura

Localização: lugar de Porto de Bois, 4830-602, Póvoa de Lanhoso

Características: camarata, *bungalows* ou campismo, jovens dos 6 aos 11 e dos 12 aos 18 anos, restaurante, piscina, discoteca, sala multiusos, auditório, etc.

Principais actividades: caminhada aquática, *paintball*, *slides*, pêndulos, escalada, mina, tiro, caça ao tesouro, discoteca, caiaque e outras actividades.

Inscrição

Valor:

Turno de 7 dias (em Julho):

465 euros

Turno de 7 dias (em Agosto):

405 euros

Turno de 14 dias (em

Agosto): 760 euros

Filhos dos sócios:

Turno de 7 dias (em Julho):

383 euros

Turno de 7 dias em Agosto):

330 euros

Turno de 14 dias (em

Agosto): 614 euros

Inclui: alojamento, alimentação, actividades e seguro de acidentes pessoais, assistência e cuidados médicos, monitorização, coordenação, reportagem fotográfica

Turnos de 7 dias:

02/07 a 08/07

09/07 a 15/07

16/07 a 22/07

23/07 a 29/07

30/07 a 05/08

06/08 a 12/08

13/08 a 19/08

20/08 a 26/08

27/08 a 02/09

Turnos de 14 dias:

06/08 a 19/08

20/08 a 02/09

[campos de férias]



Campo de Férias Tempo de Aventura
Campo de Férias do Cadaval

Localização: Cadaval, Estrada do Vale s/n, Sobrena-Peral, latitude: 39°15'4.06"N, longitude: 9° 3'18.98"W, na Quinta do Lagar Velho, no meio da paisagem típica do Oeste.

Características: alojamento em camaratas, jovens dos 6 aos 17 anos, lago para canoagem, campos de jogos, salas de convívio, parede de escalada e piscina.

Principais actividades: mega-slide de 165m, *lasertag*, *low ropes*, circuitos aventura, *stand-up paddle* e canoagem. Nova actividades, como o baile de gala, noite de óscares, festival de Verão, danças do mundo e noite medieval.

Inscrição

Valor:

Turno de 7 dias:

310 euros

Turno de 14 dias:

620 euros

Filhos dos sócios:

Turno de 7 dias:

240 euros

Turno de 14 dias:

480 euros

Inclui: alojamento, alimentação, dormida, seguro de acidentes pessoais e de responsabilidade civil, actividades, material, enquadramento pedagógico, monitoragem e coordenação.

Turnos de 7 dias:

16/07 a 22/07

23/07 a 29/07

30/07 a 05/08

06/08 a 12/08

13/08 a 19/08

20/08 a 26/08

27/08 a 02/09

Turnos de 14 dias:

16/07 a 29/07

30/07 a 12/08

13/08 a 26/08



Herdade das Parchanas Centro de Estudos Ambientais de Alcácer do Sal

Localização: Casa Branca do Sado, 7595-020 Torrão, Alcácer do Sal. Na margem do Sado entre Alcácer e Torrão.

Características: cabanas de madeira, casas independentes e tendas de campismo, refeitório, piscina, picadeiro, hortas, semanas temáticas, semana ambiental, desportiva, hípica e mecânica, jovens dos 9 aos 17 anos, máximo de 140 participantes.

Principais

actividades: piscina, torre (*rappel*, *slide*, escalada), rio (canoagem, pontes, tirolesas) BTT, bootcamp, picadeiro (equitação). Quatro semanas temáticas: ambiental, desportiva, hípica e mecânica.

Inscrição

Valor:

Turno de 7 dias:

350 euros

Turno de 14 dias:

700 euros

Filhos dos sócios:

Turno de 7 dias:

285 euros

Turno de 14 dias:

570 euros

Inclui: alojamento, alimentação, seguros, transporte a partir de Lisboa, material, enquadramento pedagógico, actividades, monitoragem, coordenação, reportagem fotográfica.

Turnos de 7 dias:

25/06 a 01/07

02/07 a 08/07

09/07 a 15/07

16/07 a 22/07

23/07 a 29/07

30/07 a 05/08

06/08 a 12/08

13/08 a 19/08

20/08 a 26/08

27/08 a 02/09

03/09 a 09/09

Turnos de 14 dias:

Dois turnos a sua

escolha



WOW III Campo de férias Pranima

Localização:

Espanha, França, Itália, Hungria, Áustria, Eslováquia.

Características:

campo de férias itinerante, o alojamento basear-se-á em pousadas de juventude, hostels, hotéis e acampamentos, para jovens dos 13 aos 21 anos; serão 18 dias de aventuras e histórias inesquecíveis.

Principais

actividades: passeios, visitas culturais, parques temáticos.

Inscrição

Valor: 1790 euros

Filhos dos sócios:

1360 euros

Inclui: alimentação, transporte, actividades, seguro, monitoragem e coordenação.

Turno de 18 dias:

06/08 a 23/08



Tubeline Surf School & Camp Campo de férias Tubeline Surf School & Camp

Localização:

Carcavelos e Costa da Caparica

Características:

actividades de *surf* para crianças e jovens dos 6 aos 17 anos.

Principais

actividades: jogos aquáticos, orientação, *skate*, *slackline*, entre muitas outras actividades.

Inscrição

Valor:

Turno de 5 dias:

220 euros

Turno de 10 dias:

420 euros

Filhos dos sócios:

Turno de 5 dias:

165 euros

Turno de 10 dias:

330 euros

Inclui: actividades, transporte, seguro de acidentes pessoais, responsabilidade civil, assistência e cuidados médicos, monitoragem e reportagem e reportagem fotográfica.

Turnos de 5 dias:

19/06 a 23/06

26/06 a 30/06

03/07 a 07/07

10/07 a 14/07

17/07 a 21/07

24/07 a 28/07

31/07 a 04/08

07/08 a 11/08

14/08 a 18/08

21/08 a 25/08

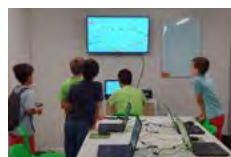
28/08 a 01/09

04/09 a 08/09

11/09 a 15/09

Turnos de 10 dias:

Seleccção de 2 períodos da programação de 5 dias à escolha.



Campo de Férias Happy Code Campos de férias Happy Code

Localização: Lisboa, Porto, Maia, Cascais, Oeiras

Características:

escola de programação para crianças

Principais

actividades: cursos de programação de jogos, *apps*, *drones*, *youtuber*, *maker*

Inscrição

Valor:

Turno de 5 dias:

125 euros, só manhã

225 euros, dia todo

Turno de 10 dias:

230 euros, só manhã

430 euros, dia todo

Filhos dos sócios:

Turno de 5 dias:

77 euros, só manhã

167 euros, dia todo

Turno de 10 dias:

172 euros, só manhã

317 euros, dia todo

Inclui: transporte,

lanche, almoço,

coordenação, seguro,

reportagem fotográfica,

acompanhamento

técnico

Turnos de 5 dias:

26/06 a 30/06

03/07 a 07/07

10/07 a 14/07

17/07 a 21/07

24/07 a 28/07

31/07 a 04/08

07/08 a 11/08

14/08 a 18/08

21/08 a 25/08

28/08 a 01/09

04/09 a 08/09

Turnos de 10 dias:

26/06 a 07/07

03/07 a 14/07

10/07 a 21/07

17/07 a 28/07

24/07 a 04/08

31/07 a 11/08

07/08 a 18/08

14/08 a 25/08

21/08 a 01/09

28/09 a 08/09

[campos de férias]



Colónia de Férias Gota d'Água Surf Campo de férias em regime aberto

Localização: São João da Caparica, no Bar Kontiki e na zona envolvente ao Parque de São João da Caparica.
Características: campo em regime aberto com actividades das 9h às 17h de segunda-feira a sexta-feira. Transporte: 8h da manhã e retorno às 17.30h. Local de recolha: Rua da Cidade de Bucareste, junto ao edifício da Caixa Geral de Depósitos. Equipamento necessário: fato de banho, chapéu, protector solar, garrafa de água e ténis para as actividades *outdoor*.
Principais actividades: *surf*, *bodyboard*, *stand up paddle*, piscina, arborismo, escalada, *slack line*, vólei e jogos de praia.

Inscrição

Valor:

Turno de 5 dias com transporte: 310 euros
Turno de 5 dias sem transporte: 250 euros
Filhos dos sócios:
Turno de 5 dias com transporte: 235 euros
Turno de 5 dias sem transporte: 175 euros
Inclui: actividades, *snack* matinal, almoço, seguro de acidentes pessoais, responsabilidade civil, assistência e cuidados médicos, monitoragem.

Turnos de 5 dias:

19/06 a 23/06
26/06 a 30/06
03/07 a 07/07
10/07 a 14/07
17/07 a 21/07
24/07 a 28/07
31/07 a 04/08
07/08 a 11/08
14/08 a 18/08
21/08 a 25/08
28/08 a 01/09
04/09 a 08/09

Turnos de 10 dias:

Seleção de 2 períodos da programação de 5 dias à escolha. (Desconto de 10 euros a partir da segunda semana por participante.)



Junior Surf Camp Campo de férias Gota d'Água Surf Campo de férias em regime fechado

Localização: R. de Bernardo Santareno 3, 2825-446 Costa da Caparica
Características: campo de férias em regime fechado com alojamento, alimentação completa, cursos de *surf* e ou *bodyboard* diários, actividades e muita diversão. Dos 12 anos aos 18 anos. Actividades de sábado a sábado – *check-in*: 16h.
Principais actividades: *workshops* de *skate*, *slackline*, insufláveis, arborismo, escalada, parque de trampolins, cinema em casa, noite de jogos, pingue-pongue, limpeza de praia, *quiz night*, *karaoke*.

Inscrição

Valor:

Turno de 7 dias: 649 euros
Filhos dos sócios:
Turno de 7 dias: 515 euros
Inclui: actividades, pequeno-almoço, almoço, jantar, seguro de acidentes pessoais, responsabilidade civil, assistência e cuidados médicos, monitoragem, 10 aulas de *surf*.

Turnos de 7 dias:

24/06 a 01/07
01/07 a 08/07
08/07 a 15/07
15/07 a 22/07
22/07 a 29/07
29/07 a 05/08
05/08 a 12/08
12/08 a 19/08
19/08 a 26/08
26/08 a 02/09



Colónia Aberta de Lisboa Campo de férias Pranima

Localização: arredores da região da Grande Lisboa
Características: paragens de recolha e entrega em vários pontos de Lisboa, Queluz e Amadora; crianças dos 6 aos 14 anos; dias úteis entre as 8.00h e as 17.00h.
Principais actividades: dia Pranima, dia Desportivo, dia Aquático, dia Cultural, BTT, arborismo, *slide*, piscina, actividades desportivas várias, canoagem, teatro, cinema, *workshop* de dança e música, equitação, etc.

Inscrição

Valor:

Turno de 5 dias: 225 euros
Filhos dos sócios:
Turno de 5 dias: 160 euros
Inclui: alimentação, transporte, actividades, seguro, monitoragem e coordenação

Turnos de 5 dias:

03/07 a 07/07
10/07 a 14/07
17/07 a 21/07
24/07 a 28/07
31/07 a 04/08
07/08 a 11/08
14/08 a 18/08
21/08 a 25/08
28/08 a 01/09



Férias debaixo de água Campo de férias do Oceanário de Lisboa

Localização: Esplanada D. Carlos I, 1990-005 Lisboa
Características: crianças dos 4 aos 12 anos, das 8.30h às 18.30h, semanas temáticas, actividades *outdoor*.
Principais actividades: no Oceanário tudo é mágico e único, desde as actividades *hands-on* às visitas, exposições, artes plásticas e até expressão dramática. Uma experiência inesquecível que vai ficar registada no álbum das melhores férias de sempre.

Inscrição

Valor:

Turno de 5 dias: 195 euros
Filhos dos sócios:
Turno de 5 dias: 155 euros
Inclui: entradas nas exposições do Oceanário, actividades, materiais, almoço, lanche, seguro e uma lembrança.

Turnos de 5 dias:

03/07 a 07/07
10/07 a 14/07
17/07 a 21/07
24/07 a 28/07
31/07 a 04/08
07/08 a 11/08
14/08 a 18/08
21/08 a 25/08
28/08 a 01/09
04/08 a 08/09
11/09 a 15/09



Campo de Férias em Sintra Campo de Férias Roda Viva

Localização: Estrada do Rodízio, n.º 85 Colares
Características: instalações na Praia Grande, Sintra, concebidas de raiz para a realização de campos de férias, incluem camaratas, balneários, refeitório, campo de futebol, matraquilhos, pingue-pongue, piscina, etc.
Principais actividades: actividades radicais, *surf* ou *bodyboard*, piscina, jogos aquáticos, temáticos, tradicionais e nocturnos, percursos de obstáculos e pedestre, passeios culturais, discoteca e festas de fim de campo.

Inscrição

Valor:

Turno de 7 dias: 375 euros
Turno de 14 dias: 750 euros
Filhos dos sócios:
Turno de 7 dias: 303 euros
Turno de 14 dias: 606 euros
Inclui: alojamento, transporte para actividades externas, alimentação, seguros, material, enquadramento pedagógico, actividades, monitoragem e assistência médica

Turnos de 7 dias:

02/07 a 08/07
09/07 a 15/07
16/07 a 22/07
23/07 a 29/07
30/07 a 05/08
06/08 a 12/08
27/08 a 02/09
03/09 a 09/09

Turnos de 14 dias: Dois turnos à sua escolha.

[campos de férias]



**Quando eu for grande –
O mundo das empresas!**
**Campo de férias da
Associação Industrial
Portuguesa**

Localização: Praça das
Indústrias – 1300-307 Lisboa

Características: os
ateliers de férias da
AIP têm como objectivo
estimular competências
empreendedoras, como
a iniciativa, o trabalho em
equipa, a resistência aos
riscos, a liderança e o
contacto directo com o mundo
das empresas, através da
dinamização de actividades
activas e criativas.

Principais actividades:
construção de um projecto de
empresa elaborado através
de diferentes dinâmicas e de
forma colectiva.

Inscrição

Valor:

Turno de 5 dias: 185 euros

Filhos dos sócios:

Turno de 5 dias: 131 euros

Inclui: almoço, seguro de
acidentes, diversas aulas,
visita ao Lx Factory, jogos

Turnos de 5 dias:

10/07 a 14/07

17/07 a 21/07



**Quinta da Escola
Campo de férias Pranima**

Localização: Parque
Natural das Serras de Aire e
Candeeiros. A cerca de uma
hora de Lisboa.

Características: centro de
Educação Ambiental, contacto
directo com a natureza,
camaratas, crianças dos 6
aos 17 anos.

Principais actividades: BTT,
arborismo, *slide*, piscina,
espeleologia, canoagem, tiro
com arco, escalada, *rappel*,
atelier do pão, matraquilhos,
pingue-pongue, polo aquático,
actividades aquáticas no
rio Alviela, aproveitando a
máxima segurança que a
praia fluvial oferece, etc.

Inscrição

Valor:

Turno de 7 dias: 295 euros

Filhos dos sócios:

Turno de 7 dias: 235 euros

Inclui: alimentação,
transporte, actividades,
seguro, monitoragem e
coordenação

Turnos de 7 dias:

02/07 a 08/07

09/07 a 15/07

16/07 a 22/07

23/07 a 29/07

30/07 a 05/08

06/08 a 12/08

13/08 a 19/08

20/08 a 26/08



**Christ's Hospital School
Campo de férias Cilling**

Localização: Situada a curta
distância do Aeroporto de
Gatwick e a menos de uma
hora de Londres, possui
fáceis ligações de comboio ao
centro da capital e ao sul do
país. Horsham é uma cidade
rural, no coração de Sussex,
que combina o moderno e o
tradicional. A zona central da
cidade, onde se encontram
diversas lojas, *pubs* e cafés,
contrasta com o calmo
passeio junto ao rio Arun.

Características: o alojamento
dos alunos é feito em oito
casas independentes, com
um estilo tradicional inglês,
que oferecem na sua maioria
quartos duplos e triplos,
para além de alguns quartos
individuais. Jovens dos 10 aos
17 anos.

Principais actividades: esta
é uma das mais tradicionais
escolas de Inglaterra, a
funcionar desde 1897 num
espaço único. Deste *campus*
fazem parte diversos *courts*
de ténis, para além de vários
campos de jogos, onde
facilmente se pode praticar
futebol, *rugby* e basebol.
Existe ainda um moderno
centro desportivo com piscina
interior, ginásio, campo de
basquetebol e vólei, para além
de um cibercafé com acesso
à internet.

Inscrição

Valor: 2250 euros

Filhos dos sócios:

1938 euros

Inclui: voo Lisboa/Londres/
Lisboa, taxas de aeroporto
e segurança, *transfers* de
chegada e partida, lições
de língua inglesa, pensão
completa, alojamento
no colégio, programa de
actividades e excursões,
diploma final de curso, seguro
de viagem, acompanhamento
por um professor durante toda
a estada.

Turno de 15 dias:

02/08 a 16/08



**Hurst College
Campo de férias Cilling**

Localização: Inglaterra/
Brighton. Situa-se na região
de Sussex, entre as vilas
rurais de Hurstpierpoint
e Hassocks, a cerca de
15 minutos da cidade de
Brighton, na costa sul de
Inglaterra e a 1.30h de
Londres.

Características: quartos
individuais duplos e triplos,
todas as refeições no colégio,
um ginásio multidesportivo,
piscina interior, *courts* de
ténis e *squash*, parede de
escalada, estúdio de dança,
sala de cinema, internet-café,
etc. Jovens dos 10 aos 17
anos.

Principais actividades:
curso de língua inglesa,
lições semanais, actividades
desportivas e excursões a
Londres, Oxford, Canterbury
e Brighton. Excursões de dia
inteiro às cidades de Londres,
Oxford ou Canterbury, e
de meio dia a Brighton,
Royal Tunbridge Wells ou
Chichester

Inscrição

Valor: 2690 euros

Filhos dos sócios:

2356 euros

Inclui: voo Lisboa/Londres/
Lisboa, taxas de aeroporto
e segurança, *transfers* de
chegada e partida, lições
de língua inglesa, pensão
completa, alojamento
no colégio, programa de
actividades e excursões,
diploma final de curso, seguro
de viagem, acompanhamento
por um professor durante toda
a estada.

Turno de 14 dias:

10/07 a 24/07

[campos de férias]



Maynooth University Campo de férias Cilling

Localização: Maynooth é uma pequena vila universitária a menos de uma hora do aeroporto e a apenas 30 minutos de Dublin, oferecendo diversas ligações de comboio à capital irlandesa.

Características: das instalações fazem parte um excelente complexo desportivo com *courts* de ténis, estúdios de dança e inúmeros campos de jogos, para além de diversas salas de aulas e espaços comuns para diversas actividades.

Principais actividades: curso de língua inglesa irá ocupar as manhãs ou as tardes, em diferentes semanas, num esquema em ziguezague, sempre com um total de 15 horas de Inglês por semana. As aulas são dadas em turmas multinacionais e por professores credenciados que encorajam sempre à prática da língua dentro e fora da sala de aula.

Inscrição

Valor: 2610 euros

Filhos dos sócios:

2280 euros

Inclui: voo Lisboa/Dublin/Lisboa, taxas de aeroporto e segurança, *transfers* de chegada e partida, 40 lições de língua inglesa, pensão completa, alojamento no colégio, programa de actividades e excursões, diploma final de curso, seguro de viagem, acompanhamento por um professor durante toda a estada.

Turno de 15 dias:

03/07 a 17/07



Berkshire College Campo de férias MultyWay

Localização: Inglaterra/Londres. Hall Place, Burchetts, Berkshire

Características: curso a decorrer entre 11 de Junho a 27 de Agosto. Indicado para alunos dos 7 aos 12 anos e 13 aos 17; *campus* seguro; a cerca de 30km do aeroporto de London-Heathrow; 3 horas de aulas por dia, 5 dias por semana); quartos duplos, triplos e dormitórios com casa-de-banho partilhada.

Principais actividades: Actividades e projectos, desporto, futebol, ténis, basquetebol, voleibol, artesanato e excursões, entre outras actividades.

Inscrição

Valor:

Turno de 15 dias: 2650 euros

Turno de 22 dias: 3697 euros

Filhos dos sócios:

Turno de 15 dias: 2300 euros

Turno de 22 dias: 3347 euros

Inclui: voo Lisboa/Londres/Lisboa, taxas de aeroporto e segurança, *transfers* de chegada e partida, lições de língua inglesa, pensão completa, alojamento no colégio, programa de actividades e excursões, seguro de viagem, acompanhamento por um professor durante toda a estada.

Turnos de 15 dias:

11/06 a 25/06

18/06 a 02/07

25/06 a 09/07

02/07 a 16/07

09/07 a 23/07

16/07 a 30/07

23/07 a 06/08

30/07 a 13/08

13/08 a 27/08

Turnos de 22 dias:

11/06 a 02/07

18/06 a 09/07

25/06 a 16/07

02/07 a 23/07

09/07 a 30/07

16/07 a 06/08

23/07 a 13/08

30/07 a 20/08

06/08 a 27/08



Berkhamsted School Campo de férias Cilling

Localização: localizada a noroeste de Londres, rodeada pela paisagem rural de Hertfordshire, Berkhamsted é uma pequena cidade inglesa que alia tradição e modernidade. Com os seus edifícios históricos e a sua rua principal repleta de lojas e cafés, goza de excelentes ligações a Londres e Oxford em menos de uma hora.

Características: neste *campus* encontram-se alguns dos edifícios originais, conjugados com imponentes e modernas instalações para o estudo e a diversão. Para além de novas salas de aula, refeitório e espaços comuns, a escola tem ainda sala de informática, teatro e uma loja. Rodeada por inúmeros espaços verdes e campos de jogos, o colégio possui também ginásio, piscina e diversos *courts* de ténis.

Principais actividades: o programa tem um conjunto de actividades desportivas e recreativas de forma a incentivar a prática da língua e o convívio entre todos os participantes. Para além da natação, são propostos diversos desportos no ginásio ou ao ar livre, e também actividades mais artísticas no Art Cafe, Drama e Dança. Depois do jantar haverá ainda jogos, concursos, festas temáticas e *karaoke*.

Inscrição

Valor: 2515 euros

Filhos dos sócios:

2190 euros

Inclui: voo Lisboa/Londres/Lisboa, taxas de aeroporto e segurança, *transfers* de chegada e partida, 40 lições de língua inglesa, pensão completa, alojamento no colégio, programa de actividades e excursões, diploma final de curso, seguro de viagem, acompanhamento por um professor durante toda a estada.

Turno de 15 dias:

25/07 a 08/08



St. Mary's University College Campo de férias Cilling

Localização: Inglaterra/Londres. St. Mary's College é um moderno *campus* universitário a apenas 10 minutos a pé do centro de Twickenham a 30 minutos do Aeroporto de Heathrow.

Características: quartos individuais, todas as refeições no colégio, ginásio, *courts* de ténis e *squash*, campos de jogos, jovens dos 12 aos 17 anos.

Principais actividades:

curso de língua inglesa, 20 lições semanais, actividades desportivas vários passeios a Londres e Oxford, excursões e uma visita aos estúdios do Harry Potter com custo adicional de 90,00 euros.

Inscrição

Valor: 2765 euros

Filhos dos sócios:

2427 euros

Inclui: voo Lisboa/Londres/Lisboa, taxas de aeroporto e segurança, *transfers* de chegada e partida, lições de língua inglesa, pensão completa, alojamento no colégio, programa de actividades e excursões, diploma final de curso, seguro de viagem, acompanhamento por um professor durante toda a estada.

Turno de 15 dias:

03/07 a 17/07

[apartamentos]

Apartamentos

Cabanas de Tavira
– Pedras da Rainha

> **Localização:** junto a Cabanas de Tavira, frente à reserva natural da ria Formosa, próximo da praia de Cabanas. A recepção funciona no Aldeamento Pedras da Rainha em Cabanas, 24 horas por dia.



Apartamentos disponíveis de 1 de Abril a 31 de Outubro



Características:

Apartamentos T1, para 4 pessoas, equipados com frigorífico, fogão, esquentador ou termoacumulador, microondas, ar condicionado e televisão. Piscina para adultos, piscina para crianças e zonas verdes.

Condições:

A limpeza dos apartamentos é feita apenas duas vezes por semana. A lavagem da loiça é da responsabilidade do utente. A mudança de roupa é feita semanalmente ou sempre que mude o utente. Não são permitidos animais nos apartamentos. É necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.

Inscrição

A taxa de inscrição é de 36 euros. No período entre 27 de Maio e 23 de Setembro, o aluguer será feito somente à semana, com início ao sábado. Nos restantes períodos não haverá qualquer limite mínimo e dar-se-á preferência a quem pretender ocupar o maior número de noites seguidas. No seu próprio interesse, indique sempre um período alternativo ao pretendido, na perspectiva de inexistência de vagas. Os pagamentos processam-se por débito em conta até Dezembro, com um pagamento mínimo mensal de 50 euros.

Desistências e penalizações

Até 30 dias da entrada, 50% do custo total do aluguer; até 15 dias, 100% do custo total do aluguer.

Períodos promocionais

De 15 de Abril a 27 de Maio, e de 23 de Setembro a 7 de Outubro, alugue por 7 noites e pague só 6, em todos os apartamentos.

Obrigações dos utentes

Os utentes obrigam-se a preservar o equipamento e os utensílios de que dispõem nos apartamentos e a respeitar o regulamento em vigor nas agências imobiliárias. Qualquer anomalia verificada deverá ser em primeiro lugar comunicada à recepção dos apartamentos e posteriormente à Direcção do Grupo Desportivo, caso o entenda. Durante a permanência nos apartamentos, poderá ficar retido na recepção um cartão de identificação. Todos os prejuízos causados nos apartamentos são da exclusiva responsabilidade dos utentes.

Tabela de preços dos apartamentos – 2023

ÉPOCAS E PREÇOS					
Baixa	Páscoa	Média/Baixa	Média	Média/Alta	Alta
07/10 a 01/11	01/04 a 15/04	15/04 a 27/05	27/05 a 01/07	01/07 a 08/07	08/07 a 02/09
39 euros	75 euros	23/09 a 07/10	09/09 a 23/09	02/09 a 09/09	160 euros
		75 euros	80 euros	120 euros	

[hotéis]

Oferta Especial de Primavera

Oferta especial de 5 dias com 4 dias em pensão completa e acesso ao SPA.

No Hotel do Parque em São Pedro do Sul

Totalmente remodelado e redecorado, o Hotel do Parque oferece um leque variado de serviços e equipamentos de nível superior que garantem as melhores condições para a sua estada.

São 100 quartos, duas *suites* presidenciais e três *suites* juniores, um restaurante, um bar, um salão de festas, um Health Club & SPA com piscina aquecida, sauna, banho turco, massagens, ginásio e dois campos de *squash*. Aproveite esta oferta especial de 5 dias com 4 dias em pensão completa e acesso ao SPA.



Realização: de 1 de Abril a 30 de Junho

Ponto de encontro: Hotel do Parque em São Pedro do Sul

Valor: 276 euros

Suplemento de quarto individual: 75 euros

Valor de noite extra em PC: 55 euros por pessoa

Suplemento de quarto individual, noite extra: 19 euros

Inscrição inclui: 4 noites de alojamento, 4 pequenos-almoços, 4 almoços, 4 jantares (refeição: sopa, 1 prato, sobremesa, águas e vinhos), uma massagem Vichy local, circuito SPA (acesso à piscina interior dinâmica, sauna, banho turco, jacuzzi, duche sensorial e ginásio)

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal e deslocação

O pagamento poderá ser efectuado em até: com início na data da inscrição e final em Dezembro

Recomendações: o pagamento também pode ser efectuado directamente na recepção do hotel. As datas devem ser escolhidas pelos sócios em função da disponibilidade do hotel. É necessário equipamento adequado às actividades.

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo ou Hotel do Parque - 232 723 461 ou geral@hoteldoparque.pt

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo e Hotel do Parque

[hotéis]

Hotel Baía Grande



Hotel Baía Grande

Oferta de 1 *welcome drink*.

Oferta de quarto vista piscina ou mar (mediante disponibilidade).

Estada mínima 2 noites. Oferta não cumulativa com outras ofertas.

Reservas

telefone: 289 583 500

e-mail: sales@baiaalgarve.com ou reservas.bg@baiaalgarve.com

Desde
39,50
euros
por pessoa e noite
em regime de HB
(pequeno-almoço
e jantar-*buffet*,
bebidas
não incluídas)

[hotéis]

Grupo de Hotéis Real



Real Marina Hotel & Spa (Olhão) *****

Desde
49,00
euros
por pessoa em
quarto duplo/twin,
vista cidade, meia
pensão*

* bebidas não
incluídas

Estada mínima de 2
noites
Upgrade para vista
de mar (mediante
disponibilidade)
Oferta do acesso à
piscina interior aquecida
e área borbulhante (uso
obrigatório de touca)
Acesso gratuito ao
ginásio

Reservas:
telefone 289 598 010,
ou e-mail – reservas.
alg@hoteisreal.com



Grande Real Santa Eulália Resort & Hotel Spa *****

Desde
53,00
euros
por pessoa em
quarto duplo/twin,
vista resort, meia
pensão

* bebidas não
incluídas

Estada mínima de 2
noites
Upgrade para vista
de mar (mediante
disponibilidade)
Oferta de 1 entrada no
circuito *thermal* (uso
obrigatório de touca)
Acesso gratuito ao
ginásio

Reservas:
telefone 289 598 010,
ou e-mail – reservas.
alg@hoteisreal.com

[hotéis]

Grupo de Desenvolvimento das Termas de Portugal

O Grupo de Desenvolvimento das Termas de Portugal é uma cadeia de hotéis, localizados no Norte e Centro de Portugal, a grande maioria de quatro estrelas com Termas ou SPA, com grande capacidade de alojamento e variada oferta de serviço de restauração/bar.



Os nossos hotéis dispõem de quartos espaçosos, climatizados e com varanda, todos eles com uma decoração moderna e wc privativo.

Poderá experienciar connosco as melhores escapadinhas de fim de semana, melhorar a sua saúde com os nossos tratamentos termais, ou simplesmente relaxar com o nosso serviço de massagens e/ou piscina dinâmica com *jacuzzi*, cascatas, subaquático, contra correntes, aerobanho e hidromassagem.



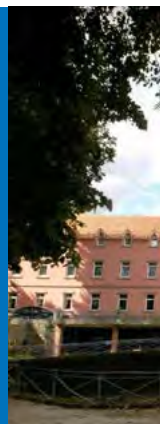
Quer necessite de alojamento para si e/ou para a sua família, serviços de grupos, congressos, eventos especiais ou *short breaks*, temos um produto que irá certamente ao encontro das suas necessidades.

Palace Hotel & SPA Termas de S. Vicente****
em Penafiel
(Distrito do Porto)

Palace Hotel & SPA Termas de S. Miguel****
em Fornos de Algodres
(Distrito da Guarda)

Palace Hotel & SPA Termas de S. Tiago****
em Penamacor
(Distrito de Castelo Branco)

Palace Hotel & SPA Termas do Bicanho****
em Soure
(Distrito de Coimbra)





Desde
57,50
euros por noite

Alojamento
e pequeno-almoço
para dois*

Desde
90,00
euros por noite

Alojamento com
pequeno-almoço e
meia-pensão*

*Preços sujeitos à estada mínima de 2 noites.

*Preços não se aplicam a épocas festivas/especiais.



Palace Hotel & SPA Monte Rio****

nas termas
de S. Pedro do Sul
(Distrito de Viseu)



Plácido Hotel Douro****

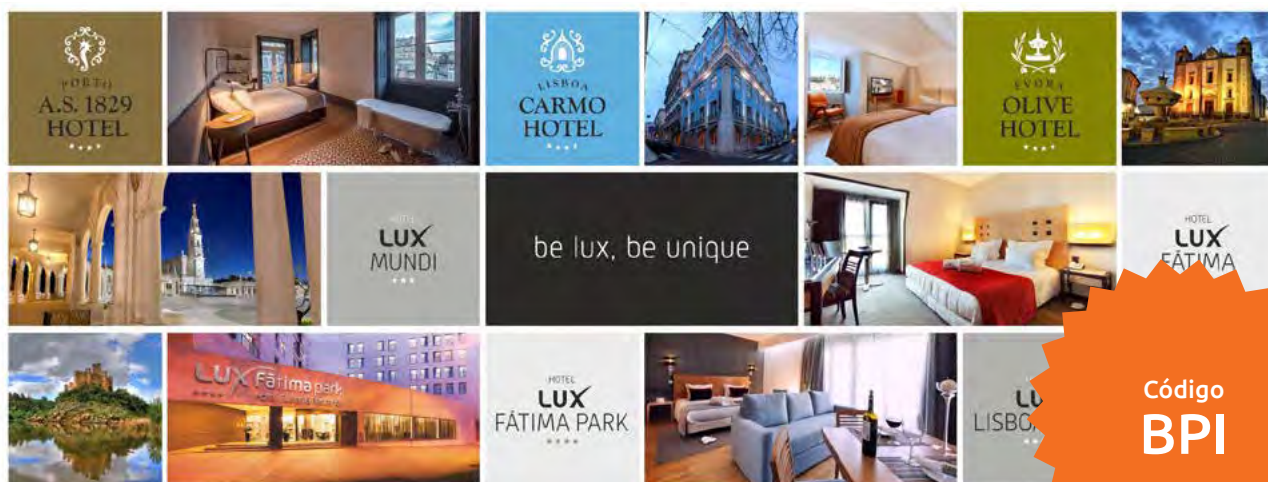
em Tabuaço
(Distrito de Viseu)



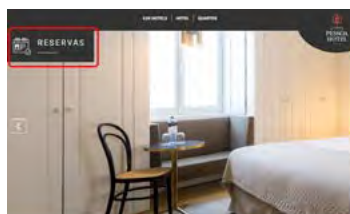
Palace Hotel & SPA Astúrias****

nas termas do Carvalhal
em Castro Daire
(Distrito de Viseu)

Grupo Lux Hotels



Instruções para utilizar Código Promocional em reservas através do [site luxhotels.pt](http://site.luxhotels.pt)



1 – Aceder a www.luxhotels.pt e entrar no *site* do hotel em que se pretende efectuar a reserva.

2 – No *site* do hotel, abrir a opção [Reservas](#)

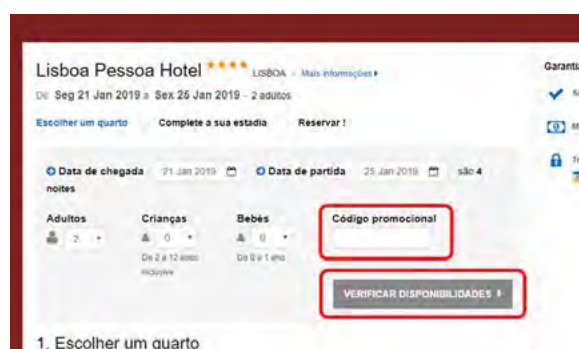


3 – Inserir as datas de *check-in* e *check-out*, a ocupação desejada e clicar em [Reservar](#)

4 – No topo da página que surge, junto à informação inserida, clicar em [Alterar](#)



5 – Nos campos de edição disponíveis estará um campo de texto onde deverá inserir o Código Promocional, depois clicar em [Verificar disponibilidades](#)



6 – Neste momento deverá passar a ver os preços com o respectivo desconto aplicado. A partir daqui deverá seguir as instruções normais do processo de reserva, seleccionando a tipologia e tarifa desejada.



Informação: O facto de ter um código promocional não significa que terá desconto em todas as tipologias ou tarifas.

[hotéis]

Hotéis Minor (NH Hotel Group e Tivoli) em Portugal e no resto do mundo

Desconto de
15%
22%
sobre o melhor preço.

Os sócios do Grupo Desportivo passam a beneficiar de um desconto que varia entre 15% e 22% sobre o melhor preço disponível nos hotéis Minor (Tivoli & NH), em Portugal e no resto do mundo.

Propriedades incluídas em Portugal

Porto

NH Collection Porto Batalha
NH Porto Jardim

Coimbra

Tivoli Coimbra

Sintra

Tivoli Palácio de Seteais
Tivoli Sintra

Lisboa

Tivoli Avenida Liberdade
Avani Avenida Liberdade
NH Collection Lisboa Liberdade

Tivoli Oriente

NH Lisboa Campo Grande

Algarve

Anantara Vilamoura
Tivoli Marina Vilamoura
The Residences at Victoria
Tivoli Carvoeiro
Tivoli Marina Portimão
Tivoli Lagos



Como reservar

Aceder ao link: <https://www.nh-hotels.com/b2b-ccg/a53c937778ec2bc89ec28f4147e7a326>

Seleccionar o hotel, datas de estada e número de pessoas

Confirme a sua reserva (pagamento directo)

Receba a confirmação da sua reserva via *email*

Rentals in Algarve

É com grande satisfação que a Rentals in Algarve estabelece esta parceria com o Grupo Desportivo do Banco BPI.

Convidamos os associados a virem passar férias numa das nossas acolhedoras propriedades.

Estas estão dispersas pela Galé, uma zona bem conhecida pelas suas praias e grutas fantásticas numa das costas mais bonitas do Algarve. Albufeira, a região do Algarve com maior animação, conhecida tanto pela agitada oferta nocturna como pelos espectáculos oferecidos pela câmara municipal, desde concertos e feiras tradicionais, aos teatros, com as magníficas praias a aparecer sempre como pano de fundo. Vilamoura, conhecida pela marina e pela oferta de restauração, com os mais famosos bares de música ao vivo, bem como a oferta de alguns dos melhores campos de golfe do País. Vale do Lobo, conhecido como uma das partes do triângulo dourado do Algarve, com as suas casas luxuosas e imponentes onde um simples passeio no "bairro" é uma inspiração.

Oferecemos desde um simples estúdio fantástico para 2 pessoas, apartamentos com 1 ou 2 quartos para 4, 5 ou 6 pessoas, às moradias de 3 quartos para quem quer ficar um bocadinho mais isolado.

Contactos:

telemóvel: +351 966447429, e-mail: joao.rodrigues@rentalsinalgarve.com

Endereço: R. de Fernão de Magalhães, lote 11-12, 8200-129 Albufeira, Portugal



Pode ver as nossas propriedades no nosso site www.rentalsinalgarve.com

e usufruir do desconto do Grupo Desportivo do Banco BPI, utilizando o código promocional GDBPI

[turismo rural]

Turismo rural



Almeirim

Casa de Besteiros

Telefone: 243 595 474 / 91 752 60 10

Localização: Quinta da Variorum, Estrada do Arneiro da Volta.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 10% em relação à tarifa disponível.



Alvito – Beja

Horta da Vila

Telefone: 91 762 89 34

Localização: Horta da Vila – 7920-201 Alvito. A Horta da Vila é uma propriedade recuperada, a 5 minutos a pé da vila.

Condições: a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 20% no alojamento e 5% nas refeições.



Cabeceiras de Basto

Casa de Lamas

Telefone: 253 662 202 / 91 663 54 66

Localização: edifício do século XVII, inserido no turismo em espaço rural, localizado em Alvite, Cabeceiras de Basto.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



Caldas da Felgueira – Nelas

Casas do Pátio

Telefone: 96 654 03 30 / 96 848 79 75

Localização: aldeia termal de Caldas da Felgueira, no concelho de Nelas

Condições: a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 15% em estada e 10% noutros produtos comercializados pela empresa Casas do Pátio, Lda.



Castelo de Vide

Casa Amarela

Telefone: 245 901 250

Localização: situada na bonita cidade de Castelo de Vide, na Praça D. Pedro V.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de, entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



Castro Verde – Piçarras

Monte da Ameixa Country House

Telefone: 286 010 016

Localização: Monte da Ameixa, Piçarras, 7780-258 Castro Verde. Situado a 6 km da auto-estrada e a 9 km de Castro Verde, o Monte da Ameixa localiza-se a 800 m da localidade de Piçarras, com uma paisagem deslumbrante sobre as planícies alentejanas.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 10% no alojamento e 50% na cama extra.



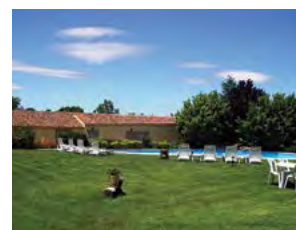
Esposende

Quinta da Seara

Telefone: 253 961 284 / 96 869 08 39

Localização: Esposende

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 30% sobre o preço de balcão.



Figueira de Castelo Rodrigo

Hospedaria do Convento

Telefone: 271 311 819

Localização: próximo de Figueira de Castelo Rodrigo, Foz Côa. Seguir pelo IP5 em direcção a Vilar Formoso; depois da Guarda sair para Almeida (saída n.º 30 da A25).

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.

[turismo rural]



Folhada

Marco de Canaveses
Casa da Quintã

Telefone: 255 423 873

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.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



Ilha de São Miguel – Açores

Quinta da Mó

Telefone: 91 780 02 81

Localização: Ilha de São Miguel, Açores, Rua das Águas Quentes n.º 66, 9675-040 Furnas

Condições: a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 10% sobre o preço de balcão.

Site: www.quintadamo.com



Ilha Terceira – Açores

Casa Senhora do Mar

Telefone: 91 784 09 57

Localização: Rua Gaspar Gonçalves Machado, n.º 7, Porto Martins – Ribeira Seca, 9700-623 – Ilha Terceira – a 10 minutos da Praia da Vitória, a 15 minutos do aeroporto e a poucos minutos do oceano.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 10% sobre o preço de balcão e oferta do alojamento de duas crianças até 6 anos de idade.



Lousã

Quintal de Além do Ribeiro

Telefone: 239 996 480

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.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



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.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



Mirandela

Quinta dos Avidagos

Telefone: 96 276 04 03 / 96 605 43 33

Localização: Carvalhal, Avidagos, coordenadas GPS: 41°23'16.4"N/ 7°16'37.5"W

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 20% em relação à melhor tarifa disponível.



Oleiros

S. Torcato Moradal

Telefone: 272 654 008 / 96 443 74 01

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

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



Peniche – Serra d'el Rei

Quinta do Juncal

Telefone: 262 003 100 / 92 501 70 74

Localização: Peniche – Serra d'El Rei 2510-192 Óbidos

Condições: a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 10% sobre as tarifas de balcão.



Peso da Régua

Casa Foz do Corgo

Telefone: 91 784 63 54

Localização: Juncal de Cima – Peso da Régua

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 15% sobre a tabela geral, excepto em épocas festivas, Natal e fim de ano. Não é acumulável com outras promoções.

[turismo rural]



Ponte de Lima

Casa de Chandezil

Telefone: 91 839 16 48

Localização: a Casa de Chandezil está situada a cerca de 3km de Ponte de Lima, em Santa Comba.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 10% sobre o preço de balcão.



Santa Vitória – Alentejo

Agro-Turismo do Roxo

Telefone: 284 070 282 / 91 627 89 89

Localização: Herdade Corte Ripais, 7800-732 Santa Vitória

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 20% sobre o preço de referência (booking).



Santiago do Cacém

Monte Xisto Hotel Rural****

Telefone: 269 900 040 / 92 758 64 84

Localização: situada a cerca de 120 km de Lisboa, em vale das Éguas e a 10 minutos de 20 maravilhosas praias

Condições: A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 10% sobre o preço de balcão na época baixa e de 7% na época alta, de 15 de Junho a 15 de Setembro. Os preços de balcão podem ser consultados no [site](#), ou directamente com o hotel.



Seia – Carragozela

Refúgio de Corisco

Telefone: 91 997 27 17

Localização: Rua do Corisco, n.º 6 Carragozela, 6270-031 Carragozela. Coordenadas: Latitude: 40°24'38.85"N Longitude: 7°45'48.78"W

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 20% sobre a tabela em geral.



Seia

Casa das Tílias

Telefone: 96 400 85 85

Localização: Vila de São Romão, junto a Seia, a principal porta de entrada no Parque Natural da Serra da Estrela.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 10% sobre o preço de balcão.



Seia – Quinta do Crestelo

Aparthotel na Serra da Estrela

Telefone: 96 857 89 21 / 238 320 050

Localização: na serra da Estrela, a cerca de 2 km da cidade de Seia, onde em tempo remoto terá sido um castro, encontramos a Quinta do Crestelo. A morada é Avenida dos Bombeiros Voluntários, 6270-909 Seia.

Condições: desconto de 10% sobre os valores de tabela, excepto épocas festivas (Natal, Fim de Ano, Carnaval e Páscoa).



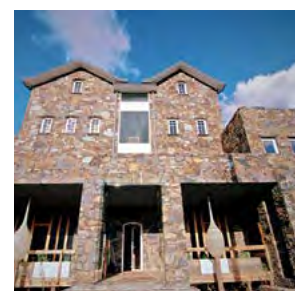
Seixo da Beira – Serra da Estrela

Casa do Forno da Aldeia

Telefone: 93 231 71 52

Localização: Aldeia de Pedras Ruivas, Seixo da Beira, concelho de Oliveira de Hospital. Apenas a 27 km de Viseu, 20 km de Seia, 2 km das termas de Caldas da Felgueira e 15 km das termas de Alcafache. Para além das acessibilidades rodoviárias (A25, IC12, IP3) existe acesso em comboio, na estação de caminho-de-ferro de Nelas, e ainda em autocarro, central de camionagem também em Nelas. Existe posto de táxi na aldeia.

Condições: desconto de 15% sobre o preço de balcão durante a semana e desconto de 10% ao fim-de-semana.



Sertã – Ermida

Casa do Tio Tenente

Telefone: 274 685 106 / 91 628 45 13

Localização: próxima da serra de Picoto Rainho, a 5 min da praia fluvial O Malhadal

Condições: os associados do Grupo Desportivo dispõem do preço especial de 50 euros por *suíte*.

[turismo rural]



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.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



Vale de Amoreira – Manteigas

Casa Lagar da Alagoa

Telefone: 275 487 024 / 91 868 86 02

Localização: Parque natural da Serra da Estrela.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 15% sobre o preço de balcão durante a semana, desconto de 10% ao fim de semana. Descontos válidos apenas para reservas directas.



Vale de Cambra – Rôge

Traços de Outrora

Telefone: 91 879 56 74 / 91 490 72 48

Localização: aldeia do Trebilhadouro 3730-704 Rôge – Vale de Cambra

Condições: a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 15% no alojamento.



Vieira do Minho

Casa dos Martinhos

Telefone: 253 656 331

Localização: sair da A3 em Braga e seguir em direcção a Chaves; 27 km depois (Cerdeirinha), virar à direita em direcção à vila de Vieira do Minho, seguir as indicações para a aldeia turística de Agra e manter essa rota até percorrer cerca de 14 km.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de, entre 10% a 20% sobre o preço de balcão.



Vieira do Minho

Quinta de S. Simão

Telefone: 253 668 270 / 93 409 00 77

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 seguir as indicações da quinta, que se encontra logo a 1 km.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



Vila Ruiva – Cuba

Casa do Alto da Eira

Telefone: 284 412 619 / 96 557 99 18

Localização: situada em Albergaria dos Fusos, no concelho de Cuba, próximo da barragem do Alvito.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



Vilarinha, Bordeira

Monte da Vilarinha

Telefone: 285 973 218

Localização: siga pela A2 para o Algarve e tome a direcção de Lagos via A22. Saia para Aljezur/ /Sines, na rotunda de Bensafrim e siga pela N120 em direcção a Aljezur. No cruzamento com a N268 vire para Sagres/ /Vila do Bispo. Uma vez na Carrapateira, siga as indicações para a Vilarinha.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto: de 15% na época alta; 20% na época média e 25% na época baixa, sobre o preço de balcão.



Vinhais – Rio de Fornos

Casa do Rebelhe

Telefone: 93 427 70 40

Localização: A Casa do Rebelhe situa-se na pacata aldeia de Rio de Fornos, a cerca de 3 km de Vinhais, a 30 km de Bragança e a 20 km da fronteira de Espanha via Moimenta.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 20% sobre a tabela geral.

DIRECÇÃO REGIONAL SUL

Rua Almirante Barroso, 32-RC
1000-013 Lisboa

Tel.:
21 723 42 89 /
21 723 42 97 /
92 578 47 18

Ext.:
8002048/8002049

Fax:
21 723 43 28

Horário:
9.00h-18.00h
De segunda a sexta

E-mail:
sul@gdbpi.pt

grupodesportivo
sul@bancobpi.pt

Cod. CI – 1077

DIRECÇÃO REGIONAL NORTE

Rua Pedro Hispano, 201
4100-397 Porto

Apartado 5414
4023-001 Porto

Tel.:
22 607 43 00 /
91 320 99 95

Ext.:
8008040

Fax:
22 205 22 10

Horário:
8.30h-12.00h
e 13.00h-17.30h

De segunda a sexta

E-mail:
norte@gdbpi.pt

grupodesportivo
norte@bancobpi.pt

Cod. CI – 2039

SITE

www.gdbpi.pt
(disponível na Intranet)

E-mail:
gestor@gdbpi.pt

BAR

Rua Pedro Hispano, 201

13.00h-19.00h

CURSOS DE FORMAÇÃO ARTÍSTICA

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

SALA POLIVALENTE

Rua Almirante Barroso, 32-RC
09.00h-19.00h

Rua Pedro Hispano, 201

10.00h-19.00h

Ensaios do Coro

À quinta-feira

a partir das 16.00h

Ensaios do Orfeão

À terça-feira

às 18.00h

ATLETISMO

Madalena Freire
tel.: 96 514 04 90

maria.madalena.freire@bancobpi.pt

Ana Fórneas
tel.: 93 943 59 15

ana.paula.forneas@bancobpi.pt

António Sanches
tel.: 93 406 41 39

antonio.manuel.sanches@bancobpi.pt

Ana Pires
tel.: 22 607 43 00

norte@gdbpi.pt

Duarte Cardoso
tel.: 22 607 32 46

norte@gdbpi.pt

BASQUETEBOL

Carla Pinto
tel.: 21 318 12 31

carla.alexandra.pinto@bancobpi.pt

Francisco Barata
tel.: 93 640 64 16

fa2barata@gmail.com

Fernando Barrias
tel.: 22 607 32 49

norte@gdbpi.pt

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94

manuel.augusto.correia@bancobpi.pt

BIBLIOTECA

Carla Pinto
tel.: 21 318 12 31

carla.alexandra.pinto@bancobpi.pt

João Gouveia
tel.: 22 607 43 00

norte@gdbpi.pt

BOWLING

Rui Duque
tel.: 21 310 44 93

rui.carlos.duque@bancobpi.pt

Jorge Teixeira
tel.: 91 823 20 57

duarte@bancobpi.pt

Duarte Cardoso
tel.: 22 607 32 46

norte@gdbpi.pt

José Caldas
tel.: 22 608 85 44

jose.manuel.caldas@bancobpi.pt

CAMINHADAS
Madalena Freire
tel.: 96 514 04 90

maria.madalena.freire@bancobpi.pt

Carlos Oliveira
tel.: 21 322 67 56

carlos.manuel.oliveira@gdbpi.pt

José Almeida
tel.: 22 607 32 47

jose.reis.almeida@gmail.com

CAMPISMO

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83

grupodesportivo-sul@bancobpi.pt

CAMPOS DE FÉRIAS

Osvaldo Silva
tel.: 21 723 42 70

sul@gdbpi.pt

CICLOTURISMO/BTT

Luís Remédio
tel.: 93 970 22 32

luis.filipe.remedio@bancobpi.pt

Rui Sousa
tel.: 21 310 44 83

CORO/ORFEÃO
Carla Pinto
tel.: 21 318 12 31

carla.alexandra.pinto@bancobpi.pt

Fernando Barnabé
tel.: 91 476 50 61

fernandojose.barnabe@gmail.com

Ensaio: quinta-feira
às 16.00h,
em Lisboa, terça-
-feira às 18.00h,
no Porto

CURSOS DE FORMAÇÃO

Sandra Nascimento
sandra.reis.nascimento@bancobpi.pt

Pilar Batoréu
tel.: 91 710 94 71

pilarbatorreu@gmail.com

José Almeida
tel.: 22 607 32 47

jose.reis.almeida@gmail.com

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00

victor.camisao@gmail.com

DANÇAS DE SALÃO
Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45

fatima1958pereira@hotmail.com

Sara Freitas
tel.: 22 607 22 41

sara.maria.freitas@bancobpi.pt

DEFESA PESSOAL
Ana Fortes
tel.: 21 350 54 58

ana.cristina.fortes@bancobpi.pt

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00

victor.camisao@gmail.com

EQUITAÇÃO
André Cardoso
tel.: 96 265 40 45

fatima1958pereira@hotmail.com

ESPECTÁCULOS
Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45

fatima1958pereira@hotmail.com

Pilar Batoréu
tel.: 91 710 94 71

pilarbatorreu@gmail.com

ESQUI E SNOWBOARD

Pedro Ferreira
tel.: 21 321 37 08

pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt

EXPOSIÇÕES
Sandra Nascimento
sandra.reis.nascimento@bancobpi.pt

Fernando Ferreira
tel.: 22 607 43 00

fsferreira1941@gmail.com

FOTOGRAFIA
Pedro Ferreira
tel.: 21 321 37 08

pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt

FUTEBOL
Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87

paulo.alexandre.quaresma@bancobpi.pt

Duarte Cardoso
tel.: 22 607 32 46

norte@gdbpi.pt

Fernando Barrias
tel.: 22 607 32 49

norte@gdbpi.pt

Jorge Sousa
tel.: 22 607 43 00

jorgefsousa@live.com.pt

GOLFE
André Cardoso
tel.: 91 750 96 39

andre.lopes.cardoso@bancobpi.pt

JOGOS DE SALÃO
Pedro Ribeiro
tel.: 21 318 13 46

pedro.miguel.ribeiro@bancobpi.pt

Fernando Ferreira
tel.: 22 607 43 00

fsferreira1941@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 22 607 43 00

jorgefsousa@live.com.pt

KARTING
Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87

paulo.alexandre.quaresma@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

MERGULHO
Pedro Ribeiro
tel.: 21 318 13 46

pedro.miguel.ribeiro@bancobpi.pt

Carla Siopa
tel.: 21 311 86 72

carla.alexandra-siopa@bancobpi.pt

MOTOTURISMO

Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87

paulo.alexandre.quaresma@bancobpi.pt

Nuno Barradas
tel.: 217 206 356

nuno.humberto.barradas@bancobpi.pt

NATAÇÃO
Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45

fatima1958pereira@hotmail.com

PADEL E SQUASH
Luís Remédio
tel.: 93 970 22 32

luis.filipe.remedio@bancobpi.pt

José Fernandes
tel.: 91 498 76 70

PÁRA-QUEDISMO/ PARAPENTE
Pedro Ferreira
tel.: 21 321 37 08

pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt

PARCERIAS
Osvaldo Silva
tel.: 21 723 42 70

sul@gdbpi.pt

João Sampaio
tel.: 22 607 43 00

joaoecsampaio@gmail.com

Ana Pires
tel.: 22 607 43 00

norte@gdbpi.pt

PEDI-PAPER
Rui Duque
tel.: 21 310 44 93

rui.carlos.duque@bancobpi.pt

PESCA
Joaquim Rubira
tel.: 91 949 36 59

joaquim.rubira@gmail.com

David Franco
tel.: 93 348 25 40

david.jose.franco@outlook.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

Jorge Couto
tel.: 93 931 36 97

jorge.fernando.couto@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 93

rui.carlos.duque@bancobpi.pt

João Lopes
tel.: 93 784 46 81

joao.pedro.lopes@bancobpi.pt

Rui Simplicio
tel.: 96 502 07 91

ruiissimplicio@sapo.pt

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00

victor.camisao@gmail.com

José Caldas
tel.: 22 608 85 44

jose.manuel.caldas@bancobpi.pt

Francisco Ribeiro
tel.: 22 607 43 00

fribeiroc@gmail.com

REMO
Pedro Ribeiro
tel.: 21 318 13 46

pedro.miguel.ribeiro@bancobpi.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

TÉNIS
Luís Remédio
tel.: 93 970 22 32

luis.filipe.remedio@bancobpi.pt

José Caldas
tel.: 22 608 85 44

jose.manuel.caldas@bancobpi.pt

TÉNIS DE MESA
Madalena Freire
tel.: 96 514 04 90

maria.madalena.freire@bancobpi.pt

Carlos Galvão
tel.: 91 674 53 73

Francisco Ribeiro
tel.: 22 607 43 00

fribeiroc@gmail.com

Fernando Ferreira
tel.: 22 607 43 00

fsferreira1941@gmail.com

TIRO AOS PRATOS
Joaquim Rubira
tel.: 91 949 36 59

joaquim.rubira@gmail.com

António Costa
tel.: 93 677 97 31

antonio.jose.costa2@bancobpi.pt

TIRO DE PRECISÃO
Joaquim Rubira
tel.: 91 949 36 59

joaquim.rubira@gmail.com

TODO-O-TERRENO
Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87



OSVALDO SILVA

[DIRECTOR]

[a fechar]

O Grupo Desportivo e o Relatório e Contas

O Grupo Desportivo revê-se nas Contas, mas este *Associativo* não se esgota aí. Se se der ao prazer de ler o que preparámos para si vai ver que não se arrepende.

> Em breve, nos primeiros dias de Maio (dependente do desempenho do operador) vai chegar a sua casa este *Associativo* 75 carregadinho de informação, como é costume: aquilo que nos propomos fazer, o observatório do que fizemos, ou melhor, da participação dos nossos associados e nesta edição em particular a divulgação do Relatório e Contas de 2022 aprovado na Assembleia Geral de 14 de Abril.

É sempre um momento importante, achamos nós, este de pôr à disposição dos sócios as contas, como gastámos o dinheiro, em quê e porquê. Afinal, como repetidamente temos afirmado, o Grupo Desportivo e Cultural existe porque tem um conteúdo importante, único, indispensável e inestimável – que são os sócios, e os sócios devem obrigatoriamente participar ou no mínimo saber como anda, ou andou, o seu Grupo Desportivo.

Nesta edição vai encontrar uma proposta de passatempo, fácil, barata e que dá prémios excelentes, leia-a com atenção, um *workshop* para pais e filhos a prometer os primeiros contactos dos miúdos com 10 ou mais anos, com os mistérios da cozinha, bem juntinho ao Dia Mundial da Criança, para os apreciadores a nossa habitual proposta de «Vinhos de garrafeira para celebrar de toda a maneira»; a culinária, receita desta vez baseada nos conceitos e segredos da cozinha ayurvédica, com um excelente texto introdutório do *chêf* António Rosa, uma caixa de scrap, um conceito explorado pela

nossa colega de direcção Maria João, caminhadas e visitas guiadas à escola e ao gosto de cada um, uma proposta de «Mergulho» com baptismo e curso, que parece convidativo, para quem goste e para o tempo que vamos ter por aí próximo; os apartamentos no Algarve, as viagens, os *city breaks*, o turismo rural, e no topo do bolo uma boa oferta de campos e colónias de férias para os seus filhos ou netos a preços excelentes e que não vai encontrar em mais nenhum lado.

Não destaquei muitas outras iniciativas – podia tê-lo feito; esta foi uma escolha aleatória respigada da revista –, nem as muitas crónicas das dezenas de actividades a que os nossos sócios aderiram e para as quais quiseram deixar o seu testemunho... e aqui aproveito para deixar a todos um abraço de agradecimento, e em particular àqueles que responderam ao nosso apelo e nos enviaram a sua fotografia para colar junto ao nome de autor.

Estamos a caminhar para o final de 2023, atravessámos um período muito difícil com o aparecimento e o controlo da covid, que obrigou ao isolamento de todos, mas agora parece que estaremos a recuperar o futuro – o paradigma está a mudar de novo, e isso leva-nos a encará-lo (ao futuro) com optimismo.

É por isso que a todos os níveis temos vindo a preparar novas propostas e a descobrir novos pólos de interesse, e desta forma a procurar, também, chegar a um maior número de sócios.

Não deve passar despercebido o interesse do Grupo Desportivo em procurar angariar mais sócios junto dos colaboradores do Banco BPI. É por essa razão que o Grupo mantém uma campanha de angariação que oferece ao novo sócio os primeiros seis meses de quotas (1,50 euros mensais).

Se é colaborador do Banco BPI, não é sócio e está a ler este *Associativo*, procure conhecer as vantagens de ser sócio do Grupo Desportivo, fale connosco por exemplo pelo telemóvel 92 578 47 18 no Sul e 91 320 99 95 no Norte e aceda a «Quero ser Sócio» na nossa página em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31> preencha o formulário, submeta-o e já está a beneficiar.

Mas se é sócio (o que é o mais provável, porque só enviamos a revista aos sócios) e nos apresentar um colaborador do Banco BPI que quer ser sócio, também vamos ter uma prenda para si, um desconto de 9 euros (por cada colaborador) numa próxima iniciativa ou outra oferta de valor similar à sua escolha.

A Primavera está aí, embora pareça não saber muito bem o que fazer, e o período de férias não tarda. O próximo *Associativo* vai chegar a sua casa nos primeiros dias de Agosto, e nessa altura a *app* do Grupo Desportivo já deve andar por aí.

Entretanto desejo-lhe umas excelentes férias.

Até lá aceite o meu abraço de amizade.



Como sabemos que nem sempre é fácil deslocar-se à farmácia, a Farmácia Internacional leva até si todos os medicamentos e produtos de saúde que necessita.

De segunda a sexta-feira, um colaborador da farmácia entrega o seu pedido num prazo máximo de 12 horas, com a mesma qualidade, profissionalismo e simpatia de sempre.

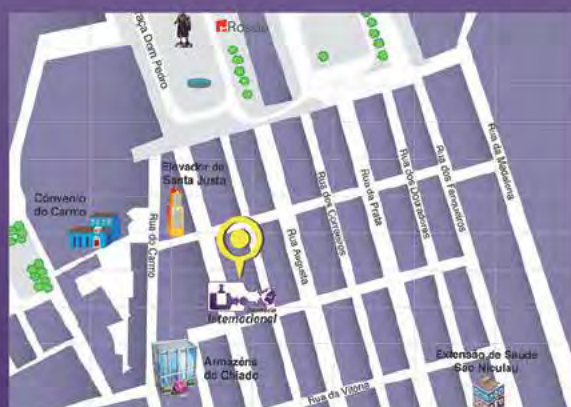
Entregas gratuitas na região de Lisboa.

Faça o seu pedido por telefone, fax, email, ou através do nosso site
www.farmaciaiinternacional.pt

DIREÇÃO TÉCNICA

Dra. Eunice Maria Marques da Cruz

Consulte as condições que oferecemos aos sócios do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI em www.gdbpi.pt



FARMÁCIA INTERNACIONAL
Rua do Ouro, n.º 228-230
1100-065 Lisboa

T 213 241 360
F 213 241 369

farminternacional@yahoo.com

HORÁRIO

De 2ª a 6ª, das 8:30 às 20:00
Sábados e Domingos das 10:00 às 19:00

www.farmaciaiinternacional.pt

Adira ao Cartão **Solred** Frota e beneficie de ainda **mais vantagens**



- Crédito médio de 30 dias, sem qualquer custo
- Acesso à maior rede Ibérica - cerca de 4.000 Estações de Serviço, contando com mais de **500 em Portugal**
- Cartão isento de anuidade

Portugal Continental:

- Desconto de **15 cênt./litro**, nos combustíveis aditivados Repsol **Neotech**
- Desconto de **13 cênt./litro**, nos combustíveis **simples** Repsol
- Desconto de **10 cênt./litro**, nos produtos **Autogás** e **AdBlue** Repsol (em bomba)

Madeira:

- Desconto de **9 cênt./litro**, nos combustíveis aditivados Repsol **Neotech**
- Desconto de **7 cênt./litro**, nos combustíveis **simples** Repsol

Açores:

- Desconto de **7 cênt./litro**, nos combustíveis **simples** Repsol

Espanha:

- Desconto de **1,2 cênt./litro**, nos combustíveis Repsol



Produtos de qualidade – aditivos incorporados que garantem melhor *performance* das viaturas



Crédito na lavagem e em aquisição de lubrificantes em qualquer Estação de Serviço Repsol aderente



Acesso 24 horas por dia, ao terminal exterior nas Estações de Serviço Repsol



Pagamento de portagens (comissão de 3% + IVA), com possibilidade de associação à Via Verde.



Linha de atendimento 24 horas, no caso de roubo ou extravio de cartão ligue 213 119 107



Agora até
15
cênt./l

Estas condições não são acumuláveis com eventuais promoções nas Estações de Serviço. Nas transações prevalecerá o desconto maior pois aplicaremos a regra "the best off".

O valor das despesas efetuadas com o Cartão Solred Frota 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 o formulário disponível no nosso site em "quero ser sócio".



Vantagens
de ser sócio.

