

associativo

REVISTA DO GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL DOS EMPREGADOS DO BANCO BPI



[n.º 82 | Fevereiro
Abril
2025 | Trimestral | Distribuição
Gratuita | www.gdbpi.pt]

GRUPO DESPORTIVO



p. 60
O melhor
do Egito

p. 17
Gastromanias

p. 23
Caminho
de Santiago







p. 35
Calendário Nacional
de Atletismo 2025

p. 76
Apartamentos

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 os Sócios

A todos os nossos sócios e restantes colaboradores do Banco BPI desejamos um excelente ano de trabalho, com saúde e dinheirinho para gastos. Os colaboradores do Banco que não sejam sócios não sabem o que perdem, mas podem aceder a <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>. Não dói: a quota é um euro e meio, e logo percebem como têm andado perdidos.



OSVALDO SILVA

[DIRECTOR]

> Há pouco mais de um ano, esta Direcção estava a tomar posse, ao mesmo tempo que realizava o seu encontro anual com os colaboradores que ao longo do ano vão desenvolvendo ou ajudando a desenvolver as iniciativas que propomos aos sócios – sejam elas desportivas, culturais ou simplesmente lúdicas.

Hoje, passado o ano do desafio e quando olhamos para trás, assentámos ideias, acertámos algumas propostas, procurámos ouvir os sócios em relação a algumas matérias importantes para a gestão eficaz do Grupo, tomaram-se algumas medidas tendentes a uma melhor eficácia orçamental, mas sempre focados nos sócios, como pilar fundamental: afinal eles são o activo mais importante.

O respeito é peça fundamental na relação com os sócios, e se queremos fazer cada vez mais e melhor, como prometemos, temos também de saber muscular a estrutura orçamental por forma a garantir a saúde financeira do Grupo. Não é possível agradar a todos como é conhecido desde os primórdios da humanidade, julgo até que se tratará de uma característica da espécie, mas pelo menos devemos procurar tentar.

E é o que fazemos quando procuramos saber quais os objectivos a atingir seja quando desenhamos uma viagem, ou quando propomos uma caminhada, ou uma visita guiada ou um torneio de padel ou um S. Martinho ou o Jantar de Natal ou a Festa de Natal do Banco, ou colaboramos na semana da Saúde que o Banco apoia, ou num torneio de ténis de mesa ou de campo ou no *rally-paper* ou no que quisermos... e podia continuar a maçar-vos e a encher linhas.

Na verdade, não há nada que o Grupo não possa fazer: o Grupo propõe e o Sócio dispõe, participa ou não. Mas é neste participa ou não que o Grupo também vai percebendo os interesses da massa associativa que o compõe.

Hoje já nada é como era, o Grupo Desportivo já percebeu isso e tem procurado fazer um trabalho que de alguma forma contrarie essa tendência, não que sejamos adeptos do passado, mas porque entendemos que a meio caminho talvez possamos encontrar um equilíbrio entre gerações, entre interesses, a pedra piramidal; nem tudo o que é passado é mau, e nem só o presente é bom – porque em breve o presente vai ser passado, e o futuro sabe-se lá...

Mas o Grupo Desportivo também já percebeu que se trata de uma tarefa digna de Hércules e que só com o apoio de todos terá êxito, ou talvez de todos menos uma parte que nunca está disponível, ou talvez ainda de uma outra pequena parte que raramente ou só às vezes se preocupa. Pensamos que a grande maioria dos nossos sócios gosta de participar na vida do Grupo Desportivo. Esta é uma relação de respeito que vamos querer continuar a alimentar.

Esta revista é o reflexo desta “reflexão”: a oferta é vasta e apetitosa, tanto mais que contém várias peças de cultura culinária entre várias opções de visitas guiadas, espectáculos, apartamentos para férias, turismo rural, viagens em grupo ou individuais, torneios de padel, de ténis de mesa ou de campo, apoio a várias modalidades desportivas, um sem-fim de propostas que naturalmente irão ser escrutinadas pelos nossos associados. Também percebemos que nem sempre teremos a

disponibilidade necessária, e os custos associados não são despreciosos.

Pensamos muitas vezes que, para que esta ligação funcionasse melhor deveríamos ser capazes de conseguir uma melhor relação custo-benefício mais atraente e que melhor ajudasse à decisão de participar. Mas essa poderá ser uma outra reflexão a fazer. Nestas coisas da vida associativa nunca nada está fechado; e, ao contrário, o que hoje está em aberto pode ser o futuro amanhã.

Estamos a começar o ano e o que podemos prometer para 2025 é muito trabalho e muito respeito pelos sócios, procurando sempre encontrar novas soluções, outras soluções que estimulem a procura e a participação dos nossos sócios, porque com isso estamos seguramente a criar laços mais fortes e um espírito de equipa, de família, vagamente perdido por aí. Vamos ter de ser capazes de dar a volta por cima. Se já o fizemos ao covid...!

A todos os nossos sócios e restantes colaboradores do Banco BPI desejamos um excelente ano de trabalho, com saúde e um dinheirinho para gastos. Os colaboradores do Banco que não sejam sócios não sabem o que perdem, mas podem aceder a <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>. Não dói: a quota é um euro e meio, e logo percebem como têm andado perdidos.

Quanto a si, participe na vida do Grupo Desportivo, leia o Associativo, leia a newsletter mensal que lhe dá conta do que vai acontecer durante aquele período ou aceda a <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=41> navegue e escolha a sua participação.

Ah... e por favor aceite o meu abraço de amizade, é sentido.

ÍNDICE

EDITORIAL

03

CALENDÁRIO

05

VIDA ASSOCIATIVA

06

- 06 Assembleia Geral Ordinária
- 07 Atualização de dados
- 07 Vietname – o Despertar dos Sentidos
- 08 Vinhos da talha em Vila de Frades
- 08 Passagem de ano em Valpaços
- 09 *Réveillon* em Faro
- 10 Caminho Português de Santiago – 1.ª etapa
- 11 Caminho Português de Santiago – 2.ª etapa
- 12 Caminho Português de Santiago – 3.ª etapa
- 13 Caminho Português de Santiago – 4.ª etapa
- 14 Jantar de Natal do Grupo Desportivo
- 14 Circo de Natal no Coliseu do Porto
- 15 O Natal e a magia do circo
- 15 No S Martinho, voltámos aos Severianos
- 16 Gastromanias – Sim, são manias.
- 18 S. Martinho em Chaves
- 19 Vinhos de garrafeira a preços exclusivos.

CULTURA

22

- 22 Da Estação do Oriente à Póvoa de Santa Iria
- 22 Passadiços do Mondego
- 23 Caminho de Santiago
- 24 A visita guiada à Penha Longa
- 24 Da visita guiada à Academia das Ciências
- 25 Actividade do Coro do Grupo Desportivo
- 25 A visita guiada ao Museu do Benfica
- 26 O Porto “fora da caixa”
- 27 Castelo Novo, Belmonte, Covilhã
- 28 Curso de Cozinha Avançado
- 29 Curso de receitas fáceis
- 30 Minicurso de Peixes
- 31 Curso de Receitas Frescas

- 32 Workshop Menu Dia dos Namorados
- 32 Workshop Arroztes Portugueses
- 33 Workshop de Cozinha Africana
- 33 Workshop de cozinha mexicana
- 34 Em Cartaz

DESPORTO

35

- 35 Calendário Nacional de Atletismo 2025
- 36 Basquetebol – Época 2024 / 2025
- 37 Jogos de Salão 2024
- 37 Maratona de Jogos de Salão
- 38 Open da Flor de Laranjeira
- 39 Open do Outono 2024
- 40 Mais um ano a pescar
- 41 Balanço da Pesca no Norte e Centro, em 2024
- 42 Participação da Zona Centro, no Rio
- 43 Participação da Zona Centro no Mar
- 44 Torneio de Ténis de Campo
- 45 O II Torneio Interno de Ténis de Mesa 2024
- 46 I Torneio Interno de Ténis de Mesa 2025

FÉRIAS E VIAGENS

47

- 47 Calendário de Viagens para 2025
- 48 Florença e Veneza
- 51 Budapeste
- 54 Viagem à Albânia
- 57 Convívio de Reformados em Cabo Verde – Ilha da Boavista
- 60 O melhor do Egipto
- 64 Cruzeiro no Douro
- 66 Encontro de Reformados em Istambul
- 69 Viagem ao Japão
- 72 Viagens *City Breaks*
- 76 Apartamentos
- 77 Turismo rural

CONTACTOS

81

A FECHAR

82

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: Aida Machado, Ana Regina, António Rocha, António Vale (fotografia), Carlos Galvão, Célia Soares, Costa Pinto, Direcção Nacional, Emília Maia, Fátima Pereira, Fernando Ferreira, Hugo Gonçalves, Isabel Ricardo, José Caldas, José Duarte, Luís Remédio, Lurdes Teixeira, Manuel Correia, Manuel Teixeira, Manuela Moreira, Maria do Carmo, Mário Santos, Meninas do Lis, Osvaldo Silva, Pedro Ferreira, Pedro Ribeiro, Pilar Batoréu, Rui Simplício, Sónia Magalhães

Imagem da Capa: O melhor do Egipto
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. Não deixe de consultar os custos da mobilidade eléctrica em vigor desde 1 de Janeiro de 2025. 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 contracapa 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 de garrafeira a preços exclusivos – consulte a nossa proposta para este trimestre de Fevereiro a Abril, nas páginas de 19 a 21, ou vá a <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=45&parentid=41&detalheid=28175>

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:

> **Fevereiro**

01 – Gastromanias – até ao final de Abril, 40% de desconto na carne de porco à alentejana.

07 – Último dia para se inscrever no Curso de Cozinha – Avançado

10 – Último dia para se inscrever na visita guiada ao Hospital de São José – Antigo Colégio de Santo Antão

10 – Último dia para se inscrever no Workshop Menu do Dia dos Namorados

12 – Curso de Cozinha – Avançado

15 – Visita guiada ao Hospital de São José – Antigo Colégio de Santo Antão

15 – Último dia para se inscrever para o Caminho de Santiago a Finisterra e Muxía

15 – Workshop Menu do Dia dos Namorados

21 – Último dia para se inscrever para o Carnaval – Palace Hotel & Spa Termas de S. Miguel

> **Março 2025**

01 – Carnaval – Palace Hotel & Spa Termas São Miguel

07 – Último dia para se inscrever no Curso de Receitas Fáceis

08 – Caminho de Santiago a Finisterra e Muxía

08 – Último dia para se inscrever na visita guiada O Porto Fora da Caixa

09 – Último dia para se inscrever para a Viagem a Budapeste

10 – Último dia para se inscrever no Workshop Arroztes Portugueses

11 – Curso de Receitas Fáceis

15 – Visita guiada O Porto fora da Caixa

16 – Workshop Arroztes Portugueses

20 – Último dia para se inscrever nos Passadiços do Mondego

20 – Último dia para se inscrever para o Convívio de Reformados em Cabo Verde – Ilha da Boavista

25 – Último dia para se inscrever para o Granfondo Médio Tejo

28 – Último dia para se inscrever para o Caminho de Santiago

28 – Último dia para se inscrever para o Minicurso de Peixes

30 – Último dia para se inscrever na Viagem a Florença e Veneza

30 – Último dia para se inscrever na Viagem à Albânia

> **Abril**

01 – Apartamentos no Algarve e tabela de preços já disponível

02 – Minicurso de Peixes

03 – Último dia para se inscrever para a visita guiada a Castelo Novo Belmonte e Covilhã

07 – Último dia para se inscrever para o Workshop de Cozinha Africana

11 – Visita guiada a Castelo Novo, Belmonte e Covilhã

12 – Workshop de Cozinha Africana

22 – Assembleia Geral Ordinária – Convocatória – R&C

24 – Caminho de Santiago

> **Maiο**

02 – Último dia para se inscrever no Curso de Receitas Frescas

08 – Curso de Receitas Frescas

10 – Viagem a Florença e Veneza

12 – Último dia para se inscrever no Workshop de Cozinha Mexicana

17 – Viagem a Budapeste

17 – Workshop de Cozinha Mexicana

Convocatória

Assembleia Geral Ordinária

Nos termos da alínea a) 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 Dom João IV, n.º 640, na cidade do Porto, pelas 17.30 horas do dia 22 de Abril de 2025, com a seguinte:

Ordem de Trabalhos

1. Discutir e deliberar sobre o Relatório e Contas da Direcção, referente ao ano de 2024.
2. Outros assuntos de interesse geral.

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

Porto, 12 de Janeiro de 2025

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral



(Maria do Carmo Máximo Esteves Couto)

Nota 1: os elementos a discutir na assembleia geral – Relatório e Contas da Direcção – encontram-se à disposição dos sócios para consulta nas instalações do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI sitas na Rua Dom João IV, n.º 640, no Porto, e na Rua do Almirante Barroso, 32-r/c, em Lisboa.



Actualização de dados

Pense nisso: o Grupo Desportivo garante a privacidade dos dados, o sócio gasta uns poucos minutos a actualizar os dados que nos permitem levar até si a nossa informação, do que vamos fazer, do que lhe propomos.

Por Direcção Nacional

➤ Com o início de mais um ano, muitos de nós passaram à situação de pré-reforma e como tal deixaram de ter acesso ao e-mail do banco e aos respectivos contactos.

Nesse sentido solicitamos a todos os sócios que durante o ano deixaram de estar no activo para procederem à actualização dos seus contactos enviando um e-mail para norte@gdbpi.pt ou sul@gdbpi.pt

Também os sócios no activo que tenham alterado os seus dados pessoais ou profissionais devem proceder à respectiva actualização utilizando os endereços acima indicados.

O Banco BPI tem vindo a rejuvenescer os seus quadros com a entrada de novos colaboradores. Apelamos aos sócios no activo que falem a esses novos colabora-

dores do Grupo Desportivo e das respectivas vantagens em ser sócio para que os mesmos também possam usufruir, porque ser Grupo Desportivo BPI... compensa!

Na verdade esta mensagem serve para todos os sócios, que, por uma razão ou outra – não importa qual ou quais –, tem os seus dados desactualizados, quer seja o local de trabalho, a morada, o e-mail ou o registo do filho com idade não superior a 12 anos.

Pense nisso: o Grupo Desportivo garante a privacidade dos dados, o sócio gasta uns poucos minutos a actualizar os dados que nos permitem levar até si a nossa informação, do que vamos fazer, do que lhe propomos.

Pense com carinho na nossa proposta! <



A gastronomia deliciosa, os aromas das comidas de rua, as paisagens naturais deslumbrantes, a hospitalidade do povo, o cruzeiro na baía de Ha Long e o trânsito, uma loucura para nós, são destaques que não queremos esquecer.

Por Rui Simplicio

Vietname – o Despertar dos Sentidos

➤ A viagem ao Vietname foi realmente uma experiência fascinante: tivemos uma rica mistura de cultura, história, paisagens deslumbrantes e uma gastronomia deliciosa. O despertar dos sentidos pôde ser concretizado em muitos aspectos,



desde os aromas das comidas de rua, como o famoso *pho*, até às cores vibrantes dos mercados locais e às sonoridades da música tradicional.

As paisagens naturais, como as montanhas de Sapa, a baía de Ha Long e as planícies de Mekong, também proporcionam uma conexão profunda com a natureza; além disso, a hospitalidade do povo vietnamita e a riqueza das tradições locais tornaram a viagem ainda mais especial.

São indescritíveis o cruzeiro na baía de Ha Long, o Palácio Presidencial, o Mausoléu de Ho Chi Minh, em Hanói, e as cidades Da Nang e Ho Chi Minh, cada uma com a sua beleza e tradições diferentes entre o Sul e o Norte.

O trânsito, uma loucura para nós, na antiga Saigão com 12 milhões de habitantes, tem 9 milhões de motociclos, os acidentes quase não existem. Linda, a ponte de ouro segura entre duas mãos, com acesso através de 7 teleféricos.

Voltaremos. <





A prova de vinhos da talha em Vila de Frades é uma experiência única que celebra uma tradição vinícola muito antiga, típica da região do Alentejo. Estivemos em duas adegas – o almoço decorreu numa delas, com animação. Um agradecimento especial ao José Galante.

Por Rui Simplicio

Vinhos da talha em Vila de Frades

> A prova de vinhos da talha em Vila de Frades é uma experiência única que celebra uma tradição vinícola muito antiga, típica da região do Alentejo, em Portugal. Nesta localidade, os vinhos são produzidos em talhas de barro, um método que remonta a séculos e que confere características especiais aos vinhos.

Durante a prova, tivemos a oportunidade de degustar diferentes tipos de vinhos de talha – branco, palheto e tinto, aprendendo sobre o processo de produção e as particularidades de cada vinho.

É comum que as provas sejam acompanhadas por petiscos regionais, como queijos, torresmos, rissóis, enchidos e



pão, com o cozido de grão para almoço, proporcionando uma experiência gastronómica completa.

Além da degustação, fizemos uma visita ao Museu Centro Interpretativo do vinho da talha e à igreja matriz.

Estivemos em duas adegas – o almoço decorreu numa delas, com animação. Um agradecimento especial ao José Galante. <

Passagem de ano em Valpaços

De espírito alegre para viver os últimos dias do ano e com a pontualidade habitual, saímos do Porto pelas 14.30h. O sol acompanhou-nos até ao túnel do Marão.

Por Emília Maia

> Na saída do mesmo esperava-nos um nevoeiro intenso e frio. Chegadas a Valpaços, este dissipou-se e o frio foi esquecido ao entrar no Olive Nature Hotel SPA, da Quinta Valle de Passos – muito boa escolha do nosso organizador, Ribeiro.

Segui-se tempo livre para uma pequena visita à quinta, seguida de um bom jantar no restaurante Toronto.

Regresso ao hotel para uma noite de descanso em quartos belíssimos de tamanho XXL.

Na manhã seguinte, depois de um bom pequeno-almoço, saída para Mirandela, com tempo livre para uma pequena visita à cidade. De regresso a Valpaços, ao restaurante Toronto, fomos presenteados com um cozido à portuguesa com produtos regionais e locais.

Fizemos uma visita a pé pela cidade, onde pudemos comprar as famosas alheiras e o não menos famoso folar salgado. Voltámos ao hotel para usufruir de um pequeno repouso de preparação para a grande noite.

Dividido o grupo por mesas de 10 pessoas, jantámos, e bem, conversámos e brindámos ao novo ano, seguido pouco depois de um belíssimo fogo-de-artifício, já que pela noite dentro não faltou a dança com DJ e conjunto em dois salões.

No dia 1, esperava-nos, ao almoço, um delicioso cabrito assado.

Depois de três dias de convívio magnífico e ao chegar ao Porto, despedimo-nos com o desejo de nos vermos muito em breve.

Obrigada.

Grupo Desportivo BPI <



Réveillon em Faro



Uma Noite de Estrelas e Magia. A passagem de ano é sempre um momento especial, e neste ano, Faro proporcionou uma experiência inesquecível. No Hotel Eva, um dos melhores destinos da cidade, tivemos a oportunidade de celebrar o *réveillon* de uma maneira que superou todas as expectativas.

Por Rui Simplicio

> À chegada ao hotel, fomos recebidos por um ambiente elegante e acolhedor, com uma vista deslumbrante sobre o mar. As luzes da cidade reflectiam-se nas águas tranquilas, criando uma atmosfera mágica que prometia uma noite memorável. A decoração festiva, com detalhes que evocavam a celebração do novo ano, envolvia os hóspedes numa aura de alegria e expectativa.

O jantar de gala foi um verdadeiro banquete. Os pratos, elaborados com maestria, dançaram à volta de sabores tradicionais e contemporâneos, com as doze passas, enquanto os brindes com espumante ecoavam entre risos e conversas animadas. A música ao vivo animava o ambiente, convidando todos a levantar-se e a celebrar juntos.

À medida que a noite avançava, a ansiedade aumentava. A contagem decrescente para a meia-noite trouxe consigo uma onda de emoção. Quando o relógio finalmente marcou a entrada de 2025, o céu iluminou-se com um espectáculo de magnífico fogo-de-artifício.

As explosões de cor e luz reflectiam-se no mar, como se o próprio oceano estivesse a celebrar connosco. O brilho dos fogos parecia dançar em sincronia com os nossos corações, preenchendo-nos de esperança e novas promessas para o ano que se iniciava.

A festa continuou até madrugada, com



danças e sorrisos que pareciam não ter fim. Faro, com a sua charmosa mistura de tradição e modernidade, revelou-se o cenário perfeito para esta celebração.

Ao olhar para trás, percebo que o *réveillon* no Hotel Eva foi mais do que uma simples festa – foi uma experiência que ficará gravada na memória. A combinação da beleza do local, a qualidade do serviço e a energia contagiante dos presentes transformaram esta noite numa verdadeira celebração da vida e das novas oportunidades que nos aguardam.

Que venham mais *réveillons* assim, cheios de magia, amor e momentos únicos! <



Caminho Português de Santiago – 1.ª etapa

Ora bem, cá estamos nós, de novo, para mais uma aventura! Da Sé do Porto a Vairão. E que animação!!! São beijos, abraços, sorrisos... as saudades eram mais que muitas!

Por Sónia Magalhães

> Que bom que foi reencontrar a malta da Via Mariana, rever alguns companheiros do Caminho de Fátima... e contar com o regresso de alguns caminheiros com quem tive o prazer de fazer o meu primeiro caminho – o Caminho da Costa!!!

Quanto às meninas da cozinha.... bem, é melhor estar caladinha 😊. Distribuídas as credenciais, entregues as vieiras... só faltava a foto da praxe!

E assim começámos, pelas vielas da Sé, em alegre barulheira (sorte não termos levado com nenhum objecto ou líquido pela cabeça abaixo)!

Seguindo pelo centro da cidade do Porto, por entre obras e mais obras, lá fomos nós até ao Carvalhido, local onde pudemos escolher a confeitaria para o nosso usual pequeno-almoço.

À hora combinada, reunimo-nos junto à igreja “velha” para voltarmos ao caminho: atravessámos do concelho do Porto para Matosinhos, deste para a Maia... e alguns (muitos) quilómetros depois, eis que a nossa líder nos concede a tão desejada paragem técnica, também conhecida por “hora da banana”. E aqui levanta-se a questão: se foi graças à maçã que Eva e Adão conheceram o sexo (não sei se podia dizer isto...), se foi graças à maçã que Steve Jobs fez fortuna e se a nossa Célia não pode comer banana, porque não a “hora da maçã”?!<

Continuando... mais alguns quilómetros para ganhar direito e apetite para o almoço. Mas, entretanto, abençoada Madalena (mais uma boa aquisição para a cozinha), que nos levou uns “rebuçadinhos para a tosse”!

Como quase sempre, encontrámos um café “simpático” onde pudemos deleitar-nos com a nossa refeição... a que chamamos almoço. Há sempre quem aproveite para beber uma “bejeca”, e claro que o cafezinho no final também é sempre agradável.

E estava da hora de arrancarmos para o último “troço” desta primeira etapa, rumo a Vairão.

Aqui, no mosteiro, pudemos carimbar a nossa credencial, após o que já só faltava uma coisa: a nossa míni – geladinha, claro!

Foram 27km?! 30?! Não interessa: a etapa estava concluída sem contratempos, que é o que importa!

De regresso ao autocarro, lá voltámos nós ao Porto, com a malta ainda muito caladinha... vergonha? Cansaço? O que seja! Não se habituem, pois acho que na próxima etapa vamos compensar com muito barulho!!!

Até à próxima etapa, às 7.30h, nas Sete Bicas.

Bem hajam todos pela vossa companhia e boa-disposição.

PS: Ah, “obrigada”, Caldas, porque me dás sempre o “privilégio” de escrever a primeira crónica (já é a quarta vez... espero ser bem recompensada)!<



Caminho Português de Santiago – 2.ª etapa

Eis que chega a 2.ª etapa!!!! Vairão-Barcelos prometia ser uma longa jornada... e foi...

Por Célia Soares



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



> Chegado o dia 12 de Outubro às 7.30h nas Sete Bicas acontece o momento do reencontro. A expectativa é tanta, que todos chegam antes da hora marcada, e o último é mesmo o autocarro.

Desta vez a idade não perdoa, e não 1, nem 2 nem 3, mas há mesmo 5 aniversariantes, e o peso da idade faz-se sentir: a viagem é curta, e até Vairão só dá mesmo tempo para a nossa número um ler a sua crónica. Não estou a falar da moeda do tio Patinhas, embora fosse apropriado para um grupo do BPI, mas é mesmo a nossa Sónia – a gaja boa da cozinha!!!

Crónica lida e festa feita no autocarro – devo dizer início da festa –, as meninas não falham, e apesar de eu ser uma pessoa discreta e pouco sociável lá trouxeram as “gaitas” e os chapeuzinhos para poderem infernizar a vida aos restantes passageiros. Obrigada, meninas, mas não era preciso tanta coisa, e por favor mantenham a distância social regulamentar.

Pinto, nada tema, que desta vez a Marta está controlada!!!!

Chegados a Vairão, o café onde tinha ficado reservado o pequeno-almoço lá estava, e o pão e o café foram atacados.

De volta ao autocarro, seguimos até ao albergue para a célebre foto, e – agora, sim! – começa o caminho de hoje.

Daqui até ao almoço nada de muito relevante a assinalar, só mesmo uns patos

que se cruzaram connosco, a pausa, que desta vez para muitos começa a ser para a maçã e não para a banana, e o quase atropelamento e fuga levado a cabo por um jovem mal-encarado que estava seguramente a aprender a andar de moto – talvez umas aulas com a Belinha tivessem sido úteis.

Em São Pedro de Rates o almoço foi no Macedos, e como sobremesa a Moura e o Cardoso presentearam os caminheiros com um belo bolo e algo para o ajudar a deslizar pelas goelas. Estava muito bom: parabéns a quem confeccionou os produtos.

Agora é sempre a seguir até Barcelos, não sem antes termos oportunidade de ver um casamento... e como uma desgraça nunca vem só, estava prestes a chegar outro.

O caminho não é muito bonito: quase sempre por estradas secundárias vamos passando por diferentes localidades na expectativa de encontrar a ponte que nos leva até Barcelos. No percurso cruzámo-nos com alguns galos (de Barcelos) que iam anunciando a proximidade da cidade... devem ter sido colocados pela Rosa, pois a cidade nunca mais aparecia.

A partir de 30 quase dava para fazer linha a jogar bingo, tamanha era a diferença entre os quilómetros possíveis para a etapa.



Caminho Português de Santiago – 3.ª etapa



Ainda antes das 7.30h já toda a gente estava no parque de estacionamento das Sete Bicas, aguardando ansiosamente a chegada do autocarro que nos haveria de levar até Barcelos, onde daríamos início à 3.ª etapa, com destino a Ponte de Lima.

Por Manuel Teixeira

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



➤ O tempo estava de chuva e as previsões diziam que ela nos acompanharia durante toda a etapa, o que veio a acontecer: uma chuva fraca, mas persistente.

O autocarro chegou, rapidamente nos acomodámos nos bancos do costume, pois todos têm praticamente o seu lugar reservado. A conversa instalou-se e a boa-disposição fez-se notar, principalmente na cozinha, onde um grupo de meninas se encarrega de animar o grupo.

Cerca das 8.20h chegámos a Barcelos e em pequenos grupos dirigimo-nos para o Largo da Porta Nova para tomar café. Aqui pudemos apreciar a torre medieval, talvez a construção mais antiga da cidade – data do século XV –, onde funciona um museu. Em frente, a Igreja do Senhor Bom Jesus da Cruz, onde colocámos o primeiro carimbo e na sua escadaria tirámos a fotografia do grupo.



Numa extensa fila, começámos a caminhada que nos levou para fora da cidade. A estrada de alcatrão deu lugar a estradas estreitas de paralelos que rapidamente se tornaram caminhos empedrados. Entrámos numa zona de pequenas aldeias, rodeadas de extensos campos agrícolas e onde se adivinhavam grandes searas de milho; restava então o restolho.

O caminho central português é o caminho de Santiago mais percorrido em território nacional, muito bem sinalizado e onde não faltam albergues, tem ao longo do seu curso várias esculturas que evocam a figura quer do peregrino quer de Santiago.

Entretanto a chuva, ainda que fraca, obrigou-nos a vestir as capas dificultando o nosso avanço, mas a permanente boa-disposição minimizava o inconveniente.

Rapidamente o caminho degradou-se, era então de terra e de lama, obrigando-nos a desvios para não molhar os pés.

Chegámos a um sítio chamado Ponte das Tábuas de Balugães – uma ponte de pedra sobre o rio Neiva e mais abaixo um açude, criando um lençol de água. Numa das margens, uma praia fluvial composta de areia e relva, um local certamente aprazível no Verão.

O caminho de terra continuou até chegarmos à pequena aldeia de Balugães. Aqui atravessámos a estrada nacional 308, prosseguindo o caminho por uma estreita estrada de paralelos e de terra até que chegámos a um pequeno largo, onde se situa o albergue chamado Estábulo de Valinhas. Era cerca das 14h, a fome apertava, e embora os bancos de pedra estivessem molhados e caíssem algumas gotas de chuva, foi aqui mesmo que almoçámos.

Estamos a pouco mais de meio caminho, faltando ainda cerca de 14km. O caminho prosseguiu sem grandes alterações, mas começámos a encontrar alguns soutos, havia sítios em que o chão estava pejado de ouriços e castanhas. Foi difícil resistir à tentação de recolher algumas.

Caminho Português de Santiago – 4.ª etapa



Uma vez mais, os caminheiros reuniram-se nas Sete Bicas às 7,30h para dar início a nova etapa do Caminho Português de Santiago, de Ponte de Lima a Rubiães.

Por Lurdes Teixeira

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



➤ Iniciada a viagem e após as boas-vindas aos novos caminheiros (mais 3 se juntam ao grupo), a Team Leader descreve a etapa como sendo curta e de alguma dificuldade técnica devido à inclinação da serra da Labruja, tendo acrescentado que se nos pusermos de costas para a serra vemos o caminho sempre a descer. Enfim, são formas de ver as dificuldades.

Chegados ao local de partida, centro de Ponte de Lima, e após tomarmos o pequeno-almoço, tirámos a foto do grupo junto à ponte medieval de arcos e que terá dado o nome à localidade.

Iniciámos o percurso, atravessando a ponte medieval sobre o rio Lima, encontrando no final do tabuleiro uma escultura de pedra a desejar bom caminho aos peregrinos. O percurso é feito em trilhos ao longo do rio Labruja, sendo mais ou menos lineares nos primeiros 7km, subindo depois até aos 14,5km. A partir daí, é a descer até Rubiães.

A primeira paragem foi junto à loja Restauro à Sexta para mais um carimbo, e onde o presidente do Grupo Desportivo se vestiu como verdadeiro peregrino para a foto. Junto da loja existem informações das localidades e respetivas distâncias, sendo as mais importantes, no dia de hoje, as de Labruja (9 km), Rubiães (19 km) e Santiago de Compostela (159 km).

Seguimos por caminhos rurais e por ve-

zes com alguma água, consequência da chuva, o que nos obrigou a desviar para um campo com ervas e raízes, dando origem a várias quedas.

Passámos por Arcozelo e atravessámos o rio Labruja na ponte medieval do Arquinho ou da Jeira, que integrava a importante via militar romana Braga-Astorga. Depois da capela de S. Sebastião fizemos uma pausa para repor energias, mais conhecida como a paragem da banana. Seguindo viagem fomos até à capela e ao Cruzeiro de Sra. das Neves na fronteira das vinhas das zonas baixas do Lima e da montanha.

Após a Fonte das 3 Bicas, em Vinhó, sentimos a dureza desta etapa, pois em 3 km subimos até 436 metros de altitude, ponto mais alto do Caminho Português de Santiago. Os trilhos são bastante irregulares e pedregosos, e estão em mau estado. Encontrámos também uma árvore caída e ficámos a imaginar como a Eunice iria ultrapassar este obstáculo, mas desta vez foi ultrapassado sem ajudas e sem se abraçar à dita árvore. Mais uma vez são registadas quedas, desta vez com consequências graves para o relógio de um caminheiro. Antes do cume, uma nova paragem na Cruz dos Franceses ou Cruz dos Mortos, que recorda o sítio onde a população local emboscou os soldados franceses que compunham a retaguarda do exército napoleónico, em 1809.

Jantar de Natal do Grupo Desportivo



Como anunciado, no passado dia 20 de Dezembro o Grupo Desportivo realizou o já tradicional jantar de Natal nas instalações da AEP. Num ambiente que combinava com a época natalícia, o jantar decorreu como esperado.

Por José Caldas

> Logo na recepção, os participantes foram brindados com os aperitivos e a respetiva bebida para acompanhamento. As conversas animadas e os sorrisos eram prova de que o espírito de Natal estava vivo e pulsante.

À medida que o jantar prosseguia, a animação e a convivência nas mesas era o mais importante: uns a recordar passagens de momentos de quando trabalhavam; outros a contar passagens do nosso quotidiano, sempre acompanhados com música ambiente.

A noite culminou com uma sessão de

dança numa pista improvisada que se encheu de membros de todas as idades, provando que a energia do grupo é contagiante. Para muitos, a festa foi uma oportunidade de reatar laços e celebrar o espírito de equipa que caracteriza o Grupo Desportivo do BPI.

Ao despedir-se, todos levavam consigo não só as lembranças de uma noite inesquecível, mas também o reforço do sentimento de união que faz deste grupo uma verdadeira família.

Que venha 2025, com mais desafios e, claro!, mais festas como esta!



Circo de Natal no Coliseu do Porto



Conforme anunciado, realizou-se no passado dia 14 de Dezembro no Coliseu do Porto o tradicional circo de Natal para os colaboradores do Banco BPI e os seus familiares.

Por José Caldas

> Assistiram ao espectáculo cerca de 3500 pessoas divididas em duas secções.

Os espectáculos trouxeram momentos de magia, emoção e arte para todas as idades: trapezistas, malabaristas e palhaços arrancaram aplausos, risos e gargalhadas a crianças e adultos.

Na sessão da manhã, a Dra. Ana Rosas Oliveira falou sobre esta tradição nesta época do ano, e desejou a todos Boas Festas; já na secção da tarde as Boas Festas foram dadas pelo Dr. António Gon-

çalves, que aproveitou para ler um poema sobre o Natal.

No final dos espectáculos os colaboradores e os respectivos familiares deixaram o Coliseu com sorrisos de entusiasmo nos rostos, provando que mesmo em tempos modernos, o circo continua a ser um lugar onde os sonhos se tornam realidade.

Por último, um agradecimento especial ao Banco BPI, que proporcionou a realização deste evento e que delegou toda a logística no Grupo Desportivo.





O Natal e a magia do circo



No intervalo de cada sessão o Grupo Desportivo teve a oportunidade de agradecer a presença de todos e desejar a todas as famílias, também em nome do Banco BPI, um Feliz Natal e um Excelente Ano Novo.

Por Rui Simplicio

➤ O espectáculo do Victor Hugo Cardinali, reconhecido como o melhor circo em Portugal, é uma experiência incrível e cheia de emoções. Com uma mistura de acrobacias impressionantes, *performances* artísticas e uma atmosfera vibrante, assistimos a momentos de pura magia, com números que combinam habilidade, criatividade e entretenimento, fantásticos os camelos e os cavalos, criando um ambiente para todas as idades.

Além disso, a música ao vivo com uma orquestra cubana e a iluminação desem-



penharam um papel crucial na criação da atmosfera do circo, tornando cada número ainda mais fascinante. Adorei os palhaços. Foi lindo ver a alegria das crianças.

No intervalo de cada sessão o Grupo Desportivo teve a oportunidade de agradecer a presença de todos e desejar a todas as famílias, também em nome do Banco BPI, um Feliz Natal e um Excelente Ano Novo.

Mais um ano em que foram perfeitos o divertimento, a alegria e a criatividade que o circo nos proporcionou.



No S Martinho, voltámos aos Severianos



O almoço foi óptimo: as castanhas cozidas, uma maravilha; as assadas, boas; o vinho, melhor que a água-pé; os doces, uma delícia, e o convívio juntou-nos a todos.

Por Rui Simplicio

➤ O S. Martinho é uma tradição popular em várias regiões de Portugal, e o Grupo Desportivo organiza este evento sempre com muito carinho, e hoje consegue ser uma das festas que reúnem o maior número de associados.

A data é celebrada no dia 11 de Novembro (por nós foi no dia 16) e marca o fim das colheitas. A festa é muitas vezes associada à degustação de produtos típicos, como o vinho novo, a água-pé e as castanhas assadas.

Durante esta época, realizam-se festividades que incluem música, danças e partilha de refeições, sempre numa atmosfera de confraternização.



O S. Martinho é conhecido por ter compartilhado o seu manto com um mendigo e simboliza a generosidade e a bondade.

O almoço foi óptimo; as castanhas cozidas, uma maravilha; as assadas, boas; o vinho, melhor que a água-pé; os doces, uma delícia.

A música não foi indiferente e fez a dança ser constante. Marcaram presença os mais novos e os menos novos.

Em 2025 prometemos uma festa ainda maior e melhor.

Gastromanias – Sim, são manias.



- 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
★★★★★

Carne de porco à alentejana

> O prato tem origem na costa algarvia, quando uns amigos do Estoril e de Setúbal, com cerca de 18-19 anos, por volta de 1929, no fim de um dia de praia em que apanharam conquilhas, voltaram a casa com fome e decidiram usar os ingredientes que tinham disponíveis. Prepararam então carne de porco frita em

azeite e adicionaram as conquilhas. Fritaram batatas em cubos e adicionaram o preparado ao topo, e alguns pickles que havia na casa. Mais tarde nesse dia, um dos pais dos adolescentes que tinha um restaurante chamado A Alentejana, ao provar a iguaria, decidiu cunhar o prato hoje em dia conhecido. <

Restaurante do trimestre: Zé Varunca (Oeiras)

História: Inaugurado pela primeira vez em 1981, o Restaurante Zé Varunca marcou o panorama gastronómico da cidade de Estremoz durante quase 20 anos. A migração para a Parede em 2002 marca a vontade que Zé Varunca já demonstrava de levar o Alentejo cada vez mais longe. Essa sua vontade é tão bem-recebida na capital, que o “obriga” a abrir outros restaurantes. Primeiro em Oeiras, em 2004, e depois no centro de Lisboa, em 2007. Actualmente, com qualidade reconhecida pelos clientes, os restaurantes do Zé Varunca concentram os seus esforços gastronómicos na vila de Oeiras, onde o Alentejo vive em louças de barro.

Preço da dose: 22,50 euros

Preço de sócio: 13,50 euros
(40% de desconto)

Como reservar e obter o desconto?

Peça o seu *voucher* ligando para o Grupo Desportivo – 92 578 47

18 ou 21 723 42 13. O *voucher* é enviado por SMS para o número móvel que indicar. O SMS deve ser mostrado no restaurante, no acto de pagamento. Desconto de 10% aplicado pelo restaurante. Restantes 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. O desconto incide apenas sobre o prato em destaque. Válido no período 01/02/2025 a 30/04/2025 independentemente do n.º de doses ou pessoas.

Localização e Reservas

Morada: Av. Eng. Bonneville Franco, 22 – 2770-055 Paço de Arcos

Tel: 21 441 18 39

Email: geral@zevarunca.com

Website: <https://zevarunca.com/>

Horário: 12.00h às 15.00h e 19.00h às 22.30h | Encerra ao Domingo



40% DESCONTO Carne Porco à Alentejana

Peça o seu *voucher* ligando para o Grupo Desportivo 925784718 ou 217234213. O *voucher* é enviado por SMS para o número móvel que indicar. O SMS deve ser mostrado no restaurante, no ato de pagamento. Desconto de 10% aplicado pelo restaurante. Restantes 30% de desconto via reembolso pelo Grupo Desportivo, após envio da fatura 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 01/02/2025 a 30/04/2025 independentemente do n.º de doses ou pessoas.

Receita da carne de porco à alentejana

Fonte: *Cozinha Tradicional Portuguesa*, de Maria de Lurdes Modesto, Editora Verbo, 1986

Ingredientes

(4 pessoas)

1kg de carne de porco
1 kg de amêijoas
6 dentes de alho
3 folhas de louro
4 colheres (de sopa) de massa de pimentão
1,3 dl de vinho branco
1 colher (de sopa) de sal
2 colheres (de sopa) de banha
0,5 dl de azeite
pimenta
coentros
limão
batatas
óleo



Interior muito típico do Restaurante Zé Varunca, em Oeiras.

Pré-preparação:

1. Cortar a carne em pedaços pequenos e temperar com os alhos bem esmagados, o sal, o louro e a massa de pimentão. Esfregar bem na carne e tapar. Deixar marinar por 24 horas no frigorífico;
2. Cerca de 3 horas antes de cozinhar, juntar o vinho branco à carne e deixar marinar.

Preparação:

1. Aquecer a banha e o azeite numa panela. Escorrer a carne, reservando a marinada. Fritar a carne em 2 ou 3 levadas até dourar, reservando a que estiver cozinhada;
2. Voltar a juntar a carne à panela e regar com a marinada. Deixar cozinhar cerca de 20/30 minutos. Quando estiver quase pronto, juntar as amêijoas e os coentros picados. Deixar as amêijoas abrir e desligar o lume;
3. Servir sobre um prato com batatas fritas aos cubinhos, polvilhado com coentros e regado com sumo de limão.

S. Martinho em Chaves

Foi um fim-de-semana não só com um clima muito agradável, mas, também, com belas paisagens, convívio, animação e degustação de muitos e bons sabores típicos da região trasmontana.

Por Meninas do Lis



➤ Corria o ano de 337, no século IV, a Europa estava a ser assolada por um Outono duro e frio.

Conta a lenda que um cavaleiro gaulês, chamado Martinho, encontrou um mendigo a sofrer com frio e sem ter como ajudá-lo com bens materiais, teve a nobre atitude de rasgar ao meio o seu manto e ofereceu agasalho ao homem necessitado.

A lenda reza que tal gesto foi reconhecido pelo Divino, que fez que a tempestade tivesse amainado, e o, sol reaparecido. Daqui surgiu a tão utilizada expressão “Verão de São Martinho”.

Seja lenda ou realidade, o que é um facto é que o “Verão de São Martinho” voltou a acontecer no ano de 2024 e prolongou-se pelo fim-de-semana de 16 e 17 de Novembro, dias em que se realizou o tradicional encontro de São Martinho do Grupo Desportivo, neste ano em Trás-os-Montes.

Foi um fim-de-semana não só com um clima muito agradável, mas, também, com belas paisagens, convívio, animação e degustação de muitos e bons sabores típicos da região trasmontana.

O evento teve início no dia 16 de Novembro, no Porto, junto do Estádio do Dragão, onde o grupo se reuniu e de onde partiu em direcção a Vila Real.

Em Vila Real foi feita uma pequena paragem para apreciar a bela paisagem e conhecer um pouco da cidade.

Em seguida, foi retomada a viagem com

destino a Chaves, uma bela cidade raiana portuguesa, localizada na sub-região do Alto Tâmega.

Bem no centro da cidade de Chaves, o grupo BPI ficou instalado no Hotel Premium Chaves – Aquae Flaviae localizado no espaço envolvente das Termas de Chaves, onde a água brota a 76°C, bicarbonatada e rica em minerais, indicada para estimular as funções metabólicas e orgânicas, com efeitos anti-inflamatórios, sendo uma excelente forma de combater a dor.

A noite de sábado, com jantar incluído, foi destinada ao convívio entre colaboradores, ex-colaboradores BPI e respectivas famílias, que em conjunto se divertiram e saborearam as iguarias típicas de Trás-os-Montes.

Após o jantar, a noite foi animada pelo Grupo Concertinas do Monumento.

As saborosas e quentinhas castanhas, acompanhadas de jeropiga, não faltaram ao evento e estavam deliciosas!

A noite foi fechada com chave de ouro pelos organizadores do evento, que tiveram a amabilidade de selar este fim-de-semana, com a oferta aos participantes de uma garrafa de Licor de Castanha da Quinta das Covas.

O dia de domingo amanheceu em Chaves com um sol maravilhoso, muito convidativo para conhecer o património natural, cultural e histórico da cidade.

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



Vinhos de garrafeira a preços exclusivos.



O trimestre de Fevereiro a Abril celebra vinhos mais estruturados, a pedir pratos de conforto ainda invernosos mas também opções mais leves para a entrada na Primavera, sempre com descontos até 30 euros por garrafa!

Por Pedro Ferreira

1) 4 opções de vinhos seleccionados da casta Touriga Nacional, a preços exclusivos.

2) Oferta de 1 garrafa de Malmequer Tinto, em encomendas superiores a 35 euros



3) Oferta de um saca-rolhas personalizado com o seu nome, em encomendas superiores a 100 euros

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

Tema do Trimestre Touriga Nacional

Vinho em destaque
desconto
€8,50
por garrafa



Zom Grande Reserva Tinto 2020

Preço: 30 euros
Sócios: 21,50 euros
Notas de prova*: DOC Porto e Douro; Zom Touriga Nacional Grande Reserva é um vinho tinto com aromas intensos a frutos pretos maduros, fruta fresca, *nuanças* balsâmicas, especiarias e notas de mineralidade. Tem taninos suaves e redondos, suculentos e elegantes, juntamente com uma extraordinária frescura.
Servir/desfrutar: Carnes vermelhas e carnes de caça ou pombo selvagem assado no forno.

Vinho em destaque
desconto
€4,60
por garrafa

Musgo Tinto 2022

Preço: 14,50 euros
Sócios: 9,90 euros
Notas de prova*: DOC Dão e Lafões; aroma floral, com violeta e alguma cereja e com um toque de eucalipto. Elegante e fresco, na boca é suave, rico em fruta vermelha e com um final fresco.



Herdade da Amada Tinto 2022

Preço: 19 euros
Sócios: 12,80 euros
Notas de prova*: DOC Alentejo; Violeta-rubi profundo. Nariz de grande elegância e carácter varietal, limpo, fresco e balsâmico, com destaque para framboesa fresca, casca de laranja e violetas em crescendo com o tempo no copo, num casamento perfeito com a barrica. Ataque subtil, com toda a delicadeza a crescer para uma harmonia de grande amplitude ao longo da prova, com estrutura polida e boa untuosidade. No final de boca, as notas florais e mentoladas, com ligeira tosta de fundo bem integrada, deixam-nos uma ótima e duradoura sensação de prazer.
Servir/desfrutar: Borrego assado aromatizado com alecrim, coelho na brasa com temperos arrojadados e exóticos. Sobremesas onde o chocolate negro seja rei, ou queijos de cura prolongada.

Vinho em destaque
desconto
€6,20
por garrafa

Vinho em destaque
desconto
€3,10
por garrafa

Ribeiro Santo Tinto 2020

Preço: 12,50 euros
Sócios: 9,40 euros
Notas de prova*: DOC Dão e Lafões; cor rubi concentrada, com nuances violeta. Aroma expressivo a amoras e cereja preta, flores selvagens e alguma especiaria. Estruturado, com taninos finos e bem integrados com a barrica. Fim de boca expressivo e fresco, de bom volume e boa persistência no retrogosto.
Servir/desfrutar: Combina na perfeição com carne assada, risoto de cogumelos e queijos suaves.



Infinitude "Colares" – Malvasia Branco 2020

Preço: 79 euros

Sócios: 48 euros

Notas de prova*: DOC Lisboa/Bucelas/Colares; na cor é de um amarelo esverdeado muito cristalino, claramente varietal com um aroma predominante floral e herbal com notas de fruta branca como ameixa ou mesmo líchia; na boca o sal é predominante com a madeira a equilibrar o conjunto.

Servir/desfrutar: Pratos de peixes mais elaborados e condimentados. Acompanha muito bem um *carpaccio* de peixe branco com uma pincelada de mostarda, um arroz de berbigão com coentros, um linguado à Meunier, ou mesmo umas ervilhas no tacho com um toque de hortelã. Servir a 12°C.

Vinho em destaque
desconto
€30
por garrafa



Infinitude "Colares" – Ramisco Tinto 2015

Preço: 65 euros

Sócios: 48 euros

Notas de prova*: DOC Lisboa/Bucelas/Colares; quando jovem apresenta cor rubi e grande agressividade taninosa, características que se vão esbatendo ao longo do estágio. Nariz muito característico da casta, relacionado com ginja e leve resina de cedro. Na boca apresenta carácter atlântico e balsâmico. Textura seca e austera com uma acidez mineral vincada.

Servir/desfrutar: Casa muito bem com assados de carne, caça e cogumelos. Beneficia com a abertura prévia da garrafa e/ou decantação, e deve ser servido a uma temperatura de 18º-19 °C.

Vinho em destaque
desconto
€17
por garrafa



Dona Paterna – Alvarinho Branco 2023

Preço: 14,85 euros

Sócios: 9,85 euros

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

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

Vinho em destaque
desconto
€5
por garrafa



Rapariga da Quinta Reserva Tinto 2021

Preço: 15 euros

Sócios: 10,40 euros

Notas de prova*: DOC Alentejo; cor rubi e boa concentração, aroma profundo e complexo de fruta madura e bem integrada com a madeira. Na boca é equilibrado, com taninos aveludados e em grande harmonia com a fruta, resultando num final longo e intenso.

Servir/desfrutar: Ideal para acompanhar pratos tradicionais de cozinha mediterrânea, carnes assadas ou grelhadas e queijos fortes.

Castas: Alicante Bouschet, Aragonês e Touriga Nacional

Vinho em destaque
desconto
€4,60
por garrafa



Casa da Atela Petit Verdot Tinto 2020

Preço: 13 euros

Sócios: 9,65 euros

Notas de prova*: DOC Tejo; apresenta-se de cor rubi intensa, aromas de frutos vermelhos e algumas notas de pimentos maduros; apresenta taninos firmes e intensos de excelente dimensão e frescura a proporcionar final longo, intenso e muito fresco.

Prémios: Grande Ouro International Awards VIRTUS (2023), Medalha Ouro Concurso Vinhos de Portugal (2023).

Vinho em destaque
desconto
€5,50
por garrafa



Memórias de Santar Reserva Tinto Tinto 2021

Preço: 15 euros

Sócios: 11,70 euros

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

Castas: Alfrocheiro, Alicante Bouschet e Touriga Nacional

Vinho em destaque
desconto
€3,30
por garrafa



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



Ataide Semedo Cuvée Bruto Branco 2021

Preço: 14,50 euros
Sócios: 11,30 euros

Notas de prova*: DOC Bairrada/Beiras; no nariz denotam-se os citrinos, leve levedura e maçã verde. Na boca a bolha é suave, sedosa e *crémant*. Acidez viva bem integrada, final longo e harmonioso.

Servir/desfrutar: *Appetizers*, peixes, carnes, marisco e sobremesas

Castas: Bical, Cerceal, Chardonnay e Pinot Noir

Vinho em destaque
desconto
€3,20
por garrafa



Quinta do Convento Branco 2021

Preço: 13,90 euros
Sócios: 10,80 euros

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

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

Vinho em destaque
desconto
€3,10
por garrafa



Qm Rosé 2023

Preço: 11,95 euros
Sócios: 8,90 euros

Notas de prova*: DOC Vinhos Verdes; de cor ligeira, tem aromas de frutos vermelhos, infusão de mentas e casca cítrica. Muito fresco e persistente.

Servir/desfrutar: Saladas, aperitivos, massas e arroz de peixes e marisco ou queijo amanteigado.

Castas: Alvarinho e Sousão

Vinho em destaque
desconto
€3,05
por garrafa



Anexo Branco (Intervenção Mínima) Branco 2023

Preço: 13 euros
Sócios: 9,25 euros

Notas de prova*: DOC Alentejo; cor amarelo-dourado. Nariz expressivo com fruta branca e alguns frutos tropicais. Profundo e mineral, remetendo para a talha de barro. Na boca tem boa acidez, suavidade no ataque e equilíbrio na prova, revelando-se seco e com boa ligação a comida.

Servir/desfrutar: Ideal para acompanhamento de carnes brancas, saladas frias, pratos de peixe no forno ou grelhados, massas, risotos e queijos.

Castas: Antão Vaz e Roupeiro

Vinho em destaque
desconto
€3,75
por garrafa



Vinho em destaque
desconto
€2,60
por garrafa

Casa de Saima Vinhas Velhas Tinto 2018

Preço: 13 euros
Sócios: 10,40 euros

Notas de prova*: DOC Bairrada/Beiras; cor rubi. Aroma a notas de frutos vermelhos maduros e especiarias balsâmicas. Redondo e intenso, com bom equilíbrio e final persistente.

Castas: Baga



Omnia Tinto 2021

Preço: 10 euros
Sócios: 7,40 euros

Notas de prova*: DOC Porto e Douro; no nariz, tem aromas de frutos pretos, fruta vermelha madura com uma componente floral, particularmente esteva. Na boca, é encorpado, com ameixa preta, cassis, taninos firmes e um final persistente.

Castas: Sousão, Tinta Roriz, Touriga Franca e Touriga Nacional

Vinho em destaque
desconto
€2,60
por garrafa



Vinho em destaque
desconto
€2,35
por garrafa

Penalva Petnalva Branco 2020

Preço: 11 euros
Sócios: 8,65 euros

Notas de prova*: DOC Dão e Lafões; cor citrina, aroma elegante, integrado com fruta vínica da casta. Na boca é macio e persistente. Acidez fresca e equilibrada.

Castas: Malvasia Fina



Vinho em destaque
desconto
€9,65
por garrafa

Clara Medronho (500 ml)

Preço: 50 euros
Sócios: 40,35 euros

Notas de prova*: DOC Alentejo; aguardente de medronho encorpada e incrivelmente profunda, o paladar é rico em sabores. O volume alcoólico, feito do modo tradicional da serra, confere-lhe corpo e boa acidez com final pronunciado.



Vinho em destaque
desconto
€4,90
por garrafa

Barão de Vilar Porto 10 Anos White (500 ml)

Preço: 17 euros
Sócios: 12,10 euros

Notas de prova*: DOC Porto e Douro; cor dourada com rasgos de âmbar. Soberbos aromas a frutos secos e baunilha especiada enfatizados por notas de casca de laranja cristalizada. Na boca, notas elegantes de amêndoas tostadas e figos secos que se entrelaçam e se estendem indefinidamente. A sua textura macia e sedosa é equilibrada por uma acidez brilhante. Final de boca prolongado.



Mais notas de prova em:

<https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=45&parentid=41&detalheid=28175>





O percurso de 12 km foi sem dúvida agradável, sempre com o Tejo a acompanhar, e ainda com o privilégio de podermos ver e ouvir o cantar das aves, que decidiram aparecer.

Por Aida Machado

Da Estação do Oriente à Póvoa de Santa Iria

> Depois das merecidas férias, o reencontro foi espectacular, pois já tínhamos muitas saudades de todos, e com pena daqueles que não puderam estar presentes, lá começámos o nosso caminho em direcção aos passadiços.

O S. Pedro foi nosso amigo, pois o tempo não poderia estar melhor: sem muito sol e com temperatura ideal. O percurso de 12 km foi sem dúvida agradável, sempre com o Tejo a acompanhar, e ainda com o privilégio de podermos ver e ouvir o cantar das aves, que decidiram aparecer.

Chegados à Póvoa, foi hora do cafezinho, e de recuperar as forças, para o último per-



curso, que seria sem dúvida muito cansativo... o de comboio.

Foi sem dúvida uma caminhada muito gratificante, em todos os aspectos, apesar do seu pequeno percurso.

Aguardamos ansiosamente pela próxima. <



Os passadiços do Mondego, na Guarda, são talvez os mais extensos e bonitos do País.

Por Fátima Pereira

Passadiços do Mondego

> Este percurso pelas margens do rio Mondego e seus afluentes tem cerca de 12 km, sendo 7 km em passadiço, e os outros 5 km, por caminhos já existentes. O caminho começa junto à Barragem do Caldeirão, e termina já na montanha, em Videmonte.

No percurso, podemos admirar, entre outras, o Miradouro do Mocho Real, escombrelas e cascalheiras, para além da bela paisagem que a natureza nos proporciona, tais como o rio Mondego, com as



suas águas límpidas, a fauna rica e única, e o chilrear das aves, ao longo de todo o percurso. <

Programa

29 de Março – Saída de Lisboa, em direcção à Guarda, jantar e dormida
30 de Março – Passadiços, almoço e regresso a Lisboa

Realização: 29 e 30 Março

Inscrição até: 20 de Março

Ponto de encontro: Sete-Rios, junto à entrada do Jardim Zoológico

Hora: 15,00h

Valor: 150 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 130 euros

Suplemento de quarto individual:

40 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: entrada nos passadiços, alojamento, autocarro, almoço, jantar e seguro

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>. Deve ter boa preparação física, usar calçado e

roupa adequados, levar merenda e ou suplemento alimentar, e água, para durante o percurso. 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



Caminho de Santiago



Podemos chamar, ou não, a este caminho, peregrinação, pois é feito por questões de fé e não só: desporto, contacto com natureza, espiritualidade, e busca interior. Há inúmeras razões que movem milhares de peregrinos, e todas elas são válidas.

Por Fátima Pereira

> Reza a lenda que os restos mortais do apóstolo Tiago foram levados pelos seus discípulos numa viagem marítima de Jerusalém até Iria Flávia, na Galiza, onde foram sepultados. O local era desconhecido até o pastor Pelayo ver uma estrela que rasga o céu e lhe indica o túmulo no monte Libradón. A notícia espalha-se, e o bispo Teodomiro, da diocese de Iria Flávia, revela a existência de uma arca de pedra e dos restos mortais de Santiago. Afonso II manda erguer uma igreja para assinalar o local. Rapidamente a notícia se difunde, e o número de peregrinos começa a aumentar. Assim cresce Santiago de Compostela como destino de peregrinação cristã a par de Roma e Jerusalém. Ao longo dos séculos e com a história que todos conhe-

ceamos, o caminho de Santiago de Compostela foi sendo esquecido até finais do século XX.

O passo mais importante para o resurgir do Caminho de Santiago foi dado pelo papa João Paulo II quando visitou Santiago de Compostela em 1982, sendo o primeiro papa a visitar o túmulo do apóstolo. Surge a partir daqui um regresso de milhares de peregrinos ao Caminho de Santiago e esta peregrinação é feita por questões de fé e não só: desporto, contacto com natureza, espiritualidade e busca interior. Há inúmeras razões que levam milhares de peregrinos e todas elas são válidas, pois têm em comum e vão muito além de Santiago de Compostela: é uma experiência para a vida!



Programa

24 de Abril – Lisboa a Valença – cerca de 5 horas de viagem
 25 de Abril – Valença – Porriño ≈ 19,5 km
 26 de Abril – Porriño – Redondela ≈ 16 km
 27 de Abril – Redondela – Pontevedra ≈ 20,8 km
 28 de Abril – Pontevedra – Caldas de Reyes ≈ 21,5 km
 29 de Abril – Caldas de Reis – Padrón ≈ 19,3 km
 30 de Abril – Padrón – Santiago ≈ 26,5 km
 01 de Maio – Santiago – Lisboa – cerca de 6 horas de viagem

Realização: de 24 de Abril a 1 de Maio

Inscrição até: 28 de Março

Ponto de encontro: a indicar

Hora: a indicar

Valor: 510 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 430 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: viagem de ida e volta, acompanhamento por guia, alojamento (7 noites) em albergues, transporte de malas entre etapas, credenciais do peregrino, concha e seguro

Inscrição não inclui: alimentação e despesas de carácter pessoal

O pagamento poderá ser efectuado em até: 10 (dez) prestações, com início na data da inscrição

Recomendações: faça a inscrição

on-line na sua área pessoal, em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Deve ter boa preparação física e usar roupa e calçado adequados. As inscrições são limitadas, com mínimo de 6 e máximo de 12

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 e Luísa Amorim





A visita guiada à Penha Longa



Sintra é um lugar onde a história e a natureza se entrelaçam de maneira mágica, criando uma atmosfera que encanta todos os visitantes.

Por Ana Regina

➤ O alegre grupo, formado por 31 pessoas, aproveitou o dia como uma celebração da vida, onde cada momento se torna precioso e digno de ser vivido com intensidade e alegria.

A nossa primeira paragem foi no Mosteiro da Penha Longa, um lugar com história profunda. Fundado no século XIV pelos monges da Ordem de São Jerónimo, o mosteiro está cercado por paisagens deslumbrantes. Caminhámos pelos corredores e apreciamos os detalhes arquitectónicos que guardam séculos de história.

Seguimos para os Jardins do Palácio do Ramalhão, onde actualmente funciona um colégio privado. Este palácio, outrora frequentado pela família real portuguesa, é rodeado por jardins exuberantes que combinam o estilo romântico com a sofisticação clássica. Fomos amavelmente guiados pela irmã Teresa de Carvalho Ribeiro e desfrutámos dos belos jardins que contam com arcos de pedra, mandados construir pela rainha consorte D. Carlota Joaquina, que lá viveu por 2 anos.

As 13h já era hora do almoço... O Restaurante Beira-Rio esperava-nos com a mesa posta. Das entradas às sobremesas tudo saiu como esperado. Passamos lá um

bom tempo de convívio, a construir memórias.

Encerrámos o dia a visitar o *châlet* Biesler, uma jóia arquitectónica que parece saída de um conto de fadas. O *châlet* é famoso pela sua beleza singular e por estar rodeado por um bosque que realça a sua aura mística. A construção, que combina elementos neogóticos e românticos, merece ser examinada e admirada; já a decoração, está forçada e mais parece um cenário de filme americano. Enfim, deve haver turistas que a apreciem. A vista das serras é impressionante, destacando-se ao alto o Castelo dos Mouros.

Este passeio, capitaneado pela amorosa Fátima Pereira e com as pertinentes observações históricas do Prof. Miguel Soromenho, foi muito mais do que uma visita a lugares históricos: foi um convite para desfrutar a vida.



Da visita guiada à Academia das Ciências

Foi numa manhã chuvosa e melancólica que visitámos a Academia das Ciências. Mas ficou a vontade de voltar, e de até lá ir, acompanhando os eventos que aí se realizam no *site* da Academia.

Por Isabel Ricardo

➤ Foi numa manhã chuvosa e melancólica que visitámos a Academia das Ciências.

Após um belo passeio pelas ruelas do Bairro Alto, fizemos uma expedição muito interessante à Academia das Ciências, onde o passado, o presente e o futuro se interligam de forma harmoniosa.

Fomos acompanhados pelo Professor Miguel Soromenho e pela Dra. Inês, que nos foram deslumbrando com descrições e curiosidades que nos fascinaram.

Desta visita ficou a vontade de voltar, e de até lá ir, acompanhando os eventos que aí se realizam no *site* da Academia.





Actividade do Coro do Grupo Desportivo



O Coro do Grupo Desportivo BPI participou no concerto de Ano Novo, no Museu do Dinheiro, em conjunto com vários grupos corais do sector bancário.

Por Manuela Moreira

> O nosso coro teve a sua actuação premiada com um agradecimento do público, manifestado através de uma intensa ovação, o que nos transmitiu um sentimento imenso de orgulho por dele fazermos parte.

Ainda no passado recente actuámos com muito agrado:

- No Concerto de Natal no Convento dos Cardaes,
- No Concerto de Natal no Convento de S. Pedro de Alcântara;
- No Concerto de Natal no Lar dos Bancários, em Azeitão.



Estamos gratos ao nosso maestro José Eugénio Vieira, que, como nosso mestre, nos conduz ao aperfeiçoamento constante de cada tema cantado.

Resultam estas boas *performances* numa procura de mais pessoas a querer fazer parte do coro.

Estamos também muito gratos ao Grupo Desportivo do BPI por sempre ter acreditado na grande valia cultural do nosso coro.

Temos agendada uma próxima actuação para o dia 14 de Fevereiro a convite do Centro de Dia da Ajuda, na Igreja de N.S. do Carmo, estando ainda em fase de confirmação de todos os elementos.

Se és ou foste colaborador do Banco BPI e gostavas de experimentar, aparece à quinta-feira, por volta das três e meia da tarde, no ensaio do coro. Quem sabe...!?



Foi com grande expectativa que os irrequietos sócios do Grupo Desportivo do BPI foram ao "Glorioso" estádio do Benfica.

Por Regina Faria

A visita guiada ao Museu do Benfica

> O Museu do Benfica – Cosme Damião reúne os grandes temas da história do Sport Lisboa e Benfica, da cidade de Lisboa e do mundo. Uma visita ao museu deu-nos a conhecer e lembrar os troféus, os factos e os nomes que fizeram deste clube um bastião do desporto mundial.

Inaugurado em 2013, este equipamento cultural recebeu o nome de uma das figuras incontornáveis da história do Sport Lisboa e Benfica: Cosme Damião, considerado o "pai" do clube.

Com cerca de quatro mil metros quadrados, distribuídos por três pisos, o museu está organizado em 29 áreas temáticas, onde a interactividade e a tecnologia são recursos de relevo. Em exposição, cerca de mil peças contam a história da paixão de um país.

Finda a visita ao museu, que nos encantou, fomos guiados até ao grande estádio, onde as "Vitórias" nos receberam de asas abertas. Os cantos e recantos onde se fez e continua a fazer a história deste grande clube já não são segredo para nós.

Para finalizar, que a manhã foi longa, fomos carregar baterias no Restaurante Luz by Chakall.

Parabéns por esta iniciativa: foi mais uma conquista dos irrequietos do Grupo Desportivo.



O Porto “fora da caixa”



Desta vez, vamos explorar locais e edifícios diferentes do habitual, pois do Porto já conhecemos quase tudo, dos museus aos jardins, passando por algumas das mais impressionantes igrejas do barroco português.

Por Fátima Pereira

> A proposta para mais um fim-de-semana no Norte pretende explorar, por isso, outros sítios menos óbvios da Cidade Invicta. Em Matosinhos, espera-nos o Santuário do Bom Jesus e o Terminal de Cruzeiros, um edifício contemporâneo de inesperada qualidade e interesse; no Porto, a Casa-Oficina do pintor António Carneiro; e, em Gaia, a Casa-Museu do escultor Teixeira Lopes, dois belíssimos exemplos de preservação dos ambientes de trabalho de dois relevantes artistas activos entre os séculos XIX e XX.



Realização: 15 e 16 de Março
Inscrição até: 6 de Março
Ponto de encontro: Sete-Rios, junto à entrada do Jardim Zoológico

Hora: 7.30h

Valor: 235 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 185 euros

Suplemento de quarto individual: 40 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: entrada nos locais a visitar, alojamento, autocarro, 2 almoços, 1 jantar, seguro e acompanhamento do Prof. Miguel Soromenho

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>. As inscrições são limitadas. Consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso *site* em: <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=2&parentid=0&detalheid=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



Castelo Novo, Belmonte, Covilhã



Para além da beleza natural da serra, dos lanifícios, do queijo, muitas outras coisas nos irão deslumbrar, pois...

Por Fátima Pereira

> A serra da Estrela não é apenas a vista da Torre, o queijo, a neve e os desportos de Inverno. Todo aquele território está repleto de história, de monumentos e sítios que trazem à memória a ocupação romana, as vivências medievais, a diáspora judaica, a actividade pastoril e o desenvolvimento industrial dos lanifícios, depois do século XVIII.

Nesta visita, todos estes aspectos da vida serrana serão lembrados: em *Centum Cellas*, a conquista romana; em Castelo Novo, o característico urbanismo medieval; em Belmonte, o castelo e o berço de Pedro Álvares Cabral. E teremos aqui, ainda, uma entrevista programada ao diri-

gente da comunidade sefardita, na sinagoga local, que nos falará das dificuldades e sucessos de uma vida religiosa mantida em segredo ao longo de mais de quinhentos anos.

Além das belezas naturais da serra, ficaremos a conhecer o passado da produção têxtil da Covilhã, no magnífico Museu dos Lanifícios, onde, num divertido *workshop*, poderemos aprender alguns dos princípios-base do trabalho com a lã.

Junte-se a nós neste passeio por uma das paisagens culturais mais genuínas do nosso país, aliás conhecida também pela excelência da sua mesa, que esperamos comprovar! <



Programa

11 de Abril – Visita a Belmonte e ao Museu dos Lanifícios
12 de Abril – Passeio de jipe – Poço do Inverno, Covão da Ponte, vale do rio Mondego, Linhares da Beira, Vale Glaciar do vale do rio Zêzere e outros locais mais, tudo dependendo das condições climáticas)
13 de Abril – Visita a Castelo Novo (Programa sujeito a alteração, por ajuste de hora, ou algum imprevisto)

Realização: de 11 a 13 de Abril

Inscrição até: 3 de Abril

Ponto de encontro: Sete-Rios, junto à entrada do Jardim Zoológico

Hora: 8.00h

Valor: 500 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 445 euros

Suplemento de quarto individual: 40 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: entradas nos locais a visitar, passeio de jipe, alojamento (2 noites), autocarro, 3 almoços, 2 jantares, seguro e acompanhamento do Prof. Miguel Soromenho

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

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

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em [https://](https://secretaria.gdbpi.pt)

secretaria.gdbpi.pt. As inscrições são limitadas; consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso *site* em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=2&parentid=0&detalheid=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



Curso de Cozinha Avançado



Finalmente, o tão esperado Curso de Cozinha Avançado está aqui! Eleve as suas habilidades culinárias.

Por Pedro Ribeiro

> Este curso foi projectado para aqueles que já dominam a cozinha, mas desejam aprofundar os seus conhecimentos e aperfeiçoar as suas técnicas e sabores.

Neste curso aprenderá a criar iguarias refinadas, e cada sessão oferece uma oportunidade única para explorar novos horizontes culinários e transformar os participantes em verdadeiros mestres de culinária.

Participe destas três selectas sessões e torne-se um *chêf* de mão cheia!

Contamos consigo? <



Programa

12 de Fevereiro – 1.ª sessão

- Gravadlax – Salmão Marinado
- *Brulée* de cogumelos, trufa e queijo de S. Jorge
- Manteiga composta de caril e pistáchios
- Tostinhas de alecrim e azeite
- Peixe-galo panado com *panko* e ervas
- Xerém de amêijoas e coentros + cenouras *baby*

19 de Fevereiro – 2.ª sessão

- Coroa folhada de camarão e coentros
- *Capuccino* de cogumelos com espuma de tomilho
- Lombo Rossini com *foie gras*
- Molho jus de alecrim
- *Risotto* de rabo de boi, chalotas e vinho tinto
- Funcho-*baby*

26 de Fevereiro – 3.ª sessão

- *Terrine* de carnes e figos secos
- *Ravioli* de pato e espinafres com rúcula e parmesão
- Pregado com molho de mariscos
- Puré de aipo-bola
- Alho francês-*baby*

Apoios

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

Monte da Ravasqueira – Oferta de *voucher* de vinho

Riberlvalves – 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

Inscrição

Realização: de 12 a 26 de Fevereiro

Inscrição até: 7 de Fevereiro

Ponto de encontro: Rua dos Navegantes, n.º 19, 1200-729 Lisboa

Hora: das 19h às 22h

Valor: 195 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 156 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: curso conforme descrito e apoios

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 20 pessoas.

Ficha de inscrição disponível em:

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

Para mais informação contacte: *chêf* Pedro Sommer ou Grupo Desportivo

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



Curso de receitas fáceis



> Perfeito para quem tem uma agenda apertada, ensinamos técnicas e truques práticos para preparar refeições rápidas e deliciosas. Descubra como criar receitas simples que impressionam, desde entradas a sobremesas, com ingredientes acessíveis e passos fáceis de seguir.

Participe e descubra a alegria de cozinhar com facilidade! <

Simples e deliciosas. Este curso foi criado para quem deseja aprender a cozinhar pratos saborosos sem complicação.

Por Pedro Ribeiro



Programa

11 de Março – 1.ª sessão

- Pica-pau de atum com *pickles*
- Ovos recheados com tártaro de legumes
- Caril de legumes e cogumelos
- Arroz de cardamomo
- Sopa de morangos e hortelã com iogurte grego

18 de Março – 2.ª sessão

- Cogumelos à bulhão pato
- *Crostini* de requeijão, laranja e cajus
- Hambúrguer de garoupa e ervas com maionese de gengibre
- Salada americana de *coleslaw* com maçã
- Gelado de cacau e café

25 de Março 3.ª sessão

- Camarões panados com coco
- Morangos salteados com queijo de cabra e macadâmia
- *Nuggets* caseiros de frango com guacamole
- *Couscous* de laranja e nozes
- *Mousse* de lima e manjeriço

Apoios

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

Inscrição

Realização: de 11 a 25 de Março

Inscrição até: 7 de Março

Ponto de encontro: Rua dos Navegantes, n.º 19, 1200-729 Lisboa

Hora: das 19h às 22h

Valor: 150 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

120 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: curso conforme descrito e apoios

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 20 pessoas

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

Para mais informação contacte: *chêf* Pedro Sommer ou Grupo Desportivo

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



Minicurso de Peixes



Sabores do mar na sua cozinha. Este minicurso foi criado para quem deseja aprender a preparar peixes de maneira prática e deliciosa.

Por Pedro Ribeiro

> Ideal para aqueles que querem aprimorar as suas habilidades culinárias, este curso abrange técnicas de preparação e confecção de diferentes tipos de peixes, desde filetagem até aos assados.

Descubra receitas saborosas e truques

para realçar os sabores naturais dos peixes, tornando as suas refeições ainda mais especiais.

Participe e transforme-se num verdadeiro mestre na cozinha com este minicurso de peixes!



Programa

- *Fumet* – caldo de peixe
- Sopa rica de peixe
- Arroz de corvina
- Peixe ao pão
- *Gravadlax* – salmão marinado
- Peixe ao sal com citrinos
- Filetes de peixe-galo com lima
- Ceviche de atum com manga, maçã e milho frito
- Lombrinhos de peixe à bulhão pato com alho francês
- Robalinho filetado na frigideira

Apoios

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

Inscrição

Realização: 2 e 9 de Abril

Inscrição até: 28 de Março

Ponto de encontro: Rua dos Navegantes, n.º 19, 1200-729 Lisboa

Hora: das 19h às 22h

Valor: 110 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 90 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: curso conforme descrito e apoios

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 20 pessoas

Ficha de inscrição

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

Para mais informação

contacte: o Grupo Desportivo ou *chêf* Pedro Sommer

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



Curso de Receitas Frescas



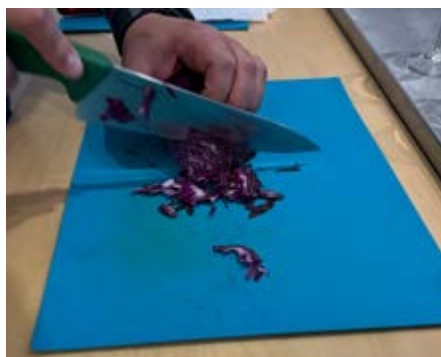
> Aprenda a combinar ingredientes frescos e sazonais para criar refeições leves, rápidas e cheias de sabor. Com técnicas simples e ingredientes acessíveis, será capaz de trazer frescura e nutrição para suas refeições diárias.

Participe e descubra o prazer de cozinhar com ingredientes frescos e naturais! <



Saudáveis e refrescantes. Este curso é perfeito para aqueles que desejam aprender a preparar pratos frescos e saudáveis ou para quem prefere uma alimentação mais leve.

Por Pedro Ribeiro



Programa

08 de Maio – 1.ª sessão

- Gaspacho de melancia e morangos com caju
- Camarões escalados com molho de lima
- *Meat balls* com hortelã
- Tabuleiro de legumes assados com alho e alecrim
- *Parfait* de chocolate com frutos do bosque
- Água aromatizada de abacaxi, zimbros e hortelã

15 de Maio – 2.ª sessão

- Ovos verdes de Verão com mostarda
- Crepes de queijo fresco e espinafres
- Lombo de salmão com *pico de gallo*
- Quinoa com pêssego, espinafres e avelãs
- Sopa de pêssego e poejos
- Água aromatizada de morangos, lima e alecrim

22 de Maio – 3.ª sessão

- Ceviche de atum com maçã verde
- Quiche integral com tomate-cereja e manjeriço
- Peito de frango recheado com pesto de tomate seco
- Palitos de batata-doce no forno com tomilho e caril
- *Mousse* gelada de morango e manjeriço
- Água aromatizada de laranja, limão, pepino e coentros

Apoios

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

Inscrição

Realização: 8, 15 e 22 de Maio

Inscrição até: 2 Maio

Ponto de encontro: Rua dos Navegantes, n.º 19, 1200-729 Lisboa

Hora: das 19h às 22h

Valor: 150 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 120 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: curso conforme descrito e apoios

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 20 pessoas

Ficha de inscrição disponível em:

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

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo ou *chêf* Pedro Sommer

A organização técnica é da

responsabilidade de: *chêf* Pedro Sommer



Workshop Menu Dia dos Namorados



Cozinhe com amor.
Celebre o Dia dos
Namorados de forma
única com um menu
especial.

Por Pedro Ribeiro

Entrada

- *Tataky* de atum com tártaro de abacate, manga e tomate

Peixe

- *Risotto* de camarão-tigre com molho de champanhe e cebolinho

Carne

- *Magret* de pato com molho de frutos vermelhos

Sobremesa

- Bomba de chocolate com molho de morangos e manjerição

Realização: 15 de Fevereiro

Inscrição até: 10 de Fevereiro

Ponto de encontro: Rua dos Navegantes, n.º 19, 1200-729 Lisboa

Hora: das 10h às 14h

Valor: 55 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 45 euros



> Quer estejam juntos ou sozinhos, aprenda a preparar uma refeição romântica e inesquecível, ideal para surpreender a sua cara-metade. Dedique o seu amor a uma refeição mágica. <

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: curso 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 20 pessoas.

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

Para mais informação

contacte: o Grupo Desportivo ou o *chêf* Pedro Sommer

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



Workshop Arrozés Portugueses



Sabores e Tradições.
Descubra a riqueza dos
arrozés tradicionais
portugueses neste
workshop.

Por Pedro Ribeiro

> Aprenda a preparar pratos emblemáticos, como arroz de enchidos, arroz de polvo ou arroz de amêijoas, com um dos melhores e mais apreciados ingredientes que a gastronomia portuguesa tem:

- Arroz de alheira, espinafres e feijão-manteiga
- Arroz de amêijoas e coentros
- Arroz de polvo com hortelã
- Arroz de bacalhau com espigas de grelos
- Arroz de enchidos com cogumelos <



Realização: 16 de Março

Inscrição até: 10 de Março

Ponto de encontro: Rua dos Navegantes, n.º 19, 1200-729 Lisboa

Hora: das 10h às 14h

Valor: 55 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 45 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: curso 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 20 pessoas

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

Para mais informação

contacte: o Grupo Desportivo ou *chêf* Pedro Sommer

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



Workshop de Cozinha Africana



Sabores autênticos e exóticos. Explore a diversidade e os sabores da culinária africana neste *workshop*.

Por Pedro Ribeiro

- > Aprenda a preparar pratos tradicionais de várias regiões da África lusófona, utilizando ingredientes autênticos. Descubra sabores vibrantes e exóticos que vão surpreender e deliciar o seu paladar.

Realização: 12 de Abril
Inscrição até: 7 de Abril
Ponto de encontro: Rua dos Navegantes, n.º 19, 1200-729 Lisboa
Hora: das 10h às 14h
Valor: 55 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 45 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Inscrição inclui: curso conforme descrito
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.



- Franguinho frito com limão e piripiri
- Camarões salteados com quiabos
- Cachupa rica
- Moamba de galinha
- Moqueca de corvina

gdbpi.pt. Número mínimo de 12 e máximo de 20 pessoas.

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo ou *chêf* Pedro Sommer

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



Workshop de cozinha mexicana



Explosão de sabores. Descubra os sabores vibrantes e autênticos da culinária mexicana nesta aula de cozinha.

Por Pedro Ribeiro

- > Aprenda a preparar pratos emblemáticos, como *burritos*, *guacamole*, *quesadillas* e muito mais, utilizando ingredientes bem frescos. Traga um toque de México para a sua cozinha com estas fantásticas receitas do outro lado do Atlântico.

- *Guacamole* tradicional com nachos
- *Quesadillas* de queijo e molho de *jalapenos* caseiro
- *Burrito* de *carnitas* com *pico de gallo*
- *Fajitas* mexicanas de galinha e manga
- *Chili* com carne



Realização: 17 de Maio
Inscrição até: 12 de Maio
Ponto de encontro: Rua dos Navegantes, n.º 19, 1200-729 Lisboa
Hora: das 10h às 14h
Valor: 55 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 45 euros

Taxa de inscrição: 36 euros
Inscrição inclui: curso 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 20 pessoas

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

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo ou *chêf* Pedro Sommer

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



Em Cartaz

Teatro da Trindade

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

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



Sala Cármen Dolores

Sonho de Uma Noite de Verão

De 5 de Março a 4 de Maio

De quarta-feira a sábado às 21.00h

Domingo às 16.30h

M/12 anos

Depois de quatro meses em cena, com salas esgotadas, e com mais de 40 mil espectadores, o musical *Sonho de Uma Noite de Verão* regressa ao palco do Trindade.

A conhecida e divertida comédia de Shakespeare *Sonho de uma Noite de Verão*, será aqui apresentada numa versão musical. Temas portugueses, sobejamente conhecidos do grande público, serão interpretados com novos arranjos e integrados na história, como se dela sempre tivessem feito parte. O resultado adivinha-se surpreendente e envolvente, num jogo de memórias colectivas no qual será difícil não participar.

José Cid, Doce, Paulo de Carvalho, Heróis do Mar, Amália Rodrigues, Onatos Violeta, Ala dos Namorados, Salvador Sobral, Marco Paulo e Expensive Soul são apenas algumas das referências musicais homenageadas nesta ode ao amor.

De: William Shakespeare
Tradução: Augusto Sobral
Encenação: Diogo Infante

Direção musical: Artur Guimarães

Intérpretes: Ana Cloe, Artur Guimarães, Carlos Malvarez, Catarina Alves, Cristóvão Campos, Flávio Gil, Inês Pires Tavares, Jorge Mourato, JP Costa, Mariana Lencastre, Miguel Raposo, Ricardo Lima, Raquel Tillo, Ricardo Raposo, Sara Campina e Tó Melo



Sala Estúdio

Um País que É a Noite

De 6 de Fevereiro a 16 de Março

De quarta-feira a domingo às 19.00h

O espetáculo parte de um diálogo ficcional entre dois dos maiores poetas portugueses, Sophia de Mello Breyner Andresen e Jorge de Sena, horas antes de este último fugir para o Brasil. No ano de 1959, Jorge de Sena, procurado pela PIDE, marca um encontro secreto com a sua amiga Sophia para se despedirem, mas o encontro é interrompido por dois agentes.

A peça situa-se entre o drama histórico e o teatro documental e desenha um Portugal anacrónico e polarizado entre os que amam a poesia e os que a desprezam; entre os que pensam e os que cumprem ordens; os que querem ser livres e os que temem o medo do desconhecido – a iminência de uma revolução democrática.

De: Tatiana Salem Levy e Flávia Lins e Silva

Coautoria, encenação e espaço cénico: Martim Pedroso

Com excertos das obras de: Jorge de Sena e Sophia de Mello Breyner Andresen

Interpretes João Sá Nogueira, Maria João Falcão, Martim Pedroso e Rui Melo

Teatro Aberto

Descontos para jovens e seniores. Informações em bilheteira@teatroaberto.com ou telefone 21 388 00 89

Sala Vermelha

Não Vos Arrancarei a Língua

Em cena desde Dezembro

Quarta e quinta-feira, às 19.00h;

Sexta-feira e sábado às 21.30h;

Domingo, às 16.00h

M/14 anos

Guilherme e Guilhermina, jovens namorados, velozes, sexuais e impetuosos, passam da flor da idade directamente para a velhice, num salto temporal mágico, transfigurando-se num casal idoso. Agora passam o seu quotidiano condenados a um fim de vida sem fim à vista, preenchendo o dia-a-dia com memórias e emoções de momentos que parecem nunca ter existido.

De: Patrício Torres

Encenação e dramaturgia: Bruno Bravo

Intérpretes: André Pardal, Rita Correia



Por Pilar Batoréu



Teatro Politeama

Para mais informações e descontos, contacte através dos números 21 340 57 00 ou 96 440 90 36

Fátima

Fátima é uma original e portuguesa ópera-rock – música e texto – 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.

Juntando o rigor da sua dimensão histórica com uma galeria de personagens surpreendentes e profundamente humanas, *Fátima* é uma reflexão acerca de Portugal no que tem de mais profundo e subtil.

No abismo do seu mistério, no assombro e no milagre deste extraordinário fenómeno, La Féria construiu um texto e uma partitura musical que permanecerão na memória do teatro português.

Com um vasto elenco de actores, cantores, bailarinos e uma orquestra ao vivo, onde se destacam artistas de reconhecido mérito e renome, como Paula Sá, Pedro Bargado, Rui Andrade, Teresa Zenaída, João Frizza, Élia González e Filipe de Albuquerque entre mais de quarenta intérpretes.



[atletismo]

Calendário Nacional de Atletismo 2025

Ano novo, corridas novas! Participe, mexa-se e descubra o prazer de correr ao lado de amigos e colegas. Junte-se a nós nesta jornada! Vamos mostrar a força e a união do Grupo Desportivo BPI.

Por Direcção Nacional

- Com o início de um novo ano, o Grupo Desportivo seleccionou e patrocina eventos do Norte ao Sul do País para os quais tem o prazer de convidar todos os associados a participar.



Calendário de Atletismo para 2025

05 de Janeiro	– New Year Race	– Matosinhos	– 10km/6km
27 de Janeiro	– Corrida Fim da Europa 2025	– Sintra	– 17km
09 de Fevereiro	– Meia-Maratona de Cascais	– Cascais	– 21km/10km/5km
02 de Março	– Corrida das Lezírias 2025	– Vila Franca de Xira	– 15,5km
09 de Março	– Meia-Maratona de Braga	– Braga	– 21km/6km
16 de Março	– Corrida do Dia do Pai	– Matosinhos	– 10km/5km
22 de Março	– Trail Linhas de Torres	– Arruda dos Vinhos	– 50km/10km/6km
13 de Abril	– Lisbon Eco Marathon 2025	– Lisboa/Monsanto	– 42km/21km/12km
27 de Abril	– Maratona da Europa	– Aveiro	– 42km/21km/10km/5km
04 de Maio	– Meia-Maratona de Matosinhos Mar de Desporto	– Matosinhos	– 21km/7km
04 de Maio	– Aqua Race 2025	– Mora (Alentejo)	– 28km/16km/12km
18 de Maio	– Corrida da Mulher	– Porto	– 5km
25 de Maio	– Meia-Maratona do Douro Vinhateiro	– Régua	– 21km/5km
15 de Junho	– Corrida de São João	– 10km/7km	
Em Junho	– Lidl Corrida de Santo António	– Lisboa	– 10km
22 de Junho	– Corrida das Festas de S. João de Braga	– Braga	– 12km/5km
28 de Junho	– Corrida das Fogueiras 2025	– Peniche	– 15km
27 de Julho	– Ultra-Maratona de Melides e Corrida Atlântica Comporta	– Tróia	– Melides/Comporta/Tróia – 43km/15km
14 de Setembro	– Meia-Maratona do Porto	– Porto	– 21km/6km
14 de Setembro	– Trail Encostas de Xira	– Vila Franca de Xira	– 10km/17km/31km
19 de Outubro	– Meia-Maratona de Famalicão	– V. N. Famalicão	– 21km/10km
25 e 26 de Outubro	– EDP Maratona e Meia-Maratona de Lisboa	– Lisboa	– 42km/21km/8km
02 de Novembro	– Maratona do Porto	– Porto	– 42km/10km/6km
23 de Novembro	– Meia de Évora	– Évora	– 21km/10km
07 de Dezembro	– Meia-Maratona dos Descobrimientos	– Lisboa	– 21km/10km
Em Dezembro	– S. Silvestre de Lisboa El Corte Inglés	– Lisboa	– 10km
28 de Dezembro	– S. Silvestre Cidade do Porto	– Porto	– 10km/5km

Com este calendário, o Grupo Desportivo BPI espera estimular a participação dos seus atletas, proporcionando-lhes a oportunidade de competir em provas com diferentes níveis de exigência, criando um ambiente de competição saudável e promovendo a interacção e o convívio entre os participantes.

Os sócios do Grupo Desportivo, ao inscreverem-se numa destas provas, devem solicitar uma factura em nome do Grupo Desportivo BPI (NIF

505065681), para poderem receber a comparticipação de 50% do valor do 1.º período de inscrição na prova.

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 e submetê-lo, e passarão a beneficiar desta e de todas as vantagens que temos para lhe oferecer.

[basquetebol]

Basquetebol – Época 2024 / 2025

Se nos quiserem apoiar, basta consultarem o nosso calendário de jogos no [site do Grupo Desportivo](#) e aparecerem no pavilhão do CLIP!

Por Manuel Correia

> O dia 16 de Novembro de 2024 ficou marcado como a data de início de mais uma Liga Masters Masculina. Neste ano, o campeonato é composto por 13 equipas, pois, além das 12 que competiram a época passada, entrou na competição o Ginásio Clube Figueirense.

Entre Novembro e Dezembro realizámos três jogos, sendo o nosso balanço, no final de 2024, de uma vitória em casa, com a

AD Sanjoanense, e duas derrotas nos dois jogos realizados fora de casa, com as equipas do CP Esgueira e da UD Oliveirense.

Em ambos os jogos que perdemos, a evolução do resultado foi semelhante: entrámos mal e vimo-nos em desvantagem acentuada durante a primeira parte dos jogos, depois tentámos recuperar e conseguimos reduzir as desvantagens, para, no final, sucumbirmos por desvantagens de 11 pontos em Esgueira (76-65) e de 9 pontos em Oliveira de Azeméis (68-59).

Já a exibição contra a Sanjoanense foi mais bem conseguida, tendo a nossa equipa estado sempre à frente no marcador, com contribuição positiva de todos os elementos que entraram em campo, e terminado com um resultado de 64-40 a nosso favor.

Este registo não é o que esperávamos, mas ainda há muito campeonato pela frente e temos bastantes jogos para tentar reverter este balanço negativo.

Se nos quiserem apoiar, basta consultarem o nosso calendário de jogos no [site do Grupo Desportivo](#) e aparecerem no pavilhão do CLIP!



Alugue por 7 noites e pague só 6

GRUPO DESPORTIVO

 **BPI**

Grupo  CaixaBank

De 26 de Abril a 31 de Maio e de 20 de Setembro a 4 de Outubro

Apartamentos disponíveis de 1 de Abril a 31 de Outubro

www.gdbpi.pt



[jogos de salão]

Jogos de Salão 2024

Decorreu, no passado mês de Novembro, o encerramento dos jogos de salão 2024.

Por Fernando Ferreira



> Com a agradável presença das equipas, durante vários dias, nas instalações do nosso Grupo Desportivo, proporcionámos aos nossos associados momentos de diversão ao participarem nesta iniciativa que realizámos.

Os torneios internos de sueca e de *snooker* foram tardes de excelente convívio entre todos.

No final, contámos com a presença de José Manuel Caldas e António Duarte Cardoso – respectivamente presidente e vice-presidente do Grupo Desportivo, que, dirigindo algumas palavras de agradecimento aos presentes, deixaram incentivos para que os próximos jogos sejam ainda melhores.

A seguir procedeu-se à distribuição de prémios e lembranças.

Para a história ficam os nomes dos campeões:

No torneio de sueca o 1.º lugar coube à equipa José Nelson/José Canossa, e o 2.º, à equipa Nuno Pereira/Antero Duarte.

No bilhar *snooker* o 1.º lugar foi arrebatado pelo Dr. António Rocha, ocupando o 2.º lugar o Emílio Rebelo.

Parabéns a todos os participantes. <

Maratona de Jogos de Salão



De regresso aos jogos de salão com algumas surpresas.

Por Luís Remédio

Realização: 4 de Abril
Inscrição até: 3 de Abril (até às 16.30h)
Ponto de encontro: nas instalações do Grupo Desportivo, em Lisboa
Hora: 18.00h
Valor: 15 euros por equipa (7,50 euros/participante)
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 6 euros por equipa (3 euros/participante)
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

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



> Vamos realizar mais uma maratona dos jogos de salão, onde reina o puro divertimento e o convívio estará manifestamente entre todos os participantes, sem esquecer que o objectivo é ganhar, nem que seja só pela participação – que já é uma grande vitória!

Mais uma vez, teremos as seguintes

modalidades e a seguinte pontuação por cada vitória nas mesmas:

- Dardos = 5 pts;
- *Snooker* = 5 pts;
- Matraquilhos = 10 pts.

As equipas serão constituídas por dois participantes, e deverão escolher um dos participantes para representar cada uma destas modalidades, à excepção dos matraquilhos, em que participam ambos.

Neste ano teremos um prémio especial para a equipa que apresentar o nome mais original, para além dos troféus para os campeões por modalidade e por equipa.

Portanto, com todos estes *ingredientes*, vamos lá a inscrever-se e venham divertir-se. <



[padel]

Open da Flor de Laranjeira



O Open da Flor de Laranjeira está de volta e não vai faltar convívio e competição.

Por Luís Remédio



> O nosso torneio está de volta cheio de bom ambiente, camaradagem, *fair-play* e muita competição. Ah! Sim..., dentro do campo só a vitória interessa..., mas no final, ganhe quem ganhar, o troféu da confraternização vai sempre para todos os que participam.

O local onde irá decorrer o torneio será novamente as instalações do Clube Padel Benfica, um clube que tão bem nos acolheu no ano passado, e que neste ano não será diferente certamente.

Como torneio social, não teremos níveis, mas tudo faremos para que seja o mais competitivo possível, mesmo para aqueles que começaram agora a jogar.

Assim sendo, teremos as seguintes categorias, dependendo do número de inscrições:

- Femininos
- Masculinos
- Mistos

O modelo deste torneio será constituído por uma fase de grupos, e seguidamente um quadro de eliminação directa.

E para além dos troféus para os vencedores e vencidos, haverá brindes para todos os participantes, e, ainda, um bellissimo beberete, que estará disponível durante todo o torneio para restabelecimento das energias perdidas durante os diversos encontros.

A mensagem está dada: não se esqueçam de se inscrever, o número de participantes é limitado.

Realização: 10 de Maio

Inscrição até: 9 de Maio (até às 16.30h)

Ponto de encontro: Padel de Benfica (Mata Silva Porto)

Hora: 10.00h

Valor: 22 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 13 euros

Inscrição inclui: brindes e um beberete para todos os participantes

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

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

o participante é responsável pela sua total integridade física, devendo apresentar-se em perfeitas condições de saúde para a prática desportiva.

Ficha de inscrição disponível em:

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

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo e/ou Luís Remédio

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



[padel]

Open do Outono 2024

Torneio de Padel do Grupo Desportivo. Realizou-se mais um torneio promovido pelo Grupo Desportivo no complexo Alley Courts.

Por Hugo Gonçalves

> Colaboradores do Banco BPI trocaram os locais de trabalho pelos campos de padel para participar num torneio interno repleto de energia, espírito de equipa e competitividade saudável. O evento, realizado no complexo Alley Courts, situado na Zona Industrial do Porto, reuniu profissionais de diferentes departamentos e áreas do Banco BPI com o intuito de fortalecer os laços entre colegas e promover o bem-estar físico.

O padel, modalidade que vem conquistando popularidade em Portugal, foi o cenário perfeito para uma jornada de interação e descontração. O torneio recebeu 8 duplas formadas por colaboradores, que mostraram não só talento no jogo, mas também muita determinação e boa-disposição. Foi incrível ver como o espírito competitivo andou de mãos dadas com o companheirismo. Tivemos jogos disputadíssimos, mas sempre com muita diversão e respeito.

O torneio foi estruturado em formato de 2 *pools* com 4 duplas cada, com jogos entre todos do grupo de forma apurar os finalistas; posteriormente jogou-se as meias-finais e a final. Foram jogos emocionantes que prenderam a atenção dos participantes e dos colegas que vieram apoiar. Após uma série de confrontos acirrados, a dupla composta por José Catarino e Hugo Gonçalves, ambos da



rede Particulares, sagrou-se campeã ao vencer a dupla Albano Ferreira e Pedro Ramos da rede Empresas, pelo parcial de 9-6, numa final equilibrada e repleta de emocionantes jogadas.

No final, a cerimónia de premiação, onde, para além da entrega dos troféus – ao campeão e ao 2.º classificado –, todos os participantes tiraram a foto da “praxe”, permitindo momentos de descontração e camaradagem entre todos. <



[pesca]

Mais um ano a pescar



2024 chegou ao fim. Olhamos para trás e vemos mais um ano pleno de actividade. Foram muitas horas à beira da água, tanto no mar como nos rios, em paz, em comunhão com a natureza e longe da confusão do dia-a-dia.

Por José Duarte



➤ Disputámos os campeonatos internos. No Rio, fomos à Barragem do Divor, a Magos e a Montargil. Tudo provas muito disputadas, e com muito peixe, e a vitória final acabou por sorrir ao Carlos Brandão, seguido do Fernando Custódio e do Rui Custódio. No Mar, duas das provas foram no litoral de Peniche e uma no Guincho. O Artur Silva levou a melhor, o José Duarte ficou em segundo, e o Carlos Brandão acabou em terceiro.

Como habitualmente, as nossas cores estiveram presentes nos campeonatos interbancários – neste ano, com algu-

mas baixas de peso por motivos de saúde, mas mesmo assim com resultados muito positivos.

No Regional de Mar, o Carlos Brandão foi campeão, a nossa equipa classificou-se no segundo lugar, e terminámos com três pescadores nos dez primeiros lugares.

No Regional de Rio, a nossa equipa terminou em quinto, e apurámos três pescadores para participar na Final Nacional.

No Regional de Surfcasting, a equipa acabou no quinto lugar. Individualmente, o Carlos Brandão terminou no segundo lugar, e apurámos três pescadores para a final.

Na Final Nacional de Mar, disputada em Peniche, os nossos pescadores estiveram em grande destaque, e a nossa equipa classificou-se brilhantemente no primeiro lugar.

Na Final Nacional de Rio, que teve lugar em Coimbra, a vitória acabou nas mãos de um pescador BPI, o Fernando Custódio, que se sagrou campeão nacional.

Foi um ano repleto de grandes resultados, mas o mais importante foram as muitas horas passadas a fazer o que mais gostamos: a pescar e a conviver com amigos de longa data.

Em 2025, cá estaremos.



[pesca]

Balanço da Pesca no Norte e Centro, em 2024

Nesta época realizámos 29 provas, nas quais participaram 19 atletas distribuídos pelos campeonatos internos e interbancários de Mar, Rio, Surfcasting e Alto-Mar, e o Encontro Nacional de Pescadores do Banco BPI, num total de 196 participações em provas.

Por Mário Santos

➤ A culminar a época de pesca desportiva de 2024, realizou-se no passado dia 23 de Novembro, em Ílhavo, um almoço-convívio de encerramento de actividades com os atletas das zonas Norte e Centro.

O almoço no restaurante Villa Madrid foi do agrado de todos e proporcionou uma excelente oportunidade de convívio entre os atletas do Norte e do Centro. Foi com enorme satisfação e amizade que tivemos também como companhia o Júlio Almeida, que, embora não esteja no activo nas “pescarias”, com os seus 93 anos, nos honrou com a sua presença.

No Campeonato Interno de Mar, que se iniciou em Março, o campeão foi o Mário Santos, com 5,630 kg. Em segundo e terceiro lugares ficaram respectivamente o David Ventura e o Fernando Costa. Margotas e serrões foram as espécies predominantes.

No Campeonato Interno de Rio, que teve início em Maio, o vencedor foi o Jaime Laranjeira, com 59,870 kg. Em segundo e terceiro ficaram respectivamente o Fernando Costa e o David Oliveira. A Quinta da Boavista, em Ílhavo, foi o nosso local de pesca preferido pela sua quantidade de pimpões e carpas de bom tamanho.

No Campeonato Interno de Alto-Mar, pode realizar-se apenas uma prova em



que houve uma grande variedade de espécies capturadas, todas boas para degustar. O vencedor foi o Fernando Carvalho, seguido do Fernando Costa.

No Campeonato Interno de Surfcasting, puderam realizar-se apenas duas provas, e que foram uma autêntica decepção, pois saíram só peixes-aranha e “grades”. O vencedor foi o Mário Santos, o campeão dos “aranhas”.

Nos Campeonatos Interbancários Regionais do SBC conseguimos colocar atletas nos pódios de todos os campeonatos e apurámos atletas para todas as finais nacionais com realce para as excelentes prestações do Rui Nunes, campeão nacional de Alto Mar.

Realizou-se também o Encontro Nacional de Pescadores do Banco BPI, organizado neste ano pela Zona Norte, evento que teve uma prova de pesca de rio na pista da Quinta da Boavista, em Ílhavo, com a participação de pescadores das zonas Norte, Centro e Sul, e de alguns familiares, seguido de um excelente almoço de convívio e confraternização.

Na classificação geral, somatório de pontos dos diversos campeonatos, o vencedor absoluto foi o Mário Santos, o Fernando Costa ficou em segundo e o David Ventura em terceiro.

Agradecemos a participação, a dedicação e o empenho de todos os atletas nos diversos campeonatos, e agradecemos também à Direcção do Grupo Desportivo todo o apoio que tem dado, esperando que o mesmo se mantenha no futuro para dar continuidade a esta saudável e apaixonante actividade desportiva.

Lembramos todos os associados que se podem inscrever e participar nos diversos campeonatos de pesca.

Colega, inscreve-te, vem praticar pesca desportiva pelo Grupo Desportivo.



[pesca]

Participação da Zona Centro, no Rio

Nos campeonatos interbancários – modalidade de Rio

Por Costa Pinto



➤ Torneio interbancário de pesca de rio do SBC

A 1.ª prova de apuramento foi realizada na pista do Choupalinho, em Coimbra, em que o peixe não foi abundante, mas ainda assim lá foram saindo nos pesqueiros uns barbos, pimpões e algumas bogas. O Rui Nunes venceu um dos sectores.

A 2.ª prova de apuramento realizou-se na pista do Poço da Cal, no rio Mondego, em Montemor-o-Velho. As espécies mais frequentes foram pimpões e barbos. O Costa Pinto venceu um dos sectores.

Ao fim das 2 provas de apuramento a classificação geral ficou assim definida:

- 1.º – Rui Prata – 4 pontos
- 2.º – Rui Nunes – 5 pontos
- 7.º – Costa Pinto – 8 pontos
- 10.º – Faria da Cunha – 12 pontos
- 16.º – José Ferreira – 17 pontos

Para a 3.ª prova de apuramento, a final regional de pesca de rio SBC, foi novamente escolhida a pista do Choupalinho, em Coimbra. O vento que se fez sentir dificultou muito a tarefa dos pescadores, mas não foi suficiente para os desmotivar e não esmoreceu o espírito competitivo e a determinação de todos. Alburnos e barbos



foram as espécies mais capturadas, tendo alguns pescadores conseguido enganar tainhas de bom tamanho, que fizeram toda a diferença na pesagem final.

Na classificação final do torneio conseguimos apurar para a final interbancária nacional os atletas Rui Nunes, Rui Prata e o José Costa Pinto que obtiveram respectivamente o 2.º, o 6.º e o 8.º lugares.

45.º. Campeonato Nacional Interbancário de Pesca Desportiva de Rio

Disputou-se no rio Mondego, em Coimbra, a final do 45.º Campeonato Nacional Interbancário de Pesca de Rio.

Com a presença de 35 pescadores, divididos em 3 zonas, em representação dos sindicatos SBN, Mais Sindicato e SBC; a prova iniciou-se, com um tempo excelente para a prática da modalidade, vento quase nulo e ausência da chuva que estava anunciada.

Apesar das boas condições atmosféricas, o peixe não esteve cooperante, pois o número de capturas foi reduzido, apesar do empenho dos competidores ser manifesto.

Findas às 4 horas de prova, os representantes do nosso Grupo Desportivo e Cultural obtiveram as seguintes classificações:

– Zona A – Costa Pinto – 3.º; zona B – Rui Nunes – 10.º; e Zona C – Rui Prata – 6.º.

– Colectivamente a equipa do Centro ficou em 6.º lugar.

Após o final da prova e da arrumação de todo o material usado pelos pescadores (e é sempre tanto...!) foi tempo de ir para o restaurante. Um almoço excelente, um desfile de muitas recordações que 46 anos de uma actividade, só interrompida pela pandemia, nos trouxeram à memória e deram motivo de conversa.

Os parabéns do pessoal do Centro pelo brilharete do Custódio, vencedor absoluto, campeão nacional e do 3.º lugar da equipa do Grupo Desportivo Sul.

Para o ano há mais. Assim haja saúde e número de pescadores que justifique o evento.



[pesca]

Participação da Zona Centro no Mar

Nos campeonatos interbancários – modalidades de Mar

Por Mário Santos

> Final Regional de Pesca de Alto Mar do SBC

Os participantes zarparam do porto da Nazaré a bordo da embarcação *Mola Mola*, do mestre Tony. O mar apresentava-se com uma ondulação fraca de noroeste com céu limpo, “águas abertas” e com pouco vento.

Utilizando como iscos amêijoia, camarão, sardinha e lingueirão, lá foram sendo “ferradas” várias espécies, tais como sargos, choupas, besugos, garoupa-da-pedra e fanecas, sendo esta última a espécie pescada em maior número.

Na classificação final o Rui Nunes ficou em 1.º lugar com 5,570 kg, e o Rui Prata em 3.º lugar com 5.165 kg. O Rui Nunes foi apurado para a final nacional de Setúbal.

Ainda houve tempo para degustar um magnífico arroz de polvo, servido a bordo, com que o mestre Tony presenteou os pescadores.

Final Regional Pesca de Mar

Foi também em Peniche que se disputou a final regional de pesca desportiva do SBC na modalidade de Mar.

Com um dia nublado com o sol a teimar em esconder-se por detrás das nuvens e que acabou com alguns aguaceiros. A prova iniciou-se com a maré já a encher, e os peixes lá foram aparecendo, sendo as capturas mais frequentes sargos de pequeno porte, com alguns exemplares de maior dimensão.

Apesar de o mar de Peniche ter sido pouco generoso para com os pescadores do SBC, valeu ao magnífico dia de



pesca, a confraternização e o reencontro de velhas amizades.

Na classificação final conseguimos apurar para a final interbancária nacional os atletas Pedro Veiga e Rui Nunes, que obtiveram respectivamente o 2.º lugar (com 6525 pontos) e o 6.º lugar (com 1625 pontos).

Torneio interbancário da modalidade de Surfcasting do SBC

A 1.ª prova de apuramento na modalidade de Surfcasting foi realizada na praia da Claridade, na Figueira da Foz.

Apesar do bom tempo, as condições de mar não foram as melhores para a prática desta modalidade de pesca, com ondulação de NW superior a 2,5m. O Rui Nunes obteve um 3.º lugar.

A 2.ª prova de apuramento desta modalidade também foi realizada na praia da Claridade, na Figueira da Foz.

Inicialmente tudo indicava que as condições eram melhores que na primeira mão da competição, pois o mar apresentava uma ondulação de 1,6 de NW e sem vento.

Após os primeiros lançamentos, verificou-se que não havia condições para *surfcasting* naquela praia, e por unanimidade foi decidida a alteração de local da prova para a praia do Cabedelinho (Gala). O Rui Nunes ficou em 2.º lugar.

Final Nacional Interbancária Surfcasting

Disputou-se na praia de Paramos, em Espinho, a Final Nacional Interbancária de Pesca na modalidade de *surfcasting*.

As condições para a pesca pareciam boas para a prática da modalidade, tendo o mar com uma ondulação de NW com altura de 1,5 metros, vento quase ausente. Mas com exceção de alguns pequenos robalos, as capturas foram principalmente de peixes-aranha.

O Rui Nunes integrou a equipa do SBC, que venceu por equipas a prova.

[ténis de campo]

Torneio de Ténis de Campo

Alcançaram a final o Paulo Pinto e o David Silva, tendo o Paulo Pinto com a sua experiência e o belíssimo ténis levado de vencida o David Silva.

Por António Rocha

> O Grupo Desportivo mais uma vez levou a efeito o Torneio de Ténis de Campo do Outono no fim-de-semana de 6 a 8 de Dezembro, o qual, como é habitual, decorreu no Complexo de Ténis da Maia.

Com algumas ausências, por vários motivos, nomeadamente de saúde, fez-se o torneio no modelo de *Round Robin* com dois grupos, sendo que os dois primeiros de cada grupo passaram para as meias-finais, e conseqüentemente à final.

Alcançaram a final o Paulo Pinto e o David Silva, tendo o Paulo Pinto com a sua experiência e o belíssimo ténis levado de vencida o David Silva, pese embora o resultado de 6-2/6-1 não expressar o que se passou em campo, pelo facto de o David ser muito competitivo e ter disputado muitos jogos nas vantagens.

Foi um excelente convívio, e desde já vamos agendar e programar para Abril/Maio o Torneio Primavera 2025. <



+900
Parceiros

Consulte as nossas
parcerias em
www.gdbpi.pt



GRUPO DESPORTIVO



Grupo CaixaBank

[ténis de mesa]

O II Torneio Interno de Ténis de Mesa 2024



Organizado em 23 de Novembro de 2024 pelo Grupo Desportivo, no Pavilhão Desportivo do SC Rio Seco, em Lisboa.

Por Carlos Galvão

➤ Este torneio destinou-se principalmente a sócios e atletas do Grupo Desportivo, respectivos familiares e alguns convidados e restantes colaboradores do Banco BPI.

Os objectivos principais deste evento compreendiam nomeadamente: o fomento da modalidade a nível interno do Banco BPI, procurando a adesão de novos sócios e suas famílias a praticar o ténis de mesa e o incremento da sã convivência entre eles.

A competição foi aguerrida, mas com muita camaradagem e alegria. A seguir ao convívio, neste ano com uma novidade, o menu elaborado por um chefe de cozinha – feijoada à brasileira – permitiu uma bela degustação que, ficará na memória de todos os presentes e contribuiu para uma maior aproximação entre todos.

Para memória futura, referimos as classificações:

1.º Sérgio Rampazzo, 2.º Amanda Campos, 3.º Shan Kai, 4.º Carolina Oliveira, 5.º Pedro Freitas, 6.º Joana Resende, 7.º Tomás Santos, 8.º Ali Sanver, 9.º Ana Paula, 10.º Miguel Cardoso, 11.º Carlos Teló, 12.º Carlos Galvão, 13.º Sérgio Costa, 14.º João Santos, 15.º Luís Ferreira, 16.º Kátia Teixeira, 17.º António Delgadinho, 18.º Gonçalo Fideles, 19.º Rogério Dias e 20.º Hudson que acabou por jogar só nas panelas e na confecção.

Estiveram presentes a D. Tânia Cruz e o Sr. José Reis, da direcção do SC Rio Seco; o Sr. Rijo, que orienta o bar do clube e que nos ajudou no serviço de bebidas e cafés; o nosso colega Rogério Dias, que nos ajudou na condução da prova, e vários familiares dos participantes citados.

Agradecemos a presença de todos os participantes e familiares e a colaboração especial do Hudson e da Telma na confecção do menu, da Kátia na organização, e a ajuda preciosa do nosso Grupo Desportivo.

Na nossa intervenção, antes da entrega de lembranças e prémios, que fizemos a título individual e em representação da direcção do Grupo Desportivo, salientamos a presença dos nossos atletas convidados Joana Resende e Sérgio Costa, e principalmente da Amanda Campos – que valorizou o triunfo do vencedor Sérgio Rampazzo na luta pela vitória.

Tivemos o grato prazer da presença da nossa colega Carolina Oliveira, que, para além do honroso 4.º lugar, vai fazer parte como mais valia das nossas equipas feminina e masculina B.

Por fim encerramos o evento, com a certeza de que agradou a todos e com o anúncio de novo torneio para Maio ou Junho de 2025.



[ténis de mesa]

I Torneio Interno de Ténis de Mesa 2025



No Pavilhão Desportivo
SC Rio Seco em Lisboa

Por Carlos Galvão

> A prova será individual, com uma só classificação, com troféus até ao 4.º lugar. Haverá também prémios de presença.

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.

Nota: 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 lhes oferecer.

Apelamos a todos os interessados para que se inscrevam até 19 de Maio (2.ª feira), pois o número de inscrições é limitado.



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: 24 de Maio

Inscrição até: 19 de Maio

Ponto de encontro: Pavilhão Desportivo do SC Rio Seco em Lisboa (Rua Silva Porto, 22 1300-532 Lisboa)

Hora: 8.50h

Valor: 20 euros

Sócios, cônjuges, filhos a cargo e

familiares: 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 existem a cada momento.

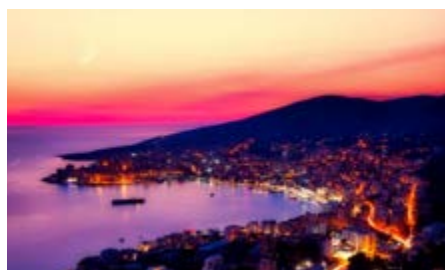
No entanto, os associados que preferirem viajar sozinhos podem sempre optar por uma vasta oferta de viagens individuais no formato *city breaks* que o Grupo Desportivo disponibiliza. Mas, se preferirem desenhar uma viagem por medida, à sua medida, então consultem o Grupo Desportivo, usem o nosso *know-how*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



S – Florença e Veneza – de 10 a 14 de Maio – 5 dias



N – Budapeste – de 17 a 21 de Maio – 5 dias



S – Albânia – de 20 a 28 de Junho – 9 dias



N – Convívio de Reformados em Cabo Verde – Ilha da Boavista – de 27 de Junho a 4 de Julho – 8 dias



N – O melhor do Egipto – de 4 a 14 de Setembro – 11 dias



S – Cruzeiro no Douro – de 5 a 7 de Setembro – 3 dias



S – Encontro de Reformados em Istambul – de 15 a 19 de Setembro – 5 dias*

***Extensão à Capadócia** – de 19 a 22 de Setembro – 4 dias



S – Japão – de 21 a 30 de Outubro – 10 dias



Florença e Veneza

Lisboa / Florença / Pisa / Lucca / Veneza / Murano / Burano /
Veneza / Lisboa

De 10 a 14 de Maio

Por Direcção Nacional

> Programa

10 de Maio – Lisboa / Florença

05.00h – Comparência no Terminal 1 do Aeroporto de Lisboa, junto ao balcão dos CTT. Formalidades e embarque para Itália.

07.05h – Saída do Voo TP 874 directo para Florença.

11.00h – Chegada ao Aeroporto Amerigo Vespucci, em Florença, desembarque e transporte privado ao hotel para deixar a bagagem. Almoço no hotel ou em restaurante local. Após a refeição, faremos um passeio a pé, com guia local. O passeio começará no coração de Florença: Piazza della Signoria, um museu ao ar livre onde se encontra o majestoso Palazzo Vecchio e a Loggia dei Lanzi, que abriga uma incrível colecção de estátuas originais de grandes artistas, como Cellini e Giambologna.

Caminharemos pela colunata da Galeria Uffizi para chegar à Ponte Vecchio, a ponte mais antiga da cidade... e definitivamente a mais pitoresca! Descubra como a sua arquitectura particular esconde um dos segredos mais sublimes da cidade – o deslumbrante Corredor Vasari, que liga o Palazzo Vecchio ao Palácio Pitti e serpenteia por fileiras de casas particulares e igrejas. Em seguida, teremos o Bairro Medieval de Florença, onde pode admirar a Casa de Dante antes de chegar à deslumbrante Praça do Duomo. O seu guia levá-lo-á de volta no tempo enquanto descreve vividamente a história e as curiosidades da Catedral, do Baptistério, do Campanário de Giotto e da mundialmente famosa Cúpula de Brunelleschi. Ao final do dia, regressamos ao hotel. Alojamento. Jantar. Italiano Hotels Florence 4* ou similar.



Realização: de 10 a 14 de Maio
Inscrição até: 30 de Março

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa

Hora: 5.00h

Valor: 1590 euros

Suplemento de quarto individual: 275 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: viagem de 5 dias = 4 noites de alojamento; passagem aérea Lisboa / Florença + Veneza / Lisboa, na Tap Air Portugal em classe económica e com direito a 1 mala de porão até 23 kg e 1 mala de cabina/mão até 8 kg; taxas de aeroporto no montante de cerca de 45 euros (podem ser alteradas até ao dia de emissão dos bilhetes aéreos); comboio de Florença a Veneza em 2.ª classe; acompanhamento por representante da agência, de Lisboa a Lisboa; autocarros de turismo para transferes e visitas mencionadas; guias locais em espanhol; auriculares; visitas conforme programa: Duomo de Florença + Palácio Ducal e Basílica em Veneza, passeio de barco às ilhas de Murano e Burano + travessias em vaporetto para a Praça de S. Marcos; alojamento na

11 de Maio – Florença / Pisa / Lucca / Florença

Pequeno-almoço no hotel, e início do passeio de dia completo a Pisa e Lucca. «Pisa e Lucca estão, sem dúvida, entre as cidades mais ricas do mundo pela suas arquitectura e história.» Em Pisa, mostraremos a maravilhosa Piazza dei Miracoli: durante a visita guiada, poderá admirar o baptistério e a famosa torre inclinada, culminando dentro da imponente catedral. Antes do almoço terá tempo livre para fazer compras ou beber um *cappuccino*. Almoço em restaurante local. Continuação até Lucca, famosa pelas suas antigas muralhas ainda intactas e interrompidas por imponentes portões. Junto com

o guia admirará os monumentos e as igrejas mais interessantes de Lucca, incluindo a Piazza dell'Anfiteatro, a Torre Guinigi, a Catedral de San Martino e um passeio relaxante pelos becos pitorescos e pelas lojas de antiguidades. O nosso passeio termina com uma agradável paragem numa confeitaria localizada no coração das muralhas de Lucca, onde podemos provar o famoso buccellato, o bolo tradicional da cidade. Ao final da tarde, regresso a Florença, alojamento e jantar.

12 de Maio – Florença / Veneza

Pequeno-almoço no hotel. *Check-out* até às 11.00h. Manhã livre para compras ou outras actividades. Almoço não incluído.



base de quartos duplos com banho privativo em hotéis de 4 estrelas; *city tax* (taxa hoteleira) em Florença e em Veneza; taxas turísticas da cidade de Veneza, 5 euros por pessoa e por dia; 11 refeições: 5 pequenos-almoços + 2 almoços + 4 jantares; seguro base multiviagens 30 000 euros; taxas de turismo, serviços e IVA Inscrição não inclui: bagageiros, bebidas às refeições. Quaisquer serviços que não se encontrem mencionados no presente itinerário e extras de carácter pessoal.

O pagamento poderá ser efectuado em até: 12 (doze prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril, duas e final em Novembro.

Documentação obrigatória: cartão de cidadão

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

Cartão europeu de seguro de doença.

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



Para mais informação

contacte: o Grupo Desportivo A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: TQ – Travel Quality, Agência de Viagens, Lda., contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864.

Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=5100>



Transporte para a estação de comboios e embarque para Veneza. 14.40h / 17.00h – Viagem entre Florença e Veneza em comboio de alta velocidade. Chegada a Veneza e transporte privativo ao hotel. Alojamento no Hotel Belstay Veneza Mestre 4* ou similar. Jantar.

13 de Maio – Veneza

Pequeno-almoço no hotel. Pela manhã iniciamos o nosso passeio com guia local em Veneza. Faremos o nosso passeio a pé na cidade incluindo, por exemplo, a Ponte dos Suspiros e a Ponte de Rialto, entre outros marcos. Durante o passeio vamos descobrir dois dos símbolos de Veneza: o Palácio Ducal e a Basílica de São Marcos (entradas incluídas).

A visita começará no Palácio Ducal, construído entre os séculos XI e XII sobre um antigo núcleo fortificado que se tornou a residência dos Duques. No

seu interior poderá ver os Apartamentos do Doge, as salas de reuniões, a sala de torturas e o Piombi, as antigas prisões onde esteve preso Giacomo Casanova, o único que conseguiu escapar desse local considerado à prova de fuga. Almoço livre. Pela tarde exploraremos uma indústria tradicional de Veneza numa visita às ilhas de Murano e Burano com um guia local. Regresso ao hotel em hora a informar. Alojamento. Jantar.

14 de Maio – Veneza / Murano / Burano / Lisboa

Pequeno-almoço no hotel. *Check-out*. Tempo livre para compras ou se preferir poderá fazer um passeio opcional pelos canais de Veneza, numa romântica gôndola...

Almoço livre. Regresso ao hotel em hora a combinar localmente.

Transporte ao aeroporto para regresso a Portugal.





Budapeste

Porto ou Lisboa / Budapeste / Porto ou Lisboa

De 17 a 21 de Maio

Por Direcção Nacional

Realização: de 17 a 21 de Maio
Inscrição até: 9 de Março
Ponto de encontro: Aeroporto do Porto /
Aeroporto de Lisboa
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 1890 euros
Suplemento de quarto individual: 390 euros
Suplemento saída de Lisboa: 35 euros
Taxa de inscrição: 40 euros
Inscrição inclui: 5 dias / 7 refeições; voos
de base ida e volta em classe económica
LX+LH ou KLM; taxas de aeroporto incluídas;

1 peça de bagagem de porão; autocarro
privativo para todas as visitas e transferes;
estada conforme programa em quarto duplo,
alojamento e pequeno-almoço-*buffet* hotel
4* tipo Leonardo Budapest ou similar; pensão
completa, desde do jantar do 1.º dia ao jantar
do 4.º dia, nos hotéis ou restaurantes locais,
com menus de grupo predeterminados de
acordo com a gastronomia local, com pratos
fixos, não incluindo bebidas nem dietas
especiais; guia acompanhante local em língua
portuguesa; visitas:

férias e viagens

| Fevereiro-Abril 2025 | 82 |

- visita panorâmica de Budapeste com guia local;
- visita de Budapeste Histórica com guia local e entrada na Sinagoga e na Ópera;
- visita ao palácio de Gödöllő com guia local e entrada;
- visita à curva do Danúbio com guia local e entrada no Museu Etnográfico ao Ar Livre;
- passeio de barco no Danúbio com *goulash party*;
- visita ao Castelo de Vajdahuyad com guia local e entrada;

(A ordem dos serviços incluídos poderá ser alterada (transferindo uma visita para outro dia, por exemplo) para melhorar o desenrolar do circuito, garantindo-se sempre a realização dos mesmos); seguro de viagens, incluindo as condições especiais para cancelamento antecipado e interrupção de viagem, conforme apólice e cobertura complementar covid-19; gratificações a guia e motorista; assistência nas formalidades de *check-in* no dia de partida por Flash Viagens, e no dia de regresso pelo guia; assistência telefónica 24 horas (serviço de acompanhamento do cliente 24 horas para ajudar a resolver todo o tipo de imprevisto. Este serviço permanente é efectuado por um número de emergência em Portugal, que, com toda a logística existente, permite resolver no momento qualquer problema); oferta de uma mochila de viagem por pessoa. **Inscrição não inclui:** bebidas, extras de carácter pessoal na viagem, hotéis, restaurantes, despesas de saúde para além das indicadas no seguro de viagem incluído no pacote, taxas de hotelaria, cidade e/ou de aeroportos que não possam ser incluídas no bilhete de avião; todos os serviços não indicados no programa.

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

Recomendações: faça a



> Programa

17 de Maio – MP – Porto ou Lisboa / Budapeste

Comparência no aeroporto de Porto ou Lisboa 120 minutos antes da partida. Formalidades de embarque e partida em voo com destino a Budapeste, via cidade europeia. Chegada, encontro com o guia. Transporte ao hotel. Resto do dia livre para um primeiro contacto com a cidade. Jantar e alojamento.

18 de Maio – PC – Budapeste

Visita panorâmica da capital da Hungria, encantando-se com a Praça dos Heróis e o seu conjunto escultórico, o Parque Municipal, a Avenida Andrassy, repleta de palácios e palacetes, a Ponte das Correntes, o exterior da Igreja de Matias, o Bairro de Buda com ruas pitorescas e edifícios neobarrocos, e o Bastião dos Pescadores com magníficas vistas do

Parlamento, de Peste e do Danúbio.

Almoço em restaurante local. De tarde, visita ao Castelo Vajdahuyad, localizado no parque da cidade de Budapeste. Construído em madeira em 1896 como parte da Exposição Milenar, foi reconstruído em pedra no final da exposição. No seu interior abriga o Museu de Agricultura, que é o maior da Europa. Regresso a Budapeste. Jantar e alojamento.

19 de Maio – PC – Budapeste

Visita da Budapeste histórica, admirando o interior de dois dos edifícios mais emblemáticos da cidade: a sinagoga, um dos edifícios mais conhecidos da cidade, já que este foi o local onde os nazis estabeleceram o gueto judeu. É a maior da Europa e a segunda maior do mundo; e à Ópera em estilo neo-renascentista, considerada uma das mais elegantes do mundo. Almoço em restaurante local. De



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

É necessário apenas o bilhete de identidade, documento com validade mínima de 6 meses à data da chegada do circuito. Os lugares de prestação de serviço das refeições indicados nos itinerários são orientativos; os mesmos podem ser realizados noutros pontos do mesmo percurso e proporcionados nos hotéis onde pernoitam ou em restaurantes locais.

Todos os menores de idade viajando sem os pais ou com apenas um deles necessitam ainda de autorização oficial de viagem ao estrangeiro.

Política de cancelamento: até 9 de Março perda da taxa de inscrição; após esta data, perda de todos os custos apresentados pela agência.

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



Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: FlashViagens, RNAVT n.º 2094

Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=5100>



tarde, visita, ao Palácio de de Gödöllő ou Palácio Grassalkovich, situado apenas a 30 km de Budapeste. Este Palácio ficou conhecido principalmente por causa da Sissi, mulher do imperador Habsburgo, Francisco José. No final da visita, regresso a Budapeste. Jantar e alojamento.

20 de Maio – PC – Budapeste – Curva do Danúbio

Excursão de dia completo à região da curva do Danúbio. Saída para Ezstergom, centro da igreja católica húngara e a sede oficial do cardeal do país; visita ao Museu Etnográfico ao ar livre. Almoço em restaurante local no percurso para Szentendre também

conhecida como San Andrés, cidade de pintores. Aqui o rio forma um pronunciado “S” entre os montes Pilis e Borzsony. Regresso a Budapeste. Ao final da tarde, partida para um passeio de barco pelo Danúbio seguido de um *goulash party* (jantar típico com espetáculo folclórico de música húngara). Regresso ao hotel. Alojamento.

21 de Maio – PA – Budapeste / Porto ou Lisboa

Tempo livre até ao *transfer* para o aeroporto. Aproveite para passear mais um pouco por esta cidade. Formalidades de embarque e saída em voo com destino à sua cidade de origem, via cidade europeia. Chegada.





Viagem à Albânia

Lisboa / Belgrado (Sérvia) / Tirana / Shkodra / Kruja / Berat*
UNESCO / Gjirokastra* UNESCO / Butrint * UNESCO / Ksamil /
Saranda / Riviera Albanesa – Parque Nacional de Llogara – Vilarejos
Costeiros em Dhermi e Himare – (UNESCO) – Vlora / Apollonia /
Mosteiro de Ardenica / Durres / Tirana / Belgrado / Lisboa

De 20 a 28 de Junho

Por Direcção Nacional

> Programa

20 de Junho – Lisboa /
Belgrado (Sérvia) / Tirana

14.00h – Comparência no
Aeroporto de Lisboa, terminal
1, junto ao balcão dos CTT.
Distribuição da documentação e
formalidades de embarque.
16.05h – Voo JU 563 directo para
Belgrado, na Sérvia.

20.55h – Chegada a Belgrado.
Tempo de espera.

00.50h – Continuação da viagem
no Voo JU 166 directo para Tirana
na Albânia.

02.50h – Chegada ao Aeroporto
Internacional de Tirana,
desembarque, recolha de
bagagem e transporte privativo
para o hotel. Alojamento no Hotel
Sky 2 – 4* ou similar.

Realização: de 20 a 28 de Junho
Inscrição até: 30 de Março
Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa
Hora: 8.00h
Valor: 1720 euros
Suplemento de quarto individual: 250 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Inscrição inclui: *viagem de 9 dias = 8 noites de alojamento; passagem aérea Lisboa / Belgrado / Tirana / Belgrado / Lisboa, na Air Serbia em classe económica e com direito a 1 mala de porão até 23 kg e 1 mala de cabina/mão até 8 kg; taxas de aeroporto no montante de cerca de 102 euros (podem ser alteradas até ao dia de emissão dos bilhetes aéreos); acompanhamento por representante da agência, de Lisboa a Lisboa; autocarros de turismo para transferes e visitas mencionadas; guias em espanhol; auriculares; visitas conforme programa; alojamento na base de quartos duplos com banho privativo em hotéis de 4 estrelas; 22 refeições: 8 pequenos-almoços + 7 almoços + 7 jantares (incluindo o jantar de despedida); seguro base Multiviagens – 30 000 euros; taxas de turismo, serviços e IVA
Inscrição não inclui: quaisquer serviços que não se encontrem devidamente mencionados no presente itinerário e extras de

21 de Junho – Tirana

Pequeno-almoço tardio no hotel (por volta das 10h), antes de iniciar o *tour* por Tirana. Fundada em 1614, Tirana é hoje uma cidade desenvolvida que combina cultura, história, arquitectura contemporânea e muita hospitalidade. Almoço em restaurante local. Visita guiada por Tirana, incluindo um passeio pelo principal *boulevard* e pelos principais edifícios da cidade, como: o Edifício Pirâmide, a Casa da Ópera, a Biblioteca Nacional, edifícios governamentais, o novo bazar e a área pedonal próxima às ruínas do castelo de Tirana. Jantar. Alojamento no hotel.

22 de Junho – Tirana / Shkodra / Kruja / Tirana

Após o pequeno-almoço, seguimos para Shkodra. Exploramos a encantadora cidade de Shkodra, uma das mais antigas e culturalmente ricas da Albânia. Em seguida, seguimos para a imponente Fortaleza de Rozafa, localizada numa colina que oferece vistas panorâmicas espetaculares sobre a cidade, o lago Shkodra e os rios Drin e Buna. Almoço num restaurante local em Shkodra, antes do nosso transfe para a pequena cidade de Kruja, um dos destinos turísticos mais belos da Albânia. Kruja é notável pelas suas ruas de pedra e edifícios tradicionais.

O passeio começa com a visita ao castelo, a cidadela do herói nacional Gjergj Kastriot Skanderbeg, e oferece uma vista espectacular dos arredores, e, também visitamos o Museu Etnográfico de Kruja. Após as visitas, é hora de nos aproximarmos das tradições e do estilo de vida albanês, visitando o bazar. Alojamento no mesmo hotel. Jantar.

23 de Junho – Tirana / Berat * UNESCO

Pequeno-almoço no hotel. Seguimos para outra cidade classificada como Património Mundial da UNESCO – Berat –, o orgulho da antiguidade e da arquitectura albanesa. Dia inteiro em Berat para explorarmos esta cidade notável. Visita da cidadela, que oferece uma vista para o rio e para a cidade moderna, bem como para o antigo bairro cristão, do outro lado do rio. Dentro da cidadela, visitamos o Museu Iconográfico Onufri, com pinturas do século XVI, do famoso pintor ortodoxo da época, Onufri. Almoço tradicional em restaurante local. À tarde, visitamos um agroturismo-vinícola, e experimentaremos alguns dos vinhos produzidos localmente e desfrutamos do jantar. Alojamento em Berat, no Hotel Belagrita 4*ou similar.

24 de Junho – Berat / Gjirokastra* UNESCO

Pequeno-almoço no hotel. Hoje teremos um dia dedicado à arquitetura e à culinária. Dia inteiro para visitar a cidade de Gjirokastra, classificada como Património Mundial da UNESCO, incluindo o castelo, que oferece uma vista espectacular da cidade; o Museu Etnográfico, que é a casa natal do ex-ditador Enver Hoxha; e as ruas estreitas do antigo bazar. Almoço com menu tradicional em restaurante local. Jantar e alojamento em Gjirokastra, no Hotel Via Sharm 4*ou similar.





carácter pessoal; bagageiros; bebidas às refeições
O pagamento poderá ser efectuado em até: 12 (doze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril, duas e final em Novembro.

Documentação obrigatória: cartão de cidadão ou passaporte válidos (enviar cópia para o Grupo Desportivo)

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

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

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: TQ – Travel Quality,

Agência de Viagens, Lda., contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864.

Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=5100>

25 de Junho – Gjirokastra / Butrint * UNESCO /Ksamil / Saranda

Depois do pequeno-almoço, seguimos para Butrint.

Visitamos a antiga cidade de Butrint, um sítio declarado Património Mundial da UNESCO. Paragem em Ksamil, que é um destino paradisíaco com praias de areia branca e águas cristalinas em tons de azul-turquesa. A beleza natural e a atmosfera tranquila tornam este lugar um refúgio perfeito no Mediterrâneo.

Almoço em restaurante local na área da praia. Podemos passar algumas horas relaxando na praia ou seguir directamente para explorar a cidade de Saranda. Vemos o pôr-do-sol no Castelo de Lekursi, localizado no topo da colina, com vista para a cidade e o mar! Jantar e alojamento em Saranda, no Hotel Nertili 4* ou similar.

26 de Junho – Riviera Albanesa – Parque Nacional de Llogara – Vilarejos Costeiros em Dhermi e Himare – (UNESCO) – Vlorë

Pequeno-almoço no hotel. Saída com destino à cidade costeira de Vlorë, no Sul da Albânia. Percorreremos a espectacular Riviera Albanesa com vista para o mar Jónico. Continuamos em direcção a Saranda, passando pelas

pequenas vilas costeiras de Dhermi e Himara. Fazemos uma paragem no Parque Nacional de Llogara para apreciar a vista das praias de areia branca a mais de 1000 metros de altitude. Almoço incluído em restaurante local.

Chegamos à tarde na cidade costeira de Vlorë, onde desfrutamos da noite na orla marítima. Jantar e alojamento em Vlorë. Hotel Palace 4* ou similar.

27 de Junho – Vlorë / Apollonia / Mosteiro de Ardenica / Durres / Tirana

Pequeno-almoço no hotel e partida para Apollonia, um dos sítios arqueológicos mais conhecidos do país. Visitamos as ruínas de Apollonia, incluindo o Odeon, e vemos alguns monumentos como a Muralha Circular, o Bouleterion, a Casa dos Mosaicos e o Nymphaeum. Seguimos a visita para o Mosteiro de Ardenica, um mosteiro ortodoxo oriental. Almoço num restaurante local. Depois da refeição continuamos para Durres, segunda maior cidade da Albânia. Aqui visitaremos o Anfiteatro Romano, cuja construção foi ordenada pelo imperador Trajano no séc. II d.C. À tarde, retornamos a Tirana. Jantar de despedida num agroturismo local. Aqui, desfrutaremos de um delicioso jantar com diversos pratos tradicionais albaneses, preparados por um dos melhores chefs do país. Alojamento no Hotel Sky 2 – 4* ou similar.

28 de Junho – Tirana

Pequeno-almoço no hotel. *Check-out*.
12.00h – Transporte privativo ao Aeroporto Internacional de Tirana. Formalidades de embarque de regresso a Portugal.
15.05h – Saída do Voo JU 163 com destino a Belgrado.
16.05h – Chegada a Belgrado.
19.05h – Saída do Voo JU 564 directo a Lisboa.
22.05h – Chegada a Lisboa, recolha de bagagem e fim da viagem.



Convívio de Reformados em Cabo Verde – Ilha da Boavista

Porto / Cabo Verde – Ilha da Boavista / Porto

De 27 de Junho a 4 de Julho

Por Direcção Nacional

Realização: de 27 de Junho a 4 de Julho

Inscrição até: 20 de Março

Ponto de encontro: Aeroporto do Porto

Hora: 150 minutos antes da hora da partida

Valor:

1300 euros em quarto duplo

1540 euros em quarto individual

1270 em quarto triplo

Taxa de inscrição: 40 euros, em caso desistência até 20 de Março

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

1180 euros em quarto duplo

1420 euros em quarto individual

1150 em quarto triplo

Inscrição inclui: 7 noites de alojamento em regime de tudo incluído, na ilha da Boavista, Hotel Riu Touareg 5*; passagens aéreas Porto/Boavista/Porto em voos TAP, em voo *charter*, classe económica S com 1 bagagem por pessoa; taxas de aeroporto no valor de 249,00 euros; transferes *in/out* na ilha da Boavista regulares; seguro de viagens Travel Silver Plus cc; TSA; assistência nas formalidades de *check-in* no dia de partida por Flash Viagens, e no dia de regresso pelo guia. Assistência telefónica 24 horas (serviço de acompanhamento do cliente 24 horas para ajudar a resolver todo o tipo de imprevistos. Este serviço permanente é efetuado por um número de emergência em Portugal, que, com toda a logística existente, permite resolver no momento qualquer problema). Oferta de uma mochila de viagem por pessoa.

Inscrição não inclui: taxa turística a ser paga localmente pelos clientes no *check-in* dos hotéis em Cabo Verde, no valor de 2,50 euros por pessoa, por noite, para maiores de 16 anos, até um máximo de 10 noites consecutivas por hotel; despesas de carácter pessoal e todos os serviços não mencionados anteriormente.

O pagamento poderá ser



> Programa

27 de Junho – Porto / Boavista

Comparência no aeroporto 2.30h antes da hora indicada. Formalidades de embarque e partida em voo com destino a Boavista, chegada e *transfer* ao hotel, instalação em regime de tudo incluído.

28 de Junho – TI – Boavista

Estada no hotel em regime de tudo incluído, alojamento.

Dia livre para desfrutar de todas as opções que o hotel põe à nossa disposição, da sua magnífica praia ou visitar esta encantadora cidade.

29 de Junho – TI – Boavista

Estada no hotel em regime de tudo incluído.

Dia livre para desfrutar de todas as opções que o hotel põe à nossa disposição, da sua magnífica praia ou visitar esta encantadora cidade.

30 de Junho – TI – Boavista

Estada no hotel em regime de tudo incluído.

Dia livre para desfrutar de todas as opções que o hotel põe à nossa disposição, da sua magnífica praia ou visitar esta encantadora cidade.



efectuado em até: 13 (treze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro.

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

Nesta viagem será dada prioridade de inscrição aos sócios reformados. É obrigatório o envio da cópia dos passaportes de todos os passageiros com uma validade mínima de 6 meses à data do regresso.

Política de cancelamento: até 20 de Março perda da taxa de inscrição; após esta data, perda de todos os custos apresentados pela agência.

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



Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: FlashViagens, RNAVT n.º 2094

Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=5100>



1 de Julho – TI – Boavista

Estada no hotel em regime de tudo incluído.

Dia livre para desfrutar de todas as opções que o hotel põe à nossa disposição, da sua magnífica praia ou visitar esta encantadora cidade.

2 de Julho – TI – Boavista

Estada no hotel em regime de tudo incluído.

Dia livre para desfrutar de todas as opções que o hotel põe à nossa disposição, da sua magnífica praia ou visitar esta encantadora cidade.

03 de Julho – TI – Boavista

Estada no hotel em regime de tudo incluído.

Dia livre para desfrutar de todas as opções que o hotel põe à nossa disposição, da sua magnífica praia ou visitar esta encantadora cidade.

4 de Julho – TI – Boavista / Porto

Em hora a indicar, *transfer* ao aeroporto, formalidades de embarque e saída com destino ao Porto. <





O melhor do Egipto

Porto ou Lisboa / Cairo / Mênfis – Sakara
/ Luxor / Thebas / Karnak / Edfu / Kom
Ombo / Assuão / Abu Simbel / Alexandria
/ Cairo / Porto ou Lisboa

De 4 a 14 de Setembro de 2025

Por Direcção Nacional

> Programa

4 de Setembro – A – Porto ou Lisboa via Madrid / Cairo

Comparência no aeroporto do Porto 150 minutos antes da partida. Formalidades de embarque em voo com destino ao Cairo, via cidade de conexão. Chegada, transfere ao hotel e alojamento.

5 de Setembro – PC – Cairo / Mênfis – Sakara / Cairo

Começamos as nossas visitas pela primeira capital faraónica, Mênfis, que foi fundada pelo rei Naarmer, onde se encontra a famosa esfinge de alabastro e um colosso de Ramsés II. Também visitaremos a necrópole de Sakara, um lugar onde a maioria dos faraós e líderes do Antigo Império decidiu estabelecer os seus túmulos. Entre os



Realização: de 4 a 14 de Setembro
Inscrição até: 15 de Julho
Ponto de encontro: 150 minutos antes da hora da partida
Valor: 2270 euros
Suplemento de quarto individual: 570 euros
Taxa de inscrição: 40 euros, em caso de desistência até 15 de Julho
Inscrição inclui: 11 dias / 18 refeições; voos de base ida e volta em classe económica IB – taxas de aeroporto incluídas, passíveis de alteração até à emissão final dos voos; 1 peça de bagagem de porão; autocarro privativo para todas as visitas e transferes; estada conforme programa em quarto duplo alojamento e pequeno-almoço-*buffet* em hotéis tipo: Cairo – Pyramids Park ou similar, Alexandria – Tolip ou similar, cruzeiro no Nilo – *MS Sara* ou *MS Beurivage* ou *Royal Adventure* ou similar; refeições conforme programa,

muitos túmulos encontrados ao longo desta vasta extensão, destaca-se a pirâmide escalonada do faraó Zoser (III Dinastia). Almoço em restaurante local. Finalizamos o nosso dia com visita ao original mercado oriental, um dos maiores bazares do Médio Oriente, o *souk* de Khan el Khalili. Transfere ao hotel, instalação, jantar e alojamento.

6 de Setembro – PC – Cairo / Museu Egípcio / Luxor

Saída para visita ao planalto de Gizé, a última maravilha remanescente do mundo antigo, local da necrópole real de três soberanos da IV Dinastia – Khufu, Khafre e Menkaure. Visita à Grande Pirâmide (exterior), conhecida como a Pirâmide de Quéops ou Khufu, à Pirâmide de Menkaure e ao Templo do Vale de Khafre, que recebeu o corpo do faraó antes de este ser sepultado. Visita ainda à Esfinge, datada de por volta de 2500 a.C., a mais antiga escultura monumental descoberta no

Egipto e a guardiã dos vários templos e túmulos aqui presentes. Almoço em restaurante local. De tarde, visita do Grande Museu Egípcio, o maior museu arqueológico dedicado a uma única civilização, a egípcia antiga. O GEM exibirá cerca de 100 000 artefactos, incluindo toda a colecção do faraó Tutancamon, com muitos itens expostos pela primeira vez. Em hora a determinar, transfere ao aeroporto do Cairo e embarque em voo com destino a Luxor. Chegada, assistência, transfere ao barco, início do cruzeiro pelo Nilo, jantar e alojamento a bordo.

7 de Setembro – PC – Luxor / Tebas / Karnak / Edfu

Pequeno-almoço e desembarque cedo. Visita da Necrópole de Tebas com o Vale dos Reis, o Templo da Rainha Hatshepsut e os Colossos de Mémnon. Continuação para visitar o templo de Karnak, dedicado ao culto do deus Amon-Rá. Ao fim da manhã, regresso

nos hotéis ou restaurantes locais, com menus de grupo predeterminados de acordo com a gastronomia local, com pratos fixos não incluindo bebidas nem dietas especiais; guia acompanhante local em língua espanhola e ou portuguesa; todas as visitas e entradas mencionadas no programa como incluídas; seguro de viagem, incluindo as condições especiais para cancelamento antecipado e interrupção de viagem; vistos de entrada, ressalva-se os vistos que só podem ser obtidos directamente à chegada aos aeroportos e com pagamento local pelo próprio passageiro; assistência nas formalidades de *check-in* no dia de partida por Flash Viagens, e no dia de regresso pelo guia; assistência telefónica 24 horas (serviço de acompanhamento do cliente 24 horas para ajudar a resolver todo o tipo de imprevisto. Este serviço permanente é efectuado por um número de emergência em Portugal, que, com toda a logística existente, permite resolver no momento qualquer problema). Oferta de uma mochila de viagem por pessoa.

Inscrição não inclui: bebidas (salvo indicação em contrário), extras de carácter pessoal na viagem, hotéis, restaurantes, despesas de saúde para além das indicadas no seguro de viagem incluído no pacote, taxas de hotelaria, cidade e/ou de aeroportos que não possam ser incluídas no bilhete de avião, todos os serviços não indicados no programa

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

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

É obrigatório o envio da cópia dos passaportes de todos os passageiros com uma validade mínima de 6 meses à data do regresso.



ao barco e almoço. Início da navegação até Edfu, passando pela comporta de Esna. Jantar e alojamento a bordo. Chegada a Edfu.

8 Setembro – PC – Edfu / Kom Ombo / Assuão

Pensão completa a bordo. Conforme horário indicado pelo navio, visita ao Templo do Deus Horus em Edfu, um dos mais belos da época ptolemaica. Regresso ao barco e início da navegação até Kom Ombo. À chegada, visitaremos o Templo de Kom Ombo, dedicado aos deuses Sobek e Hórus. Continuação da navegação para Assuão. Jantar seguido de festa egípcia e alojamento a bordo.

9 de Setembro – PC – Assuão

Pensão completa a bordo. Ao início da manhã, saída para visitar a Barragem de Assuão, importantíssima na vida do Egípto, seguindo depois para o templo de Philea, dedicado a Ísis, a deusa da fertilidade, maternidade e magia egípcia. Construído na época ptolemaica, o complexo foi desmontado e mudado para a ilha de Agilkia,

ficando assim a salvo das águas da barragem de Assuão por intervenção da UNESCO. Na parte central do templo está representada a casa de nascimento, dedicada ao filho de Ísis e Osíris, Hórus. Logo a seguir transfere ao barco. Almoço. De tarde, saída para uma das mais emblemáticas visitas, começando pelo passeio de faluca (barco típico) pelo rio Nilo em torno das ilhas Elefantinas, o jardim botânico e o Mausoléu de Agha Khan, prosseguindo até uma aldeia núbia, para visita com possibilidade de tomar banho no rio Nilo. Em hora a indicar, regresso ao barco, jantar e alojamento a bordo.

10 Setembro – PC – Assuão / Abu Simbel / Assuão / Cairo

Pequeno-almoço e viagem ao início da manhã (cedo) para Abu Simbel. Chegada e visita do templo de Abu Simbel, um incrível complexo arqueológico deslocado pela UNESCO nos anos de 1960 para evitar a sua destruição pelas águas do lago Nasser. O complexo abrange dois templos – o grande templo de Ramsés II e o templo de Hathor –, construídos sob a ordem

Política de cancelamento: até 15 de Julho, perda da taxa de inscrição; após esta data, perda de todos os custos apresentados pela agência.

Notas:

– 3.º dia – a partida para Luxor ao final do dia está sujeita à operação dos voos internos e disponibilidade aérea.

– 7.º dia – a partida em voo de Abu Simbel está também sujeita à operação da companhia. Caso o voo seja antes das 14.30h não é possível fazer o almoço deste dia. Caso não haja voo de Abu Simbel neste dia, o voo terá partida de Assuão.

Ficha de inscrição

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



Para mais informação

contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: FlashViagens, RNAVT n.º 2094

Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=5100>



de Ramsés II, em homenagem a ele próprio e a Nefertari, a sua esposa favorita. Almoço em restaurante local. Em hora a combinar localmente, transporte ao aeroporto de Assuão. Formalidades de embarque para saída em voo com destino ao Cairo. Chegada, transfere ao hotel, jantar e alojamento.

11 Setembro – PC – Cairo / Alexandria (km 220)

Pequeno-almoço. Saída em direcção a Alexandria, chegada e almoço num restaurante local. De tarde, visitas das catacumbas e panorâmica da cidade, com destaque para a Fortaleza de Quitabai, construída sobre o mítico Farol de Alexandria. Visitamos ainda o exterior da Mesquita de Abo El Abbas. Chegada ao hotel, instalação, jantar e alojamento.

12 Setembro – PC – Alexandria / Cairo

Pequeno-almoço. Saída para visita desta fantástica cidade, Alexandria, antiga capital e segunda cidade mais importante do Egipto, uma pérola do

Mediterrâneo. Visita ao Anfiteatro de Alexandria e à famosa Biblioteca, uma das mais célebres da História e um dos maiores centros do saber da Antiguidade, reencarnada na ultramoderna Biblioteca Alexandrina em forma de disco solar. Visita ao Museu de Alexandria (entrada incluída). Almoço em restaurante local durante as visitas. De tarde, viagem de regresso ao Cairo, instalação no hotel, jantar e alojamento.

13 e 14 de Setembro – sábado e domingo – PC – Cairo / ... / Porto

Pequeno-almoço e saída para visita da Mesquita de Alabastro, e da cidadela de Saladino (entrada incluída). Almoço em restaurante local. De tarde, saída para visita ao Museu das Civilizações e tempo livre. Regresso ao hotel para fecharmos as malas e começar a nossa despedida do Egipto. Saída para jantar em restaurante local, seguido de transfere ao aeroporto. Formalidades de embarque e saída em voo com destino à sua cidade de origem, via cidade de conexão. Noite a bordo.





Cruzeiro no Douro

Lisboa – Porto – Cruzeiro: Porto / Régua – Tabuaço – São João da Pesqueira – Lisboa

De 5 a 7 de Setembro

Por Direcção Nacional

Realização: de 5 a 7 de Setembro
Inscrição até: 30 de Junho
Ponto de encontro: Sete Rios
Hora: 7.00h
Valor: 550 euros
Suplemento de quarto individual: 115 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Inscrição inclui: viagem de 3 dias = 2 noites de alojamento; autocarro para efectuar todo o circuito descrito; acompanhamento por guia nosso durante toda a viagem; 1 noite de alojamento em hotel no Porto ou arredores 4*; 1 noite de alojamento em hotel em Tabuaço 4*; todas as

> 5 de Setembro – Lisboa / Porto
7.00h – Saída de Lisboa em direcção a Vila Franca de Xira para pequeno-almoço-*buffet* incluído. Paragem de conforto em percurso.
Almoço incluído com bebidas no Porto. Tempo livre. Alojamento em hotel no Porto ou arredores.

6 de Setembro – Porto / Peso da Régua / Tabuaço

Após o pequeno-almoço-*buffet*, saída em direcção ao cais para embarque no Cruzeiro: Porto – Peso da Régua.
9.00h – Concentração e embarque no cais da Ribeira, no Porto.
Partida com destino à Régua. Serviço

de pequeno-almoço a bordo. Passagem pela barragem de Crestuma/Lever. Aperitivos e almoço a bordo. Passagem pela barragem de Carrapatelo.
16.30h – Chegada prevista à Régua. A viagem continua em direcção a Tabuaço. Passámos para a margem sul do rio Douro e continuamos pela EN 222, passando por Folgosa do Douro. Alojamento no Plácido Hotel Douro Tabuaço 4* ou similar.

7 de Setembro – Tabuaço / S. João da Pesqueira / Lisboa

Pequeno-almoço-*buffet* no hotel. Saída com destino a S. João da Pesqueira. A vila encontra-se no coração da primeira

refeições desde o pequeno-almoço do 1.º dia ao almoço do 3.º dia incluindo bebidas, excepto no jantar no hotel do Porto; alojamento na base de quartos *standard* com banho privativo; cruzeiro Porto-Rêgua com almoço a bordo; visita guiada ao Museu do Douro em S. João da Pesqueira; taxas turísticas, taxas hoteleiras, serviços e IVA; seguro de assistência em viagem – Portugal Shortbreak

Inscrição não inclui: quaisquer serviços que não se encontrem devidamente mencionados no presente itinerário e extras de carácter pessoal

O pagamento poderá ser efectuado em até: 12 (doze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril, duas e final em Novembro

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

Cartão de cidadão obrigatório

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



Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo **A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:** TQ – Travel Quality, Agência de Viagens, Lda., contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864

Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=5100>



região vinícola demarcada do mundo, a Região Demarcada do Douro, onde nasce o famoso vinho do Porto e vinhos de mesa de prestígio incomparável. Este povoamento remonta a tempos ancestrais – prova disso são os inúmeros vestígios arqueológicos, palácios brasonados, igrejas seculares abonadas em história e cultura que testemunham diferentes épocas da humanidade. Para além do património edificado, S. João da Pesqueira orgulha-se de possuir belíssimas paisagens com vinhedos como marca dominante, as amendoeiras em flor como um espectáculo de Inverno e o rio Douro como raiz e identidade. S. João da Pesqueira detém o foral mais antigo de que há memória, atribuído pelo rei

Fernando Magno, nas datas de 1055 e 1065 constando já o vinho entre os tributos a pagar ao rei. O marquês de Pombal (primeiro-ministro de D. José), em menino e moço, estudou no convento franciscano da vila de S. João da Pesqueira onde um tio padre ministrava lições de Latim. Terão surgido rivalidades com os marqueses de Távora por se terem oposto ao namoro e enlace matrimonial entre Pombal, filho de gente humilde, e a formosa descendente dos prestigiados Távoras.

Visita guiada ao Museu do Vinho de S. João da Pesqueira. Almoço incluído em restaurante local. Após a refeição iniciámos o regresso a Lisboa. Paragens de conforto pelo caminho. Chegada prevista pelas 22.00h.





Encontro de Reformados em Istambul

De 15 a 19 de Setembro – Lisboa / Istambul / Lisboa

(opcional, mínimo de 15 pessoas)

De 19 a 22 de Setembro – Extensão à Capadócia – Istambul / Capadócia / Istambul / Lisboa

Por Direcção Nacional

Realização: 15 a 19 de Setembro

Inscrição até: 30 de Junho

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa

Hora: 8.00h

Valor: 1730 euros

Suplemento de quarto

individual: 230 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: *viagem de 5 dias = 4 noites de alojamento; passagem Aérea Lisboa / Istambul / Lisboa, na Turkish Airlines em classe económica e com direito a 1 mala de porão até 23 kg e 1 mala de cabina/mão até 8 kg; *snacks* a bordo dos voos; taxas de aeroporto no montante de cerca de 200 euros (podem ser alteradas até ao

> 15 de Setembro – Lisboa / Istambul

08.00h – Comparência no Aeroporto de Lisboa, terminal 1, junto ao balcão dos CTT. Distribuição da documentação e formalidades de embarque.

10.55h – Voo TK 1756 directo para Istambul na Turquia. *Snack* a bordo.

17.50h – Chegada ao Aeroporto Internacional de Istambul, desembarque, recolha de bagagem e transporte privativo para o hotel. Alojamento no Hotel Lamartine 4* ou similar. Jantar.

16 de Setembro – Istambul

Pequeno-almoço no hotel. Saída do hotel para visitar a Torre de Gálata, que domina o horizonte de Gálata. A torre foi construída em 1348 como parte da expansão da colónia genovesa de Constantinopla. Em seguida, seguimos em direcção à cidade velha. Visitamos a majestosa e elegante Mesquita Azul, conhecida como tal pelas suas decorações interiores. Em seguida, visitamos o hipódromo da era bizantina

dia de emissão dos bilhetes aéreos); acompanhamento por representante da Agência de Lisboa a Lisboa; autocarros de turismo para transferes e visitas mencionadas; guias em português ou espanhol; auriculares; visitas conforme programa; alojamento na base de quartos duplos com banho privativo em hotéis de 4 estrelas; 11 refeições: 4 pequenos-almoços + 3 almoços + 4 jantares (incluindo o jantar de despedida com animação); seguro base multiviagens – 30 000 euros; taxas de turismo, serviços e IVA

Inscrição não inclui: quaisquer serviços que não se encontrem devidamente mencionados no presente itinerário e extras de carácter pessoal

O pagamento poderá ser efectuado em até: 12 (doze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril, duas e final em Novembro

Documentação obrigatória: cartão de cidadão ou passaporte válido (Enviar cópia para o Grupo Desportivo)

Recomendações: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Cartão europeu de seguro de doença

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

Para mais informação, contacte: o Grupo Desportivo



A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: TQ – Travel Quality, Agência de Viagens, Lda., contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864

Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=5100>



e depois a Santa Sofia (entrada incluída) do século VI. Almoço em restaurante local. Em tarde visitaremos o Grande Bazar, um dos maiores e mais antigos bazares do mundo. Após a visita, transporte ao hotel. Alojamento. Jantar.

17 de Setembro – Istambul

Pequeno-almoço no hotel. Visita ao Palácio de Topkapi, a residência dos sultões do Império Otomano, centro do poder otomano durante quase 400 anos, incluindo os pátios, jardins, cozinhas, pavilhões e o seu tesouro, famoso pela sua excelente colecção de jóias e porcelanas. Almoço em restaurante local. À tarde, visita do Mercado de Especiarias. Prosseguimos em direcção ao porto para a bela excursão pelo estreito de Bósforo, onde se pode apreciar a fabulosa vista panorâmica das aldeias, palácios e chalés fascinantes. O estreito de Bósforo separa a Ásia da Europa e ao mesmo tempo liga o mar de Mármara ao mar Negro. Regresso ao hotel. Alojamento. Jantar.

18 de Setembro – Istambul

Pequeno-almoço no hotel. Saída para visitar o Palácio Dolmabahçe, construído em meados do século XIX às margens do Bósforo, e foi a residência dos últimos sultões otomanos; visitámos também o harém. Almoço em restaurante local. À tarde, visita da colina Pierre Lotti, onde pudemos apreciar uma bela vista da cidade.

Atravessaremos de teleférico da linda colina Pierre Loti para apreciar uma vista panorâmica de Istambul. Em seguida, será levado para conhecer um bairro charmoso com alguns dos melhores cafés de Istambul. Vamos experimentar o café turco tradicional, o café com *salep* e o tão famoso San Sebastián *cheesecake*. Terá tempo para passear e tirar fotos nos locais. Após a visita, transporte ao hotel. Alojamento. Jantar de Despedida com Animação – Dança do Ventre... 1001 noites...

19 de Setembro – Istambul

Pequeno-almoço no hotel. *Check-out*. Transporte ao aeroporto para embarque de regresso a Portugal.
12.20h – Saída do voo TK 1759 directo a Lisboa. Snack a bordo.
15.50h – Chegada a Lisboa, recolha de bagagens e Fim dos nossos serviços.

Realização: 19 a 22 de Setembro
Inscrição até: 30 de Junho
Ponto de encontro: hotel em Istambul
Hora: a informar localmente
Valor: 750 euros
Suplemento de quarto individual: 130 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Inscrição inclui: *viagem de 4 dias = 3 noites de alojamento; o mencionado no programa
Extensão à Capadócia
Inscrição não inclui: quaisquer serviços que não se encontrem devidamente mencionados no presente itinerário e extras de carácter pessoal
O pagamento poderá ser efectuado em até: 12 (doze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril, duas e final em Novembro
Documentação obrigatória: cartão de cidadão ou passaporte válido (Enviar cópia para o Grupo Desportivo)
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.
Cartão europeu de seguro de doença
Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf



Para mais informação
contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: TQ – Travel Quality, Agência de Viagens, Lda., contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864
Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=5100>



(Opcional, mínimo de 15 pessoas)

Extensão à Capadócia

19 de Setembro – Istambul / Capadócia

Pequeno-almoço no hotel. *Check-out*. Transporte ao aeroporto para embarque com destino ao Aeroporto de Nevsehir para a Capadócia. Desembarque e transporte privativo ao Hotel Dilek Kaya 4* ou similar.
Almoço livre. Alojamento. Jantar.

20 de Setembro – Capadócia

Pequeno-almoço e alojamento no hotel. Dia dedicado à visita a esta fascinante região, única no mundo pela sua paisagem lunar, com belas e estranhas formações de lava procedentes da erupção do monte Erciyas e da acção da erosão, e onde encontraremos uma infinidade de pequenas aldeias e igrejas esculpidas na rocha. Saída para o vale do Derbent para conhecer as formações naturais da região. Almoço incluído no caminho. Continuação até ao vale de

Göreme, complexo monástico bizantino composto por igrejas escavadas na rocha com belos frescos, as aldeias trogloditas de Paşabağ em Zelve, a fortaleza natural de Uçhisar, Ortahisar, as chaminés de fada de Ürgüp (cones de pedra encimados por rochas planas). Jantar no hotel.

21 de Setembro – Capadócia / Istambul

Pequeno-almoço no hotel. Visita ao vale do Kizilcukur, seguida de um passeio pela típica aldeia de Cavusin, e uma visita a Kaymakli, uma cidade subterrânea que foi refúgio para as populações no período da invasão. Almoço. Em horário a determinar, transporte ao aeroporto da Capadócia e partida de avião para Istambul. Chegada a Istambul e transporte ao hotel. Alojamento e jantar.

22 de Setembro – Istambul

Pequeno-almoço no hotel. *Check-out*. Transporte ao aeroporto para embarque de regresso a Portugal.
12.20h – Saída do Voo TK 1759 directo a Lisboa. *Snack* a bordo.
15.50h – Chegada a Lisboa, recolha de bagagens e fim dos nossos serviços. <



Viagem ao Japão

Lisboa / Istambul / Osaka / Nara / Kyoto / Tóquio / Nikko /
Hakone / Monte Fuji / Kamakura / Tóquio / Istambul / Lisboa

De 21 de Outubro a 30 de Outubro

Por Direcção

> 21 de Outubro – Lisboa / Istambul

13.45h – Comparência no Aeroporto de Lisboa, Terminal 1, junto ao balcão dos CTT. Formalidades de embarque.

16.45h – Saída do Voo TK 1760 para Istambul.

23.25h – Chegada a Istambul e mudança de avião.

22 de Outubro – Istambul / Osaka

02.00h – Saída do Voo TK 86 directo a Osaka. Noite e refeições a bordo.

19.00h – Chegada a Osaka, formalidades de desembarque e acolhimento pelos nossos representantes locais. Transporte privativo ao Hotel Hanshin Osaka 4* ou similar. Alojamento.

Jantar em restaurante local.

23 de Outubro – Osaka / Nara / Kyoto

Pequeno-almoço no hotel. Pela manhã visitaremos a cidade de Osaka com guia local: Castelo de Osaka, que desempenhou um importante papel nas lutas de unificação no séc. XVI, e o Observatório do Jardim Suspenso, no topo do edifício Umeda Sky. Almoço em restaurante local. Após a refeição efectuaremos o passeio a Nara – tranquila e bonita cidade, muito peculiar, com as suas encostas arborizadas, parques de templos e alguns dos edifícios de madeira mais antigos do mundo – tornou-se a grande sede do budismo e o destino da Rota da Seda no Extremo Oriente. Visita aos principais pontos de interesse da cidade: Templo Todaiji e o Grande Buda, Parque Deer e o Santuário de Taisha Kasuga. Continuação para Kyoto. Alojamento no Hotel Nikko Princess Kyoto 4* ou similar. Jantar livre.

Realização: de 21 a 30 de Outubro

Inscrição até: 30 de Junho

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa

Hora: 13.45h

Valor: 4490 euros

Suplemento de quarto

individual: 855 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: passagem

Aérea Lisboa – Osaka // Tóquio

– Lisboa, na Turkish Airlines,

em classe económica e com

direito a 1 mala de porão,

que não exceda os 23 kg por

pessoa; taxas de aeroporto,

combustível e segurança no

montante de 756 euros (à data

de hoje); 2 noites a bordo de

avião incluindo refeições/*snacks*

Transporte em autocarros

de turismo para transferes

e visitas; viagem em

comboio-bala, em classe

turística, desde Quioto até

Tóquio; Acompanhamento por

guia da agência, de Lisboa a

Lisboa; alojamento em hotéis

de 4 estrelas, na base de

quartos duplos com banho

privativo, por 7 noites; guias

locais a falar castelhano.

16 refeições no Japão = 7

pequenos-almoços + 5 almoços

+ 4 jantares; visitas conforme

programa; seguro multiviagens

VIP (60 000 euros); taxas

de turismo, serviços e IVA;

visitas conforme programa;

alojamento na base de quartos

duplos com banho

Inscrição não inclui: quaisquer

serviços que não se encontrem

devidamente mencionados no

presente itinerário e extras de

carácter pessoal; bagageiros;

bebidas às refeições.

Gratificações

O pagamento poderá ser

efectuado em até: 12 (doze)

prestações, com início em

Fevereiro, duas em Abril, duas e

final em Novembro

Documentação obrigatória:

passaporte válido pelo menos

até 6 meses após a data de

regresso a Portugal (enviar

cópia para o Grupo Desportivo.)

Recomendações: faça a

inscrição *on-line* na sua área

peçoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

Cartão europeu de

seguro de doença



24 de Outubro – Kyoto

Pequeno-almoço no hotel. Hoje faremos o passeio de Kyoto, com guia local.

Fundada em 794, Kyoto teve por modelo a cidade chinesa Xanghai.

Rodeada de montanhas por três

lados e atravessada pelo rio Kamo,

é uma cidade extremamente rica em

tradições e costumes que ainda hoje são

observados. Visita com destaque para

o Templo de Kinkakuji, mais conhecido

como Pavilhão Dourado – rodeado

por um exuberante jardim, o elegante

palácio de três andares é totalmente

coberto por folha de ouro e encimado

por uma fénix de bronze; o Templo

Ryoanji; o Castelo de Nijo-jo, famoso

pelos invulgares interiores ornamentados

e pavimentos-rouxinol, feitos para

emitirem sons semelhantes ao das

aves quando pisados, servindo de

aviso a possíveis intrusos, o Templo de

Kiyomizudera, famoso por pertencer não

a uma, mas a todas as seitas religiosas,

e o bairro Gion. Almoço em restaurante

local. Jantar livre.

25 de Outubro – Kyoto / Tóquio – Comboio Bala

Pequeno-almoço no hotel. Colocação

da bagagem na carrinha que o/a

transportará até ao hotel em Tóquio.

Saída em autocarro para a estação

de Kyoto. Viagem no *Shinkansen*

(comboio-bala) para a estação de

Shinagawa. Início da visita panorâmica

de Tóquio. Almoço em restaurante

local. De tarde, continuação da visita

de Tóquio, a capital imperial desde

1868, que contrasta as maravilhas

da tecnologia e da arquitectura mais

moderna com as velhas tradições de

Edo, nome antigo da cidade. Destaque

para o santuário xintoísta Meiji,

Observatório do edifício da Câmara,

Templo da Deusa da Misericórdia

Asakusa Kannon, a rua adjacente

Nakamise, uma rua que é um tesouro

de produtos tradicionais, e o bairro de

Akihabara, com as famosas lojas de

electrónica.

Alojamento no Loisir Hotel 4* ou similar.

Jantar em restaurante local.

26 de Outubro – Tóquio / Nikko / Tóquio

Pequeno-almoço no hotel. Saída para

excursão a Nikko, que significa «Luz

do Sol», um dos símbolos do esplendor

japonês; é uma jóia de beleza natural e

abriga uma das edificações imperdíveis

de se conhecer da arquitectura japonesa.

O primeiro templo aqui fundado foi há

mais de 1200 anos pelo monge budista

Shodo Shorin. Visita ao Santuário de

Toshogu, no qual durante dois anos 15

000 artesãos trabalharam na construção,

escultura, cobertura de ouro, pintura e

lacados deste fabuloso complexo.

Aqui verá os 3 macacos sábios e as

famosas estátuas de gatos.

Almoço em restaurante local. De tarde

conheceremos o lago Chuzenji, que é

um lago vulcânico com mais de 3000

anos de idade e águas cristalinas,

onde poderá desfrutar de caminhadas

e passeios de barco – vai gostar de

caminhar e passear de barco por lá. A

cascata Kegon é um lugar incrível para

os amantes de turismo – tem 96 metros

de altura e é muito popular no Japão e

no mundo todo.

Regresso a Tóquio. Jantar livre.

27 de Outubro – Tóquio / Hakone / Monte Fuji / Tóquio

Pequeno-almoço no hotel. Saída para

excursão ao Parque Nacional do Monte

Fuji e Hakone. Subida em teleférico ao

monte Komagatake, a partir de onde,

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



Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: TQ – Travel Quality, Viagens e Turismo SA. – Av. de Sidónio Pais, 8-5.º Esq. – 1050-214 Lisboa. NIF 501313915 – RNAVT n.º 1864 – lata: 642 010 23
Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=5100>



se as condições climatéricas forem favoráveis, é possível desfrutar de uma linda panorâmica do imponente monte Fuji. E ainda um agradável cruzeiro no lago Ashi e no vale Owakudani, que significa literalmente o «vale que ferve». Almoço em restaurante local. Regresso a Tóquio, Jantar em restaurante local.

28 de Outubro – Tóquio / Kamakura / Tóquio

Pequeno-almoço no hotel. Saída em autocarro e com guia local para visita de Kamakura, uma cidade no litoral japonês ao sul de Tóquio – centro político do Japão medieval, nos dias modernos. Kamakura é uma cidade turística proeminente com dezenas de templos zen budistas e santuários xintoístas. O marco mais reconhecível é o Grande Buda do Templo Kotoku-in, uma estátua de bronze de cerca de 13 metros de altura ainda de pé após um *tsunami* do século XV.

O Santuário Tsurugaoka Hachimangu é o santuário xintoísta mais importante de Kamakura, com uma rica história que remonta a 1063. Este santuário icónico é dedicado a Hachiman, o deus padroeiro

dos samurais, e desempenha um papel central na vida cultural e espiritual de Kamakura. Almoço livre. Rua Komachi – é uma das ruas comerciais mais famosas de Kamakura, no Japão. Foi destaque em alguns programas de TV e revistas. Existem cerca de 250 lojas. Venha ver várias lojas enquanto passeia pela cidade. Jantar em restaurante local. Regresso ao hotel.

29 de Outubro – Tóquio / Istambul

Pequeno-almoço no hotel. *Check-out* até 12.00h. Dia livre para actividades a gosto pessoal. Almoço livre. Em hora a indicar localmente, transporte privativo ao Aeroporto de Haneda. Formalidades de embarque na Turkish Airlines. Voo TK 199 directo para Istambul. Noite e refeições ligeiras a bordo...

30 de Outubro – Istambul / Lisboa

05.55h – Chegada ao Aeroporto de Istambul
07.55h – Saída do voo TK 1755 directo a Lisboa
10.05h – Chegada a Lisboa, recolha de bagagens e fim da viagem



[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: 410 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: 410 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. – Rua da Tobis Portuguesa 4 Esc D - 1750-292 Lisboa Telefone +351 213 199 440 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: 490 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: 1330 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: 510 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. –
Rua da Tobis Portuguesa 4
Esc D - 1750-292 Lisboa
Telefone +351 213 199 440
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

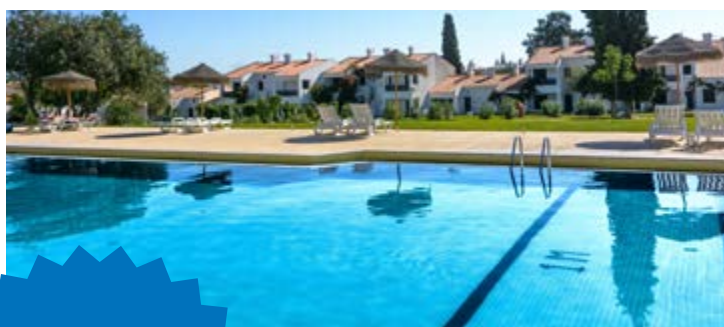
Recomendações: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Não há voo directo TAP e os passageiros têm de se deslocar a Lisboa. Os cidadãos portugueses em visita turística, necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão

[apartamentos]

Apartamentos

Cabanas de Tavira
– Pedras da Rainha

> **Localização:** Junto a Cabanas de Tavira, em frente à reserva natural da ria Formosa, próximo da praia de Cabanas. A recepção funciona no Aldeamento das Pedras da Rainha, em Cabanas, 24 horas por dia.



Apartamentos disponíveis de 1 de Abril a 31 de Outubro



Características:

Apartamentos T1, para 4 pessoas, equipados com frigorífico, fogão, esquentador ou termoacumulador, microondas, ar condicionado e televisão. Piscina para adultos, piscina para crianças e zonas verdes.

Condições:

A limpeza dos apartamentos é feita apenas duas vezes por semana. A lavagem da loiça é da responsabilidade do utente. A mudança de roupa é feita semanalmente ou sempre que mude o utente. Não são permitidos animais nos apartamentos. É necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.

Inscrição

Apartamentos disponíveis de 1 de Abril a 31 de Outubro.

A taxa de inscrição é de 36 euros.

No período entre 31 de Maio e 20 de Setembro, o aluguer será feito somente à semana, com início ao sábado.

Nos restantes períodos não haverá qualquer limite mínimo e dar-se-á preferência a quem pretender ocupar o maior número de noites seguidas.

No seu próprio interesse, indique sempre um período alternativo ao pretendido, na perspectiva de inexistência de vagas.

Os pagamentos processam-se por débito em conta até Dezembro, com um pagamento mínimo mensal de 50 euros.

Desistências e penalizações

Até 30 dias da entrada, 50% do custo total do aluguer; até 15 dias, 100% do custo total do aluguer.

Períodos promocionais

De 26 de Abril a 31 de Maio, e de 20 de Setembro a 4 de Outubro, alugue por 7 noites e pague só 6, em todos os apartamentos.

Obrigações dos utentes

Os utentes obrigam-se a preservar o equipamento e os utensílios de que dispõem nos apartamentos e a respeitar o regulamento em vigor nas agências imobiliárias.

Qualquer anomalia verificada deverá ser em primeiro lugar comunicada à recepção dos apartamentos e posteriormente à Direcção do Grupo Desportivo, caso o entenda.

Durante a permanência nos apartamentos, poderá ficar retido na recepção um cartão de identificação.

Todos os prejuízos causados nos apartamentos são da exclusiva responsabilidade dos utentes.

Tabela de 2025

ÉPOCAS E PREÇOS

Baixa	Páscoa	Média/Baixa	Média	Média/Alta	Alta
01/04 a 12/04, 04/10 a 31/10 47 euros	12/04 a 26/04 88 euros	26/04 a 31/05, 20/09 a 04/10 88 euros	31/05 a 28/06, 06/09 a 20/09 94 euros	28/06 a 05/07, 30/08 a 06/09 138 euros	05/07 a 30/08 185 euros

[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 Dom João IV,
n.º 640
4000-299 Porto
Tel.:
22 607 43 00 /
91 320 99 95

Ext.:
8008040

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 Dom João IV,
n.º 640
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 Dom João IV,
n.º 640
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

BASQUETEBOL

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

Francisco Barata
tel.: 93 640 64 16
fa2barata@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

BIBLIOTECA

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

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

BOWLING

Rui Duque
tel.: 21 310 44 93
rui.carlos.duque@
bancobpi.pt

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

CAMINHADAS

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

Duarte Cardoso
tel.: 226073246
norte@gdbpi.pt

Rosa Moura
tel.: 226073245
norte@gdbpi.pt

CAMPISMO

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

CAMPOS DE FÉRIAS

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

CICLOTURISMO/BTT

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

CORO/ORFEÃO

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

Fernando Barnabé
tel.: 91 476 50 61
fernandojose.barna-
be@gmail.com

Ensaio: quinta-
-feira às 16.00h, em
Lisboa e às 18.00h,
no Porto

CURSOS DE FORMAÇÃO

Sandra Nascimento
sandra.reis.nasci-
mento@bancobpi.
pt

Pilar Batoréu
tel.: 91 710 94 71
pilarbatoreu@
gmail.com

José Caldas
tel.: 22 607 32 45
norte@gdbpi.pt

DANÇAS DE SALÃO

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

DEFESA PESSOAL

Ana Fortes
tel.: 21 350 54 58
ana.cristina.fortes@
bancobpi.pt

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

EQUITAÇÃO

Carla Pinto
tel.: 939700525
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

ESPECTÁCULOS

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

Pilar Batoréu
tel.: 91 710 94 71
pilarbatoreu@
gmail.com

ESQUI E SNOWBOARD

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

EXPOSIÇÕES

Sandra Nascimento
sandra.reis.nasci-
mento@bancobpi.pt
Fernando Ferreira
tel.: 96 241 81 80
fsferreira1941@
gmail.com

FOTOGRAFIA

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

FOTOGRAFIA SUBAQUÁTICA

Pedro Ribeiro
tel.: 96 401 4 27
pedro.miguel.ribei-
ro@bancobpi.pt

Carla Siopa
tel.: 21 311 86 72
carla.alexandra.
siopa@bancobpi.pt

FUTEBOL

Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87
paulo.alexandre.
quaresma@banco-
bpi.pt

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

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

GOLFE

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

JOGOS DE SALÃO

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

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

Octávio Coreta
tel.: 21 723 42 13
octavio.miguel.core-
ta@bancobpi.pt

Fernando Ferreira
tel.: 96 241 81 80
fsferreira1941@
gmail.com

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

KARTING

Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87
paulo.alexandre.
quaresma@banco-
bpi.pt

Paulo Santos
tel.: 21 723 44 79
paulo.lourenco.san-
tos@bancobpi.pt

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

MERGULHO

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

Carla Siopa
tel.: 21 311 86 72
carla.alexandra-
siopa@bancobpi.pt

MOTOTURISMO

Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87
paulo.alexandre.
quaresma@banco-
bpi.pt

NATAÇÃO

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

PADEL E SQUASH

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

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

PÁRA-QUEDISMO/ PARAPENTE

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

PARCERIAS

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

João Sampaio
tel.: 226073249
norte@gdbpi.pt

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

PEDI-PAPER

Rui Duque
tel.: 21 310 44 93
rui.carlos.duque@
bancobpi.pt

PESCA

Joaquim Rubira
tel.: 91 949 36 59
joaquim.rubira@
gmail.com

David Franco
tel.: 93 348 25 40
david.jose.franco@
outlook.pt

Silva Duarte
tel.: 21 316 58 00
jose.antonio.duar-
te@bancobpi.pt

Francisco Ribeiro
tel.: 226073245
fribeiroc@gmail.
com

Mário Santos
tel.: 915822199
mariosantos090@
gmail.com

RAFTING E CANOAGEM

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

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

RALLY-PAPER

Rui Duque
tel.: 21 310 44 93
rui.carlos.duque@
bancobpi.pt

João Lopes
tel.: 93 784 46 81
joao.pedro.lopes@
bancobpi.pt

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

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

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

Francisco Ribeiro
tel.: 22 607 43 00
fribeiroc@gmail.
com

REMO

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

SURF

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

TÉNIS

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

António Rocha
tel.: 91 732 61 39
antonio.rocha
332585@gmail.com

TÉNIS DE MESA

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

Carlos Galvão
tel.: 91 674 53 73

Fernando Ferreira
tel.: 96 241 81 80
fsferreira1941@
gmail.com

TIRO AOS PRATOS

Joaquim Rubira
tel.: 91 949 36 59
joaquim.rubira@
gmail.com

António Costa
tel.: 93 677 97 31
antonio.jose.cos-
ta2@bancobpi.pt

TIRO DE PRECISÃO

Joaquim Rubira
tel.: 91 949 36 59
joaquim.rubira@
gmail.com

Carlos Veloso
tel.: 96 520 13 83
carlos.alberto.vital.
veloso@gmail.com

TODO-O-TERRENO

Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87
paulo.alexandre.
quaresma@banco-
bpi.pt

Garcia Ferreira
tel.: 93 703 29 35
magarciaferreira@
clix.pt

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

VELA

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

VINHOS E SABORES

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

VISITAS GUIADAS E LIVRES

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

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

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

XADREZ

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

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

Fernando Ferreira
tel.: 96 241 81 80
fsferreira1941@
gmail.com



JOSÉ CALDAS

[a fechar]

Ano de 2025 – uma nova sede, um novo ciclo, novos horizontes e mais desafios.

O ano começou com a desmontagem das decorações de Natal, e a mudança de instalações, mas está longe de ser um encerramento. Na verdade, é o início de algo maior. Que 2025 seja um ano de conquistas, união e histórias memoráveis. Vamos juntos!

> Com a desmontagem das luzes e dos enfeites natalícios, a época de celebração dá lugar a um novo ano cheio de desafios e promessas. Este momento marca não apenas o fim da quadra festiva, mas também o início de mudanças significativas para o nosso Grupo Desportivo e para as iniciativas que nos aguardam em 2025.

O primeiro grande momento foi a mudança de instalações do Grupo Desportivo no Norte para a Rua de D. João IV, 640 – Porto. Um espaço, mais acolhedor e moderno, que promete ser um verdadeiro ponto de encontro para os nossos sócios, colaboradores e familiares. Temos agora melhores condições para eventos e convivência, reforçando o espírito de união que nos define.

Venha conhecer as novas instalações, o café é por nossa conta e ainda temos uma lembrança para si.

Um agradecimento especial ao Banco BPI e à DSIL pelo contributo que tiveram na respectiva mudança.

Para 2025, temos já em agenda várias viagens que prometem deixar memórias inesquecíveis em cidades icónicas, estão também previstos passeios culturais e recreativos, tanto dentro como fora de fronteiras para explorar novas culturas e reafirmar a nossa paixão pelo conhecimento.

O calendário deste ano vai encher-se de várias actividades que de certeza algumas vão ao seu encontro: cursos, passatempos, torneios desportivos, *workshops*, eventos sociais e o nosso coro. O nosso objectivo é cada vez mais atrair novos participantes, continuando a construir uma história de sucesso e convívio no nosso Grupo Desportivo. <

“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



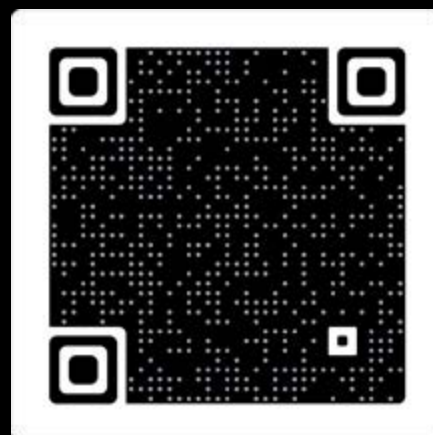
+351 965 495 053



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