

associativo

REVISTA DO GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL DOS EMPREGADOS DO BANCO BPI



[n.º 81 | Novembro
Janeiro
2025 | Trimestral | Distribuição
Gratuita | www.gdbpi.pt]

GRUPO DESPORTIVO



p. 40
Calendário de Viagens
para 2025

p. 15
Lista das prendas
de Natal 2024

p. 16
O circo de Natal
do Banco BPI

p. 22
Réveillon em Faro

p. 29
Vedição do Curso
Prático de Cozinha

Multienergia Repsol, múltiplas vantagens para si

Descubra tudo o que tem a ganhar ao aderir aos cartões Solred e Mobilidade elétrica.

Vantagens Cartão Solred para associados

-  **Ganhe acesso à maior rede ibérica.**
Cerca de 4.000 estações de serviço - 500 em Portugal.
-  **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./Litro



Vantagens Cartão Repsol Mobilidade Elétrica para associados

-  **Energia 100% renovável.**
-  **Cartão Repsol Mobilidade Elétrica pode ser utilizado em todos os pontos de carregamento de Portugal Continental e Ilhas, da rede Mobi.E.**
-  **Linha de atendimento gratuita, através do 800 226 624. Email de contacto: crc.mobilidade.eletrica.pt@repsol.com**



consulte condições aqui



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 a sua ficha de sócio, disponível no nosso site, em impressos.

[editorial]

O Grupo Desportivo e a revista *Associativo*

Não quero deixar de salientar que a revista *Associativo* foi pensada para um universo de mais ou menos trinta e três mil pessoas, tantas as que estimávamos constituíssem os agregados familiares dos cerca de onze mil sócios que constituíam o Grupo Desportivo, à data.



OSVALDO SILVA

[DIRECTOR]

> Há alguns anos (em Junho de 2004), o Grupo Desportivo decidiu lançar uma informação escrita, trimestral, que levasse até casa dos seus Associados e familiares as actividades, as iniciativas, e também o *feedback* daquelas. A revista tinha (ainda hoje tem) como objectivo principal, produzir uma informação isenta, rigorosa e objectiva que garantisse o respeito pelos sócios do Grupo Desportivo. Também nesse tempo (e ainda hoje) o *Associativo* se assumia (tal como o Grupo Desportivo) independente de quaisquer doutrinas ou ideologias, de partidos, associações políticas, patronais, sindicais e profissionais, respondendo apenas perante os Órgãos Sociais do Grupo Desportivo.

Vinte anos depois o *Associativo* tem cumprido o objectivo traçado e levado até a casa de cada um dos sócios, de todos os sócios, a informação do que fizemos e do que nos propomos fazer. A isto chama-se respeito pelo sócio. Ao longo dos anos fomos percebendo que o *Associativo* se foi transformando num meio de conhecimento geral das nossas actividades, indispensável para muitos na gestão da sua relação com o Grupo, para outros nem tanto, mais rendidos ao digital que por aí tem crescido a alta velocidade e também o conhecimento duma minoria residual para a qual o *Associativo* era dispensável. A todos adequámos a sua vontade.

De 2004 até hoje assistimos – e o Grupo Desportivo não é cego –, a

uma avalanche na evolução do digital sem paralelo e hoje já todos falamos na inevitabilidade da utilização da inteligência artificial como forma de resolver todos (ou alguns) dos males da humanidade. Há alguns anos – quem se lembra sabe que sim –, os alunos da escola primária, como forma de desenvolvimento cognitivo, levavam para casa os TPC – que incluíam redações, que hoje podem ser pedidas à IA, que lhes oferece um produto final capaz. É só ajustar o pedido.

Não que o Grupo ou o *Associativo* tenham algo contra o aumento da tecnologia nas nossas vidas, antes pelo contrário. Num passado muito recente questionámos os nossos sócios quanto à sua preferência pelo papel ou digital, exactamente porque a escalada do digital só é comparável com a dos custos do papel, o que nos leva a equacionar estes também de forma mais agressiva. Hoje e graças à tecnologia temos cada vez melhores condições para pôr à sua disposição em sua casa o *Associativo*, com qualidade, se for essa a sua opção. Mas não queremos que se sinta obrigado a nada.

Não quero deixar de salientar que a revista *Associativo* foi pensada para um universo de mais ou menos trinta e três mil pessoas, tantas as que estimávamos constituíssem os agregados familiares dos cerca de onze mil sócios que constituíam o Grupo, à data.

Hoje estamos a trabalhar na edição

número 81 do *Associativo* (na verdade a edição n.º 82, porque a primeira foi a número zero, apresentada com pompa e circunstância no Casino Estoril), que por razões diversas vai chegar um bocadinho atrasado a sua casa, pelo que desde já lhe peço (pedimos) desculpa.

Vai ter mais uma vez à sua disposição as iniciativas para os próximos três meses: a Festa de Natal do Banco BPI que o Grupo Desportivo organiza, informação sobre as prendas a distribuir pelos filhos(as) dos colaboradores do Banco BPI, informação sobre o circo, como pedir e receber os ingressos, o Calendário de Viagens para 2025, ainda que incompleto, e uma “carrada” de informação útil, se escolher abrir e consultar a sua revista *Associativo*, como sejam o Turismo Rural ou as viagens City Breaks, ou ainda os nossos parceiros: a Repsol, a Remax ou a Farmácia Internacional.

O Natal já vai mexendo, e o Fim do Ano também. Aproveite as nossas propostas e passe o ano na companhia do Grupo Desportivo.

Para si desejo, em meu nome e também no do Grupo Desportivo, um Feliz Natal e um próspero Ano Novo... e que este possa ser o ano da concretização dos seus objectivos.

Participe na vida do Grupo Desportivo. Leia o *Associativo*.

E por favor aceite o meu abraço de amizade.

Até sempre!

ÍNDICE

EDITORIAL

03

CALENDÁRIO

05

VIDA ASSOCIATIVA

06

- 06 Assembleia Geral Ordinária
Orçamento e Plano
de Actividades para 2025
- 07 Cortejo de São Bartolomeu
- 07 O Encontro dos Reformados
em Budapeste e Viena
- 08 Crónicas da visita guiada
ao Castelo de Almourol
- 09 Picos da Europa
- 10 Via Mariana
– Crónica da 13.ª etapa
- 11 Via Mariana
– Crónica da 14.ª etapa
- 12 Via Mariana
– Crónica da 15.ª etapa
- 13 Via Mariana
– Crónica da 16.ª etapa
- 14 Crónica da Viagem
à Baviera e Áustria
- 15 Lista das prendas de Natal 2024
- 16 O circo de Natal do Banco BPI
- 18 Entrega das prendas de Natal
- 20 Gastronamias – Sim, são manias.
- 22 *Réveillon* em Faro
- 23 Vinhos de garrafeira
para celebrar de toda a maneira.

CULTURA

26

- 26 XX Aniversário do Orfeão
Portuscale
- 26 O Coro do Grupo Desportivo
- 27 Curso de Cozinha de Outono
- 28 Workshop Presentes de Natal
- 28 Workshop Menu de Gala –
Especial Passagem de Ano

- 29 V edição do Curso Prático
de Cozinha
- 30 Museu do Benfica
- 31 Workshop de Brunch
- 32 A Casa da Ásia
- 33 Hospital de São José
– Antigo Colégio de Santo Antão
- 34 Em Cartaz

DESPORTO

35

- 35 Meia-Maratona do Porto
- 36 IX Edição da Corrida do Porto
de Leixões
- 36 A nova época do basquetebol
já anda por aí
- 37 Fome de bola!
- 37 Campeonato Interno Regional
Sul de Pesca Desportiva de Mar
- 38 Campeonato Interbancário
de Pesca Desportiva de Mar
- 38 XLVI Campeonato Interbancário
de Pesca Desportiva de Rio
- 39 II Torneio Interno de Ténis
de Mesa 2024

FÉRIAS E VIAGENS

40

- 40 Calendário de Viagens
para 2025
- 41 Viagens *City Breaks*
- 45 Turismo rural

CONTACTOS

49

A FECHAR

50

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
- > NOVENBRO
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:
 Adelina Azevedo, Ana Lourenço,
 António Cardoso, António Costa,
 António Vale (fotografia), Carlos Galvão,
 Direcção Nacional, Fátima Pereira,
 Fátima, Elvira e Madalena,
 Francisco Barata, Gonçalo Caldas,
 José Baptista, José Caldas, José Duarte,
 José Eugénio Vieira, Laura Pinto,
 Manuel Correia, Manuel Gonçalves,
 Marcos Leonardo, Margarida Catarino,
 Maria do Carmo, Norberto e Paula,
 Os Pedros, Osvaldo Silva, Pedro Ferreira,
 Pedro Pinheiro, Pedro Ribeiro,
 Pilar Batoréu, Regina Faria, Rui Simplício,
 Teresa Assunção, Teresa Camelo

Imagem da Capa: Calendário de Viagens para 2025

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: 5 000 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



Os descontos no combustível são de até 15 cêntimos, e agora também pode ter o Cartão Repsol Mobilidade Eléctrica

Consulte o verso da capa desta revista ou saiba mais em: <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=53&parentid=5&detalheid=7580>



Se quer vender, arrendar ou comprar um imóvel em qualquer lugar do País, consulte o Tiago Lopes, da Remax, e ganhe até 3500 euros ou mais. Consulte o verso da contra capa desta revista ou vá a <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=53&parentid=5&detalheid=7875>



Se quer vacinar-se contra a gripe e a covid-19, então agende na Farmácia Internacional e aproveite as vantagens que a parceria com o Grupo Desportivo lhe oferece. Saiba mais na contracapa desta revista ou em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=54&parentid=5&detalheid=18084>



Vinhos medalhados. Segredos bem guardados – consulte a nossa proposta para este trimestre de Novembro a Janeiro, nas páginas de 23 a 25 ou vá a <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=45&parentid=41&detalheid=18087>

Vá ao teatro com a sua família. Aproveite as sugestões e as vantagens que o Grupo Desportivo lhe oferece. Consulte a página 34 desta revista.

Iniciativas:

> **Novembro**

01 a 30 – Gastromanias – Cozido à portuguesa

01 – Último dia para se inscrever no Curso de Cozinha de Outono

06 – Curso de Cozinha de Outono

11 – Último dia para se inscrever para Alentejo, Vila de Frades, Vinho da Talha

13 – Último dia para se inscrever no Workshop Presentes de Natal

15 – Último dia para se inscrever para Convento da Penha Longa – visita guiada

16 – Workshop Presentes de Natal

16 – S. Martinho em Os Severianos

17 – Concerto do Coro no Convento dos Cardaes em Lisboa

18 – Último dia para se inscrever no II Torneio Interno de Ténis de Mesa 2024

20 – Assembleia Geral Ordinária – Orçamento e Plano de Actividades para 2025

23 – Alentejo, Vila de Frades, Vinho da Talha

23 – Convento da Penha Longa – visita guiada

23 – II torneio Interno de Ténis de Mesa 2024

27 – Último dia para solicitar bilhetes para o Circo Cardinali em Lisboa

> **Dezembro**

01 a 31 – Gastromanias – Cozido à portuguesa

02 – Último dia para solicitar bilhetes para o Circo no Coliseu do Porto

04 – Último dia para se inscrever para o Workshop Especial Passagem de Ano

07 – Workshop Especial Passagem de Ano

07 – Circo Cardinali em Lisboa, no Passeio Ribeirinho de Alégés

09 – Último dia para se inscrever para o Museu do Benfica – visita guiada

09 a 13 – Levantamento das prendas de Natal

14 – Museu do Benfica – visita guiada

14 – Circo no Coliseu do Porto

15 – Último dia para se inscrever para o *réveillon* em Faro.

16 e 17 – Dias para efectuar eventuais trocas de brinquedos

30 a 1 de Janeiro – *Réveillon* em Faro

> **Janeiro**

01 a 31 – Gastromanias – Cozido à portuguesa

03 – Último dia para se inscrever na V Edição do Curso Prático de Cozinha

08 – V Edição do Curso Prático de Cozinha

13 – Último dia para se inscrever para A Casa da Ásia – visita guiada

15 – Último dia para se inscrever no Workshop de Brunch

18 – Workshop de Brunch

18 – A Casa da Ásia – visita guiada

> **Fevereiro**

10 – Último dia para se inscrever para o Hospital de S. José – Antigo Colégio de Santo Antão – visita guiada

15 – Hospital de S. José – Antigo Colégio de Santo Antão – visita guiada

Convocatória

Assembleia Geral Ordinária Orçamento e Plano de Actividades para 2025

Nos termos da alínea b) do n.º 1 do artigo 15.º dos Estatutos, convocam-se os sócios do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI para uma Assembleia Geral Ordinária a realizar na sede do Grupo Desportivo, sita na Rua de Pedro Hispano, 201, na cidade do Porto, pelas 17.30 horas do dia 20 de Novembro de 2024, com a seguinte

Ordem de Trabalhos

1. Discutir e deliberar sobre o Orçamento e Plano de Actividades para o ano de 2025;
2. Outros assuntos de interesse geral.

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

Porto, 1 de Setembro de 2024

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral



(Maria do Carmo Máximo Esteves Couto)

Nota: Os elementos a discutir na Assembleia Geral – Orçamento e Plano de Actividades para 2025 – encontram-se à disposição dos sócios, para consulta, nas instalações do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI sitas na Rua de Pedro Hispano, 201, no Porto, e na Rua do Almirante Barroso, 32-r/c, em Lisboa.

Cortejo de São Bartolomeu

Uma tradição centenária. O Grupo Desportivo participou no cortejo de São Bartolomeu da Foz do Douro, conhecido como o desfile do traje de papel.

Por Gonçalo Caldas

> Este evento, que já faz parte da tradição da Foz do Douro, destaca-se pela criatividade e pela dedicação na criação de trajes feitos exclusivamente de papel. A participação do Grupo Desportivo foi marcada pelo entusiasmo e pelo empenho em manter viva esta manifestação cultural.

Neste ano, o desfile teve uma importância adicional, pois marca a candidatura do cortejo a Património Imaterial da Unesco. Esta edição foi uma oportunidade para mostrar a riqueza desta tradição, e a pre-



sença do Grupo Desportivo reforçou a união entre a cultura e a comunidade.

Ver os figurantes do Grupo Desportivo a desfilar com os seus trajes elaborados foi motivo de orgulho, mostrando que o desporto também pode ser uma forma de promover e preservar a nossa herança.

A participação do Grupo Desportivo faz parte de um esforço maior para valorizar e proteger este emblemático cortejo que, ano após ano, continua a colorir a marginal da Foz do Douro.



O Encontro dos Reformados em Budapeste e Viena



Em Budapeste com a guia Piroska e em Viena com o guia Pablo, historiador, professor e músico. E também cantámos os parabéns a uma aniversariante.

Por Rui Simplicio

> Encontro de Reformados – uma viagem excelente com a visita de duas capitais com tanta beleza, desta vez pelo Império Austro-Húngaro. De visita em visita por palácios e igrejas, a Basílica, o mercado local, o bairro judeu, o passeio fantástico nocturno no Danúbio com jantar, o Parlamento, edifício lindo, sempre com as descrições



em português pela nossa guia Piroska, despedida e o destino é Viena de Áustria.

Em Viena com o guia Pablo (historiador, professor, músico) também em português, com uma maneira muito própria de explicar quase tudo sobre Viena, visita panorâmica sobre a cidade com 23 bairros, Palácio Belvedere com os lindos jardins, a beleza do centro histórico, adorei a definição do “Xico Zé”, final com a maravilhosa visita ao Palácio de Schönbrunn e o maravilhoso jardim.

Grupo de 40 pessoas, colegas e familiares (desde a mais jovem, com 29, até aos 90 anos), foi espectacular, e também cantámos os parabéns a uma aniversariante.





Crónicas da visita guiada ao Castelo de Almourol

À segunda foi de vez, e com a participação dos nossos queridos associados, aqui ficam as crónicas, sobre a visita guiada ao Castelo de Almourol.



> Erguido num afloramento de granito, o Castelo de Almourol recebeu mais uma vez nos seus braços um grupo irrequieto de sócios do Grupo Desportivo do BPI, e mais uma vez foi conquistado.

Seguimos para a terra que outrora se chamou Punhete e graças a um amor improvável passou a chamar-se Constância, os nomes mais representativos da escultura contemporânea portuguesa. Constância fervilhava de actividade devido a uma prova de atletismo a decorrer, o que nos impediu de visitar a zona ribeirinha, o jardim, a praia, e Eça de Queirós, que ali descansa sentado.

O majestoso jardim à beira-Tejo, em Vila Nova da Barquinha, foi palco de brincadeiras deste alegre grupo que se divertiu muito no Baloço em Cruz, uma das 11 peças elaboradas pelos nomes mais representativos da escultura contemporânea portuguesa alocados neste bellissimo jardim.

Foi um dia cheio, e o bellissimo almoço no restaurante Almourol deu-nos a energia para todas estas aventuras.

Aguardamos com boa expectativa os próximos eventos.

Por Regina Faria

Fantástico passeio em boa companhia. Mais uma vez a aventura não foi esquecida – se não se avaria a camioneta, avaria-se o barco. Almourol é mesmo assim. Mas tudo se resolve, haja alegria e boa-disposição. Obrigada, Grupo Desportivo.

Por Teresa Assunção



Como sempre, excelente visita, ótima companhia, bom tempo. É sempre bom conhecer/revisitar lugares bonitos. Um agradecimento especial à Fatinha. Beijinhos e até à próxima.

Por Teresa Camelo



Correu tudo bem. Bom passeio, bom almoço, boa confraternização. Em resumo, um dia bem passado sob o “comando” da nossa “chefe” Fátima. Abraços para todos e até à próxima.

Por José Batista



Mais uma excelente experiência proporcionada pelo Grupo Desportivo, muito bem organizada e na companhia do professor Miguel, de grande valia como sempre. Um grande bem-haja, e venha a próxima...

Por Margarida Catarino

Caros Colegas. Foi fantástica a visita e, mais uma vez, foi bom o convívio e recordar velhos tempos... Não conhecia o castelo por dentro e foi maravilhoso, tal como o almoço que foi fantástico e estava uma delícia e servido por gente muito simpática... Obrigado. Até breve....

Por Manuel Gonçalves



Picos da Europa

Convívio anual de Reformados. Em 2003, a Unesco considerou Reserva de Biosfera o valor natural dos Picos da Europa. Passeio excelente, pessoas simpáticas e colaborantes, e, por fim, boa gastronomia.

Por António Costa



➤ Iniciámos o passeio pela pequena cidade de Cangas de Onis, repleta de hotéis e pequenas lojas que vendem produtos regionais, muito apreciados pelos visitantes.

Entre outras antiguidades, merece especial referência a ponte romana de origem medieval, com a Cruz da Vitória pendente sobre as águas do rio Sella.

Como a viagem foi longa e desgastante, após o jantar recolhemos aos quartos para um merecido descanso.

No dia seguinte rumámos a Covadonga. Aí chegados, iniciámos a subida para os Picos da Europa. Claro que tivemos a ajuda das carrinhas-táxis. O percurso era longo e penoso. No topo encontrámos os lagos de La Ercina e Enol. Daqui partem os diversos trilhos destinados aos cami-

nheiros com boa preparação física. Ainda pensámos em percorrer um trilho que nos levaria a uma altitude de 2596m. "Após reunião polémica" decidimos pelo bom senso: não realizar a subida.

Seguidamente fomos visitar a Basílica de Santa Maria La Real de Covadonga, realmente majestosa tanto no exterior como no interior. Continuámos para a gruta que abriga a imagem da Virgem, popularmente chamada La Santina.

Após o almoço fomos de abalada até à localidade de Ribadesella, com alguns pontos turísticos interessantes. Realçamos o Miradouro da Ermida da Guia, com vista para o mar Cantábrico. Claro que a visita foi efectuada apenas por alguns, já que o percurso era longo e penoso. Outros optaram pela visita à parte histórica da cidade, e os restantes, por um passeio pela marginal.

Já bastante cansados, regressámos ao hotel.

No terceiro dia, através do desfiladeiro da Ermida chegámos a Fuente Dé, localizada em pleno coração dos Picos da Europa. Aí se situa uma das maiores atracções locais, o Teleférico da Fuente Dé, que nos levaria ao Miradouro del Cable a uma altitude de 1823 metros acima do nível do mar...

Caro sócio e amigo, pode aceder à versão completa desta crónica no seguinte endereço:



Via Mariana – Crónica da 13.ª etapa

Padrón – Santiago de Compostela. A etapa prometia. O ponto de chegada seria Santiago de Compostela e começaria no Dragão, que numa outra perspectiva tem, pelo menos para alguns, um simbolismo de resiliência, que sempre faz parte das nossas caminhadas.

Por Laura Pinto

> Habitados a etapas a cada duas semanas, os caminheiros esperaram apenas uma semana por esta nova etapa, que já sabíamos contar com um grupo mais alargado.

Assim que os restantes caminheiros se juntaram em Sete Bicas, lá partimos num autocarro maior, mas com a alegria e a animação de sempre. Fizemos a paragem obrigatória em Valença para o pequeno-almoço, e, em seguida, a habitual crónica da etapa anterior. Foi uma crónica muito animada à qual se juntou o que podemos considerar ter sido o hino da restante jornada, vocês sabem... «Lá, lá, lá, lá...» E foi assim que a actividade continuou no autocarro enquanto nos dirigíamos a Padrón para iniciar a nossa etapa. Não esquecendo, claro, que circularam pelo autocarro iguarias de vários tipos, desde Mickeys e Minnies, dados pela Cristina, às iguarias para celebrar o Dia do Pai, amavelmente oferecidas pelo César e pela Lurdes.

Chegados a Padrón, tirámos a foto da praxe, tratámos dos carimbos e iniciámos a nossa bela caminhada. Encontrando Santiago Apóstolo, alguns alinharam na tradição e lá atiraram uma moeda, manifestando um desejo. Podemos dizer que

correu bem para a maioria, mas a nossa Belinha conseguiu um feito extraordinário, fazendo a sua moeda bater no tecto e no chão. Temos a certeza de que, como os nossos desejos se vão concretizar, o da Belinha também vai, talvez de uma forma mais original, como o percurso da sua moeda, mas vai porque estamos todos com ela.

E lá fomos nós nesta Semana Santa Padronesa, alternando entre asfalto, calçadas e casario, mas nesta etapa, contrariamente às anteriores, encontrando outros grupos de caminheiros e ciclistas, desta vez seguindo as setas amarelas. Com o vento como companhia, caminhamos lado a lado com a linha férrea, passando pela taberna A Rianxeira para o café da praxe. Um pouco mais à frente, junto à Igreja da Escravidão, fizemos a nossa paragem técnica, a que sempre nos referimos como a paragem da banana.

Ainda nos faltavam cerca de 18 km e lá seguimos caminho passando por Angueira de Suso, a que alguém adicionou um M, passando a localidade a chamar-se “Mangueira” de Suso. Claro está que logo desenvolvemos a teoria de que, com toda a certeza, teria sido um português a cometer tal façanha... <

Caro sócio e amigo, pode aceder à versão completa desta crónica no seguinte endereço:



Via Mariana – Crónica da 14.ª etapa

Santiago de Compostela / Negreira. Depois de uma pequena experiência na caminhada de Fátima, da qual ficaram excelentes memórias de partilha e vivência social com o grupo, estas três jovens amigas da Marta (Fátima, Elvira e Madalena), arriscaram...

Por Fátima, Elvira e Madalena



➤ Depois de uma pequena experiência na caminhada de Fátima, realizada no ano passado, da qual ficaram excelentes memórias de partilha e vivência social com o grupo, estas três jovens amigas da Marta (Fátima, Elvira e Madalena), arriscaram a façanha de participar nesta jornada, da chegada a Santiago de Compostela. Foi a 1.ª etapa dupla, rumo a Finisterra.

Após uma noite de descanso no Hotel Oca, em Santiago, repouso para uns e de copitos para outros, que ainda tiveram energia para uns quilómetros extra à noite, as caminhantes novatas que arriscaram integrar-se neste grupo fantástico, um pouco cansadas, com algum desgaste, nomeadamente a Madalena e a Fátima, com umas bolhas nos pés, mantinham o grande entusiasmo e a força para seguir a etapa de domingo, rumo a Negreira.

Embora nos assombrasse a dúvida de conseguir acompanhar esta gente, já habituada e treinada para estas andanças, com o sol envergonhado, seguimos em frente, imbuídas pela imensa boa-disposição que reina neste grupo, e arrancámos da Praça do Obradoiro.

Orientámos o trajecto pela desapareci-

da Porta do Peregrino, ou da Trindade, caminho abaixo, pela Costa do Cristo, e continuámos pela genuína Rua das Hortas, deixando à nossa esquerda a Igreja de San Fructuoso, onde se iria realizar uma missa com transmissão televisiva.

Seguimos pela Rua do Cruceiro do Gaio, Poza de Bar e chegámos à *carballeira* de San Lourenzo, floresta de robustos e inspiradores carvalhos centenários.

Os limites pelo oeste da propriedade do Paço de San Lourenzo conduzem-nos, caminho abaixo, até ao leito do rio Sarela, belo afluente do Sar. Nas suas margens, sobrevivem as ruínas do velho esplendor das fábricas de curtumes, pois em Santiago cresceu, até ao último terço do século XIX, uma próspera indústria de couro.

E foi por aqui que alguns caminhantes se perderam, tendo deixado o nosso presidente Caldas preocupado e a aguardar pelos mesmos.

Atingida a hora das 11.20h, fizemos a chamada pausa “da banana” para comer a mesma, e ainda existiu a partilha de uns docinhos de canela. Continuámos viagem, ainda sem os caminhantes perdidos... <

**Caro sócio e amigo,
pode aceder à
versão completa
desta crónica no
seguinte endereço:**



Via Mariana – Crónica da 15.ª etapa

Negreira / Brandomil.
Sábado, dia 6 de
Abril, pelas 6.40h,
na companhia habitual
da Célia, chegámos
ao Estádio ao Dragão,
onde iríamos iniciar
a viagem que nos levaria
à 15.ª etapa.

Por Adelina Azevedo



> De um autocarro, alguém pareceu acenar, mas ignorámos, por não se tratar do autocarro que esperávamos, e seguimos até à estação de metro. Eis quando aparece a Rosinha a avisar que afinal o autocarro já estava à nossa espera, exactamente aquele que acabáramos de ignorar.

A nossa viagem teve a primeira paragem nas Sete Bicas para recolher os restantes caminheiros, e a segunda, em Valença para o pequeno-almoço.

Pelo caminho leu-se a crónica, e a Rosinha presenteou-nos com umas deliciosas tangerinas.

Chegados a Negreira, local de início de etapa, foi tirada a habitual foto de grupo, como manda a praxe. Pusemos os pés ao caminho, junto ao café-bar Carreira e procurámos o início do trilho que nos levaria até Brandomil, junto à ponte romana.

Calcorreámos as ruas de Negreira até encontrarmos o cruzamento que nos indicou o caminho mariano em direcção a Zas.

Esta etapa seria uma combinação de dois caminhos: via Mariana e caminho Arriero. Passámos para caminho de terra e fomos alternando, entre terra e asfalto, até chegar a Seoane, passando a igreja de San Xoán de Barcala, que não foi possível visitar por estar prevista a realização de um baptizado.

Continuámos a etapa até à paragem técnica, no meio do arvoredado, para a “hora da banana”, para uns, e “hora da maçã”, para outros – uma salada de fruta!

O primeiro grupo a abalar seguiu a via Mariana, em vez do caminho Arriero, mas a nossa Célia, sempre atenta, deu o alerta de desvio da rota. A Eunice estabeleceu a ligação com o Caldas e levou-nos de volta ao trilho certo, onde nos esperava o Cardoso, que, de repente, passou de último a líder. Juntámo-nos à nossa *team leader* e aos restantes elementos. O caminho, entre Corneira e Vilariño, apresentava-se bordejado de belos e encantadores campos floridos de cor amarela.

Na passagem por Corneira a chuva ameaçou e eis que a providência divina, ou o mero acaso, nos pôs no caminho uma paragem de autocarro para nos servir de abrigo. Mas havia alguém com vontade de estrear um poncho novinho em folha... e assim nos equipámos para a chuva e rumámos até Vilariño, debaixo de chuva e vento intensos.

Chegados a Vilariño, onde nos esperava a pausa de almoço, só queríamos um café quentinho e acolhedor, mas o que encontramos foi um palheiro, qual presépio de Belém. Toca a improvisar: uns sentados na palha; outros, em baldes, e alguns em pé, para comer o farnel, abrigados da chuva e do vento...

Caro sócio e amigo,
pode aceder à
versão completa
desta crónica no
seguinte endereço:



Via Mariana – Crónica da 16.^a etapa

Brandomil – Vimianzo. Nas pitorescas terras da Galiza, onde o verde das colinas se encontra com o azul do rio Xallas, existe um caminho que nos leva a explorar a história e a natureza...

Por Os Pedros

Caro sócio e amigo, pode aceder à versão completa desta crónica no seguinte endereço:



> Depois de uma noite descansada e tranquila no Hotel La Marina, em Cee, na Coruña, após a estafante etapa 15, começámos esta etapa com a tradicional foto da praxe ao som do «Lá, lá, lá, lá» na Ponte de Brandomil, um testemunho silencioso dos tempos antigos. A boa-disposição predomina e torna-se contagiante aos restantes caminhantes.

A Ponte de Brandomil é uma estrutura de pedra que atravessa o rio Xallas. Dizem que aqui, no passado, se cruzavam importantes vias romanas que conectavam o norte da Galiza às áreas costeiras de Finisterra e outras regiões do Sul. A conhecida Per Loca Marítima (Via XX) provavelmente passava por aqui.

Além disso, escavações recentes revelaram os vestígios de uma antiga vila romana, de considerável tamanho, sob as ruas de Brandomil. Alguns arqueólogos acreditam que esta área abrigava a histórica cidade romana de Grandimiro, também conhecida como Claudomerius, parte do itinerário de IV de Antonino.

Ainda antes de iniciarmos propriamente a etapa, a sempre bem-disposta Isabel, mais conhecida por “Belinha”, aborda os caminhantes para relatar uma história hilariante, não dos tempos antigos, mas, sim, algo bem contemporâneo.

A caminhante apercebe-se da falta do seu cartão multibanco, logo pela manhã, ainda no hotel, e activa toda uma busca incessante à procura do mesmo! Inclusive solicitou o acesso às câmaras de vigilância do hotel onde pernoitámos.

Sem resultado aparente, Isabel decide ligar para a instituição bancária para cancelar o respectivo cartão!

Na linha de apoio, atende uma senhora, que entre muitas perguntas pergunta o número do cartão!!!!, cartão esse que estava desaparecido!!! Decorrido o vasto questionário de formalização, no preciso momento em que a Sra. do banco informa que o cartão está cancelado, a Belinha encontra o alegado cartão perdido, numa pequena bolsa da sua mochila. Não querendo ser má-língua, aquela cerveja antes do jantar deveria ter uma percentagem de álcool acima da média.

Com a boa-disposição no auge, a energia reposta depois de um pequeno-almoço galego, partimos da Ponte de Brandomil e seguimos o curso do rio Xallas. O cenário é de tirar o fôlego, com colinas verdes e águas cristalinas. O caminho leva-nos através de bosques sombreados e campos abertos, onde o canto dos pássaros nos acompanha.

Após uma caminhada tranquila, contudo, impregnada de um cheiro muito característico, chegámos a São Pedro de Brandomil concelho de Vimianzo. Esta pequena aldeia é um refúgio de paz e simplicidade. As suas casas de pedra, com telhados de ardósia, parecem ter saído de um conto de fadas. A etapa termina na igreja da aldeia, onde uma vez mais o nosso autocarro nos esperava.

Durante a viagem de retorno, constou na cozinha da camioneta que a chamada “esfoliação interna”, causada pelo intenso cheiro das fezes das vacas que nos acompanhou durante toda a etapa, ainda estava muito presente no calçado das caminhantes.

Agradecemos a todos o acolhimento sempre caloroso, especialmente aos líderes, na pessoa da Rosa.





Crónica da Viagem à Baviera e à Áustria

De 31 de Agosto a 7 de Setembro. Lisboa / Porto / Munique / Fussen / Tirol Austríaco / Innsbruck / Rattenberg / Salzburgo / Viena / Lisboa ou Porto

Por Norberto e Paula

Caro sócio e amigo, pode aceder à versão completa desta crónica no seguinte endereço:



> Dia 1 (sábado) – 31/08/2024 Lisboa ou Porto / Munique

Chegada do Grupo de Lisboa a Munique cerca das 10.15h, e 15 minutos depois o Grupo do Porto.

Recolha de bagagens, contacto com a nossa guia, entrada em autocarro para uma viagem relativamente curta percorrendo algumas artérias da cidade, e chegada ao Restaurante Wirtshaus-Rechthaler-Hof, para o primeiro almoço (uma bela salsichada). Restaurante/cevejeria típica alemã e localizada junto à estação central de comboios de Munique.

Após o almoço, visita panorâmica pela cidade, com destaque para paragens em:

– BMW Museum, onde, no Grande Hall, foi possível visitar a exposição de motos clássicas e a zona de promoção/vendas das novas viaturas da BMW, e o jardim do Palácio de Nymphenburg.

A visita panorâmica terminou na Marienplatz, com tempo livre para desfrutar de toda a zona envolvente (Câmara Municipal, Catedral, etc.)

Seguiu-se o jantar também em cevejeria típica e o alojamento no Fering Park Hotel.

Munique é a capital do estado alemão da Baviera, no Sudeste do país. Conta actualmente com cerca de 1,3 milhão de habitantes (sensos de 2012), enquanto a sua região metropolitana, que engloba diversas cidades próximas a Munique, abriga mais de 2,6 milhões de pessoas.

Munique é, assim, a cidade mais populosa da Baviera e do Sul da Alemanha, e a terceira cidade mais populosa do país, depois da capital, Berlim, e de Hamburgo. A Munique moderna é um importante e desenvolvido centro financeiro, urbano, logístico, cultural e político da Alemanha e da Europa continental. É sede de diversas empresas de renome mundial, incluindo a automobilística BMW.

Entre 2011 e 2012, Munique foi posicionada na 4.ª posição entre as «Cidade mais Habitáveis do Mundo», segundo estudos da consultoria internacional Mercer.

Dia 2 (domingo) – 1/9/2024 – Alemanha / Áustria

Após o pequeno-almoço, saída rumo à Áustria, com paragem para visita ao Castelo de Neuschwanstein, castelo com um enquadramento numa paisagem fantástica sobre a vila de Schwangau e o lago Alpsee.

Algumas notas sobre este castelo:

O Castelo de Neuschwanstein é um palácio construído na segunda metade do século XIX, perto das cidades de Schwangau e Füssen, no Sudoeste da Baviera, a escassas dezenas de quilómetros da fronteira com a Áustria.

Situado no cimo de um rochedo, foi mandado construir por Luís II da Baviera (filho do rei Maximiliano II) entre 1869 e 1886, inspirado na obra do seu amigo...



Lista das Prendas de Natal 2024

Por Direcção Nacional



00 F/M
Piano Dino



03 M
Giros Play pista de construção mochila 2 em 1



07 F/M
Adivinha o que imito



10 F/M
Coluna "G" branca com carregador *wireless* + mochila



01 F/M
Mochila Fisher Price + Smartphone Bebê



04 F/M
Globo pré-escolar



08 F
Creations super set – pulseiras de contas e letras



11 F/M
Coluna *bluetooth* de karaoke c/luzes e 2 microfones + minicoluna



02 F/M
Jogo de arte visual



05 F/M
Robot inteligente



08 M
Laboratório de mecânica



12 F/M
Smartwatch preto/branco + trolley



03 F
Mochila emergência médica



06 F/M
Lince mistério + livro



09 F/M
Fones e coluna 2 em 1



O circo de Natal do Banco BPI

O circo faz parte da Festa de Natal do Banco BPI. No dia do espectáculo faça-se acompanhar do seu cartão de colaborador do Grupo Caixa Bank em Portugal no activo ou reformado, ou, em alternativa, do cartão de sócio do Grupo Desportivo. Por favor, respeite o trabalho do Grupo Desportivo e evite situações constrangedoras.

Por Direcção Nacional



> O espectáculo de circo faz parte da Festa de Natal do Banco BPI, e vai realizar-se no Coliseu do Porto e no Circo Cardinali, em Lisboa. Quanto aos programas, sabemos que vamos poder contar com uma selecção de artistas que muito bem interpretam a tradição circense: trapezistas, acrobatas, palhaços e ilusionistas, malabaristas, funâmbulos e antipodistas, de referência internacional, de elevada qualidade.

Temos procurado corresponder à confiança da Exma. Administração do Banco

BPI produzindo um trabalho que proporcione a todos os colaboradores e familiares, no activo ou reformados, uma Festa de Natal com qualidade, mas descomplicada.

Para que a logística da Festa de Natal seja fluida e possamos disponibilizar os bilhetes pedidos, solicitamos a todos os colaboradores do Grupo Caixa Bank em Portugal que requisitem apenas os bilhetes indispensáveis ao seu agregado familiar, atempadamente, dentro do prazo que informamos.



Para pedir os bilhetes:



1.º – Todos os colaboradores do Grupo Caixa Bank em Portugal estão registados na plataforma informática do Grupo Desportivo; neste particular mesmo os que não são sócios possuem uma *password* que lhes permite aceder à sua área pessoal no endereço <https://secretaria.gdbpi.pt>.



2.º – Se não souber a *password* ou não estiver registado, então contacte a Secretaria do Grupo Desportivo e siga o procedimento que lhe for indicado para obter uma nova *password*.



3.º – A requisição de ingressos para o circo é feita exclusivamente através da plataforma do Grupo Desportivo, na área pessoal de cada colaborador, devendo ser preenchidos todos

os dados que são solicitados. Não há outra forma, e deve aproveitar para actualizar os seus dados, incluindo o código de correspondência, se ainda não o tiver feito.



4.º – Todos os colaboradores do Banco BPI no activo têm acesso à plataforma do Grupo Desportivo através da intranet do Banco BPI.



5.º – Todos os que não tiverem acesso à Internet devem contactar a Secretaria do Grupo Desportivo e autorizar o tratamento dos seus dados pessoais, conforme com o Regulamento-Geral de Protecção de Dados.



6.º – Os pedidos de ingressos devem ser efectuados até ao dia 27 de Novembro para o Circo Cardinali em Lisboa, e até ao dia 2 de Dezembro para

o circo no Coliseu do Porto. Após estas datas, é feita a sua distribuição.



7.º – Todos os colaboradores que tenham solicitado bilhetes para o circo em Lisboa vão receber uma carta certificada do Grupo Desportivo a validar o número de ingressos que lhes foram atribuídos, que deverá ser entregue na entrada, acompanhada da exibição do cartão de colaborador do Grupo Caixa Bank em Portugal, no activo ou reformado, ou, em alternativa, do cartão de sócio do Grupo Desportivo.



8.º – No dia do espectáculo faça-se acompanhar do seu cartão de colaborador do Grupo Caixa Bank em Portugal ou do Grupo Desportivo. Por favor, respeite o trabalho do Grupo Desportivo e evite situações constrangedoras.

DATA
7 de Dezembro
CIRCO
Circo Cardinali
LOCAL
Lisboa: Passeio Ribeirinho de Algés
1.ª SESSÃO 09.00h
2.ª SESSÃO 11.30h

DATA
14 de Dezembro
CIRCO
Coliseu
LOCAL
Porto:
Rua de Passos Manuel, 137
1.ª SESSÃO 10.00h
2.ª SESSÃO 14.00h

Entrega das prendas de Natal

O Grupo Desportivo tem a seu cargo a organização e a logística da Festa de Natal do Banco BPI. Por favor saiba onde, como e quando pode proceder ao levantamento das prendas, e fique ainda a saber quais as regras que deve seguir.

Por Direcção Nacional



> Entrega das prendas:



Como receber as prendas de Natal

Para que a entrega das prendas dos filhos dos colaboradores do Grupo Caixa Bank em Portugal com idades até 12 anos possa ser feita, deve registar ou assegurar-se de que o seu filho está registado na base de dados do Grupo Desportivo. Se não o fizer, não vamos estar a contar com a prenda para o seu filho. Se já o fez, salte o parágrafo seguinte.



Como registar o seu filho

Seja ou não sócio do Grupo Desportivo, deve registar o seu filho na nossa base de dados.

Os elementos necessários para o registo são os seguintes: número de sócio (número mecanográfico, quando não for sócio), data de nascimento (aaaa.mm.dd) e nome completo do filho. Em caso de dúvida, por favor, contacte a Secretaria do Grupo Desportivo, <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=50>.



Actualização do local de trabalho

Se mudou recentemente de local de trabalho, não se esqueça de comunicar essa alteração junto do Grupo Desportivo, para evitar que o brinquedo do seu filho seja enviado para um local que já não seja aquele em que agora se encontra, porque isso significa custos e trabalho acrescidos e desnecessários. Vamos enviar as prendas para o local de trabalho registado, pelo que os colaboradores do Banco BPI que estiverem em teletrabalho devem providenciar ao seu levantamento. Faça a actualização na sua área pessoal, ou, se não for sócio, contacte a Secretaria, <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=50>.





Fazer-se sócio do Grupo Desportivo

Se ainda não é sócio do Grupo Desportivo é porque provavelmente se esqueceu, ou até julgava que era, ou não tem tido tempo para o fazer, ou acha que não quer ser, mas saiba que, qualquer que seja a razão, está sempre a tempo de se inscrever e pode até aproveitar agora a oportunidade para o fazer. Verifique as vantagens. Estamos à sua espera.

Aceda a «Quero ser sócio», em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>, preencha o formulário, submeta-o, e pronto, já está!



Levantamento das prendas:



Regras de higiene e limpeza

Quem se dirigir ao Grupo Desportivo para proceder ao levantamento das prendas dos seus filhos, pode, se quiser, usar máscara, desinfecar as mãos num dos vários pontos disponíveis à entrada e dentro das instalações do Grupo Desportivo, manter o distanciamento recomendado, medir a temperatura corporal e desinfecar os sapatos no tapete que para o efeito existe à entrada das instalações. Sabemos que isso já não é obrigatório, e por isso deixamos ao seu critério e bom senso.



Sugestão

Sugerimos, como forma de evitar ajuntamentos e filas de espera, que cada serviço, parte de um serviço,

um grupo de pais, etc., faça uma relação dos pais cujos filhos recebem prenda e a envie por e-mail para o Grupo Desportivo, que, após reunir as prendas, devolverá o e-mail de modo que uma equipa reduzida as possa levantar, com rapidez e em segurança. Em anos anteriores esta facilidade de levantamento tem sido utilizada com muito sucesso.



Recomendação

Recomendamos a todos os colaboradores do Grupo Caixa Bank em Portugal que procedam ao levantamento das prendas a que os seus filhos têm direito dentro dos prazos indicados, porque após essa data não é possível garantir a existência da prenda adequada.

Nos dias 16 e 17 de Dezembro, em Lisboa e no Porto, caso haja brinquedos disponíveis, poderão fazer-se trocas por outros, de escalão etário imediatamente inferior ou superior, excepto nos escalões de 9 a 12 anos, onde não são permitidas trocas. <

Calendário para levantamento das prendas

Unidades

Serviços Centrais do Banco BPI
Sucursal do Caixa Bank
BPI Vida e Pensões
BPI Gestão de Activos
ItNow
Silk
Consumer Finance

Dias

De 9 a 13 de Dezembro

Horário

Das 12.00h às 14.00h
e das 16.00h às 17.30h

Local de entrega

Rua do Almirante Barroso, 32-r/c,
Rua de Pedro Hispano, 201

Balcões

Envio via EMS ou equivalente

Gastromanias



- Manias de comer o melhor da nossa tradição
- Manias em oferecer um desconto imbatível para provar uma receita emblemática portuguesa

Por Pedro Ferreira

Apresentação
★★★★

Porção servida
★★★★

Qualidade
Ingredientes
★★★★

Genuinidade
★★★★

Avaliação Global
★★★★★

Cozido à portuguesa

> Segundo os levantamentos históricos, o cozido à portuguesa foi uma herança deixada pelos espanhóis aos lusitanos. Embora a receita actual deste prato destoe da espanhola, a génese da tradição foi parcialmente importada. O famoso livro *Dom Quixote de La Mancha*, de Miguel de Cervantes, ajuda a comprovar a sua importância: o cozido espanhol – comumente conhecido como olla podrida – é mencio-

nado várias vezes. No entanto, há quem refira que este prato nasceu em Portugal, devido à necessidade económica das famílias portuguesas. Segundo esta versão, algures no século XVII, alguém decidiu aproveitar as sobras das refeições e as carnes menos nobres, colocando-as numa panela a cozer para apurarem sabor. Esta era a forma mais barata e eficaz de confeccionar os alimentos.

Restaurante do trimestre: Jacinto

História: «Jacinto existe como restaurante desde 1971, na zona antiga de Telheiras, mesmo junto à 2.ª Circular – uma vivenda que passa despercebida a quem passa; no entanto, com clientes fiéis desde o início. O restaurante foi sofrendo várias alterações desde a sua abertura. O edifício que se destinava a habitação foi sendo qualificado até aos dias de hoje, sempre com o foco de melhorar o espaço. O Jacinto é conhecido pela qualidade da sua gastronomia, típica portuguesa, «como a avó fazia» e pela qualidade e pela diversidade da carta de vinhos.

Preço da dose: 22,50 euros

Preço de sócio: 15,75 euros (30% de desconto)

Dia do cozido: 2.ª Feira. Aconselhamos reserva prévia, à responsabilidade do sócio.

Como reservar e obter o desconto?

30% de desconto via reembolso pelo Grupo Desportivo, após envio da factura para o Grupo Desportivo Sul (código de correspondência: 1077), onde conste obrigatoriamente o NIF do Grupo Desportivo BPI 505065681, e no verso o nome completo ou número de sócio. O desconto incide apenas sobre o prato em destaque. Válido no período 1/11/2024 a 31/01/2025 independentemente do número de doses ou pessoas.

Localização e Reservas

Av. de Ventura Terra n.º 2 | 1600-781 Lisboa (junto à estação de metro de Telheiras)

Telefone: 21 759 17 28 | 96 373 29 42 (chamada para rede móvel nacional)

geral@jacintolisboa.com | <https://jacintolisboa.com/>

Horário: 2.ª a 6.ª Feira: 12.00h às 15.00h e 19.00h às 22.30h | Sábados: 12.00h às 15.00h



30% DESCONTO NO COZIDO

Desconto de 30% de desconto via reembolso pelo Grupo Desportivo, após envio da factura para o Grupo Desportivo Sul (Código Corresp:1077), onde conste obrigatoriamente o NIF do Grupo Desportivo BPI (505065681) e no verso nome completo ou número de Sócio. Desconto incide apenas sobre o prato em destaque. Válido no período 01/11/2024 a 31/01/2025 independentemente do n.º de doses ou pessoas.

Receita tradicional de cozido à portuguesa

Ingredientes

(6 pessoas)

200 g carne de vaca para cozer
200 g pá de porco
300 g carne de galinha
1 morcela
150 g toucinho fumado
1 chouriço de carne
400 g couve-lombarda
1 alho-francês
4 batatas
2 nabos
4 cenouras
3 dentes de alho
Louro
Sal QB



Preparação

Lave bem as carnes e ponha-as numa panela de pressão a cozer durante 25 minutos. Depois de cozidas, reserve as carnes e o caldo.

Lave e corte aos pedaços a couve e o alho-francês. Lave, descasque e corte ao meio as batatas, os nabos, as cenouras e os alhos. Em seguida coloque-os numa panela.

Junte as carnes previamente cozidas e cubra até metade com água; a outra metade, com o caldo da cozedura das carnes.

Cozinhe tapado durante 15 minutos, ou até os legumes ficarem cozidos.

Retire as carnes e corte-as aos pedaços.

Disponha as carnes e os legumes numa travessa larga e sirva.

Sugerimos que acompanhe com arroz branco cozinhado na restante água de cozedura das carnes.

Réveillon em Faro



Fogo-de-artifício a iluminar o céu e o mar. Espectáculo de cores que desejamos para celebrar a entrada em 2025, um vinho espumante fresco para brindar à amizade e aos sonhos para o próximo ano...

Por Rui Simplício

➤ Vamos para uma noite mágica em Faro, enquanto o ano acaba e um novo se aproxima. Esperamos o céu limpo, e as estrelas a brilhar mais intensamente, como se também estejam ansiosas para testemunhar a celebração.

Mais uma vez voltamos a Faro, ao Hotel Eva, com familiares e amigos, onde temos histórias compartilhadas e momentos que ficaram gravados na memória.

A marina, a praia, banhada pela luz suave da lua, é o cenário perfeito, com as luzes de Natal, e, entre risos e anima-

ção, a contagem regressiva começou: 10, 9, 8, 7... Quando o relógio marcar a meia-noite, gritos de alegria, seguidos de abraços apertados e desejos de um feliz ano novo.

Tchim-tchim.

Fogo-de-artifício a iluminar o céu e o mar. Espectáculo de cores que desejamos para celebrar a entrada em 2025, um vinho espumante fresco para brindar à amizade e aos sonhos para o próximo ano.

Após o fogo, a noite prossegue com música.



Realização: de 30 de Dezembro a 1 de Janeiro

Inscrição até: 15 de Dezembro

Ponto de encontro: Sete-Rios ou Hotel Eva, em Faro

Hora: 14.30h (em Sete-Rios)

Valor: 470 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 420 euros

Suplemento de quarto individual: 120 euros

Noite extra: 60 euros

Inscrição inclui: duas noites de alojamento com pequeno-almoço-*buffet*; jantar do dia 30; jantar de *réveillon* com música ao vivo para dançar; almoço no dia 1 de Janeiro; autocarro com partida a 30 de Dezembro e regresso a 1 de Janeiro às 14.00h

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

O pagamento poderá ser efectuado em até: 6 (seis) prestações, com início em Novembro (duas prestações) e final em Março

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

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



Vinhos de garrafeira para celebrar de toda a maneira.



O trimestre que agora começa celebra os vinhos de assinatura. Receitas especiais do enólogo para celebrações muito especiais e descontos substanciais!

Por Pedro Ferreira

- 1) 4 opções de vinhos Signature criteriosamente seleccionados e a preços exclusivos.
- 2) Oferta de 1 garrafa Mar Salgado Tinto, em encomendas superiores a 35 euros
- 3) Oferta de um saca-rolhas personalizado com o nome, em encomendas superiores a 100 euros



- 4) Entrega gratuita em casa para encomendas a partir de 60 euros

Tema do Trimestre Vinhos Signature

Vinho em destaque
desconto
€22
por garrafa

Ribeiro Santo Vinha da Neve Tinto 2019

Preço: 48,00 euros
Sócios: 25,95 euros
Notas de prova*: DOC Dão e Lafões; aroma complexo, com notas de fruta preta e flores do bosque, mineral e ao mesmo tempo apimentado. Na boca tem textura, com taninos nobres bem presentes e uma acidez bem integrada com a barrica. Final muito longo e persistente.
Castas: Alfrocheiro, Tinta Roriz, Tinto Cão e Touriga Nacional



Vinho em destaque
desconto
€21
por garrafa

Vinha do Norte Tinto 2019

Preço: 69 euros
Sócios: 48 euros
Notas de prova*: DOC Douro; cor: violeta escuro, quase opaco. Aroma: excelente intensidade e complexidade aromática, entre notas balsâmicas, especiaria, esteva e fruta silvestre do Douro. Tudo em perfeita harmonia, resultando num conjunto único de grande frescura, complexidade e profundidade aromática. Boca: início exuberante de grande potência e elegância, evoluindo um vinho comum excelente volume, com uma estrutura composta por taninos compactos de textura fresca. Um vinho cheio de identidade que transmite a essência do seu *terroir*. Termina elegante, complexo e muito persistente.
Servir/desfrutar: Caça, estufados, carnes maturadas e queijos.
Castas: Tinta Roriz, Touriga Franca e Touriga Nacional



Vinho em destaque
desconto
€16,5
por garrafa

Dona Paterna Alvarinho 30.º Aniversário Verde 2020

Preço: 53,50 euros
Sócios: 37,00 euros
Notas de prova*: DOC Vinhos Verdes; apresenta uma cor palha, com ligeiro toque de madeira e aroma misto de floral e frutado, com laivos de evolução e uma elegância conferida pelo seu envelhecimento em barricas. Na boca notam-se os frutos secos.
Servir/desfrutar: Ideal para acompanhar pratos de mariscos, de peixe ou de carnes de aves.



Vinho em destaque
desconto
€12
por garrafa

Luís Pato Vinha Pan Tinto 2019

Preço: 36,70 euros
Sócios: 24,70 euros
Notas de prova*: DOC Bairrada/Beiras; aroma complexo e bonito, com nota a eucalipto, casca de árvore, fruto encarnado fresco também. Muito fresco na boca, fino e elegante, belíssima acidez, longo e prazeroso, um tinto bastante polido, cremoso e sedutor.
Castas: Baga



Porto Kranemann – Reserva 10 Anos

Preço: 23,40 euros

Sócios: 16,20 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.

Prémios: Prata/91 pts International Wine Challenge

Vinho em destaque
desconto
€9
por garrafa



Moscatel Venâncio da Costa Lima Rubrica – Reserva 10 Anos

Preço: 23,40 euros

Sócios: 16,20 euros

Notas de prova*: DOC Península de Setúbal; cor âmbar. Aromas complexos a passas de uva, frutos secos e mel. Boca densa, macia, aromática e final doce e prolongado.

Servir/desfrutar: Servir a 12°C como aperitivo e a 14°C para acompanhar doçaria tradicional.

Vinho em destaque
desconto
€7,20
por garrafa



Vinho em destaque
desconto
€7,15
por garrafa



Lv Reserva – Tinto 2020

Preço: 27,90 euros

Sócios: 20,75 euros

Notas de prova*: DOC Alentejo; cor rubi carregada, no nariz uma excelente frescura e projecção aromática, onde se destacam frutos vermelhos muito bem integrados com suaves notas de especiaria. Inicia a prova em boca de forma muito harmoniosa, evoluindo para um vinho de excelente volume e estrutura composta por taninos textura aveludada. Um vinho muito cativante, que termina com excelente equilíbrio e persistência.

Servir/desfrutar: Carnes vermelhas, carnes maturadas, e pratos de caça e queijos

Castas: Alicante Bouschet, Cabernet Sauvignon, Syrah e Touriga Nacional

Vinho em destaque
desconto
€6
por garrafa



Quinta do Pinto Chenin Blanc – Branco 2022

Preço: 15,85 euros

Sócios: 9,85 euros

Notas de prova*: DOC Lisboa/Bucelas/Colares; cor verde-limão com aroma intenso com notas cítricas, fruta branca, tais como, maçã-verde e pêra, e com apontamentos de folha de chá. Na boca um primeiro impacto fresco e mineral, que posteriormente é equilibrado por toda a sua estrutura e complexidade. Final muito longo e persistente, aportado pela sua salinidade.

Servir/desfrutar: Peixe grelhado, sushi, saladas e massas, queijos.

Vinho em destaque
desconto
€5,50
por garrafa



Terras de Alter Reserva – Branco 2022

Preço: 15,00 euros

Sócios: 9,50 euros

Notas de prova*: DOC Alentejo; notas intensas a fruta madura e toranja. Aromas minerais, com pêssego e pele de damasco. Boca com grande riqueza resultante do estágio prolongado em barrica em contacto com borras finas. Irá ganhar muito com envelhecimento em garrafa.

Servir/desfrutar: Vieiras, robalo, camarão à *scampi*, galinha Cornish.

Vinho em destaque
desconto
€5,35
por garrafa



Qm Alvarinho Vinhas Velhas – Branco 2022

Preço: 18,20 euros

Sócios: 12,85 euros

Notas de prova*: DOC Vinhos Verdes; aspecto límpido e cor citrina. Com um nariz limpo e intenso com notas predominantes de fruta tropical, mineral e ligeiro floral. Na boca é cheio e frutado, com uma acidez equilibrada e um final longo e persistente.

Servir/desfrutar: Pratos de marisco, peixe e carnes de aves.

Distinções: 90 pontos – Wine Enthusiast – Fevereiro 2017; 95 Pontos – Guia Copo & Alma 2017 – Aníbal Coutinho; 89 pontos Wine & Spiritedição Agosto 2014; Melhores do ano – Revista de Vinhos – 2017; O melhor de Portugal – Revista de Vinhos – 2014; Prémio Escolha da Imprensa – Encontro com o Vinho e Sabores 2015 Wine a Essência do Vinho – 17,5 Pontos; «Um branco de Luxo» – João Paulo Martins – In *Revista Expresso*.

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.

Para as entregas deste trimestre, o Grupo Desportivo entrega na casa do sócio acima dos 60 euros, tendo para isso de indicar a sua morada no acto da encomenda. Para encomendas inferiores a 60 euros pode levantar a sua encomenda nas instalações do Grupo Desportivo de Lisboa ou Porto. Consulte o local de recolha em www.gdbpi.pt/main.asp?id=50



Musgo Encruzado Branco 2023

Preço: 15,00 euros
Sócios: 9,90 euros
Notas de prova*: DOC Dão e Lafões; aroma discreto e delicado, com citrinos e flores silvestres. Na boca tem notas salinas, é fresco e texturado, com uma acidez bem presente, tendo um final cítrico e persistente.



Vinho em destaque
desconto €5,10 por garrafa

Quinta Vale de Fornos Reserva Cabernet Sauvignon Tinto 2021

Preço: 12,95 euros
Sócios: 7,85 euros
Notas de prova*: DOC Tejo; destacam-se notas muito intensas de frutas maduras e especiarias, bem como aromas balsâmicos. O gosto apresenta uma grande componente tânica, associada a uma grande profundidade. Recomenda-se o serviço a 16°C para consumir a 18°C.



Vinho em destaque
desconto €5,10 por garrafa

Herédias Reserva Tinto 2020

Preço: 16,90 euros
Sócios: 11,90 euros
Notas de prova*: DOC Porto e Douro; cor rubi intensa. Jovem, e cheio de fruta. Notas de frutos do bosque e discretos apontamentos da tosta da barrica. Excelente frescura, complexidade e acidez. Final de boca longo e persistente.
Castas: Tinta Barroca, Tinta Roriz e Touriga Franca



Vinho em destaque
desconto €5 por garrafa

Dona Paterna Branco 2022

Preço: 24,50 euros
Sócios: 19,70 euros
Notas de prova*: DOC Vinhos Verdes; vinho cheio de delicadeza, frescura e mineralidade. Fruta branca delicada, citrinos, tons salinos e flores.
Servir/desfrutar: Ideal como aperitivo ou para acompanhar mariscos, pratos de peixe ou pratos de carnes de aves. Deve ser bebido entre 12-13°C.



Vinho em destaque
desconto €4,80 por garrafa

Quinta Várzea da Pedra Reserva Tinto 2021

Preço: 18,45 euros
Sócios: 13,80 euros
Notas de prova*: DOC Lisboa/Bucelas/Colares; especiarias, de fumo. Na boca é elegante, complexo e estruturado, com frescura e um final muito longo.
Castas: Syrah e Touriga Nacional



Vinho em destaque
desconto €4,65 por garrafa

Omnia Reserva Tinto 2021

Preço: 14 euros
Sócios: 9,90 euros
Notas de prova*: DOC Porto e Douro; no nariz, tem notas de ervas aromáticas, caruma e frutos silvestres. Na boca, tem frutos silvestres, ameixa-preta, com taninos bem presentes, tendo um final longo e persistente.
Castas: Sousão, Tinta Roriz, Touriga Franca e Touriga Nacional



Vinho em destaque
desconto €4,10 por garrafa

Ribeiro Santo Dão Grande Escolha – Excellence Tinto 2021

Preço: 16,95 euros
Sócios: 12,85 euros
Notas de prova*: DOC Dão e Lafões; aroma imponente, pleno de notas minerais e de fruto silvestre, com discretas notas fumadas. Completo, com excelente frescura, muito carácter e elegância.
Servir/desfrutar: Acompanha na perfeição *confit* de pato, foie gras, vitela assada no forno, cabrito assado, enchidos
Castas: Alfrocheiro, Tinta Roriz, Tinto Cão e Touriga Nacional



Vinho em destaque
desconto €4,10 por garrafa

Espumante Bruto Memórias De Santar Branco 2023

Preço: 14,50 euros
Sócios: 10,70 euros
Notas de prova*: DOC Dão e Lafões; espumante de bolha fina e persistente, com uma tonalidade amarelo-dourada. O aroma é complexo e atractivo, mostrando notas de frutos secos, tosta e frutos citrinos. Bom volume de boca com a acidez viva e refrescante muito bem integrada. O final é equilibrado e persistente.
Castas: Alvarinho e Encruzado



Vinho em destaque
desconto €3,80 por garrafa

Vinho em destaque
desconto €3,70 por garrafa



Ataide Semedo Reserva Branco 2022

Preço: 12,85 euros
Sócios: 9,15 euros
Notas de prova*: DOC Bairrada/Beiras; no nariz é um vinho tropical e mineral, com notas de limão e frescura. Na boca é volumoso, mas fresco, com notas cítricas, fruta de polpa branca e untuoso, com um final prolongado.
Castas: Bical, Cerceal e Viognier

Vinho em destaque
desconto €2,20 por garrafa



Espumante Casa de Saima Bruto Branco 2021

Preço: 14 euros
Sócios: 11,30 euros
Notas de prova*: DOC Bairrada/Beiras; cor citrina, bolha fina, persistente e bem distribuída, de aroma floral fresco com notas de fruta exótica. Na boca revela uma mousse delicada e uma acidez viva, que lhe confere um acentuado requinte
Castas: Baga

Vinho de oferta
em encomendas superiores a €35

Mar Salgado Tinto 2021

Notas de prova*: DOC Lisboa/Bucelas/Colares; vinho tinto de cor granada, com aroma de bagas pretas maduras. É estruturado e intenso com um final de boca macio.
Castas: Aragonês, Castelão e Touriga Nacional



Mais notas de prova em:
<https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=45&parentid=41&detalheid=18087>



XX Aniversário do Orfeão Portuscale

Relembramos que o Orfeão precisa de novas vozes. Brevemente comunicaremos dia e hora do ensaio semanal.

Por Ana Lourenço

> O Orfeão Portuscale do Grupo Desportivo do BPI celebrou no dia 28 de Setembro, o seu vigésimo aniversário, na genuína obra de arte barroca que é a Igreja dos Clérigos, na cidade do Porto, gentilmente cedida pela Irmandade, a que muito agradecemos, na pessoa do seu presidente, padre Manuel Fernando.

Este evento teve a participação, além do aniversariante, do Orfeão Portuscale, dirigido pelo maestro, Professor Hélder



Magalhães, do Grupo Coral de Mafra, dirigido pelo maestro Vítor Surgu, que muito nos honrou com a sua visita e as suas belas peças musicais.

No final do concerto, foi servido um jantar de confraternização, onde todos os coralistas puderam viver momentos de boa-disposição, saudável convívio e amizade.

Um agradecimento a todos os coralistas. As palmas do público foram merecidas e plenas de reconhecimento pela majestosa actuação.

Um justo reconhecimento ao maestro, Professor Hélder Magalhães, pelo seu profissionalismo e paciência, que nos proporciona momentos únicos na vertente coral e musical.

Relembramos que o Orfeão precisa de novas vozes. Brevemente, comunicamos dia e hora do ensaio semanal.



O Coro do Grupo Desportivo

Informamos também que gostaríamos de fazer audições para novos elementos para o Coro, nomeadamente para os registos de tenores e baixos. Aguardamos com muita expectativa o vosso... o teu interesse.

Por José Eugénio Vieira (maestro)

> O Coro do Grupo Desportivo do BPI iniciou o Novo Ano Coral, à quinta-feira, na R. do Almirante Barroso, como é hábito, mas com um pequeno ajuste no horário, das 15.30h às 17.30h.

Temos um concerto agendado para 17 de Novembro no Convento dos Cardaes, em Lisboa.

O passado ano ficou marcado por alguns excelentes concertos:

– 16/09/2023 – Concerto no Auditório da Escola Superior Artística do Porto

– 10/12/2023 – Concerto de Natal na Casa do Artista

– 22/02/2024 – Concerto na Galeria Beltrão Coelho

– 26/06/2024 – Concerto de Verdi *Mini Festival ao Largo*

O Coro está a renovar algum repertório a introduzir em próximos concertos. Este reinício coral é o momento ideal para a entrada de novos cantores, particularmente de vozes masculinas, mas todos serão, obviamente, bem-vindos!

Por sugestão de alguns elementos, no final de cada ensaio será ministrada uma aula de educação musical para os cantores que estiverem interessados, onde se poderá desenvolver «Solfejo, técnicas do canto e história da música».

Informamos também que gostaríamos de fazer audições para novos elementos para o Coro, nomeadamente para os registos de tenores e baixos.

Aguardamos com muita expectativa o vosso... o teu interesse.



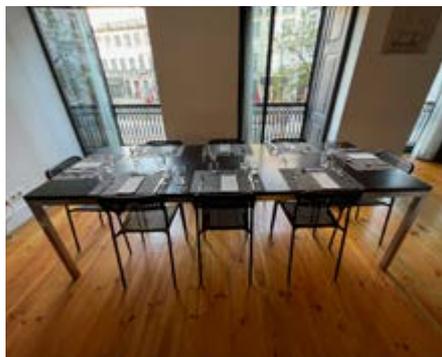
Curso de Cozinha de Outono



Preparámos uma nova oferta temática com sabores de Outono.

Por Pedro Ribeiro

> O Grupo Desportivo, em parceria com o *chêf* Pedro Sommer, desafia os sócios a uma viagem de sabores. O Outono é a estação em que as folhas caem, a chuva regressa e os convívios familiares ganham vida com pratos de conforto.



Venha conhecer melhor a arte de confeccionar aqueles velhos pratos de tacho ou forno que enchem o coração em dias cinzentos, aliado aos enchidos, às castanhas e aos bons vinhos.

Inscreva-se já.



Programa

6 de Novembro – 1.ª aula

- Peixe ao pão
- Empadona de galinha
- Bochechas de porco com vinho do Porto e alecrim
- Batata-doce assada com tomilho
- Cenourinhas-*baby*
- Tarte de coco e limão

13 de Novembro – 2.ª aula

- Creme de castanha com cebolinho
- Açorda de camarão com coentros
- Bife à portuguesa com presunto
- Batata frita à portuguesa
- Creme de ovos
- Telhas de amêndoa

20 de Novembro – 3.ª aula

- *Focaccia* de azeitonas e orégãos
- Feijoada à portuguesa
- Bacalhau com todos à nossa maneira
- Puré de grão
- Batatinha assada com ervas
- Salame de chocolate

27 de Novembro – 4.ª aula

- Pão gratinado com queijo e linguiça
- Figs salteados com queijo de cabra e caju

- Carne de porco à portuguesa
- Cataplana do mar com batata-doce
- Brownie de chocolate

4 de Dezembro – 5.ª aula

- Creme de abóbora com leite de coco
- Favinhas com entrecosto e coentros
- *Strudell* de bacalhau com espinafres
- Arroz de grelos
- Brigadeiros com bolacha

Este curso é apoiado por um conjunto de parceiros/marcas, com ofertas para os alunos

Monte da Ravasqueira – Oferta de *voucher* de vinho
 Riberalves – Oferta de avental
 ICEL – Oferta de faca
 Vitacress – Oferta de cabaz de produtos
 Silvex – Oferta de produtos consumíveis
 True Meat – Oferta de carne
 Arroz Bom Sucesso – Oferta de arroz
 LeYa – Oferta de desconto de 30% em livros LeYa

Realização: de 6 de Novembro a 4 de Dezembro

Inscrição até: 1 de Novembro

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

Hora: das 19h às 22h

Valor: 240 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 190 euros

Inscrição inclui: o curso de cozinha conforme descrito e o apoio dos parceiros

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

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

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Número mínimo de 12 e máximo de 18 pessoas.

Duração do curso: 5 semanas

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 e Grupo Desportivo





Workshop Presentes de Natal



Uma ceia ainda mais saborosa. Se neste ano quer impressionar os seus com um presente memorável feito por si, venha aprender a cozinhar algumas iguarias da época...

Por Pedro Ribeiro

> A época de Natal é a altura em que damos o nosso melhor em tudo, e a oferta dos presentes é o seu expoente máximo.

Se neste ano quer impressionar os seus com um presente memorável feito por si, venha aprender a cozinhar algumas iguarias da época com um toque especial e com todo o conhecimento técnico, para viver um Natal ainda mais saboroso.

- Pinha de Natal da mãe
- Coroa natalícia de chocolate e pistáchios
- Trança de canela e frutos secos
- Bolachinhas de gengibre
- Lemon Curd

Realização: 16 de Novembro
Inscrição até: 13 de Novembro
Ponto de encontro: Largo de Vitorino Damásio, n.º 8 – 1200-646 Lisboa
Hora: das 10.00h às 14.00h
Valor: 55 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 45 euros
Inscrição inclui: *workshop* como descrito
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 12 e máximo de 18 pessoas
Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf
Para mais informação contacte: o *chêf* Pedro Sommer ou o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: *chêf* Pedro Sommer



Workshop Menu de Gala – Especial Passagem de Ano



Vista-se a rigor, venha aprender a fazer um menu de gala, e entre em 2025 de forma memorável e com uma refeição inesquecível!

Por Pedro Ribeiro

> Vista-se a rigor e venha aprender a fazer um menu de gala!

A passagem de ano é sempre ocasião de festejo, e a celebração pede um menu especial composto por uma cremosa sopa de espargos verdes com gorgonzola, um delicado *risotto* de lima, hortelã e camarão, um fantástico naco de novilho com pistáchios ou uma sedosa sobremesa de chocolate.

Entre em 2025 de forma memorável e com uma refeição inesquecível!

- Folhadinhos de linguíça
- Creme de espargos verdes com gorgonzola
- Risotto de lima e hortelã com camarão
- Naco de vitela com mostarda e pistáchios
- Seda de chocolate e caramelo

Realização: 7 de Dezembro
Inscrição até: 4 de Dezembro
Ponto de encontro: Largo de Vitorino Damásio, n.º 8 – 1200-646 Lisboa
Hora: das 10.00h às 14.00h
Valor: 55 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 50 euros
Inscrição inclui: *workshop* como descrito
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 12 e máximo de 18 pessoas.
Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf
Para mais informação contacte: o *chêf* Pedro Sommer ou o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: *chêf* Pedro Sommer



V edição do Curso Prático de Cozinha



Vamos descobrir os segredos da cozinha com o *chêf* Pedro Sommer?

Por Pedro Ribeiro

> 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.



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

Temas: 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 marisco; Confeção de petiscos.

Convidamos os nossos sócios para um novo curso, a iniciar em Janeiro. Inscreva-se.

Programa

8 de Janeiro – 1.ª aula – Sopas e legumes – dicas e informações para antes de começar a cozinhar – cortes de legumes e batata

- Creme de cogumelos com queijo de cabra
- Creme de alho-francês com morangos salteados
- Sopa de tomate com ovos escalfados
- Caldo-verde com chouriço

15 de Janeiro – 2.ª aula – Carnes – apresentação dos cortes de aves, porco e vaca

- Desossar frango + Frango assado com especiarias
- Lombinho de porco ibérico com molho de mostarda e mel
- Bifinhos saltimboca com manjeriço
- Rolo de carne com nozes e ervas
- Carne fuisada com uvas e alecrim

22 de Janeiro – 3.ª aula – Bacalhau – cortes, cuidados, preparações e confeções de bacalhau

- Canja de bacalhau com ovos de codorniz
- Pataniscas de bacalhau
- Bacalhau à brás
- Bacalhau à Gomes de Sá
- Salada de grão com bacalhau

29 de Janeiro – 4.ª aula – Peixes e marisco – tipologias, escolha, cuidados e cortes de peixes e marisco

- Pargo amanhado + Peixe ao sal
- Tamboril amanhado + Arroz de tamboril
- Cortes e confeções de salmão
- Amêijoas à Bulhão Pato
- Mexilhões com tomate
- Abertura de ostras

5 de Fevereiro – 5.ª aula – Petiscos

- Peixinhos-da-horta com maionese de coentros
- Ovos rotos com cogumelos, presunto e parmesão
- Pica-pau com *pickles*
- Ovos-verdes
- Banana salteada com queijo de cabra, nozes e vinho do Porto
- Croquetes de alheira com *chutney* de maçã-reineta

Este curso é apoiado por um conjunto de parceiros/marcas, com ofertas para os alunos

Monte da Ravasqueira – Oferta de voucher de vinho
 Riberalves – Oferta de avental
 ICEL – Oferta de faca
 Vitacress – Oferta de cabaz de produtos
 Silvex – Oferta de produtos consumíveis
 True Meat – Oferta de carne
 Arroz Bom Sucesso – Oferta de arroz

LeYa – Oferta de desconto de 30% em livros LeYa

Realização: de 8 de Janeiro a 5 de Fevereiro

Inscrição até: 3 de Janeiro

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

Hora: das 19h às 22h

Valor: 240 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 190 euros

Inscrição inclui: o curso de cozinha conforme descrito e o apoio dos parceiros

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

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

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Número mínimo de 10 e máximo de 18 pessoas.

Duração do curso: 5 semanas

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 e Grupo Desportivo



Museu do Benfica



O Museu do Benfica, que nos propomos visitar, não se resume apenas ao espectáculo futebolístico, pois:

Por Fátima Pereira



> Há precisamente 120 anos que a Águia voa em Lisboa. De clube de bairro, fundado em Fevereiro de 1904, o Benfica tornou-se uma instituição de referência, cujo papel, felizmente, não se resume ao espectáculo futebolístico.

O clube é responsável por proporcionar a milhares e milhares de jovens a saudável prática do desporto em dezenas de modalidades e por ajudar a manter os vínculos entre os portugueses espalhados pelo mundo todo.

Além do mais, confunde-se, para o mal e para o bem, com um século da História de Portugal: a implantação da República, o Estado Novo, o 25 de Abril e a Democracia.

O Museu do Benfica, que nos propomos visitar, reflecte bem este percurso. E ainda teremos o estádio, vazio, os serviços adjacentes do museu (na área de restauro e arquivo tem quatro ou cinco vezes mais recursos que o maior museu português) e a famosa águia *Vitória*, vaticinando as próximas conquistas do Glorioso.

Realização: 14 de Dezembro
Inscrição até: 9 de Dezembro
Ponto de encontro: Estádio da Luz – Porta do Museu

Hora: 10.30h

Valor: 60 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 50 euros

Inscrição inclui: entrada no museu e no estádio, 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&de talheid=18014>

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



Workshop de *brunch*



> Para os amantes de almoço tardios em família, mas que não descaram na hora de um bom *brunch*, temos o *workshop* certo para si.

Pensado nos clássicos do *brunch*, propomos pôr em prática as receitas mais emblemáticas.

A não perder, mesmo!

- *Croque monsieur/madame*
- Mili-folhas de abacate, salmão fumado com ovo de codorniz
- Pão denoz
- Granola de frutos secos com creme de iogurte e lima
- Panquecas com *nutella* caseira de ave-lã e chocolate

Venha conhecer as novas receitas. Pensado nos clássicos do *brunch*, propomos pôr em prática as receitas mais emblemáticas.

Por Pedro Ribeiro



Realização: 18 de Janeiro
Inscrição até: 15 de Janeiro
Ponto de encontro: Largo de Vitorino Damásio, n.º 8 – 1200-646 Lisboa
Hora: das 10.00h às 14.00h
Valor: 55 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 45 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Inscrição inclui: o *workshop* conforme descrito
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 12 e máximo de 16 pessoas.

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



A Casa da Ásia



Francisco Capelo, reuniu uma colecção de arte do Oriente, com peças únicas num espaço totalmente adaptado para o efeito. É o que vos propomos ver.

Por Fátima Pereira



Realização: 18 de Janeiro
Inscrição até: 13 de Janeiro
Ponto de encontro: Casa da Ásia
Hora: 10.00h
Valor: 17 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 14 euros
Inscrição inclui: entrada no museu, seguro e acompanhamento do Prof. Miguel Soromenho
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 a 25 pessoas. Consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso site, em: <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=2&parentid=0&detalheid=18014>
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




> Há um novo museu na cidade. Inaugurado recentemente, a Casa da Ásia ocupa um palácio fidalgo a São Roque e exhibe uma extraordinária colecção de arte asiática, reunida por Francisco Capelo e em parte adquirida pela Misericórdia de Lisboa

(outra parte resultou de uma doação do mecenas).

Francisco Capelo notabilizou-se como avisado investidor financeiro, conselheiro e patrono artístico nos últimos quarenta anos. Foi ele o artífice da colecção de arte contemporânea de Joe Berardo, antes de enveredar pelo seu próprio caminho.

Reuniu um acervo inigualável de peças de moda e de *design*, hoje propriedade do MUDE-Museu do Design, e esta colecção de arte do Oriente, com peças únicas num espaço totalmente adaptado para o efeito.

Pelo que sabemos dos interesses culturais da Misericórdia e do gosto esclarecido de Francisco Capelo, é com certeza uma aposta ganha.

Venha confirmar connosco!



Hospital de São José

– Antigo Colégio de Santo Antão



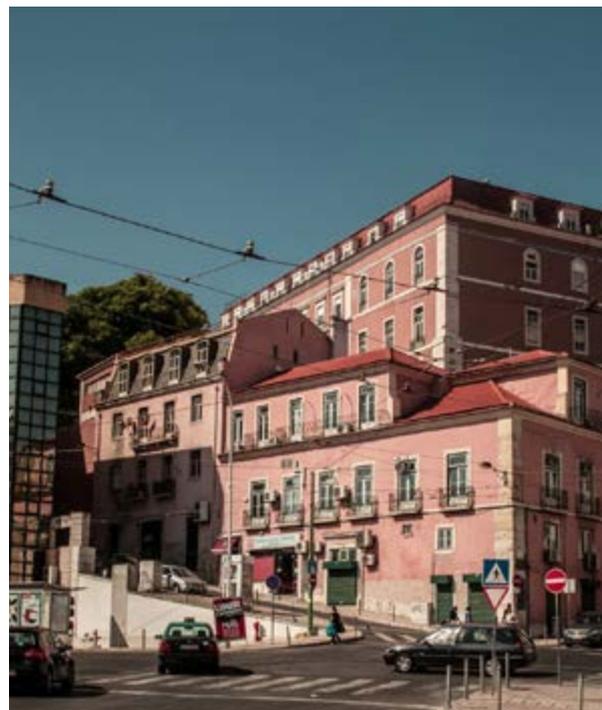
Trata-se talvez da maior casa monástica de Lisboa, com sete claustros, ou pátios, mas era na verdade um colégio onde se formavam os seguidores de Santo Inácio.

Por Fátima Pereira

> Vamos todos ao hospital, e não estamos doentes! O centenário Hospital de São José veio ocupar o espaço deixado pelos jesuítas, expulsos pelo marquês de Pombal em 1759. Tratava-se talvez da maior casa monástica de Lisboa, com sete claustros, ou pátios, mas era na verdade um colégio onde se formavam os seguidores de Santo Inácio.

A tradição científica em Santo Antão é bem conhecida. Professores de toda a Europa ensinavam ali astronomia, matemática, física, álgebra e geografia, preparando os religiosos que partiam depois para a América e para o Oriente, num ambiente cosmopolita que se explica pela obrigatoriedade de todos os missionários católicos receberem formação prévia em Portugal.

Muito do antigo convento pode ainda ser visto... e podemos (quase) assegurar que não acabamos a visita no bloco operatório.



Realização: 15 de Fevereiro
Inscrição até: 10 de Fevereiro
Ponto de encontro: Porta principal do Hospital de S. José
Hora: 10.00h
Valor: 13 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 10 euros
Inscrição inclui: entrada no hospital, seguro e acompanhamento do Prof. Miguel Soromenho
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.

Consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso site em: <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=2&parentid=0&detailh eid=18014>

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



Em Cartaz

Teatro da Trindade – Sala Cármen Dolores

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

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



A Médica

De 12 de Dezembro a 16 de Fevereiro

De quarta-feira a sábado às 21.00h

Domingo às 16.30h

M/12 anos

Dias 25 de Dezembro e 1 de Janeiro não há espectáculo

A peça é uma adaptação contemporânea da peça de 1912, *Professor Bernard*, de Arthur Schnitzler.

Piedade Lobo, directora-fundadora e professora do Instituto ALMA, recusa a entrada de um padre católico na sala de operações, onde uma rapariga está a morrer devido a um aborto mal feito e autoadministrado, por estar convencida de que a presença de um padre, não previamente autorizada pela família, provocará uma desnecessária ansiedade na jovem.

Depois da gravação da discussão entre a directora e o padre se tornar viral na internet, Piedade começa a ser alvo de fortes reacções por parte dos colegas do hospital, por um grupo de utilizadores das redes sociais, e por fim de um painel televisivo constituído por activistas de vários movimentos sociais.

Cada um questiona as suas intenções ao proibir a entrada do padre, confrontando-a com as suas próprias convicções morais, éticas e religiosas no que parece ser um julgamento público televisionado, acabando por conduzir ao seu afastamento profissional.

De: Robert Icke
Tradução: Ana Sampaio
Encenação: Ricardo Neves-Neves

Intérpretes: Adriano Luz, Custódia Gallego, Eduarda Arriaga, Igor Regalla, Inês Castel-Branco, José Leite

Teatro Aberto – Sala Vermelha

Descontos para jovens e séniores

Informações na bilheteira, telefone 21 388 00 89; bilheteira@teatroaberto.com

Monóculo, Retrato de S. von Harden



De: Stéphan Ghislain Roussel

Em cena desde Setembro

Quarta e quinta-feira às 19.00h;

Sexta-feira e sábado às 21.30h;

Domingo às 16.00h

Nos anos 20 do século passado, no *atelier* do pintor expressionista Otto Dix em Berlim.

O pintor está a retratar a jornalista S. von Harden, que, de cabelo curto, monóculo e cigarro na mão e discurso fluente, surge como o ícone da mulher emancipada

neste período de grandes transformações sociais, políticas e artísticas entre as duas grandes guerras. Durante as sessões em que posa para o pintor, a jornalista descreve o meio artístico da época, as relações tumultuosas entre os sexos e a sua vontade de transgredir normas e explorar outros modos de relacionamento e de vida em sociedade.

Encenação: Rui Neto
Dramaturgia: Vera San Payo de Lemos
Intérprete: Cristóvão Campos

Teatro Maria Vitória

Descontos para: crianças até aos 12 anos; jovens até 25 anos; maiores de 65 anos; pessoa com mobilidade reduzida e acompanhante; profissionais do espectáculo.

E Ninguém Vai Preso?



Portugal, 2024. Finalmente o País vai a julgamento! Depois de anos e anos de sucessivos escândalos em todos os quadrantes da sociedade, no Tribunal do Maria Vitória vamos relembra todos os crimes, conhecer todas as provas, ouvir as vítimas e os arguidos, e saber quais as penas a aplicar a cada um deles! *Socialites*, políticos, artistas, as mais características figuras da nossa sociedade, que todos conhecem, todos irão comparecer... até o próprio Zé Povinho! Resta saber se como testemunha de acusação ou no banco dos réus...

Nesta audiência, todos os



Por Pilar Batoréu

portugueses terão a palavra, mais não seja para recorrer e gritar «E ninguém vai preso?» Representada por um fantástico elenco de actores e cantores queridos do público português, com Marta Gil, Flávio Gil, Paulo Vasco, Miguel Dias e Patrícia Candoso à frente de um grande extraordinário grupo de jovens actores, cantores, bailarinos e acrobatas, que farão as delícias do público, para além de uma orquestra ao vivo dirigida pelo maestro Carlos Pires, num espectáculo que conta com um fabuloso e sofisticado guarda-roupa.

Teatro Politeama

Dois novos espectáculos produzidos por Filipe La Féria

A Bela e o Monstro, o Musical

e



Fátima, Uma Ópera-Rock



... sobre o fenómeno de Fátima numa versão contemporânea, que narra os acontecimentos ocorridos em 1917 na Cova da Iria, um dos episódios mais marcantes do século XX português.

Para mais informação, contacte através dos telefones 21 340 57 00 ou 96 440 90 36

[atletismo]

Meia-Maratona do Porto

No dia da prova, a preparação começou bem cedo, pelas 6 da manhã, com um pequeno-almoço reforçado. Logo de seguida, organizei o equipamento, e, em família, pusemo-nos a caminho da emblemática cidade do Porto.

Por Marcos Leonardo

> Chegámos por volta das 8 horas à Foz do Douro, local onde começava e terminava a meia-maratona. Muitos corredores já aqueciam, preparando-se para o desafio que se aproximava rapidamente. À medida que a hora de início da prova se aproximava, a moldura humana tornava-se cada vez mais densa, e a temperatura subia, criando uma manhã perfeita para a prática desportiva.

A 10 minutos da partida, o *speaker* começou a chamar todos os participantes para a linha de partida. O nervosismo já se fazia sentir. Pum! Ouviu-se o tiro de partida, e arrancámos para mais um desafio, num percurso que considero o mais bonito de Portugal para a prática de atletismo.

Iniciámos a prova em direcção a Matosinhos, ao longo da marginal da Foz. No Castelo do Queijo, invertimos o sentido e seguimos em direcção à Ribeira do Porto. Ao chegar à Ponte de Dom Luís, fomos brindados com música ao vivo no túnel, o que adicionou ainda mais magia à prova. Continuámos rumo à Ponte do Freixo, o último ponto de viragem antes da meta. Nesse momento, as ruas do Porto já estavam repletas de espectadores, o que

tornou a prova mais envolvente e menos difícil.

Já tínhamos ultrapassado a metade do percurso, e seguíamos fortes, dentro do tempo necessário para bater mais um recorde pessoal. A 5km da meta, o cansaço começava a fazer-se sentir, mas o foco e a determinação prevaleceram, permitindo-nos manter a consistência até ao final.

A 100 metros da meta, o momento mais esperado por todos, ainda estávamos dentro do tempo para o recorde pessoal. A moldura humana era incrível, e a nossa família aguardava-nos para nos receber com aplausos e apoio. Cruzámos a linha de chegada com 1.22h, estabelecendo um novo recorde pessoal, 9 minutos abaixo do tempo da prova de 2023. O sentimento de superação pessoal e de dever cumprido era indescritível!

Depois da prova, foi hora de desfrutar do ambiente, tirar fotografias e relembrar este dia repleto de boa-disposição e conquistas. Este tempo é fruto de meses de dedicação e consistência nos treinos. Por vezes, o tempo final nem sempre é o mais importante: o que realmente importa é participar, aproveitar o momento e desfrutar da experiência que o evento nos proporciona. <



[atletismo / basquetebol]

IX Edição da Corrida do Porto de Leixões

Neste ano, a partida e a chegada foram do lado de Leça da Palmeira, em frente ao edifício-sede da APDL e ao Forte de Nossa Senhora das Neves...

Por António Cardoso

> Esta 9.ª edição da Corrida Porto de Leixões teve por motivos de operacionalidade uma alteração no percurso, mas tanto a caminhada de 5km como a corrida de 10km decorreram por um percurso igualmente muito atractivo e por locais nunca visitados em edições anteriores.

Neste ano, a partida e a chegada foram do lado de Leça da Palmeira, em frente ao edifício-sede da APDL e ao Forte de Nossa Senhora das Neves, o que proporcionou um novo ponto de vista sobre o interior do Porto de Leixões.

Com um magnífico dia de sol, foi para mim uma prova para rever o Porto Marítimo e desfrutar das vistas icónicas, com o mar como pano de fundo e o ambiente portuário que caracteriza esta corrida sem igual.

No final da prova e como não esteve presente a “campeoníssima Rosa Mota”, aproveitei e tirei uma foto com o seu irmão mais velho e meu homónimo António Carlos Mota, que, tal como eu, na semana seguinte iria participar na Meia-Maratona do Porto.



A nova época do basquetebol já anda por aí



Os treinos são no Pavilhão do CIF. Se gostas desta modalidade e queres vir experimentar ou até fazer parte da nossa equipa, aparece a um treino.

Por Francisco Barata

> No dia 17 de Setembro, e com o apoio do Grupo Desportivo, demos início a mais uma época, 2024/2025, desportiva da modalidade de basquetebol, com a realização do primeiro treino.

Os treinos são no pavilhão do CIF, no Alto do Restelo, à terça-feira das 22.00h às

23.00h, e neste nosso primeiro treino, além das habituais apresentações dos novos jogadores, falámos sobre objectivos que nos propomos em relação à parte desportiva, como também dignificar a instituição e o Grupo Desportivo que nós representamos.

Em relação à parte desportiva, vamos participar – como habitualmente acontece – no competitivo campeonato de basquetebol organizado pela Fundação do Inatel.

Objectivo é vencer todos os jogos, e tentar obter uma classificação melhor que a alcançada no campeonato da época passada.

Se gostas desta modalidade e queres vir experimentar ou até fazer parte da nossa equipa, então aparece a um treino.





[basquetebol / pesca]

Fome de bola!

Para quem ainda não sabe, ou anda mais desatento, no Norte existe uma equipa de basquetebol do Grupo Desportivo que, em parceria com o CLIP – Colégio Luso-Internacional do Porto, participa na Liga Masters da Federação Portuguesa de Basquetebol.

Por Manuel Correia

> Após (mais) um longo interregno competitivo, em Novembro espera-se o reinício dos jogos oficiais para a nossa equipa de Basquetebol Master.

Para quem ainda não sabe, ou anda mais desatento, no Norte existe uma equipa de basquetebol do Grupo Desportivo que, em parceria com o CLIP – Colégio Luso-Internacional do Porto, participa na Liga Masters da Federação Portuguesa de Basquetebol (competição destinada a atletas com idade igual ou superior a 35 anos).

Enquanto os jogos a sério não começam, temos aproveitado os últimos meses para treinar, confraternizar e fazer uns jogos amigáveis, sendo de destacar a jornada dupla que tivemos no fim de semana de 21 e 22 de Setembro, com a equipa do CAA Salesianos, actuais campeões nacionais do escalão Master.

No sábado, dia 21 de Setembro, o jogo fez parte do evento de apresentação das equipas que actuam no CLIP (no qual participámos pela primeira vez) e, além dos jogos em si, houve também lugar a uma sessão de fotos e a bar aberto durante todo o evento. Dentro do campo, a nossa equipa

esteve muito bem e conseguiu atingir uma vantagem de 19 pontos ao intervalo. No início da segunda parte, sofremos logo um parcial de 0-8, mas após um desconto de tempo efetuámos algumas correções que nos permitiram voltar ao bom nível exibicional da primeira parte. Resultado final: 74-54 a nosso favor.

No dia seguinte, 22 de Setembro, foi a vez de retribuirmos a presença aos Salesianos, e estivemos, como já vem sendo tradição, no jogo de apresentação que esta equipa organiza no Colégio dos Órfãos. Aí o resultado foi equilibrado durante a maior parte do encontro, sendo de salientar a *performance* ofensiva de ambas as equipas durante o 2.º período, que terminou com um excelente parcial de 22-20! No final conseguimos aproveitar a ausência de alguns elementos importantes dos nossos adversários e conseguimos alcançar uma vitória por 64-48.

Não obstante estarmos conscientes de que, tratando-se de jogos-treino, estes resultados “valem o que valem”, ficámos ainda mais motivados para começar os jogos a sério!



Campeonato Interno Regional Sul de Pesca Desportiva de Mar



Artur Silva é o campeão, com 6 pontos; seguido do Duarte, com 7; e do Carlos Brandão, também com 7.

Por José Duarte

> O campeonato interno de mar chegou ao fim com a realização da 3.ª prova, disputada no litoral entre Cascais e o Guincho.

Em termos de classificação, estava tudo em aberto com o Carlos Brandão e o Artur Silva a chegar a esta prova em igualdade de pontuação.

O tempo esteve bom: sol, calor e vento fraco de leste a não prejudicar a acção de pesca. O mar, com água transparente e remexida a norte do cabo Raso e parada a sul, permitia pescar em todos os locais.



Com o início da prova, rapidamente se confirmou que o peixe não andava por aquelas zonas. Houve quem insistisse no mesmo local do princípio ao fim, e outros seguiram diferentes estratégias, correndo diversos pesqueiros ao longo da prova.

No fim, os resultados não foram muito diferentes, e o peixe apresentado à pesagem foi muito pouco – alguns sargos e tainhas de pequeno tamanho e um bodião.

Apurada a pontuação, a vitória foi para o Duarte, seguido do Artur, e em terceiro ficou o Brandão. Os restantes pescadores não conseguiram qualquer exemplar.

Fruto destes resultados, o Artur Silva vence o Campeonato, com 6 pontos; seguido do Duarte, com 7, e do Carlos Brandão, também com 7, e já a uma distância significativa estão o David, o João Santos e o Saraiva Ribeiro.

Neste ano, o interno de mar fica por aqui; em 2025 cá estaremos de novo.

Boas pescas.





Equipa BPI é campeã nacional de 2024, ao vencer a Final Nacional disputada em Peniche. A equipa do Grupo Desportivo, composta por Artur Silva, Carlos Brandão e José Duarte, sagrou-se campeã nacional na modalidade de pesca de mar.

Por José Duarte

Campeonato Interbancário de Pesca Desportiva de Mar

> Com a participação de três dezenas de pescadores em representação dos três sindicatos e vários pescadores que se deslocaram dos Açores, a prova foi disputada com bom tempo e vento moderado a enfraquecer ao longo do dia.

O mar com alguma força e a água de cor escura, com muitas algas a flutuar, não facilitou e não permitiu a utilização de grande parte dos pesqueiros mais habituais na zona.

No entanto, o principal problema que os pescadores tiveram de enfrentar foi a ausência de peixe na região. Com o decorrer da prova, ficou claro que a maioria das espécies não se encontrava por ali, e com a excepção de algumas poucas tainhas, pouco mais havia para apanhar.

A pesagem veio confirmar essa realidade. Uma dúzia de pescadores não logrou

capturar qualquer espécie, e entre os restantes, com excepção do vencedor, os resultados foram muito fracos. De pouco valeram as roupas encharcadas e a determinação com que todos enfrentaram as condições do mar, mas quando o peixe não está lá, nada a fazer.

Os nossos representantes, todos com pescas equilibradas e classificações entre os primeiros lugares na tabela, conseguiram alcançar o primeiro lugar por equipas e o ambicionado título de campeões nacionais. Mais um excelente resultado para o nosso Grupo Desportivo.

No próximo ano, numa nova edição dos campeonatos interbancários, cá estaremos de novo, com a esperança de melhores condições e mais peixe para pescar.

Até lá, bons lances.



O Fernando Custódio é o campeão nacional

Por José Duarte



XLVI Campeonato Interbancário de Pesca Desportiva de Rio

> A Final Nacional do Interbancário de Pesca de Rio foi neste ano disputada em Coimbra, na pista do Choupalinho, e registou a presença de 32 pescadores e 9 equipas em representação dos Sindicatos dos Bancários do Norte, Centro e Sul.

O nosso Grupo Desportivo contou com a presença de duas equipas. Do Centro estiveram o Rui Nunes, o Rui Prata e o Costa Pinto, e do Sul, o Fernando Custódio, o Carlos Brandão e o José Duarte.

O tempo colaborou: temperatura amena, vento fraco e a chuva esteve ausente.

A pista de pesca do Choupalinho é um local com grandes tradições na pesca desportiva e com excelentes condições para a prática da modalidade. Para o sucesso ser completo só os peixes não quiseram colaborar.

Apesar do bom nível da maioria dos praticantes, a pesca veio a revelar-se muito

complicada, com a ausência de peixes de bom porte, e a maioria das capturas foram de pequenas *ablettes*, percas, barbos de pequeno tamanho e alguns pimpões.

Embora muito esforçados, a maioria dos participantes ficou-se por algumas centenas de gramas de pescado.

Quem ultrapassou bem as dificuldades foi o nosso pescador Fernando Custódio, que aproveitou bem o pesqueiro que lhe saiu em sorte e conseguiu vencer de forma destacada, sagrando-se assim campeão nacional.

Colectivamente, a equipa do Sul conseguiu também um bom resultado, terminando num excelente 3.º lugar.

O dia terminou com o almoço de confraternização, com a presença dos pescadores, da comissão organizadora e de membros da direcção dos três sindicatos, culminando com a entrega dos troféus aos melhores classificados.

[ténis de mesa]

II Torneio Interno de Ténis de Mesa 2024



A decorrer no Pavilhão Desportivo do SC Rio Seco, em Lisboa. A prova será individual, com uma só classificação, com troféus até ao 4.º lugar. Haverá também prémios de presença.

Por Carlos Galvão

> O modelo da prova dependerá do número de inscritos, mas de qualquer forma será de início grupal, após o que se seguirá a prova eliminatória.

No fim da competição será servido o almoço, com menu a divulgar próximo da data da realização, nas instalações do SC Rio Seco, com convívio dos participantes até às 18h.

Os colaboradores do Banco BPI que não sejam sócios do Grupo Desportivo e queiram participar nesta iniciativa podem aceder a «Quero ser sócio» em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>, preencher o formulário, submetê-lo e passar a beneficiar de todas as vantagens que temos para lhe oferecer.

As inscrições são limitadas.



Programa

08.50h – Recepção dos intervenientes
 09.00h – Chamada dos atletas para as mesas
 09.10h – Início da competição
 13.30h – Fim da competição
 14.00h – Almoço e convívio
 18.00h – Regresso a casa

Realização: 23 de Novembro

Inscrição até: 18 de Novembro

Ponto de encontro: Pavilhão Desportivo do SC Rio Seco, em Lisboa (Rua Silva Porto, 22) **Hora:** 8.50h

Valor: 20 euros

Sócios, cônjuges e convidados: 10 euros

Inscrição inclui: participação no torneio e almoço

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Deve usar vestuário desportivo e equipamento de ténis de mesa

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

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo ou o Carlos Galvão 91 674 53 73

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



Calendário de Viagens para 2025

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

O plano de viagens existe, os sócios têm vontade, e assim estarão criadas condições para que a viagem aconteça no respeito pelas regras de segurança que existam a cada momento.

No entanto, os associados que preferiram viajar sozinhos podem sempre optar por uma vasta oferta de viagens individuais no formato *city breaks* que o Grupo Desportivo disponibiliza. Mas, se preferirem desenhar uma viagem por medida, à sua medida, então consultem o Grupo Desportivo, usem o nosso *know-how* e as facilidades de pagamento. Somos capazes de surpreender. Ou talvez não; mas se tentar, fica a saber.



S – **Florença e Veneza** – 5 dias – Abril / Maio



S – **Encontro de Reformados em Istambul** – 5 dias – Maio



S – **Albânia** – 7 dias – Junho



S – **Douro** – 6 dias – Outubro



S – **Japão** – 14 dias – Novembro / Dezembro

[viagens city breaks]

Viagens City Breaks

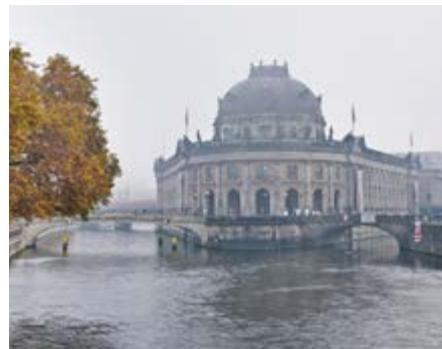
A complementar a proposta de viagens para 2024 o Grupo Desportivo propõe um conjunto de viagens *City Breaks*, que querem continuar a ocupar um lugar junto dos associados. Estas viagens, logo que sejam marcadas e confirmadas pelo agente de viagens, não são passíveis de recuperação: são penalizadas em 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 noutro 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

[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 1101
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

Ensaio do Coro

À quinta-feira
a partir das 16.00h

Ensaio do Orfeão

À quinta-feira
às 18.00h

ATLETISMO

Rui Duque
tel.: 933255924
rui.carlos.duque@
bancobpi.pt

Pedro Figueiredo
tel.: 939702305
pedro.miguel.figuei-
redo@bancobpi.pt

Ana Pires
tel.: 22 607 43 00
norte@gdbpi.pt

Duarte Cardoso
tel.: 22 607 32 46
norte@gdbpi.pt

Francisco Barata
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

Carla Pinto
tel.: 93 970 05 25
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45
fatima1958pereira@
hotmail.com

João Sampaio
tel.: 22 607 32 49
norte@gdbpi.pt

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00
victor.camisao@
gmail.com

Jorge Teixeira
tel.: 91 823 20 57

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

Francisco Barata
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

Carla Pinto
tel.: 93 970 05 25
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45
fatima1958pereira@
hotmail.com

João Sampaio
tel.: 22 607 32 49
norte@gdbpi.pt

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00
victor.camisao@
gmail.com

Jorge Teixeira
tel.: 91 823 20 57

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

Francisco Barata
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

CAMPOS DE FÉRIAS

Oswaldo Silva
tel.: 21 723 42 70
sul@gdbpi.pt

Luis Remédio
tel.: 93 970 22 32
luis.filipe.remedio@
bancobpi.pt

Ana Pires
tel.: 22 607 43 00
norte@gdbpi.pt

Duarte Cardoso
tel.: 22 607 32 46
norte@gdbpi.pt

Francisco Barata
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

Carla Pinto
tel.: 93 970 05 25
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45
fatima1958pereira@
hotmail.com

João Sampaio
tel.: 22 607 32 49
norte@gdbpi.pt

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00
victor.camisao@
gmail.com

Jorge Teixeira
tel.: 91 823 20 57

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

Francisco Barata
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

Carla Pinto
tel.: 93 970 05 25
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45
fatima1958pereira@
hotmail.com

João Sampaio
tel.: 22 607 32 49
norte@gdbpi.pt

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00
victor.camisao@
gmail.com

Jorge Teixeira
tel.: 91 823 20 57

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

Francisco Barata
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

FOTOGRAFIA

Pedro Ferreira
tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferrei-
ra@bancobpi.pt

Luis Remédio
tel.: 93 970 22 32
luis.filipe.remedio@
bancobpi.pt

Ana Pires
tel.: 22 607 43 00
norte@gdbpi.pt

Duarte Cardoso
tel.: 22 607 32 46
norte@gdbpi.pt

Francisco Barata
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

Carla Pinto
tel.: 93 970 05 25
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45
fatima1958pereira@
hotmail.com

João Sampaio
tel.: 22 607 32 49
norte@gdbpi.pt

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00
victor.camisao@
gmail.com

Jorge Teixeira
tel.: 91 823 20 57

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

Francisco Barata
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

Carla Pinto
tel.: 93 970 05 25
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45
fatima1958pereira@
hotmail.com

João Sampaio
tel.: 22 607 32 49
norte@gdbpi.pt

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00
victor.camisao@
gmail.com

Jorge Teixeira
tel.: 91 823 20 57

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

Francisco Barata
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

MERGULHO

Pedro Ribeiro
tel.: 96 401 41 27
pedro.miguel.ribei-
ro@bancobpi.pt

Luis Remédio
tel.: 93 970 22 32
luis.filipe.remedio@
bancobpi.pt

Ana Pires
tel.: 22 607 43 00
norte@gdbpi.pt

Duarte Cardoso
tel.: 22 607 32 46
norte@gdbpi.pt

Francisco Barata
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

Carla Pinto
tel.: 93 970 05 25
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45
fatima1958pereira@
hotmail.com

João Sampaio
tel.: 22 607 32 49
norte@gdbpi.pt

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00
victor.camisao@
gmail.com

Jorge Teixeira
tel.: 91 823 20 57

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

Francisco Barata
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

Carla Pinto
tel.: 93 970 05 25
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45
fatima1958pereira@
hotmail.com

João Sampaio
tel.: 22 607 32 49
norte@gdbpi.pt

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00
victor.camisao@
gmail.com

Jorge Teixeira
tel.: 91 823 20 57

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

Francisco Barata
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

RAFTING

Pedro Ferreira
tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferrei-
ra@bancobpi.pt

Luis Remédio
tel.: 93 970 22 32
luis.filipe.remedio@
bancobpi.pt

Ana Pires
tel.: 22 607 43 00
norte@gdbpi.pt

Duarte Cardoso
tel.: 22 607 32 46
norte@gdbpi.pt

Francisco Barata
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

Carla Pinto
tel.: 93 970 05 25
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45
fatima1958pereira@
hotmail.com

João Sampaio
tel.: 22 607 32 49
norte@gdbpi.pt

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00
victor.camisao@
gmail.com

Jorge Teixeira
tel.: 91 823 20 57

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.man



JOSÉ CALDAS

[a fechar]

O Outono e a magia do Natal

Terminado o período de férias, entrámos no Outono com os dias mais cinzentos, mas conte com o seu Grupo Desportivo para dar um colorido a esses dias.

> Como demos nota na última edição, realizou-se o *rally-paper*, que proporcionou momentos de grande diversão e espírito de equipa. Os participantes puderam mostrar as suas habilidades e criatividade ao longo de desafios emocionantes, que tornaram esta actividade um verdadeiro êxito com memórias inesquecíveis.

Também tivemos a Semana da Saúde, uma iniciativa realizada em colaboração com a DPT do Banco. Esta semana foi dedicada à promoção do bem-estar, com várias palestras, *workshops* e actividades físicas que incentivaram todos a cuidar da sua saúde. A adesão foi fantástica, mostrando o compromisso de todos com um estilo de vida mais saudável.

O ano ainda não terminou, e já estamos empenhados em preparar

mais eventos para si. O tradicional Jantar de Natal aproxima-se, proporcionando um momento de confraternização entre todos os sócios.

Para os mais pequenos, teremos a tradicional entrega de brinquedos aos filhos dos colaboradores (lista de brinquedos que pode ser consultada nesta revista) acompanhada de um espectáculo de circo que promete encantar e divertir toda a família.

Também estamos a planear a Passagem do Ano, uma celebração que será marcada por muita alegria e entusiasmo.

E como este é o último *Associativo* deste ano, o Grupo Desportivo deseja a todos um Santo Natal e um excelente fim de ano, e contamos com a vossa presença nas próximas actividades.

Até breve!



“UNINDO SONHOS E REALIDADE”

**VENDA OU COMPRA, tem dúvidas ou
questões, CONTACTE-ME.**

CONTE COMIGO para apoio ou esclarecimento
e ganhe até **“3.500€”**

TIAGO LOPES

CONSULTOR IMOBILIÁRIO



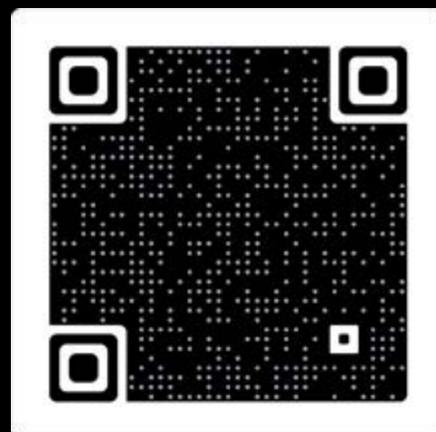
+351 965 495 053



tclopes@remax.pt



tl_real.estate



MAXIDOMUS, SOC.MED.IMO.,LDA.AMI 1718 CADA AGÊNCIA É DE PROPRIEDADE E GESTÃO INDEPENDENTE



GRUPO DESPORTIVO



RE/MAX
PAREDE

Grupo
Maxidomus
Cascais · Algarve · Costa de Prata



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.farmacaiinternacional.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

GRUPO DESPORTIVO



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.farmacaiinternacional.pt