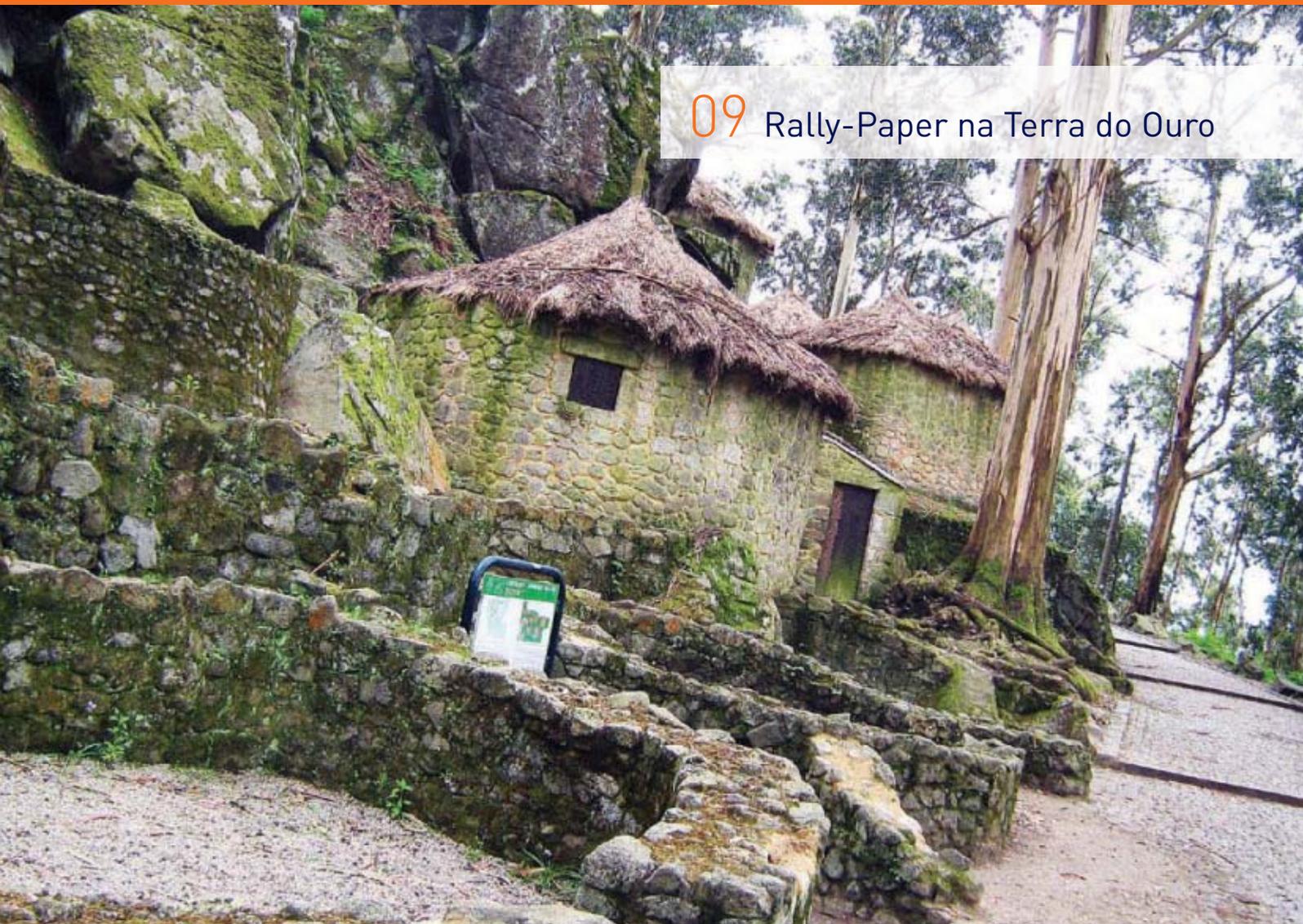


09 Rally-Paper na Terra do Ouro



48 Chile e Argentina



CONDIÇÕES EXCLUSIVAS PT NEGÓCIOS

Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI

Fale e
envie SMS
a
€ 0



VANTAGENS PARA ASSOCIADOS, FAMILIARES E AMIGOS

- Fale a custo zero entre associados, familiares e amigos que aderirem a esta campanha;
- Comunique por apenas € 0,082 para todas as redes fixas/móveis nacionais e a € 0,031 para a rede fixa PT;
- Mensalidade de € 5,10 por cartão, com oferta de equipamento tmn*.

Saiba mais no site do Grupo Desportivo (opção parceiros>promoções>2010).

* Nokia 1616 ou equipamento equivalente.

Os produtos e serviços publicados destinam-se ao mercado empresarial. Aos valores apresentados acresce IVA à taxa legal em vigor. Fidelização de 24 meses. As chamadas efetuadas são taxadas ao segundo após o primeiro minuto.



Os tempos não estão fáceis

Em Novembro iremos viver um momento importante para a vida do Grupo Desportivo – vamos ter eleições, conforme convocatória publicada nesta revista.

JOÃO SAMPAIO

DIRECTOR

O Grupo Desportivo é uma associação sem fins lucrativos que vive das quotas dos Associados, do subsídio atribuído pelo Conselho de Administração e de alguns proveitos que consegue arrecadar. Sempre foi assim e há-de continuar a ser se a situação de crise que presentemente se vive no mundo dito ocidental e civilizado, no qual se inclui Portugal, não descambar.

Os tempos não estão fáceis e podem ficar muito mais difíceis. Compete ao Grupo Desportivo contribuir com o possível para atenuar a crise e também para não repetir ou deixar que os Associados cometam alguns erros do passado. Pensar foi o que estes Órgãos Sociais fizeram durante este mandato no Grupo Desportivo, e estamos convencidos, sem presunção, de que colocámos o Grupo Desportivo no bom caminho. Temo-nos e temo-lo ajustado às preferências manifestadas pelos Associados sem nunca esquecer as exigências da vida associativa e o seu enquadramento numa sociedade globalizada, globalizante e em

constante evolução e mutação. Esta forma de estar exige que se pense todos os dias, nunca esquecendo que aprender sem pensar é tempo perdido.

Em Outubro teremos uma assembleia geral para a aprovação do Orçamento e Plano de Actividades, conforme convocatória publicada nesta revista.

Em Novembro iremos viver um momento importante para a vida do Grupo Desportivo – vamos ter eleições, conforme convocatória publicada nesta revista. Estas são abertas a todos os Associados Efectivos (artigo 6.º dos Estatutos), pelo que se pede a sua participação, dado que se pede a sua participação, dado que este é o processo pelo qual aqueles designam os seus representantes. A vida associativa é indispensável para o bom funcionamento da sociedade, uma vez que esta é um conjunto de pessoas que compartilham propósitos, gostos, preocupações e costumes, e que interagem, constituindo uma comunidade.

Por fim, e independentemente da altura em que se gozem as férias, o Grupo Desportivo tem sempre boas alternati-

vas para os seus Associados. Gostava de chamar a v/atenção para algumas das propostas que ainda temos em aberto, nomeadamente:

- El Expresso de la Robla, de 15 a 19 de Setembro;
- Convívio de Reformados em Paris, de 1 a 4 de Outubro;
- Indonésia, de 2 a 15 de Outubro;
- Nova Iorque, de 5 a 8 de Outubro;
- Chile e Argentina (Patagónia a Terra do Fogo), de 31 de Outubro a 13 de Novembro;
- Costa Oeste dos Estados Unidos, de 1 a 10 de Novembro.

Destas viagens não posso deixar de recomendar a visita à Patagónia a Terra do Fogo. A Patagónia é uma região natural que abarca a parte sul do Chile e da Argentina, incluindo os chamados Andes patagónicos. É uma região com uma história e uma alma que merecem ser visitadas. Existe sempre a hipótese de encontrar o Maradona.

Um abraço a todos.

→ ÍNDICE

01 EDITORIAL

03 CALENDÁRIO

04 VIDA ASSOCIATIVA

04 ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

05 ASSEMBLEIA GERAL ELEITORAL

06 Sul de Espanha

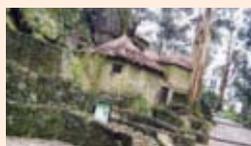
06 Buda + Peste

07 Afinal, Barcelona é já ali

07 Il Burrito-Paper

08 O melhor, o belo e o fantástico

09 Rally-Paper na Terra do Ouro



10 Expedição Rio-a-Dentro

10 Por Caminhos de Santiago

11 Benfeita, Benfeita

11 Viana do Castelo

12 O Lagar do Marmelo

12 Coimbra

13 V Torneio de Sueca

13 III Maratona de Jogos de Salão

14 República da Cerveja, sim

14 III Curso de Sushi

15 S. Martinho é festa

15 O aniversário no Casino

16 Noruega e Suécia

17 CULTURA

17 I Encontro de Coros – Orfeão Portus Calle

17 Os nossos artistas “voltaram à carga”

18 Cursos de formação artística

19 Falso patchwork

19 Bijutaria com fimo

20 Língua Espanhola – Níveis I e II

20 Língua Inglesa – Níveis I e II

21 Língua Francesa – Nível I (inicial)

21 Álbuns de recortes

22 Scrapbooking

22 Pintura e seda.

23 Concurso de fotografia «Primavera»

24 Viseu e Santar

24 Vista Alegre

25 Calendário de visitas guiadas

26 Batalha de Aljubarrota e Mosteiro

da Batalha

26 Museu Vieira da Silva, Mãe de Água e Capela de Guadalupe

27 Exposição «A Natureza-Morta»

27 Museus de Marinha e de Arte Popular

29 DESPORTO

29 Vice-campeões no andebol

29 Atletismo em pista ao ar livre

30 Todos diferentes, todos iguais!



30 Final de Basquetebol do Inatel

31 Basquetebol no Porto

31 Campeões... Campeões

32 Bowling – 24 horas

32 Descubra a Lisboa antiga, em 2 rodas

33 BTT com mais projecção

33 Transmixões

34 Final em Azambuja

34 Futsal AFP

35 Final espectacular

35 Equipa do BPI dominou

36 Venha aprender minigolfe

36 24 horas de Batalha

37 Pelos ares de Évora

37 Assim vai a pesca desportiva

38 Quem pesca por gosto não cansa

38 Ana, medalha de ouro no ténis

39 Um campeão com muito sumo...

40 Ténis de mesa de volta

40 Tiro ao alvo

42 FÉRIAS E VIAGENS

42 Calendário de Viagens 2011

43 *El Expreso de La Robla*

44 Convívio de reformados em Paris

45 Indonésia

47 Nova Iorque

48 Chile e Argentina



50 Costa Oeste dos Estados Unidos

52 Apartamentos

55 Turismo Rural

58 PARCEIROS

63 CONTACTOS

64 A FECHAR

FICHA TÉCNICA

Propriedade: Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI

N.º de Contribuinte: 505 065 681

Direcção do Associativo: João Sampaio e Osvaldo Silva

Director: Osvaldo Silva

Grafismo: Júlia Andrade

Revisão: Luís Alho

Secretariado: Elsa Teixeira

Colaboradores desta Edição: Alexandre Silveira, António Cardoso, António Vale, António Volante, Artur Ribeiro, Augusto Malheiro, Braga Moutinho, Carlos Ferreira, Fernando Ferreira, Francisco Ribeiro, Gonçalo Cardoso, João Sampaio, João Serpa, Jorge Almeida, Jorge Silva, José Duarte, José Veloso, Luís Ângelo, Luís Remédio, Manuel Pombo, Maria João, Osvaldo Silva, Paula Matos, Paulo Braz, Pedro Costa, Pedro Ferreira, Radu Popusoi, Rui Duque, Rui Simplício, Sandra Nascimento, Vanda Pinto, Virgílio Guimarães

Imagem da Capa: Rally-Paper na Terra do Ouro

Expedição: Jorge Almeida

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

Periodicidade: Trimestral

Distribuição: Gratuita pelo Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI

Impressão: Luís Fernando Vicente Garcia, Lda.

Tiragem: 12 500 exemplares

Depósito Legal: 213139/04

Isento de registo mediante o Decreto Regulamentar n.º 8/99, de 9 de Junho, artigo 12.º, n.º 1-A

Redacção

Praça do Município, 31 - 4.º - 1100-365 Lisboa

Telefone: 21 322 67 58 **Fax:** 21 342 52 28

E-mail: grupodesportivosul@bancobpi.pt

Site: www.gdbpi.pt

PRINCIPAIS
CADERNOS

FEVEREIRO Férias e Viagens do Grupo Desportivo

MAIO Campos de Férias e Relatório e Contas

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

NOVEMBRO Festa de Natal e Ano Novo

Agosto ↓

- | | | |
|--------------------------|--|-------------------------------------|
| 1 Campo de férias Europa | 12 FPTAC – 125 Pratos + Final, Taça de Portugal – Campo de Tiro de Fervecça | 15 Campo de férias Espanha |
| | | 15 Campo de férias Açores e Madeira |

Setembro ↓

- | | | |
|---|---|--|
| 3 Bowling – 24 horas | 17 XIV Interbancário de Karting – Meia-final – Santo André | 18 6.ª Maratona de Óbidos em BTT |
| 10 <i>Karting para todos</i> – Batalha | 17 <i>Falso patchwork</i> – <i>workshop</i> | 24 Interbancário de Rio – Rio Tâmega – Chaves – Final Nacional |
| 15 El Expreso de La Robla | 17 Batalha de Aljubarrota e Mosteiro da Batalha – visita guiada | 24 II Burrito-Paper |
| 17 Peixe de Prata – Barragem do Maranhão – Avis | 18 XIV Interbancário de Karting – Meia-final – Portimão | 24 Venha aprender minigolfe |
| 17 Aula de Tiro de Precisão | | 30 República da Cerveja, sim |

Outubro ↓

- | | | |
|---|---|--|
| 1 Convívio de reformados em Paris | 5 Viagem a Nova Iorque | 15 Karting para todos – Palmela |
| 1 Aula de Tiro de Precisão | 8 Sargo de Prata – Peniche – (data a confirmar) | 15 III Curso de Sushi |
| 1 XIV Interbancário de Karting – Final – Almeirim | 8 Museu Vieira da Silva, Mãe d'Água e Capela de Guadalupe – visita guiada | 17 Visita Gastronómica a Viana do Castelo |
| 1 Bijutaria com Fimo – <i>workshop</i> | 9 XIV Interbancário de Karting – Final Nacional – Portimão | 21 a 23 Rally-Paper na Terra do Ouro |
| 1 Descubra a Lisboa antiga, em 2 rodas | 12 Língua Francesa nível I (inicial) | 22 O Lagar do Marmelo, no âmbito da rubrica «Vinhos e Sabores» |
| 2 Viagem à Indonésia | 14 IV Interbancário de Bowling | 22 III Maratona de Jogos de Salão |
| 3 Língua Espanhola níveis I e II | 15 Aula de Tiro de Precisão | 22 Interbancário de Mar – Peniche – Final Nacional |
| 3 Língua Inglesa níveis I e II | | 31 Viagem a Chile e Argentina |
| 3 Cursos de Formação Artística – início | | |

Novembro ↓

- | | |
|--------------------------------------|-------------------------------|
| 4 Assembleia Geral Ordinária | 12 S. Martinho é festa |
| 4 Visita Gastronómica a Coimbra | 12 Aula de Tiro de Precisão |
| 5 «A Natureza-Morta» – visita guiada | |

ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

CONVOCATÓRIA

Nos termos da alínea b) 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 nas instalações da Direcção Regional Norte do Grupo Desportivo, sita na Rua do Bonjardim, 179-3.º, pelas 18 horas do dia 4 de Novembro de 2011, com a seguinte

ORDEM DE TRABALHOS

1. Discutir e deliberar sobre o Orçamento e Plano de Actividades para o ano de 2012;
2. Outros assuntos de interesse geral.

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

Porto, 1 de Julho de 2011.

O PRESIDENTE DA MESA DA ASSEMBLEIA GERAL



(Artur Manuel Oliveira Ribeiro)

Nota: Os elementos a discutir na Assembleia Geral encontram-se à disposição dos sócios para consulta nas instalações do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI sitas na Rua do Bonjardim, 179-3.º, Porto, e na Praça do Município, 31-4.º, Lisboa.

CONVOCATÓRIA

ASSEMBLEIA GERAL ELEITORAL ORDINÁRIA PARA O QUADRIÉNIO 2012-2015

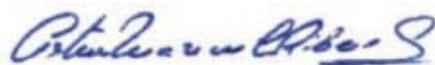
Nos termos do n.º 1 do artigo 16.º, convocam-se os sócios do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI para a Assembleia Geral Eleitoral do dia 25 de Novembro de 2011, para a eleição dos Corpos Sociais para o quadriénio 2012-2015.

Chamo a atenção para a leitura atenta dos Estatutos, especialmente para os Artigos 42.º e 43.º, que determinam o modo de apresentação das candidaturas a serem enviadas à Mesa da Assembleia Geral.

Se necessário poderão dirigir um pedido à Mesa da Assembleia Geral para o envio de um conjunto de impressos para a apresentação da candidatura.

Porto, 1 de Agosto de 2011.

O PRESIDENTE DA MESA DA ASSEMBLEIA GERAL



(Artur Manuel Oliveira Ribeiro)



Sul de Espanha

Desta feita, o convívio teve como destino Sevilha, Córdova, Granada, Cádiz e Gibraltar.

Saídos do Porto, parámos em Elvas, onde nos foi servido um opíparo almoço. De Elvas a Sevilha, um instantinho. Alojados no Hotel Don Paco, bem no centro de Sevilha, daí fizemos o nosso quartel-general. Percorremos as ruas de Sevilha, por onde

tradicionalmente se celebram as famosas comemorações pascais. Visitámos o Real Alcázar, fantástico. Era feriado em Sevilha, e não foi possível visitar por dentro a catedral; vimo-la por fora.

Em Córdova, a sua catedral não podia

deixar de ser visitada, e assim o fizemos. Granada é uma bela cidade, que tem como principal ponto de visita a Alhambra: o palácio e os jardins, e uma panorâmica que só de olhar se regala.

Também visitámos Cádiz, cidade rodeada de mar – muito bonita. Gibraltar é um lugar fora do comum; é território inglês. Tem uma engraçada particularidade: é necessário atravessar a pista do aeroporto para poder ser visitada. Tivemos de esperar que um avião descolasse para regressarmos. Vimos e fotografámos o Rochedo, como vulgarmente é conhecida Gibraltar.

Regressámos ao Porto, com desejos de conhecer outras terras, gentes e costumes.

Por Augusto Malheiro

Buda + Peste

Apesar das atribuições com os voos, foi uma viagem espectacular.



Chegámos a Peste, onde a nossa guia local nos esperava na histórica Praça dos Heróis. Passámos para Buda pela Ponte das Correntes, e fomos à Igreja de Matias onde, num miradouro, nos deslumbrámos com paisagem.

No dia seguinte saímos para Visegrád, ruínas de um antigo castelo medieval, onde contemplámos a Curva do Danúbio. Estivemos na povoação de Szentendre, ou Santo André, aldeia típica situada na margem do Danúbio. Por fim, visitámos o Parlamento, dos mais antigos edifícios legislativos da Europa, e presenciamos o render da guarda no Salão da Coroa, que foi usado pelo primeiro rei húngaro, Santo Estêvão.

No domingo visitámos a Ópera e fomos até a uma quinta tradicional da *pustza* húngara (Lázár Lovaspark), onde nos presentearam com um copo de Pálinka, assistimos a um espectáculo hípico e vi-

mos o famoso boi cinzento, que pesa cerca de uma tonelada.

Visitámos a Basílica de Santo Estêvão um dos mais altos edifícios de Budapeste. Na parte traseira do santuário, uma relíquia importante: a mão do rei Estêvão. Estivemos na sinagoga, a maior da Europa e a segunda maior do mundo. Fomos a um *goulash party*, onde assistimos a um espectáculo de músicas e danças tradicionais, e fizemos uma visita nocturna de barco sobre a cidade.

No dia de regresso continuámos a descobrir a cidade, e, apesar dos atrasos dos voos para Lisboa e para o Porto, regressámos bem.

Por Alexandre Silveira





Afinal, Barcelona é já ali

Cidade cartaginense povoada e baptizada por Aníbal com o nome de Barcino. Foi a opção para o encontro de reformados.

Chegados a Barcelona, punha-se a dúvida de por onde começar, pois é tanta a oferta, que dificulta a decisão!

No dia seguinte começámos pela majestosa Catedral da Sagrada Família, obra iniciada em 1882 pelos arquitectos Martorell e De Villar, e continuada por Gaudí a partir de 1891, mas que ainda se encontra por acabar exteriormente. Continuámos por: Bairro Gótico, Ramblas, Estádio Olímpico, e, como não poderia deixar de ser, muitos monumentos de Gaudí espalhados pela cidade, razão pela qual se chama a Barcelona cidade de Gaudí. Seguiu-se Monserrat,

onde pudemos ver um dos mais lindos mosteiros, erguido em 1560, em honra



da Virgem Maria – Mosteiro da Virgem Negra. Mas como o dia não é de elástico, tivemos de recolher ao hotel.

No dia seguinte rumámos até Girona e Figueres. Em Girona pudemos ver o Bairro Judeu – um dos mais bem conservados em toda a Europa – e as muralhas medievais, e em Figueres, terra natal de Salvador Domingo Felipe Jacinto Dalí i Domèneche, visitámos o Teatro-Museu Gala Salvador Dalí, onde se conserva uma grande parte do seu espólio de arte. Para finalizar a nossa estada em Barcelona tivemos mais um dia livre, que cada qual aproveitou para contemplar mais pormenorizadamente tudo aquilo que mais lhe interessou.

Por Jorge Almeida

II Burrito-Paper

Nova edição com novas provas, jogos e muitas surpresas!

Realização: 24 de Setembro

Inscrição até: 13 de Setembro

Ponto de encontro: Assafora (Largo da Igreja)

Hora: 10.30h

Valor: 25 euros. Com almoço (opcional): 45 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 21 euros. Com almoço (opcional): 36 euros

Inscrição inclui: burro, equipamento adequado para o montar, seguro de acidentes e responsabilidade civil

O pagamento poderá ser efectuado em até: 2 (duas)

prestações, Setembro e Outubro

Recomendações: Levar roupa e

Voltámos a organizar o Burrito-Paper do Grupo Desportivo, agora o segundo, com o ar puro da serra de Sintra, o encanto dos jogos tradicionais, o convívio de um *pedi-paper* e... burros!

O II Burrito-Paper terá novidades que

calçado confortáveis. Número mínimo de 15 participantes. Idade mínima de 3 anos com um adulto. Sujeito a cancelamento caso não se verifiquem as condições climatéricas ideais.

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

serão reveladas só a quem participar. Lembramos que o *burrito-paper* é uma actividade onde são explicadas as características destes simpáticos animais. Depois de aprendermos a lidar com eles, com a ajuda de um *road book*, percorreremos um trajecto no Parque Natural de Sintra-Cascais.

Um programa muito engraçado e educativo para crianças e adultos!

Por Pedro Ferreira





O melhor, o belo e o fantástico

Fruto da inspiração, da respiração e dos disparos acertados das máquinas fotográficas.

No *rally-paper* deste ano, realizado em Évora, o regulamento referia a obrigatoriedade de trazer uma máquina fotográfica e lançava o desafio aos participantes para se inspirarem, respirarem bem fundo e dispararem para transformarem: o bom no melhor; o engraçado no belo, e o interessante no fantástico. Fomos surpreendidos com muitas fotografias enquadradas nos temas «Tema Livre», «Cromeleque dos Almendres», «Barragem do Alqueva», «Marina da Amieira» e «Basílica Sé Catedral de Nossa Senhora da Assunção».

De entre as variadíssimas fotos recebidas, aqui ficam as que destacámos, tendo em conta os cinco temas.

TEMA LIVRE

Equipa Os Quebra-Ossos

CROMELEQUE DOS ALMENDRES

Equipa Algarvios

BARRAGEM DO ALQUEVA

Equipa Os Estarolas

MARINA DA AMIEIRA

Equipa Pedrocas e Larocas

BASÍLICA SÉ CATEDRAL DE NOSSA SENHORA DA ASSUNÇÃO

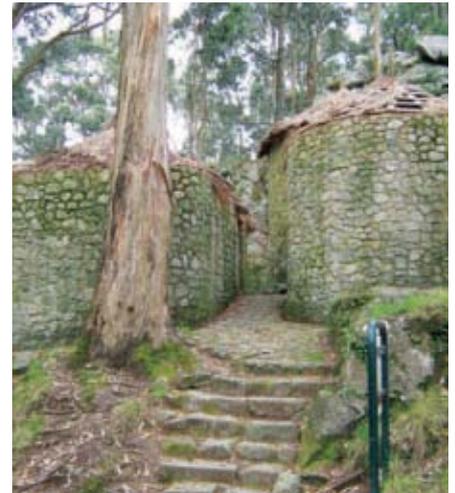
Equipa Os Latinos

Por António Vale



Rally-Paper na Terra do Ouro

Esposende/Ofir – praia de mar, situada num trecho de costa que se une a norte com a foz do rio Cávado, inserida no Parque Natural do Litoral Norte.



A Prova Etnográfica Turística – Rally-Paper, vai realizar-se na região de Esposende (cidade do distrito de Braga)/ Ofir (praia de mar, situada num trecho de costa que se une a norte com a foz do rio Cávado, inserida no Parque Natural do Litoral Norte.

O nome «Ofir» aparece no Antigo Testamento várias vezes, entre as quais para

designar uma terra distante de Israel onde se recolhia ouro. O ouro de Ofir é referido frequentemente como um ouro à parte, o que talvez se deva à expedição conjunta do rei Salomão e do rei Hiram (Tiro, Fenícia), que partiu do mar Vermelho e levou 14 ou 15 toneladas de ouro de Ofir (1 Reis 9: 26-28, 2 Crónicas 8: 17-18).

Assim, talvez a praia portuguesa se relacione com uma nova Ofir descoberta por fenícios. Uma famosa lenda local, «A Lenda dos Cavalos de Fão», afirma mesmo que “o bíblico Ofir” foi no lugar de “Ofir actual”.

Juntem-se a nós para conhecer melhor esta região.

Por Virgílio Guimarães

Realização: 21, 22 e 23 de Outubro

Inscrição até: 10 de Setembro

Ponto de encontro: Axis Ofir Beach Resort Hotel

Hora: a partir das 18 horas

Valor: 125 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 97 euros

Crianças até 12 anos (no quarto com 2 adultos): grátis

Inscrição inclui: duas noites de alojamento

Almoço da prova e jantar c/ animação no dia 22 de Outubro. Almoço com

entrega de prémios no dia 23 de Outubro

Inscrição não inclui: qualquer extra não mencionado no programa

O pagamento poderá ser efectuado em até: 5 (cinco) prestações, com início em Setembro, duas em Novembro, e final em Dezembro

Recomendações: para o dia da prova leve roupa e calçado confortável

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo





Expedição Rio-a-Dentro

Vida selvagem de classe mundial, no rio Tejo!

Não há nada melhor do que ter poucas expectativas para um programa como o que prometíamos...

Chegámos ao Escarpim eram 10h da manhã, e o rio estava em maré-baixa. Resultado prático: um barco no lodo, a descansar no cais.

Aguardámos pacientemente pela chegada da preia-mar e pelo “acordar” da embarcação”, que se previa para a hora seguinte. Tratava-se de um barco de que

se realça o facto de ser eléctrico, permitindo deixar-nos ouvir o barulho do silêncio, ter uma boa aproximação às aves e um “calado” baixinho, para explorar canais do rio que de outra forma não seria possível.

Entretanto, a cortesia dos elementos da Rio-a-Dentro permitiu ao grupo fazer uma visita à casa-museu que serve de símbolo à construção típica da zona.

A tal hora passou num instante...

Já instalados, zarpámos no sentido jusante do rio, passando pela famosa ilha das garças, a ilha fluvial com maior riqueza

de aves de toda a Europa e uma das maiores do mundo. Passámos também pela ilha dos cavalos, com os dóceis animais alheios a tudo, e seguimos em direcção à Ponte de D. Amélia, construção do *atelier* de Gustavo Eiffel.

No regresso, guiados pelas crianças que puderam pegar no leme, passámos pela aldeia típica de Valada, pela aldeia piscatória da Palhota, e ainda deu tempo para explorar alguns percursos “nunca dantes navegados”!

A repetir!

Por Pedro Ferreira

Por Caminhos de Santiago

O caminho faz-se caminhando.



Quando me foi lançado pelo Grupo Desportivo o desafio de organizar uma caminhada a Santiago de Compostela, logo aceitei o desafio – ainda para mais, eu, que sou “amigo” dos caminhos de Santiago.

Como condição limitámos o grupo ao máximo de 15 pessoas, dado que o “caminho” não está propriamente feito para

grupos, mas foi um desafio ganho pela partilha, pela amizade e pela perseverança de todos.

Fomos coleccionando amigos pelo caminho: brasileiros, eslovenos, suecos, alemães, holandeses, espanhóis e – logicamente! – portugueses... e que bom foi encontrá-los a todos em plena Missa do Peregrino em Santiago de Compostela.

E que bom foi ouvir o bispo de Santiago informar que tinham chegado 13 peregrinos procedentes de Valença e pertencendo ao Grupo Desportivo do Banco BPI. Todos sorrimos uns para os outros: que bom foi ouvir falar de nós.

Iniciativas destas têm cada vez mais sentido neste mundo, em que primeiro estamos nós, depois nós e às vezes até olhamos para o lado para não ver, em vez de pelo menos durante um tempo olharmos para o grupo e também para aqueles que caminham sozinhos – e são muitos.

Diz o poeta: «O caminho faz-se caminhando», e para continuar o nosso “caminho”, se tudo correr como o previsto, organizaremos o “Caminho Francês”, desde o Cebreiro até Santiago de Compostela.

Por José Veloso

Benfeita, Benfeita

E assim se passou mais um dia com muita diversão e boa-disposição.

Conforme o combinado, juntámo-nos todos a horinhas em frente ao Balcão das Antas, para seguir de camioneta para Benfeita (Arganil). Chegámos ao local duas horas e meia depois, aproximadamente. Já estavam à nossa espera os guias, que nos instruíram e ajudaram a decidir o melhor percurso a fazer, uma vez que eram possíveis duas opções: um percurso de 6 e outro de 12 quilómetros. Após 15 minutos de conversa, acabámos por escolher o percurso mais pequeno.

Ao longo da caminhada predominaram os terrenos xistosos, ocorrendo na primeira parte ligeiras subidas que deram

uma certa motivação e ao mesmo tempo despertaram um desafio às pessoas que realmente gostam de caminhar.

Atravessada a zona xistosa, o ritmo tornou-se mais fluido e flexível. Percorremos uma zona pouco habitada, e aproveitámos para uma pequena pausa e para recuperar energias a comer uma peça de fruta.

A natureza e as belas paisagens tiveram um forte impacto e uma importância significativa, que os caminheiros desfrutaram com prazer. Concluímos o percurso com uma colega lesionada.

O almoço foi motivo de bastante convívio e boa-disposição. A comida estava muito



boa, e o serviço foi muito amável e simpático. A viagem de volta foi tranquila, e a maioria das pessoas adormeceu. Valeu a pena o exercício físico.

Por Radu Popusoi

Viana do Castelo

Em Setembro gostaria...
Se a memória não me engana
Viajando em ferrovia
Havemos de ir a Viana.

No âmbito das visitas gastronómicas via ferrovia, vamos desta vez até Viana do Castelo, porque viver não custa, o que custa é saber viver.

A riqueza inigualável da etnografia vianen-

se, que faz da cidade a capital do folclore português; a originalidade e a funcionalidade do seu artesanato, com especial relevo para a louça e os bordados; e a assídua e qualificada animação cultural são atributos que fazem de Viana do Castelo uma cidade extremamente atractiva para todas as vertentes de turismo.

Eu hei-de ir a Viana.

Por Virgílio Guimarães



Realização: 17 Setembro

Inscrição até: 10 de Setembro

Ponto de encontro: Estação de Campanhã

Hora: 7.30h

Valor: 50 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 40 euros

Inscrição inclui: almoço, diversas visitas e subida no funicular

Inscrição não inclui: qualquer extra não mencionado no programa

Recomendações: o programa poderá ser cancelado se não houver um mínimo de 20 participantes

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

O Lagar do Marmelo

O maior lagar de azeite. Foi necessário, segundo o autor, «inserir o edifício na paisagem sem a danificar».

Quem não se lembra da campanha do «maior olival do mundo»?

Integrado no seio de um olival situado no Alentejo profundo, foi necessário, segundo o autor, «inserir o edifício na paisagem sem a danificar».

O projecto foi inspirado na pureza e na essência do azeite, e a nova estrutura estende-se na paisagem como um volume abstracto e branco próximo do nosso imaginário.

Por Pedro Ferreira



Programa:

09.00h – Partida de Lisboa na opção transporte do Grupo Desportivo
11.00h – Encontro no Lagar do Marmelo – Ferreira do Alentejo
11.15h – Início da visita guiada ao lagar
12.00h – Degustação de azeites
12.30h – Almoço alentejano, em Ferreira do Alentejo
14.30h – Fim da visita

Realização: 22 de Outubro

Inscrição até: 3 de Outubro

Ponto de encontro: Lisboa, na opção transporte, ou Ferreira do Alentejo

Hora: 9.00h na opção transporte ou 11.00h no Lagar do Marmelo

Valor: 15 euros

Almoço opcional: 20 euros

Transporte opcional: 20 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 10 euros

Almoço opcional: 15 euros

Transporte opcional: 15 euros

Inscrição inclui: visita guiada ao Lagar do Marmelo, prova de azeites e almoço na opção tudo incluído (entradas, prato principal, bebidas, sobremesa e café)

Recomendações: indicar almoço e ou transporte, caso seja necessário

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

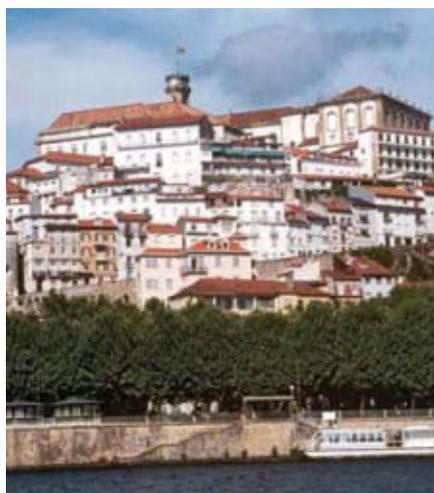
Coimbra

No âmbito das visitas gastronómicas via ferroviária, escolhemos a cidade de Coimbra, porque viver não custa, o que custa é saber viver.

Coimbra, capital do saber português, é detentora da 3.ª universidade mais antiga de toda a Europa e de uma biblioteca cujos móveis exibem a beleza da madeira exótica oriunda do Brasil.

Coimbra tem mais encanto na hora da despedida.

Por Virgílio Guimarães



Campanhã

Hora: 7.15h

Valor: 65 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 50 euros

Inscrição inclui: almoço e cruzeiro no Basófilas (rio Mondego)

Inscrição não inclui: qualquer extra não mencionado no programa

Recomendações: o programa poderá ser cancelado se não houver um mínimo de 20 participantes

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

V Torneio de Sueca

Este torneio teve uma boa participação de associados do Grupo Desportivo.

Fazendo um pouco de história, diremos que o torneio juntou vinte jogadores – entre os quais, uma presença feminina. Os desafios caracterizaram-se por elevado equilíbrio e muito *fair-play*.

No entanto, salientamos o jogo da final, no qual a equipa vencedora foi absolutamente arrasadora não dando chances aos adversários.

O par Fernando Canavarro/Ferreira da Costa foi o grande vencedor do torneio e diga-se até com alguma facilidade, quando se esperava um jogo muito renhido.

O encerramento juntou os elementos das equipas participantes e alguns convida-



dos na nossa sala de convívio, e serviu também de ocasião para a distribuição de prémios e lembranças a todos os jogadores, seguido de um pequeno lanche.

A entrega dos prémios foi feita pelo vice-presidente da Direção, Amílcar Palavras



Ferreira, que nos honrou com a sua presença, dirigiu algumas palavras de agradecimento e fez votos para que o próximo torneio fosse ainda melhor e tivesse mais participação.

Por Fernando Ferreira

III Maratona de Jogos de Salão

Realização: 22 de Outubro

Inscrição até: 17 de Outubro

Ponto de encontro: Praça do Município – sala polivalente do Grupo Desportivo – 1.º andar

Hora: 18.30h

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

10 euros por equipa (2 elementos)

Inscrição inclui: participação na maratona e petisco

Inscrição não inclui: *snacks* e bebidas disponíveis na sala polivalente

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

Desta vez já não há desculpa! Vamos a jogo!



A 3.ª edição da Maratona de Jogos de Salão ficou em “banho-maria”, devido a adiamento por motivo da Cimeira da NATO. Desta vez, venham os militares, que não nos vão desarmar!

Voltamos a ter três torneios em simultâneo: dardos, *snooker* e matraquilhos, na sala polivalente do Grupo Desportivo, na

Praça do Município.

Respigamos algumas regras: cada

equipa escolherá um elemento para

a fazer representar em cada uma des-

tas modalidades,

com exceção

dos matraquilhos, em que jogam ambos

os jogadores. A maratona será realizada

em sistema de *poule* (eliminatórias sortea-

das entre duas equipas), com uma fase

de apuramento, quartos de final, semifinal

e final para cada modalidade.

Consulte o regulamento disponível no nos-

so *site*.

No final, há prémios para todos e uns pe-

tiscos servidos na sala de jogos!

Por Pedro Ferreira

Por Pedro Ferreira

Por Pedro Ferreira

Por Pedro Ferreira



Maratona de Jogos de Salão



República da Cerveja, sim

Realização: 30 de Setembro
Inscrição até: 20 de Setembro
Ponto de encontro: República da Cerveja, no Parque das Nações
Hora: 20.30h
Valor: 25 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 15 euros
Recomendações: os lugares são limitados, não deixe para depois
Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt
Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

Sim aos objectivos, à boa-disposição, ao divertimento e aos amigos.

Não, não é permitido falar de trabalho. Afinal, o que é que nos traz cá? Jantar um bife; refrescar as ideias com umas cervejas ou sangria; conversar; conhecer pessoalmente os que conhecemos só por telefone; sobremesa e café... mas, acima de tudo, divertir-nos. O Grupo Desportivo sabe que muitos se juntam para jantar, em pequenos grupos. O que pretendemos é juntar – não todos, mas apenas alguns, todos os que quiserem responder à chamada, num jan-



tar simples, com bom ambiente, música para ouvir e muita boa-disposição. Os lugares são limitados. Divirta-se na companhia de quem bem entender e com quem quiser aparecer. A qualidade do restaurante não oferece dúvidas. Até lá.

Por Rui Simplicio

III Curso de Sushi

O básico na confecção de *sushi* com algumas novas técnicas à mistura!

Realização: 15 de Outubro
Inscrição até: 26 de Setembro
Ponto de encontro: Praça do Município – bar do Grupo Desportivo – 2.º andar
Hora: 19.00h
Valor: 60 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 50 euros

Inscrição inclui: utensílios para a preparação do *sushi* e todos os ingredientes

O pagamento poderá ser efectuado em até: 2 (duas) prestações – Outubro e Novembro
Recomendações: curso limitado a 8 participantes

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



Depois de dois cursos bem sucedidos, em que formámos mais de 20 *sushigirls* e *sushimen*, voltamos ao activo para um início de Outono exótico! Vamos mostrar-lhe o básico na confecção de *sushi*, com algumas novas técnicas à mistura!

PROGRAMA	N.º HORAS
Introdução ao <i>sushi</i>	2
Utensílios necessários e forma de manuseamento	
Ingredientes utilizados	
Preparação do arroz de <i>sushi</i>	
Noções de corte de peixe e legumes	
Molhos para <i>sushi</i> – Molho <i>teriaki</i> e cremoso	
O <i>Sushi</i> enrolado	1
<i>Hosomakis</i> , <i>uramakis</i> , <i>temakis</i> e <i>gunkan</i>	
<i>Sushi</i> solto e <i>sushi</i> quente	1
<i>Nigiris</i> e <i>sashimi</i> (<i>sushi</i> solto), <i>tatakis</i> e <i>hots</i> (<i>sushi</i> quente)	
Total de horas	4



Este curso será realizado numa aula intensiva (4 horas), no bar do Grupo Desportivo.

Por Pedro Ferreira



S. Martinho é festa

No São Martinho, passeio e festa em Almourol.

Manda a tradição que no S. Martinho se vá à adega e se prove o vinho.

Iremos festejar a data no Restaurante Almourol, com uma excelente localização sobre o Tejo, famoso por algumas especialidades, em Vila Nova da Barquinha, no coração do Ribatejo.

De manhã visitaremos um local – quem sabe se alusivo à data, ou uma incursão ao castelo de Almourol? – cujas muralhas assistiram a encontros entre cristãos e árabes.

Após o almoço teremos muita animação, porque merecemos, e a ela temos

direito – talvez fandango ou outra dança regional desta província, que, para além de touros, toureiros e cavalos, tem muitas outras coisas de que se orgulham os ribatejanos.

Dê um pezinho de dança, lanche, coma castanhas assadas ou cozidas, acompanhe com água-pé... e na hora da despedida não tenha saudades, porque o Grupo Desportivo está já a preparar o *réveillon* deste ano.

A ementa será publicada no nosso *site*.

Por Rui Simplício

Realização: 12 de Novembro

Inscrição até: 28 de Outubro

Ponto de encontro: Praça do Comércio (na opção transporte) ou Restaurante Almourol

Hora: 9.30h (na opção transporte) ou 13.00h

Valor: 30 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 20 euros

Recomendações: o Grupo Desportivo providenciará gratuitamente para os interessados transporte de autocarro.

Hora prevista da chegada a Lisboa: 20.00h

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

O aniversário no Casino

Cantámos os parabéns embora numa forma carregada de simbolismo: não o fizemos de viva voz, mas estava subjacente e sabia-se que – por estarmos juntos e a conviver – o objectivo estava a ser cumprido. Foi como se o estivéssemos a fazer.

O Casino de Lisboa, no parque das Nações, foi o local escolhido neste ano para festejar mais um aniversário do Grupo Desportivo. Não se podia escrever esta crónica sem recordar que neste mesmo local assistimos ao espectáculo *Conversas da Treta*, com dois grandes artistas – o António Feio já nos deixou, mas escreveu o livro *Aproveitem a Vida*, cujo lema orienta muito boa gente e poderia eventualmente servir como livro de mesa-de-cabeceira.

Com base neste tema, mais uma vez o Grupo Desportivo proporcionou uma grande noite, agora com *Vip Manicure – A Crise*, com duas pessoas que fazem humor como poucos em Portugal. Denise de Magalhães e Maria Delfina – personificadas por Ana Bola e Maria Rueff – conseguiram agradar a todos, dos mais aos menos jovens. Foi um espectáculo sempre actual e com selo de qualidade, mas antes degustámos um jantar requintado,



ponto alto na gastronomia, sem esquecer a forma como fomos recebidos.

Findo o espectáculo, ainda houve tempo, quem quis, para ganhar ou perder “algun”, nas máquinas que por ali tropeçam connosco.

Pequenos pormenores, grandes organizações, algum charme e o carinho dos nossos sócios fazem o Grupo Desportivo merecer que voltemos a cantar-lhe os parabéns.

Por Rui Simplício

Noruega e Suécia

Viagem inesquecível.



Com saídas de Lisboa e Porto, esta bem madrugadora, partimos à descoberta da deslumbrante paisagem norueguesa. País favorecido pela natureza, apresenta vastas áreas com uma variedade de

paisagens – desde imponentes fiordes, de poderosas quedas de água, glaciares e montanhas até bonitas cidades portuárias, de entre as quais se destacam duas: Oslo, a capital, e o belíssimo porto

pesqueiro de Bergen, com o seu popular mercado de peixes e flores.

É sem dúvida um dos mais belos países da Europa, e das “maravilhas” que tivemos a oportunidade de ver e visitar salientam-se os cruzeiros que efectuámos pelos fiordes, a viagem de comboio entre Myrdal e Flaam, o glaciário Briskdal, o Museu Viking e o Museu do Barco Polar Fram ambos em Oslo, bem como o Parque Frogner, com as suas esculturas de granito e bronze.

No penúltimo dia da nossa estada, partimos após o almoço em direcção à capital sueca, aonde chegámos ao final da tarde, para no dia seguinte efectuarmos uma visita a vários pontos de interesse, nomeadamente ao Museu Vasa e à Câmara de Estocolmo, e caminhamos pela cidade antiga (Gamla Stan).

Deixamos aqui uma sugestão para uma “escapadinha” mais prolongada a esta maravilhosa cidade e concluir que valeu a pena ser “turista”.

Por António Cardoso





I Encontro de Coros – Orfeão Portus Calle

É já no mês de Setembro que o Orfeão Portus Cale cumpre o seu 7.º aniversário.

O orfeão tem, no seu amplo repertório, trechos musicais que abrangem os mais variados autores e proveniências, desde a época medieval até aos nossos dias, nomeadamente música sacra, litúrgica, profana, de célebres musicais, espirituais negros, canção tradicional portuguesa e

estrangeira, estas duas últimas interpretadas, em perfeito intercâmbio do conhecimento, da cultura e da história, na língua original ou em idioma traduzido.

Todavia, o projecto vai em crescendo! E o Grupo Desportivo pretende, a partir do próximo ano, instituir e promover,

anualmente, na cidade do Porto, os seus Encontros Internacionais de Coros. É nesta conformidade que, já no presente ano, vai organizar o I Encontro de Coros Portus Calle, a realizar no dia 24 do mês de Setembro, pelas 21.30h, com o apoio e o alto patrocínio da magnífica sala de visitas do Norte de Portugal – o Ateneu Comercial do Porto.

Estarão presentes, juntamente com o nosso orfeão, o coro Laudate Dominum, de Vizela, e o Orfeão de Rio Tinto.

Continuamos a trabalhar afincadamente para que a qualidade do nosso orfeão evolua. Contamos com a vossa presença nas nossas actuações para levar cada vez mais longe o nome do Orfeão Portus Cale e do Grupo Desportivo.

Por Vanda Pinto

Os nossos artistas “voltaram à carga”

Os associados do Grupo Desportivo, ao longo destes últimos anos, têm demonstrado um interesse crescente por este evento, tendo em conta o número cada vez maior de visitantes.

Junho é por excelência o mês em que anualmente decorrem, em Lisboa e no Porto, as exposições de pintura e artes decorativas dos trabalhos realizados pelos alunos durante o ano lectivo agora terminado.

A exposição anual dos cursos de formação artística, como tem acontecido em anos

anteriores, decorreu na galeria do Café Majestic, no Porto, e em Lisboa regressámos ao espaço que nos é familiar, o antigo balcão da Praça do Município, e como sempre o entusiasmo dos alunos e dos professores foi demonstrado pela quantidade de peças expostas.

Os associados do Grupo Desportivo, ao longo destes últimos anos, têm demonstrado um interesse crescente por este evento, tendo em conta o número cada vez maior de visitantes.

No dia da inauguração, os “nossos artistas” contaram com a presença de muitos associados e familiares que quiseram apreciar as obras e dar-lhes o seu apoio.

De acordo com as vozes que ouvimos, a qualidade das obras tem melhorado substancialmente.

Relembramos que as inscrições para o ano lectivo de 2011/12 estão a decorrer até 15 de Setembro.

Junta-te aos bons e serás como eles.

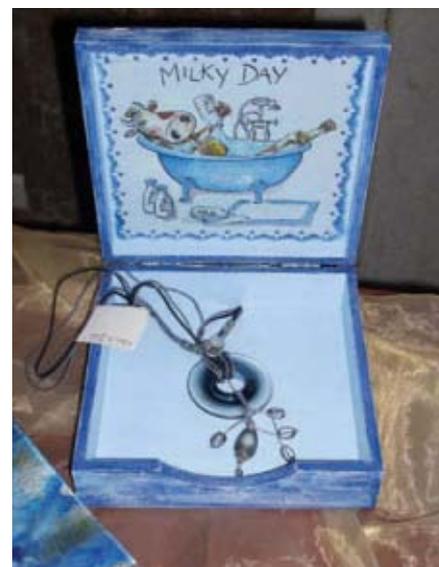
Por Direcção Nacional



Cursos de formação artística

Estão a decorrer, desde 1 de Julho e até 15 de Setembro, as inscrições para os cursos de formação artística, época de 2011-2012. Os interessados poderão consultar o regulamento no nosso [site](#).

Por Direcção Nacional



CURSOS	DIAS	HORÁRIO	MENSALIDADE		LOCAL
			Valor	Sócios	
Artes Decorativas Prof. Dina Gueidão	4.ª feira	15.00h às 17.00h 17.30h às 19.30h	30,00	25,00	Rua Almirante Barroso, 32-6.º, em Lisboa
	6.ª feira	15.00h às 17.00h			
Artes Decorativas Atelier Utopia 2 aulas semanais	2.ª feira e 5.ª feira	14.00h às 16.30h 17.00h às 19.30h	38,00 Inscrição	33,00	Rua Antero de Quental, 241-r/c, no Porto
	sábado	10.30h às 13.30h	35,00		
Azulejo Prof. Esmeralda Leal	3.ª feira	11.00h às 13.00h 15.00h às 17.00h 17.30h às 19.30h	30,00	25,00	Rua Almirante Barroso, 32-6.º, em Lisboa
Bijutaria Prof. Dina Gueidão	4.ª feira	11.00h às 13.00h	30,00	25,00	Rua Almirante Barroso, 32-6.º, em Lisboa
Bordado de Castelo Branco Prof. Lina Albuquerque	2.ª feira	17.30h às 19.30h	30,00	25,00	Rua Almirante Barroso, 32-6.º, em Lisboa
Bordado	3.ª feira e 5.ª feira	15.00h às 17.00h	33,00	30,00	Grupo Desportivo no Porto
Caligrafia e Introdução à Iluminura Prof. José Augusto Brás	5.ª feira	17.00h às 19.00h	30,00	25,00	Rua Almirante Barroso, 32-6.º, em Lisboa
Pintura Prof. Maria Júdice Crimer	3.ª feira	15.00h às 17.00h 17.15h às 19.15h	30,00	25,00	Rua Almirante Barroso, 32-6.º, em Lisboa
Pintura a Óleo Prof. Jorge Veigas	2.ª feira	14.30h às 16.30h 17.00h às 19.00h	30,00	25,00	Rua Almirante Barroso, 32-6.º, em Lisboa
Pintura/Desenho Atelier Utopia	3.ª feira e 4.ª feira	14.30h às 16.30h 17.00h às 19.00h	38,00 Inscrição	33,00	Rua Antero de Quental, 241-r/c, no Porto
	ou	17.00h às 19.00h			
1 aula semanal	4.ª feira e 5.ª feira	21.00h às 23.00h	35,00		
Porcelana Prof. Ana Maria Costa	3.ª feira	15.00h às 17.00h 17.30h às 19.30h	30,00	25,00	Rua Almirante Barroso, 32-6.º, em Lisboa
Tapeçaria Prof. Lina Albuquerque	2.ª feira	15.00h às 17.00h	30,00	25,00	Rua Almirante Barroso, 32-6.º, em Lisboa

EM LISBOA

As aulas têm duração de 2 horas, em horário laboral ou em pós-laboral, e têm lugar de Outubro de 2011 a Junho de 2012, nas instalações do Grupo Desportivo na Rua Almirante Barroso, 32-6.º andar (à Estefânia).

NO PORTO

As aulas têm duração de 2 horas, e o Grupo Desportivo, em colaboração com o Atelier Utopia, proporciona aos seus sócios, familiares e amigos os cursos de formação artística que decorrerão na Rua Antero de Quental, 241-r/c.

Falso patchwork

De uma forma simplificada, é a utilização de retalhos de tecidos embutidos numa “placa”, chamada *K line*.

Patchwork é um trabalho manual feito com retalhos costurados de forma a criar desenhos, em peças como colchas, tapetes, malas.

Então e o que será o falso *patchwork*? Ora, o falso *patchwork* é totalmente diferente!

Explicando de uma forma simplificada, é a utilização de retalhos de tecidos, também, mas embutidos numa “placa” parecida com a esferovite – chamada *K line*.

Mas sem costuras, dedais ou linhas.

Como? Inscreva-se e nós contamos tudo.



O objectivo é criar uma caixa para o chá e um quadro.

Por Sandra Nascimento

Realização: 17 de Setembro

Inscrição até: 12 de Setembro

Ponto de encontro: Rua Almirante Barroso, 32-6.º Piso (ao Largo de D. Estefânia) – Lisboa

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

Valor: 35 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 30 euros

Inscrição inclui: todo o material

necessário à elaboração das peças

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

Bijutaria com fimo

Realização: 1 de Outubro

Inscrição até: 26 de Setembro

Ponto de encontro: Rua Almirante Barroso, 32-6.º piso (ao Largo de D. Estefânia) – Lisboa

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

Valor: 35 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 30 euros

Inscrição inclui: todo o material necessário à elaboração das peças

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

Vamos poder exibir uns belos conjuntos acabadinhos de criar. E quem sabe se não estará aqui o início de uma nova e promissora carreira.

Parece que ainda agora acabaram o Verão e o tempo quente, mas o que é certo é que o Natal está aí não tarda nada.

E porque não começar já a tratar de algumas das prendas para oferecer às

amigas e às familiares?

O fimo é uma massa que existe nas mais variadas cores e que, depois de moldada na forma e no tamanho que queremos, vai ao forno até cozer.

Vamos passar o dia a criar algumas peças, mais ou menos elaboradas, conforme o gosto pessoal.

No final do dia vamos poder exibir uns belos conjuntos acabadinhos de criar. E quem sabe se não estará aqui o início de um percurso interessante pelo mundo fascinante da bijutaria.

Por Sandra Nascimento



Língua Espanhola – Níveis I e II

Tendo em conta o êxito obtido em 2010, o Grupo Desportivo decidiu promover mais dois cursos de Espanhol em parceria com a monitora Sabrina Tacconi Lorente.

O primeiro nível tem como destinatários os alunos que possuem poucos ou nenhuns conhecimentos linguísticos. Já o segundo nível, destina-se a todos os alunos que tenham frequentado um curso idêntico e que nos apresentem um certificado de presença, bem como a todos os que nos acompanharam no passado ano lectivo.

Por Sandra Nascimento



Realização: 3 de Outubro (nível I) e 6 de Outubro (nível II)

Inscrição até: 16 de Setembro

Ponto de encontro: Rua Almirante Barroso, 32-6.º piso (ao Largo da Estefânia), Lisboa

Hora:

Segunda-feira das 12.00h às 13.30h – Nível I (Turmas distintas)

Segunda-feira das 13.30h às 15.00h – Nível I (Turmas distintas)

Quinta-feira das 17.00h às 18.30h – Nível II (Turmas distintas)

Quinta-feira das 18.30h às 20.00h – Nível II (Turmas distintas)

Valor: 300,00 euros (cada nível)

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 249,75 euros (cada nível)

Inscrição inclui: formadora e manuais, total de 50 horas de aulas – 1,5h por semana

O pagamento poderá ser efectuado em até: 9 (nove) prestações, com início em Outubro, e final em Junho

Recomendações: em caso de desistência será ainda cobrada a prestação do mês em causa. Mínimo de 6 e máximo de 10 participantes

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

Língua Inglesa – Níveis I e II

Realização: 3 de Outubro (nível I) e 6 de Outubro (nível II)

Inscrição até: 16 de Setembro

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

Hora: segunda-feira das 18.00h às 19.30h – nível I (turmas distintas)

Quinta-feira das 12.30h às 14.00h – nível II (turmas distintas)

Valor: 300,00 euros (cada nível)

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 249,75 euros (cada nível)

Inscrição inclui: formadora e manuais,

total de 50 horas de aulas – 1,5h por semana

O pagamento poderá ser efectuado em até: 9 (nove) prestações, com início em Outubro, e final em Junho

Recomendações: em caso de desistência será ainda cobrada a prestação do mês em causa. Mínimo de 6 e máximo de 10 participantes

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

Face aos excelentes resultados de 2010, o Grupo Desportivo resolveu promover mais dois cursos de Inglês, em parceria com a monitora Paula Froes.

No dia 26 de Setembro, iremos realizar um pequeno teste para avaliar as aptidões de todos os interessados, e assim determinar qual o nível adequado a cada aluno, para que assim todos obtenham um melhor aproveitamento do curso.

Por Sandra Nascimento





Língua Francesa – Nível I (inicial)

O objectivo é o de dominar o uso prático da língua em situações da vida quotidiana, e ampliar conhecimentos sobre o estilo de vida e a cultura francesa.

Por Sandra Nascimento

Programa:

Conteúdos comunicacionais – Vocabulário. Frases idiomáticas. Expressões.

Conteúdos gramaticais – Fonética e ortografia.

Artigos, pronomes, substantivos e adjectivos. Tempos verbais do presente e do passado. Imperativo. Gerúndio. Regras da acentuação.

Conteúdos temáticos – Família. Compras. Viagens. Restaurante.

Moda. Corpo e saúde.

Conteúdos culturais – Temas da cultura francesa relativos a artes visuais, música, literatura, cinema, gastronomia, economia e política.

Metodologia – Exposição de conteúdos, leituras e escrita.

Exercícios e dinâmicas de grupo.

Roleplay. Audições, vídeos e análise de textos.

Realização: 12 de Outubro

Inscrição até: 16 de Setembro

Ponto de encontro: Rua Almirante Barroso, 32-6.º piso (ao Largo de D. Estefânia), Lisboa

Hora: quarta-feira das 18.30h às 20.00h

Valor: 300,00 euros (cada nível)

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 249,75 euros (cada nível)

Inscrição inclui: formadora e manuais, total de 50 horas de aulas – 1,5h por semana

O pagamento poderá ser efectuado em até: 9 (nove)

prestações, com início em Outubro, e final em Junho

Recomendações: em caso de desistência será ainda cobrada a prestação do mês em causa. Mínimo de 6 e máximo de 10 participantes

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

Álbuns de recortes

Papel colorido não faltou; adornos também não; o tamanho do álbum foi ao gosto do “freguês”.

“Mais um” daqueles dias, combinado previamente no pressuposto de ser passado com muito boa-disposição a aprender coisas novas.

O tema era *scrapbooking*; o objectivo, “fazer” um *scrapbook*, que é basicamente um álbum fotográfico com decorações.

Aquilo que o torna diferente de um álbum fotográfico normal é o facto de nele ser preservado muito mais do que apenas fotografias. Um *scrapbook* (ou álbum de recortes) conta a história que está por detrás das imagens e pode incluir recordações de carácter pessoal, como, por

exemplo, bilhetes, mapas, postais, cartas, etc.

Tanto se pode criar um álbum familiar, como um álbum temático – sobre as férias, as ocupações em tempos livres, ou os primeiros meses de um bebé.

Papel colorido não faltou; adornos também não; o tamanho do álbum foi ao gosto do “freguês”, e a imaginação quase não nos deixou respirar.

Toda a gente saiu, com um bonito álbum debaixo do braço, e com a cabeça cheia de ideias para criar novas páginas para acrescer àquela “obra de arte”, ou criar um novo álbum com um tema diferente daquele que foi feito.

Devo dizer-vos que fazer *scrapbooking* é realmente algo relaxante!

Na próxima, quiçá, não vão perder!

Por Paula Matos





Scrapbooking

Desafio lançado... e aceite! Resultado: 4 encontros cheios de boa-disposição.

O *scrapbooking* é um passatempo muito relaxante que nos leva a criar algo que pensamos estar para além da nossa imaginação. Podemos criar ou personalizar diversos trabalhos, como álbuns, marcadores de livros, porta-retratos, agendas, calendários, capas, cadernos, cartões, postais, etc., e torná-los em peças únicas.

No 1.º encontro, fizemos um álbum de raiz, forrado a papel, para ensinar as bases da cartonagem e da decoração. «Ai que giro!» foi a reacção de todos presentes, e assim ficou o seu nome. Para não cairmos na rotina, optamos por realizar projectos alternados. Num mês o projecto é ligado ao *scrap*; no mês seguinte, a outra arte.

No 2.º encontro, fizemos velas e um centro para as pôr. O cheiro doce das velas rapidamente se espalhou pela sala assim que começámos os trabalhos. Também este encontro teve reacções fantásticas.

Então, marcámos o 3.º encontro. Desta vez fizemos um álbum apenas com 4 folhas, fita-cola dupla, brilhantes e fitas. Ficou fantástico! O desafio estava aí: saber criar a partir do zero. Foi casa cheia de alegria! Ainda bem que muitas já sabem “cortar papel”; senão ia ser complicado.

Agendámos o 4.º encontro na Doce Papel. O projecto correu muito bem. Fizemos uma mala sem costurar, de duas formas diferentes. Para além de giras, são muito práticas e rápidas de fazer. Ficamos à vossa espera!

Por Maria João

Pintura e seda.

Será que ambos se conjugam?



A Primavera já lá vai, o Verão faz-nos companhia há algum tempo, e a vontade e a necessidade de usar roupas frescas e coloridas, também.

Foi para aliar o necessário ao agradável que organizámos um dia dedicado à pintura, que neste caso específico foi

dedicado à pintura em seda.

As participantes aplicaram-se, e os factos estão aí para comprovar esse facto e o efeito.

Lenços coloridos e alegres foram o resultado final, e cada vez mais achamos que os *workshops* ao sábado na Almi-

rante Barroso fazem já parte do quotidiano dos nossos associados, pelo que obrigatoriamente são mesmo para continuar.

Aproveite e verifique nesta revista quais são os próximos, e inscreva-se.

Por Sandra Nascimento

1.º PRÉMIO
Fotografia
*Uma andorinha
não faz a Primavera*
José Costa Pinto
Sócio n.º 8102



Concurso de fotografia «Primavera»

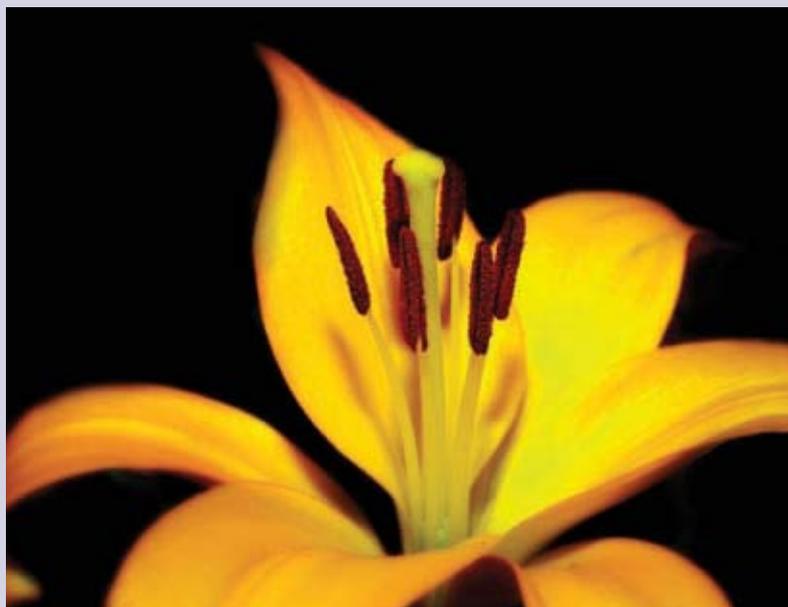
A Primavera é a estação do ano associada ao reflorescimento da flora e da fauna terrestres. É de facto uma das mais belas

épocas do ano, principalmente com o maravilhoso tempo que temos tido, realçando as cores das árvores que florescem.

Das fotografias recebidas, aqui ficam as fotos vencedoras na opinião do júri.

Por António Vale

2.º PRÉMIO
Fotografia
Esplendor
Cristina Mestre
Sócia n.º 4648



3.º PRÉMIO
Fotografia
Lírio
Rufino Martins de Sá
Sócio n.º 806



**MENÇÃO
HONROSA**

Fotografia
*Chegada
da Primavera*
Maria do Rosário
Mineiro
Sócia n.º 3078

Viseu e Santar

Da fértil região de Dão-Lafões às construções medievais.



Da visita que efectuámos a esta região podemos respigar aqui alguns apontamentos históricos importantes.

Santar é descrita como uma bela e nobre freguesia do concelho de Nelas, na fértil região de Dão-Lafões, dona de um legado

patrimonial de grande encanto e que se orgulha da sua antiga Igreja Matriz, da bela Igreja da Misericórdia, da Capela de São Francisco de Assis, da Capela de Nossa Senhora da Piedade e do frondoso Jardim do Paço dos Cunhas, entre outros.

Viseu remonta à época castreja, e com a romanização ganhou grande importância. Depois da ocupação romana na península, seguiu-se a elevação da cidade a sede de diocese, já em domínio visigótico, no século VI. No século VIII, foi ocupada pelos muçulmanos, como a maioria das povoações ibéricas. Foi constituído senhorio pela primeira vez em 7 de Julho de 1340, por D. Afonso IV. No século XV, é doada ao infante D. Henrique, na sequência da concessão do título de duque de Viseu.

No século XVI, em 1513, D. Manuel I renova o foral de Viseu, e assiste-se a uma expansão para a actual zona central, o Rossio, cuja primeira referência data de 1534. É neste século que vive Vasco Fernandes, um importante pintor português cuja obra se encontra espalhada por várias igrejas da região e no Museu de Grão-Vasco, perto da Sé.

No século XIX é construído o edifício da câmara municipal, no Rossio.

Por António Vale



Vista Alegre

O sinónimo de excelência e inigualável qualidade no mundo.

Visitámos a fábrica da Vista Alegre, o museu e a capela setecentista, em Ílhavo.

A Vista Alegre é fruto do sonho de José Ferreira Pinto Basto, que foi uma individualidade em múltiplos aspectos: negociante, industrial, lavrador e político. Este homem, protector das artes, da instrução e das instituições de caridade, ocupou um lugar de verdadeiro relevo na sociedade portuguesa do século XIX.

O alvará que autorizou o funcionamento

da fábrica da Vista Alegre foi concedido em 1824 por D. João VI, passando esta a beneficiar de “todas as graças, privilégios e isenções de que gozaram as Fábricas Nacionais”.

O Museu Histórico da Vista Alegre, inaugurado 1964, expõe ao público peças representativas do longo e rico caminho percorrido.

Hoje a Vista Alegre, para além de ser líder de mercado em Portugal e possuir uma das melhores e mais automatizadas fábricas de porcelana de todo o

mundo, continua a desenvolver e a preservar a porcelana feita e trabalhada à mão, honrando a sua história e a sua tradição.

É sem dúvida uma instituição, em Portugal e no mundo, sinónimo de excelência e inigualável qualidade.

Terminámos esta visita com um passeio de barco pela ria de Aveiro e com uma passagem pelas salinas.

É claro que a compra dos ovos-moles não foi esquecida.

Por António Vale



Calendário de visitas guiadas

O calendário das visitas guiadas para a época de 2011/2012 foi elaborado tendo em conta as preferências dos nossos associados.

A selecção apresentada teve também como objectivo não repetir as visitas efectuadas nos anos mais recentes. Elegemos vilas com zonas históricas, e

Os sócios interessados deverão proceder à inscrição, e enviá-la para a Secretaria do Grupo Desportivo, manifestando o interesse nas visitas em que desejam participar.

com interesses arquitectónicos e literários reconhecidos.

Os sócios interessados deverão proceder à inscrição, e enviá-la para a Secretaria do Grupo Desportivo, manifestando o interesse nas visitas em que desejam participar. As inscrições serão datadas e numeradas por ordem de entrada na

Secretaria, sendo respeitada a limitação em cada visita pela respectiva ordem. Cada visita só se realizará se existir um número mínimo de participantes, e será também limitada a um número máximo de participantes tendo em conta a tipologia da visita.

Sempre que se esgote uma visita e caso o número de participantes o justifique será levada a efeito uma segunda visita.

As desistências que sejam efectuadas no período de quatro dias úteis antes da realização de cada visita serão cobradas na totalidade.

Por António Vale

ESTE PROGRAMA FOI PREPARADO ESPECIALMENTE PARA SI, NA ESPERANÇA DE QUE SEJA DO SEU AGRADO.

PROGRAMA



- ➔ CENTRO DE INTERPRETAÇÃO DA BATALHA DE ALJUBARROTA E MOSTEIRO DA BATALHA
17 de Setembro



- ➔ MUSEU VIEIRA DA SILVA, MÃE-DE-ÁGUA E CAPELA DE GUADALUPE
8 de Outubro



- ➔ EXPOSIÇÃO NA GULBENKIAN A NATUREZA MORTA (2.ª PARTE) SÉCS. XIX E XX
5 de Novembro



- ➔ MUSEU DE MARINHA E MUSEU DE ARTE POPULAR
3 de Dezembro



- ➔ CINEMATECA NACIONAL
Janeiro de 2012



- ➔ CÂMARA MUNICIPAL DE LISBOA E SUPREMO TRIBUNAL DE JUSTIÇA
Fevereiro de 2012



- ➔ BASÍLICA DA ESTRELA E JARDIM DA ESTRELA
Março de 2012



- ➔ PALÁCIO DA PENA, SINTRA
Abril de 2012



- ➔ SAGRES, CABO DE SÃO VICENTE, LAGOS E SILVES
Maio de 2012



- ➔ ALQUEVA E VILA DE MONSARAZ
Junho de 2012

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



Batalha de Aljubarrota e Mosteiro da Batalha

A mais célebre das batalhas da História portuguesa, Aljubarrota deixou no terreno impressionantes marcas da luta entre portugueses e espanhóis (embora continue a faltar a identificação da pá utilizada

pela célebre padeira para “despachar” uns quantos castelhanos...).

Conhecidos há muito, estes vestígios foram recentemente escavados, estudados e integrados no novo Centro de

Interpretação do sítio, agora com a divulgação assegurada pelo recurso aos mais modernos meios de multimédia.

É este passeio conjunto, evocando a crise de 1383-1385 e a ascensão da nova dinastia de Avis, que nos transportará para os tempos perdidos da Guerra da Independência, para o fim da Idade Média e para o princípio dos Tempos Modernos.

Por António Vale

Realização: 17 de Setembro
Inscrição até: 12 de Setembro
Ponto de encontro: Sete-Rios (em frente do Jardim Zoológico)
Hora: 8.00h
Valor: 27 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 22 euros
Inscrição inclui: entrada no mosteiro, almoço e transporte, acompanhamento da visita pelo Prof. Miguel Soromenho
Recomendações: inscrições limitadas

por ordem de entrada na Secretaria. Grupo máximo de 45 pessoas
Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt
Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

Museu Vieira da Silva, Mãe de Água e Capela de Guadalupe

Maria Helena Vieira da Silva é provavelmente a mais internacional dos artistas portugueses do século XX, reconhecida como uma das pioneiras da pintura moderna. Não só a circunstância de ter vivido grande parte da sua vida em Paris ajudou a granjear esta merecida fama, também a qualidade e a originalidade da sua expressão plástica, herdeira directa do cubismo e do abstraccionismo, contribuíram para um justo reconhecimento em Portugal e além-fronteiras.

Além da visita à Fundação Arpad Szenes/Vieira da Silva, queremos imergir no singular ambiente setecentista do Jardim

das Amoreiras, fruto do urbanismo e das políticas de fomento industrial pombalinas e pós-pombalinas, onde também sobressaem o imponente edifício da Mãe d'Água e a singela Capela de Nossa Senhora de Guadalupe.

Por António Vale

Realização: 8 de Outubro
Inscrição até: 3 de Outubro
Ponto de encontro: Museu Vieira da Silva
Hora: 10.00h



Valor: 12 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 8 euros
Inscrição inclui: acompanhamento da visita pelo Prof. Miguel Soromenho
Recomendações: inscrições limitadas por ordem de entrada na Secretaria. Grupo máximo de 25 pessoas
Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt
Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

Exposição «A Natureza-Morta»

Realização: 5 de Novembro
Inscrição até: 31 de Outubro
Ponto de encontro: Museu Calouste Gulbenkian
Hora: 10.00h
Valor: 11 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 8 euros
Inscrição inclui: entrada na exposição, acompanhamento da visita pelo Prof. Miguel Soromenho
Recomendações: inscrições limitadas por ordem de entrada na Secretaria
 Grupo máximo de 25 pessoas
Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt
Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

Em exposição está uma peça-chave deste contexto, a *Natureza-Morta* de Claude Monet, que faz parte das colecções do Museu Calouste Gulbenkian.



Dando continuidade à exposição apresentada em 2010 sobre o tema da natureza-morta na Europa, a 2.ª parte será dedicada à modernidade do século XIX e às alterações fundamentais ocorridas na primeira metade do século XX.

A renovação do interesse pela natureza-morta é documentada pela nova linguagem do impressionismo. Em exposição está uma peça-chave deste contexto: a *Natureza-Morta* de Claude Monet, que faz parte das colecções do Museu Calouste Gulbenkian.

A natureza-morta foi tema que interessou pintores pós-impressionistas como Cézanne, Van Gogh e Gauguin, que estarão representados.

A exposição demonstra como a natureza-morta se transformou com Picasso, Braque e Matisse. Poderá entender-se como permitiu um olhar reflexivo sobre a sociedade contemporânea, enquanto outros se envolveram nas novas realidades, como é o caso de Magritte e Dalí.

Por António Vale

Museus de Marinha e de Arte Popular

Da grande aventura dos Descobrimentos não se pode dizer que tenham restado testemunhos da cultura material dos povos com que contactámos, ou da nossa cultura tecnológica, aquela que permitiu durante séculos pôr Portugal na vanguarda da marinharia e da náutica mundiais. Relativamente a este último aspecto, apenas o Museu de Marinha, instalado

no corpo ocidental do Mosteiro dos Jerónimos, se propõe actualmente mostrar um elenco significativo dos aspectos técnicos das navegações, com um espólio de grande valor didáctico do qual sobressaem os interiores recuperados dos *yachts* régios do final da monarquia.

Encerrado há um largo período de tempo e entretanto reaberto, é com o Museu de Arte Popular que sugerimos o complemento deste passeio, com a (re)descoberta das expressões da cultura popular portuguesa.

Por António Vale



Realização: 3 de Dezembro
Inscrição até: 28 de Novembro
Ponto de encontro: Museu de Marinha
Hora: 10.00h
Valor: 11 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 8 euros
Inscrição inclui: entrada nos Museus de Marinha e de Arte Popular, acompanhamento da visita pelo Prof. Miguel Soromenho
Recomendações: inscrições limitadas por ordem de entrada na Secretaria.
 Grupo máximo de 25 pessoas
Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt
Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

OPORTUNIDADE

7 NOITES
DESDE **133€**



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

Consulte as nossas ofertas nas páginas 52 a 54
Para mais informação contacte o Grupo Desportivo www.gdbpi.pt

Vice-campeões no andebol

Se gosta do andebol e quer fazer parte desta equipa, contacte o Grupo Desportivo, porque em breve vão começar os treinos...



A final da Taça de Lisboa do Campeonato de Andebol do Inatel contou com a presença da equipa do Grupo Desportivo do BPI, que teve como adversária a excelente equipa do Grupo Desportivo da AXA.

Foi uma final que vai ficar na memória de todos os participantes, pelo facto de ter sido um jogo bastante disputado, numa or-

ganização impecável por parte da Fundação Inatel, que contribuiu para que todos os jogadores se tenham comportado com a dignidade que o jogo merecia.

Antes de chegarem a esta final, as equipas tiveram de ganhar as suas séries: a do Grupo Desportivo, com um percurso impressionante de nove vitórias e um empate

frente à equipa do Metropolitano, donde se salientam ainda os jogos perante a equipa do Banco de Portugal; na outra série, a da AXA, com nove vitórias e uma derrota.

Na final, a equipa da AXA chegou à vitória sobre a equipa do BPI, por 22-16, resultado justo num excelente jogo. Apesar de termos feito várias alterações na equipa, o adversário respondeu sempre e nunca nos permitiu ultrapassá-lo no marcador.

No final do jogo, a nossa equipa recebeu vários elogios e incentivos que nos ajudam a continuar e a tentar fazer melhor, sempre com o espírito de que cada jogador se sinta bem a praticar a sua modalidade de eleição.

Por Luís Ângelo

Atletismo em pista ao ar livre

O Grupo Desportivo subiu ao pódio, e ainda com recordes pessoais.

Contando com uma presença-recorde de atletas, realizou-se na pista internacional do Luso o Campeonato Nacional de Atletismo destinado a *masters*, sob a égide da Federação Portuguesa de Atletismo. Este foi um ano de transição, uma vez que, de acordo com as regras para os

atletas *masters*, estes mudam de escalão a cada cinco anos. Verificou-se assim a entrada de atletas mais jovens, oriundos de escalões mais novos, e ficaram na calha para passagem ao escalão seguinte os atletas que estão no último ano do seu escalão.

Decorrente desta situação, no escalão em que o Grupo Desportivo tem sido representado, entrou sangue novo, fazendo vingar essa juventude sobre quem tem quase mais cinco anos de idade – o que, a partir de certa altura, como se sabe faz muita diferença!

Mesmo assim, o Grupo Desportivo subiu

ao pódio e ainda com recordes pessoais. E contra factos – que neste caso são os tempos conseguidos – não vale a pena apresentar qualquer outro argumento.

Aguardemos pela próxima época, em que a mudança de escalão poderá dar novas oportunidades de conquista de mais títulos a quem com todo o gosto e orgulho enverga a camisola do Grupo Desportivo nas pistas de atletismo.

Para memória futura, os resultados conseguidos foram 2 medalhas de bronze, conquistadas nas distâncias de 100 e 400 metros.

Por Carlos Ferreira





Todos diferentes, todos iguais!

Provas de orientação promovem a integração de quem tem menor mobilidade natural.

Maio foi um mês muito produtivo para as provas de orientação pedestre, ao realizarem-se, em dois fins-de-semana, quatro provas em diferentes parques das cidades do Porto, de Gaia e de Matosinhos.

Ao convite feito pelo Grupo Desportivo responderam alguns sócios mais abertos a novos desafios. Talvez, pelas suas dimensão e localização, o parque da cidade do Porto foi o que teve mais presenças.

Os iniciados neste desporto contaram

com monitores, fundamentais para que o que parecia à partida complexo e exigente, física e intelectualmente, se tornasse num prazer extraordinário.

Percorrer os caminhos e os recantos, contornar obstáculos naturais, como lagos, muros e zonas arborizadas, saber ler um mapa e encontrar os pontos indicados, foi uma experiência que, segundo se ouvia, ninguém iria esquecer tão cedo. E a vontade e o desejo de repetir... era comum a todos.

As provas destinavam-se aos que, por

diferentes razões, não dispõem da mobilidade natural que a maioria tem; alguns, inclusive em cadeiras de rodas e ajudados por voluntários, mostravam-se empenhados em realizar as suas provas, com uma satisfação flagrante.

E no final das provas a curiosidade era grande em perceber como é que estes atletas realizam os seus percursos e que objectivos têm de atingir.

As fotos foram gentilmente cedidas por Luzir – www.freestyle-spirit.com.

Por Carlos Ferreira

Final de Basquetebol do Inatel

Uma participação muito positiva. Vem ajudar-nos a ser uma equipa melhor, “a melhor”.



Terminou mais um campeonato de basquetebol do Inatel, com a equipa do Grupo Desportivo a classificar-se num honroso 2.º lugar, na série A2.

A participação da equipa do Grupo Desportivo do BPI foi muito positiva, com 13 vitórias e apenas 3 derrotas nos 16 jogos disputados. Infelizmente estas 3 derrotas arredaram-nos da disputa das fases finais – distrital e nacional.

Só o vencedor de cada série é que passa à fase final, e, à semelhança do que aconteceu no ano passado, onde também averbámos 3 derrotas, ficámos afastados de outras lutas.

Os nossos parabéns às equipas vencedoras das séries A1 e A2 – Fidelidade e Caixa Geral de Depósitos, respectivamente. É recorrente, e não podemos deixar de o referir, que são as melhores equipas do

campeonato, são as que jogam melhor, que marcam mais pontos, as que treinam mais e as que têm uma estrutura mais forte.

Por sua vez, a equipa do Grupo Desportivo é composta por colaboradores do Banco BPI e familiares, mas conta igualmente com um grupo de amigos que gosta de praticar a modalidade.

Todos somos voluntários e jogamos por gosto, todos temos vida privada, os nossos compromissos e responsabilidades; no entanto, todos gostamos de jogar basquetebol, e se não conseguimos melhores resultados não é por falta de vontade, mas temos de admitir que há pelo menos duas equipas melhores.

Vem ajudar-nos a ser uma equipa melhor, “a melhor”. Participa no basquetebol do Grupo Desportivo.

Por Jorge Silva

Basquetebol no Porto

Vamos participar no Campeonato do Inatel pelo segundo ano consecutivo.



Em ano de estreia as coisas correram bem. Apenas as lesões iam dando cabo da equipa, mas felizmente tivemos sempre o número mínimo de atletas.

Para a época de 2011/2012 queremos mais, e para já estão reunidas as condições para que possamos treinar. Temos 2 horas no pavilhão do Colégio CLIP – não chega, mas pode ser que seja um incentivo para que apareçam mais jogadores.

Assim, se estás interessado em jogar basquetebol e representar o Grupo Desportivo, contacta o Grupo no Porto. Não tenhas medo: vais ver que não dói, vem jogar e divertir-te. Estamos à tua espera. O nosso muito obrigado àqueles que jogaram na época passada. Esperamos que continuem.

Por Manuel Pombo

Campeões... Campeões

Nós somos campeões.

Foi desta forma que a equipa de *bowling*, que estava a defender as cores do Grupo Desportivo BPI, festejou a conquista do título no interbancário do SBSI 2011. Aconteceu no Bowling da Praia da Ro-

cha e representou uma grande vitória, já que nos últimos anos não tem sido possível bater os jogadores da equipa do Banco de Portugal.

Neste ano, devido a excelentes prestações individuais, a equipa do Grupo Desportivo – composta por João Paulo, Briano Sousa, Jorge Teixeira e Rui Duque – conseguiu finalmente trazer o caneco mais desejado para a sala de troféus da Praça do Município.

Também no nível individual tivemos razões para festejar, já que Jorge Teixeira, com uma jornada simplesmente brilhante, conseguiu o título de vice-campeão. Na final nacional deste interbancário, que se irá disputar em Ovar, a estes 4 atletas juntar-se-ão mais alguns da zona Norte do País.

Por Rui Duque



Bowling – 24 horas

Será possível? Claro que sim!

Desta vez resolvemos lançar um desafio a todos os nossos associados:

- Àqueles que jogam *bowling* há bué de tempo;
- Àqueles que nunca jogaram, mas até gostavam de experimentar;
- Àqueles que são bons jogadores;
- Àqueles que são mesmo os melhores (mas só na rua deles);
- Àqueles que tentaram uma vez e desistiram porque acham que não têm jeitinho nenhum;
- Àqueles que já ouviram o senhor Manuel do talho dizer que aquilo é engraçado;

– Àqueles que nunca ouviram falar, mas que, com esta notícia, até ficaram curiosos.

E qual é, afinal, o desafio?

Não interessa fazer muito ou pouco, não interessa fazer *strike* ou mandar para a calha.

O que interessa é estarem lá ½ hora, 2 horas, ou aquilo que entenderem, mandarem umas bolas e saírem de lá bem-dispostos.

Decida a hora em que quer participar (às 3 da tarde, depois do almocinho; às 4 da manhã, depois de vir do Bairro Alto; ou às 6 depois, de vir da 24 Julho).

Preencha a ficha de inscrição e escreva essa hora. Está à espera de quê?

Por Rui Duque



Realização: entre 3 e 4 de Setembro

Inscrição até: 20 de Agosto

Ponto de encontro: Bowling da Beloura

Hora: das 11 do dia 3 às 11 do dia 4

Valor: grátis

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

zero de zerinhos, de nada, de borlix, de rien, de completamente à pala

Inscrição inclui: as pistas, os sapatos e as bolas

Inscrição não inclui: os sapatos e as bolas próprias

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

Descubra a Lisboa antiga, à noite

Realização: 1 de Outubro

Inscrição até: 26 de Setembro

Ponto de encontro: Lisboa – Praça do Comércio

Hora: 21.00h

Valor: 2 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

1 euro

Inscrição inclui: seguro desportivo

Para acabar o Verão em forma, o Grupo Desportivo propõe-lhe agora voltar a (re) conhecer Lisboa antiga, em 2 rodas e lanterna no capacete!

Claro que, a não ser que tenham mineiros na família, não vão conseguir levar um ca-

pacete com luz, mas garantimos que não será preciso, a não ser que insista muito!

Este passeio visa conhecer alguns dos bairros históricos de Lisboa num percurso de 20 quilómetros entre a Graça e o Castelo, passando por Alfama, Mouraria e Bairro Alto.

A partida será da Praça de D. José I, bem conhecida por Praça do Comércio. Sabia? Se não sabia, venha connosco! Se sabia, venha na mesma.

Por Pedro Ferreira

Recomendações: levar bicicleta do tipo BTT, colecte reflector, capacete, roupa e calçado desportivo e adequado à acção, e cantil com água. Acção recomendada para maiores de 18 anos. Sujeito a cancelamento caso não se verifiquem as condições climáticas ideais.

Dificuldade técnica: média. **Dificuldade física:** média. **Duração prevista:** 3 horas.

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo



BTT com mais projecção

Três eventos passados, e mais dois a caminho! O BTT é uma actividade de ar livre, forma física e muita adrenalina.

Recentemente, o BTT tem tido agenda cheia, com passeios mais ou menos intensos, entre as arribas da Costa da Caparica, os trilhos da serra da Arrábida e os percursos sinuosos de Monsanto.

Estamos neste momento em vias de or-

ganizar o 1.º Passeio de Pais e Filhos, que terá novas edições futuras, caso se justifique.

O Grupo Desportivo convida todos os entusiastas desta modalidade a participar nas suas actividades, que incluem ainda o seguinte calendário:

6.ª Maratona de Óbidos, no dia 18 de Setembro

O percurso decorrerá por trilhos, caminhos rurais e estradas do concelho de Óbidos, com a extensão de 80 km de *raid*, ou 40 km de *mini-raid*. O Grupo Desportivo compartilhará parte da inscrição nesta prova, no sentido de levar a maior equipa de BTT do Grupo Desportivo a uma das provas mais emblemáticas a nível nacional.

Descubra a Lisboa antiga, em duas rodas

Este passeio vai transformar todos os ciclistas em atletas nocturnos, e no meio da “selva urbana” faremos um passeio que passará pelos bairros históricos de Lisboa. Mais informação na notícia inserida nesta edição do *Associativo*.

Por Pedro Ferreira



Transmixões

Como adepto deste conceito de BTT, guiado por GPS, só posso ficar supersatisfeito.

Em primeiro lugar, eu sou suspeito no que digo, pois sou da zona e conheço a maioria dos trilhos.

Penso que já era claro que este evento se pautaria pela dureza! Sim, é duro. Sim, provoca dores. Sim, desanima os menos prevenidos. Mas a BTT que eu conheço – e de que tanto gosto – tem tanto de prazer como o de que acabei de falar.

As palavras de críticas sobre silvas, mato, picos, blá-blá, parecem ser de malta que nunca tentou organizar trilhos para outros desfrutarem.

Eu já conhecia os *singles*, e aposto com quem quiser que há 2 semanas atrás passavam lá tranquilamente. O tempo tem estado muito quente e com chuvas frequentes, o que provoca um acelerado crescimento da vegetação!

Tal como em tudo na vida, espero que quem critica (e quem mais o quiser fazer) se chegue à frente para no próximo ano ajudar a fazer melhor. Pessoalmente não tive a oportunidade de ajudar como devia, mas a organização sabe que pode contar comigo para o que precisar.



Não é fácil, mas é algo que vai ficar muito tempo na nossa memória.

Quero deixar os meus parabéns a todos os que descobriram ou reencontraram a duríssima subida a Mixções.

Por António Volante

Final em Azambuja

Neste ano tudo mudou: árbitros diferentes, quatro equipas muito competitivas, não tendo os campeões dado hipóteses a ninguém.



O torneio interno de futsal do Grupo Desportivo chegou à jornada final, onde se apuraram os lugares do pódio.

Foi numa jornada de salutar convívio que as duas melhores equipas do torneio disputaram o título, que é o que fica para a

história, porque os que jogam há alguns anos não se lembram só de quem eram os campeões, também se lembram de que o árbitro que apitava os jogos todos não gostava deste ou daquele e gostava do outro.

Neste ano tudo mudou: árbitros diferentes, quatro equipas muito competitivas, não tendo os campeões dado hipóteses a ninguém.

Parabéns aos DNCenas, pela competitividade, pelo melhor marcador, pelo melhor guarda-redes e pela disciplina, o que só veio demonstrar que se pode jogar bem, ganhar e não ser indisciplinado. Também uma palavra para os Micro Lx, que se bateram com determinação.

O bronze foi para os TAEG's em jogo com muita emoção, mas em que o factor atlético desequilibrou.

Depois dos jogos, a Adega do Avô foi o local eleito para o merecido repasto – com gastronomia séria e vinhos da região – e a entrega de prémios, não sem antes termos ouvido o discurso do Presidente, que enalteceu a forma como o torneio decorreu.

O que mais se ouviu na sala foi: quando é que começa o novo torneio, porque nós queremos é jogar?

Viva o Grupo Desportivo.

Por Rui Simplício

Futsal AFP

A época que findou pode não ter sido brilhante, mas deu para nos mantermos na 1.ª Divisão.

Como devem saber, acabámos no 14.º lugar, mesmo acima dos lugares que davam direito à despromoção. Foi difícil, mas conseguimos com o empenho dos que se mantiveram até ao fim. Éramos poucos, mas bons.

Para a próxima época penso que o Grupo Desportivo pretende ter uma equipa mais competitiva. Será difícil, dado que dois históricos vão abandonar: o capitão Pedro e o Canavarro. A idade e os compromissos familiares foram os motivos

invocados. É pena. São grandes jogadores e estiveram sempre com o Grupo Desportivo.

Não sabemos se vamos ter jogadores para a equipa, pelo que aqui fica o apelo aos associados e aos familiares que se sintam com força e habilidade para que se juntem a nós. Uma das condições, a mais importante, para que a equipa continue é que os jogadores façam parte do universo BPI, pelo que sem eles não é possível a manutenção da equipa.



Os treinos começam em Setembro, pelo que, se estiver interessado, contacte o Grupo Desportivo ou o treinador António Simões.

Por Gonçalo Cardoso

Final espectacular

O torneio acabou na Universidade de Braga, com um grande jogo.

O resultado final de 3 a 1 favorável aos homens do Porto não mostra a dificuldade que tiveram para ganhar o encontro. Claro que o resultado final foi estabelecido no prolongamento: quando o melhor em campo foi o guarda-redes da rapaziada do Porto, está tudo dito.

O jogo começou com os de Braga a defender e em rápidos contra-ataques a causar muito perigo, mas o guarda-redes ia defendendo tudo, mesmo o que parecia impossível. Aos poucos o jogo tornou-se equilibrado, e a equipa do Porto conseguiu um golo através do Patusco – remate pelo buraco da agulha. Assim acabou a 1.ª parte, com as melhores oportunidades a pertencer aos bracarenses.

A 2.ª parte iniciou-se com oportunidades para ambas as equipas, até que o célebre treinador Justino pôs em campo o guarda-redes avançado, e no primeiro lance, Ricardo, da equipa do Porto, marcou na própria baliza e lá acabou o jogo com um empate.

Seguiram-se 10 minutos de prolongamen-

to em que os homens do Porto acabaram por ser mais felizes e conseguiram 2 golos, o que lhes valeu erguer o almejado troféu.

Foi uma final e peras, com um jogo muito bem disputado e sempre dentro das regras do fair-play. Por fim, uma referência para o lauto almoço, onde todos confraternizaram.

Parabéns a todos.

Por Braga Moutinho



Equipa do BPI dominou

O parque da cidade esteve ao rubro com a final e os carros do WTCC.

Foi pena! A equipa do Grupo Desportivo BPI teve as melhores oportunidades, mas não conseguiu o seu 3.º título. Em quatro finais disputadas ganhámos duas.

O jogo teve como melhor elemento em campo o guarda-redes da equipa adversária: João Picarote, que defendeu tudo. Deixamos uma palavra de apreço para este nosso amigo, excelente adversário.

O jogo em si foi muito bem disputado, e as duas equipas fizeram tudo para ganhar. Os parabéns à equipa da Belamar

e ao seu treinador, Pedro Fernandes.

Ficámos desiludidos com o resultado, mas não com a exibição. Parecia difi-

cil no princípio do torneio, mas jogámos taco a taco e nunca tivemos medo. Até parecia que nós é que jogávamos em divisões superiores.

Para o ano, se o nosso *mister* quiser, lá estaremos para tentar conquistar mais um torneio.

Parabéns a todos, e boas férias.

Por João Serpa



Venha aprender minigolfe

No sentido de dar a conhecer a modalidade aos sócios, o Grupo Desportivo vai organizar um *clinic* no Clube Portuense e convida todos os interessados a participar.



Conhece o Clube Portuense de Desporto na Rua de Antero de Quental, no Porto? Eu também não conhecia, e fiquei a saber que é um dos poucos locais onde se pode aprender a jogar o minigolfe.

Fiquei ainda a saber que participa regularmente no respectivo campeonato nacional (também nem sabia que havia campeonato) e que alguns dos seus praticantes já foram campeões. Como dizia o outro, «estamos sempre a aprender». Assim, estabelecemos um acordo de cooperação com o Clube Portuense, pelo que os associados do Grupo Desportivo podem aí praticar a modalidade a preços bastante reduzidos.

No sentido de dar a conhecer a modalidade aos sócios, o Grupo Desportivo vai organizar um *clinic* no Clube Portuense e convida todos os interessados a participar.

Por Augusto Malheiro

Realização: 24 de Setembro
Inscrição até: 22 de Setembro
Ponto de encontro: R. de Antero de Quental, 541 – Porto
Hora: a partir das 10 horas
Valor: 5,00 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 2,50 euros
Recomendações: boa-disposição.
 Crianças até 16 anos: grátis
Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt
Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

24 horas de Batalha

Fim-de-semana com muita adrenalina e emoções fortes foi o prato principal das 24 horas de Karting da Batalha.

A expectativa da equipa do Grupo Desportivo era elevada dada a qualidade dos pilotos que a integravam, e para mim –



como estreante em provas de 24 horas – a responsabilidade era ainda maior.

Na sexta-feira os treinos livres deixaram logo boas indicações, e nos treinos cronometrados de sábado a equipa do Grupo Desportivo manteve a estabilidade e a competitividade, conseguindo o 7.º posto na grelha de partida.

13.00h em ponto: o sol ia já bem alto, e a temperatura em pista era cada vez maior, o que fazia antever um início de corrida exigente para pilotos e máquinas.

Para princípio de corrida, pior era impossível: desde um pneu furado até à

careragem partida, os azares fizeram-nos cair para o último lugar. Ao longo da prova ainda houve tempo para um cabo de acelerador partido.

Ao longo do dia fomos recuperando posições, e a meio da prova já tínhamos recuperado 10 lugares, fruto de uma condução eficaz e calculista de todos os pilotos, para os quais a noite foi bastante exigente, pois o cansaço acumulado e os poucos minutos de sono (a tempos) iam deixando a sua marca: «... Elas não matam, mas moem...»

No final, um 16.º lugar que sabe a pouco pelo conjunto de pilotos que compunham a equipa do Grupo Desportivo, e o sentimento de que com mais umas (poucas) horas de prova o resultado podia ser bem melhor. Fica para a próxima.

Por Pedro Costa



Pára-quadismo teve 4200 metros de “atitude”! O pára-quadismo demora cerca de 7 minutos a descer; antes disso são 50 segundos de queda livre.

Pelos ares de Évora

É de manhã que se faz o mais importante do dia... Para algumas pessoas é dormir; para outras, fazer exercício físico, e para outras ainda, fazer saltos a 4200 metros de altitude! Com atitude!

O pára-quadismo demora cerca de 7 minutos a descer; antes disso são 50 segundos de queda livre, talvez a sensação mais próxima com a de ser um super-herói...

Às 10.00h no hangar Skydive do Aeródromo de Évora, 6 caloiros esperavam a sua vez de saltar. A boa-disposição, a ansiedade e o nervoso miudinho reinavam.

O Sérgio foi o primeiro a saltar e abriu muito bem as hostilidades, com um salto em que houve tempo para piruetas e outras acrobacias.

Seguiram-se a Paula e o Filipe. A Paula

gritava tanto, que se ouvia lá em baixo. Felizmente eram gritos que contagiaram toda a gente!

A Cristina e o Hélder... – ela, aniversariante, merecia um salto com mortais e flique-flaques, piruetas e cambalhotas! Teve isso tudo e algumas tonturas quando chegou ao chão!

Por último, o Michel que deu o seu salto de *T-shirt*. Não sentiu frio, mas sensações de euforia e adrenalina que qualquer salto promete.

No fim, um almoço no Moinho do Cu Torto, um moinho antigo convertido num excelente restaurante alentejano, tapou-nos o buraco deixado por uma manhã de saltos!

Para o ano há mais.

Até lá.

Por Pedro Ferreira

Assim vai a pesca desportiva

Surfcasting

Já se concluíram todos os campeonatos, nomeadamente o interno BPI, o interbancário regional e a final nacional.

O grande destaque vai para a vitória do Manuel Ranhola no campeonato regional e para a boa actuação do João Santos na final nacional, classificando-se em 2.º lugar na sua zona, e exibindo o maior exemplar da prova.

No interno BPI a vitória coube ao Duarte.

Mar

No interno de mar, o Artur Silva comanda a classificação e apresenta-se como o principal candidato à vitória.

Realizou-se também a fase regional do in-

terbancário, tendo a nossa equipa terminado em 5.º lugar e apurado quatro pescadores para a final nacional: Artur Silva, Carlos Brandão, José Duarte e David Franco.

Rio

O interno de rio teve o seu desfecho na barragem do Maranhão. O Custódio, o Duarte e o Rui apresentam-se com grande vantagem sobre os demais pescadores, pelo que a vitória no campeonato não deverá escapar a um deles.

No interbancário de rio realizou-se a última prova na pista do Cabeção. Com diversos pescadores do Grupo Desportivo bem classificados, vários foram os que carimbaram a passagem à final, a disputar em



Chaves, no mês de Setembro.

Foi e está a ser mais um ano de muita acção, com o desporto e o convívio sempre de mãos dadas. Muitas alegrias e também algumas desilusões, e a certeza de que na próxima época cá estaremos novamente.

Por José Duarte



Quem pesca por gosto não cansa

Mais um ano de esperança.

A sobrevivência da pesca artesanal nos dias de hoje é muito difícil. A degradação do meio ambiente é um inimigo mortal das pessoas que dependem directamente da natureza para sobreviver.

Para quê esta introdução? Porque nos compete também a nós, pescadores, zelar pelo meio ambiente.

A época começou em Fevereiro nas competições de rio e mar do Sindicato

dos Bancários das zonas Norte e Centro. Lembro que o campeão nacional é da zona Centro. Quem ainda se lembra do seu nome? Tirando os pescadores, não sei quantos o conhecem. Assim, e com a devida autorização, lanço um desafio. Os primeiros 10 associados que enviarem um *e-mail* ao Presidente da Direcção Nacional com o nome do pescador campeão nacional terão direito a um chapéu do Grupo Desportivo.

Também já começaram as provas internas de rio e mar, que mais uma vez contam com a participação dos colegas da zona Centro.

Atenção: é com a presença de todos, independentemente das classificações, que é possível o Grupo Desportivo estar representado.

Fico à espera de que tenham entendido a mensagem e a pratiquem.

Por Francisco Ribeiro

Ana, medalha de ouro no ténis

Campeã de singulares na região Sul e Ilhas, e campeã nacional de pares.



Foi na bela cidade de Lagos que decorreu mais uma final de ténis do interbancário do SBSI. Neste ano estivemos presentes apenas nos Quadros de Senhoras e de Veteranos +60, mas ainda assim conseguimos revalidar o título de campeã de senhoras, Sul e Ilhas, tendo a Ana Catarina Silva ganho categoricamente no seu escalão, mais uma vez. O Eduardo Lopes não foi além das meias-finais, mas não deixa de merecer os nossos parabéns por ter garantido uma presença na final de Lagos.

Na final do nacional, que decorreu em Coimbra, a Ana Catarina Silva não foi além de finalista no seu escalão em singulares e foi em pares-senhoras que conseguiu o título de campeã, trazendo desta forma mais um troféu e colocando assim o seu nome na galeria dos campeões.

Por Luís Remédio

Um campeão com muito sumo...

O melhor Open das Laranjas de sempre.



Um quadro bem mais forte do que em anos anteriores foi o grande destaque deste ano, o que satisfaz a audiência que ali se deslocou. Contámos ainda com a presença de um atleta do Norte, mais precisamente de Castro de Aire, sendo visível que este torneio, cada vez mais, vai além das sete colinas de Lisboa.

Tivemos também uma final diferente, que opôs Rodrigo Leite a Eduardo Lopes, que mostrou ao longo do torneio que a idade ainda é um posto. No entanto, o Eduardo não resistiu ao desgaste, ao calor abrasador que se fazia sentir e a um adversário motivado e tecnicamente bastante acima da média.

O Rodrigo foi, afinal, um justo vencedor deste torneio.

Em suma, foi o melhor Open das Laranjas de sempre. Para o ano cá estaremos para mais uma realização deste evento, que vai fazendo história no Grupo Desportivo como uma modalidade *premium*.

Por Luís Remédio



Ténis de mesa de volta

A meia-final foi o jogo mais disputado de todo o torneio e pôs o Carlos Gomes e o Rogério Dias a suar por um lugar na final.

Os torneios internos de ténis de mesa voltaram em força após uma ausência devida a lesão do grande impulsionador desta modalidade no Grupo Desportivo, o Carlos Galvão.

O regresso foi entusiástico, e 30 atletas e praticantes responderam à chamada.

Os melhores não faltaram, como é habitual. Caras novas, algumas, e com bastante espírito para engrossar as fileiras da equipa do Grupo Desportivo no Inatel.

O Alexandre Silva e o Pedro Castro são bem-vindos!

A meia-final foi o jogo mais disputado de todo o torneio e pôs o Carlos Gomes e o Rogério Dias a suar por um lugar na final.

O Rogério ganhou 3-1, mas não jogou a final por lesão (na alma...). Assim, o Carlos Galvão renovou o título do ano passado, com uma belíssima refeição no Restaurante Adega do Avô, perto do Cartaxo, onde foi feita a entrega de prémios, e o convívio que, nestes torneios, todos esperam que haja muito!

O terceiro lugar foi ocupado pelo Luís Garcia; o quarto, pelo Carlos Gomes, seguindo-se o Luís Cortes.

Em Novembro teremos outro torneio. Estejam atentos às datas.

Por Pedro Ferreira



Tiro ao alvo

Pensamos haver espaço para dar continuidade ao desenvolvimento da modalidade, pelo que convidamos à participação todos os associados interessados.

O Campeonato Nacional de Tiro ao Alvo – 10 metros, realizou-se no pavilhão da Fundação Inatel na Guarda.

A prova teve a participação de 89 atletas individuais e 14 colectivos na disciplina de Cano Articulado Carabina de Recreio (CACR), 33 atletas individuais e 6 colectivos na disciplina de Carabina de Ar Comprimido de Precisão (CACP), e 10 atletas individuais na disciplina de Pistoleta de Ar Comprimido (PAC).

Para a presença nesta final foram necessárias pontuações mínimas de admissão

em provas realizadas por todo o país, tendo o Grupo Desportivo sido representado na final do Campeonato Nacional por três atletas, sendo de realçar o 1.º lugar obtido pela atleta campeóníssima Sofia Pereira Santos na modalidade CACP, para além do saudável convívio que a deslocação à cidade da Guarda proporcionou.

Dignificámos o Grupo Desportivo nesta modalidade e demos continuidade à presença assídua que estes e outros atiradores tiveram no Campeonato de

Regularidade do INATEL, onde a Sofia também se sagrou campeã.

Pensamos haver espaço para dar continuidade ao desenvolvimento da modalidade, pelo que convidamos à participação todos os associados interessados.

Treinamos com regularidade no Campo de Tiro do Jamor (Lisboa) e temos monitorização de mestre atirador.

Venham experimentar, sem compromisso.

Por Paulo Braz



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



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

Consulte as nossas ofertas nas páginas 52 a 54
Para mais informação contacte o Grupo Desportivo www.gdbpi.pt

Calendário de Viagens 2011

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

➤ **EL EXPRESO DE LA ROBLA**
15 a 19 de Setembro



➤ **CONVÍVIO DE REFORMADOS EM PARIS**
1 a 4 de Outubro



➤ **INDONÉSIA**
2 a 15 de Outubro



➤ **NOVA IORQUE**
5 a 8 de Outubro



➤ **CHILE E ARGENTINA**
31 de Outubro a 13 de Novembro



➤ **COSTA OESTE DOS ESTADOS UNIDOS**
1 a 10 de Novembro



VIAGENS PASSADAS

➤ **SIERRA NEVADA**
31 de Março a 3 de Abril



➤ **MARROCOS**
30 de Abril a 7 de Maio



➤ **ISRAEL**
14 a 22 de Maio



➤ **SUL DE ESPANHA**
29 de Maio a 3 de Junho



➤ **USBEQUISTÃO**
4 a 11 de Junho



➤ **ESPECIAL BUDAPESTE**
10 a 13 de Junho



➤ **ENCONTRO DE REFORMADOS EM BARCELONA**
11 a 14 de Junho



➤ **NORUEGA E SUÉCIA**
17 a 25 de Junho



➤ **ISLÂNDIA**
18 a 25 de Junho



➤ **MOSCOVO E O ANEL DE OURO**
20 a 25 de Junho



➤ **GRANDE TOUR DA ESCÓCIA**
4 a 11 de Julho



➤ **ITÁLIA FANTÁSTICA**
16 a 23 de Julho





El Expreso de La Robla

5 dias, 4 noites

15 de Setembro – Porto / León

14.30h – Embarque no Porto (estação dos Correios/Praça General Humberto Delgado).

Transfer para autocarro.

Viagem até Espanha.

18.40h – Embarque em Guillarei, no Tren Hotel.

Jantar a bordo do comboio.

00.09h – Chegada à Estação de León
Alojamento em León, no Hotel Chess Quindós, ou similar.

16 de Setembro – León / Gijón / Ribadeo

10.24h – Embarque na Estação de León

12.50h – Chegada à Estação de Gijón.

Almoço nesta cidade.

16.00h – Embarque na Estação de Gijón no *Expreso de La Robla*.

Viagem até Ribadeo. Apreciaremos a belíssima costa cantábrica. Jantar num famoso parador. Dormida a bordo do comboio, estacionado na Estação de Ribadeo.

17 de Setembro – Ribadeo / Viveiro / Ortigueira

Visita a Viveiro, preciosa cidade fortificada com vistas excepcionais do monte de San Pelayo. Ao chegar a Ortigueira, embarque em autocarro que nos conduzirá até Cariño, para almoço. Viajaremos depois até ao cabo Ortegá, com os impressionantes panoramas da

parte mais setentrional da Espanha – é algo único. Seguiremos até ao Santuário de Santo André de Teixido, e dali até Cedeira, para voltarmos a Ortigueira, onde decorrerão o jantar e a dormida.

18 de Setembro – Ortigueira / Santiago de Compostela / Corunha / Ferrol

Saída de autocarro para Santiago de Compostela. Visita ao centro antigo e, naturalmente, à catedral. Seguiremos para a Corunha. Almoço. A seguir veremos a Torre de Hércules, um passeio marítimo e a Praça de Maria Pita. Pela tarde chegaremos a Ferrol para jantar. Dormida a bordo do comboio.

19 de Setembro – Ferrol / Corunha / Vigo / Porto

10.55h – Embarque na Estação de Ferrol

12.12h – Chegada à Estação de Corunha.

Almoço nesta cidade.

17.00 – Embarque na Estação de Corunha.

18.55h – Chegada à Estação de Vigo.

19.42h – Embarque na Estação de Vigo.

21.55h – Chegada à Estação de Porto-Campanhã.

Realização: 15 de Setembro

Inscrição até: 19 de Agosto

Ponto de encontro: estação dos Correios / Praça General Humberto Delgado

Hora: 14.00h

El Expreso de La Robla é um comboio marcado pelo estilo e pela classe de antigamente, composto por três vagões-salão e quatro vagões-cama; um comboio que não dispensa as comodidades luxuosas de qualquer hotel de cinco estrelas; um verdadeiro navio de cruzeiro sobre carris, permitindo, a um ritmo cadenciado, tranquilo e nostálgico, o desfrute e o prazer de viajar e contemplar, a partir das suas enormes janelas, das grandes e belas paisagens que por ele passam.

Por Virgílio Guimarães

Valor: 886 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

850 euros

Suplemento de quarto individual:

235 euros

Inscrição inclui: pensão completa, excepto almoço do 1.º dia e jantar do 5.º dia, e ainda tudo o que consta do programa

Inscrição não inclui: tudo o que não está referido no programa

O pagamento poderá ser efectuado

em até: (14) catorze prestações, com início em Janeiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro
Recomendações: as inscrições são limitadas, mas a viagem só se realiza se tiver um número mínimo de 25 participantes

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:

José Gomes Ferreira

Convívio de reformados em Paris

1 de Outubro – Porto / Paris

Formalidades de embarque e partida com destino a Paris. *Transfer* para o hotel para *check-in*. Almoço em restaurante local e início da visita panorâmica com guia: Praça da Concórdia, Ópera, Campos Elísios, Arco do Triunfo, bairros Latino e de St. Germain, etc. Jantar no hotel e partida para a visita Paris Iluminada; regresso e alojamento.

2 de Outubro – Paris

Partida para uma excursão ao Palácio de Versalhes e aos seus fabulosos jardins. Almoço em restaurante local e subida à Torre Eiffel (2.º andar). Passeio a pé em Montmartre, o bairro boémio dos pintores, com o Sacré Coeur; a seguir, um passeio de barco pelo Sena. Jantar no hotel. Alojamento.

3 de Outubro – Paris

Visita da Saint Chapelle, edificada para albergar as relíquias da Coroa de Espinhos de Jesus Cristo, a Catedral de Notre Damme de Paris, uma construção impressionante que durou mais de 200 anos, e o Bairro Latino.

De 1 a 4 de Outubro. Vamos começar a nova década, na Cidade-Luz.

Almoço em restaurante local. Visita ao Museu do Louvre, um dos maiores do mundo, onde se encontram obras como a Vénus de Milo e a Gioconda, entre outras. Jantar de despedida com bebidas no restaurante Bute en Vigne no Bairro de Montmartre. Alojamento.

4 de Outubro – Paris / Porto

Já com as malas no autocarro e *check-out* do hotel, partida para visita ao Castelo de Fontainebleau, a residência favorita de Napoleão. Usado como residência de caça pelos reis franceses desde o século XII, fica no coração da vasta floresta de Île-de-France. Almoço em restaurante local e *transfer* para o aeroporto. Formalidades de embarque e saída com destino ao Porto. Chegada.

Realização: 1 a 4 de Outubro

Inscrição até: 19 de Agosto

Ponto de encontro: aeroporto do Porto

Hora: 4.55h

Valor: 880 euros

Suplemento de quarto individual: 130 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 100 euros, incluídos
Valor sujeito a alteração



Inscrição inclui: 4 dias e 7 refeições, em hotéis de 3* (bebidas incluídas), e tudo o que consta do programa

O pagamento poderá ser efectuado em até: (14) catorze prestações, com início em Janeiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro

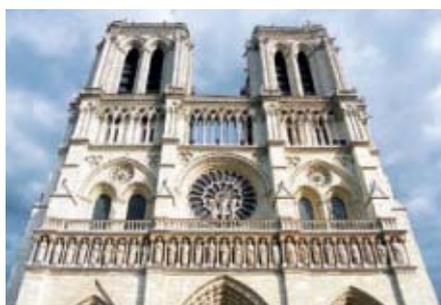
Recomendações: comparência no aeroporto 120 minutos antes do voo, às 4.55h, voo TAP 452 às 6.55h. Regresso no voo TAP 457 às 20.40h, com chegada prevista às 21.45h

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

A organização técnica da viagem

é da responsabilidade de: Viagens Tempo – Operador Turístico, Lda., matriculada na Conservatória do Registo Comercial do Porto com o n.º 51472 e com o alvará n.º 736/94.





Indonésia

De 2 a 15 de Outubro

Por Rui Simplício



2 de Outubro – Lisboa / Jacarta

Formalidades de embarque e partida com destino a Jacarta via uma cidade de ligação. Noite a bordo.

3 de Outubro – Jacarta

Assistência à chegada e transporte ao hotel. Resto do dia livre para descanso. Jantar e alojamento.

4 de Outubro – Jacarta / Yogyakarta

Visita panorâmica da cidade de Jacarta, com realce para a China Town, o porto antigo e ainda os Museus de Fatahillah e o Museu Nacional. Após o almoço, transporte para o aeroporto e partida para Yogyakarta.

Assistência à chegada e transporte para o hotel, jantar e alojamento.

5 de Outubro – Yogyakarta

Saída para o planalto de Dieng, para visitar os templos hindus. Após o almoço, visita ao templo de Borobudur, o maior monumento

budista do mundo e considerado uma das maravilhas do mundo.

É construído em forma de pirâmide composta por terraços quadrados e circulares em 10 níveis e atingindo 42 metros de altura. Jantar e alojamento.

6 de Outubro – Yogyakarta

Visita da cidade, com relevo para o Palácio do Sultão e para o mercado de aves. Após o almoço num restaurante local, visita ao complexo de templos hindus de Prambanan, recentemente reconstruídos e que constituem também uma das principais atracções de Java. Estes templos hindus foram construídos no século IX, durante a dinastia Sanjaya. Trata-se de três templos representando a trindade hindu de Brahma, Vishnu e Shiva. Regresso ao hotel, jantar e alojamento.

7 de Outubro – Yogyakarta / Makassar / Tana Toraja

Em hora a combinar localmente, transporte ao aeroporto e partida para Makassar. Assistência à chegada e partida com destino a Rantepao, para uma viagem de aproximadamente 8 horas através de paisagens magníficas, passando pelas aldeias típicas bugis, caracterizadas pelas suas casas em pole. Almoço em Pare Pare. Chegada a Rantepao ao final da tarde, jantar e alojamento no hotel.

8 de Outubro – Tana Toraja

Dia inteiro de visita, com almoço incluído, a esta fascinante e enigmática região, caracterizada pelos costumes e rituais fúnebres do povo toraja. Serão visitadas as aldeias de Lemo – onde se encontram os túmulos escavados na rocha –, Londa e Kete Kesu, uma das mais antigas



aldeias toraja, também famosa pela sua arte de talha tradicional. Jantar e alojamento.

9 de Outubro – Tana Toraja / Makassar / Bali

Partida logo de manhã para Makassar, com breve paragem para almoço em Pare Pare. Formalidades de embarque e partida para Bali. Assistência à chegada e transporte para o hotel. Jantar e alojamento.

10 de Outubro – Bali

Saída para um *tour* de dia inteiro ao lago Batur, passando por aldeias típicas do interior da ilha, como Batubulan, onde assistiremos a um espectáculo de danças, Celuk, Mas, Goa Gajah. No regresso, visita ao templo de Tampak Siring. Jantar e alojamento.

11 de Outubro – Bali

Saída para um dia de aventura em jipe 4x4 pelo interior da ilha, visitando aldeias, terraços de arroz e floresta tropical. O almoço será servido num típico restaurante de bambu. Regresso ao hotel, jantar e alojamento.

12 de Outubro – Bali

Dia livre para descanso ou actividades

de gosto pessoal, almoço não incluído. Jantar e alojamento.

13 de Outubro – Bali

Dia livre para descanso ou actividades de gosto pessoal, almoço não incluído. Jantar de gala no Royal Palace. Regresso ao hotel e alojamento.

14 de Outubro – Bali / Portugal

Dia livre, almoço não incluído. Em hora a combinar localmente, transporte para aeroporto. Formalidades de embarque e partida de regresso a Portugal via uma cidade de ligação. Noite a bordo.

15 de Outubro – Portugal

Chegada e fim da viagem.

Realização: 2 a 15 de Outubro

Inscrição até: 30 de Agosto

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa

Hora: 90 minutos antes da hora da partida

Valor: 3630 euros

Suplemento de quarto individual: 620 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 360 euros, incluídos

Valor sujeito a alteração

Inscrição inclui: passagem aérea, em classe económica de acordo com o itinerário; transporte do aeroporto ao hotel e vice-versa; alojamento nos hotéis referidos em regime de pequeno-almoço; regime de pensão completa durante o circuito, excepto almoços dos dias 12, 13 e 14 de Outubro, em Bali; visitas mencionadas no itinerário com guias locais em espanhol ou inglês, dependendo da disponibilidade; taxas de aeroporto, segurança e de combustível (valor sujeito a alteração); seguro multiviagens

Inscrição não inclui: extras de carácter pessoal; visitas e quaisquer outros serviços não mencionados; visitas opcionais

O pagamento poderá ser efectuado em até: (14) catorze prestações, com início em Janeiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

A organização técnica da viagem

é da responsabilidade de: Quadrante – Viagens e Turismo, Lda., matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Santa Maria da Feira com o n.º 4419 e com o alvará n.º 791/95.





Nova Iorque

De 5 a 8 de Outubro

Mais vibrante que nunca, esta cidade não pára, continua frenética, a abraçar o mundo, reinventando-se a cada segundo.

Nova Iorque é a mais fascinante de todas as cidades. Porquê?

Caótica, barulhenta e poluída, não tem a imponência aristocrática de Paris; a beleza, a cor e a história de Roma, ou a geografia, o clima tropical e o ritmo descontraído do Rio de Janeiro. Também não tem grandes monumentos, nem edi-

fícios seculares e não é propriamente acolhedora.

No entanto, seduz e vicia os nossos passos, atraindo-nos para o seu interior. Talvez sejam as luzes que ofuscam, a energia eletrizante que se vive nas suas ruas, o desenfreado apelo ao consumo, a rapidez com que tudo se passa, o turbilhão de gente, a sensação de poder, de potência, de que ali tudo pode acontecer. Tentadora, a "maçã" atrai, deixa-nos saboreá-la e depois agarra-nos para sempre. Mas não será esse o mistério e o encanto de uma paixão?

Por Rui Simplício



5 de Outubro – Lisboa / Nova Iorque

Formalidades de embarque. Saída em voo regular com destino a Nova Iorque. Assistência à chegada e transporte privado para o Hotel Edison*** (situado na zona da Broadway, o que o torna um dos mais populares de Nova Iorque). Jantar no Restaurante Virgil's. Alojamento.

6 de Outubro – Nova Iorque

Pequeno-almoço no hotel. Saída para visita da cidade com almoço incluído. Veja tudo de Manhattan, da Uptown à Downtown, passando por Central Park, Catedral de St. John the Divine, Grant's Tomb, milha dos museus, Quinta Avenida, Centro Rockefeller, catedral agora Basílica de São Patrício, Times Square, Madison Square Garden, Greenwich Village, Soho, Little Italy e Battery Park local onde poderá

observar a Estátua da Liberdade, e ainda Ellis Island e a Ponte de Brooklyn.

Almoço em restaurante local. Jantar no Restaurante Hard Rock Café.

Alojamento.

7 de Outubro – Nova Iorque

Pequeno-almoço no hotel. Dia inteiramente livre para actividades de carácter pessoal. Jantar no Restaurante Carmine's. Alojamento.

8 de Outubro – Nova Iorque / Lisboa

Pequeno-almoço no hotel. Manhã livre para actividades de carácter pessoal. Em hora a indicar localmente, transporte para o aeroporto. Formalidades de embarque e partida em voo regular com destino a Lisboa.

Realização: 5 a 8 de Outubro

Inscrição até: 30 de Agosto

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa

Hora: 120 minutos antes da hora da partida

Valor: 1420 euros

Suplemento de quarto individual: 330 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 323,96 euros, incluídos.

Valor sujeito a alteração

Inscrição inclui: voos com a TAP, Lisboa/Nova Iorque/Lisboa;

23 kg de bagagem; alojamento em Nova Iorque no Edison Hotel 3***;

bagageiros no hotel à chegada e à partida; visitas conforme programa

com guia em português; refeições conforme programa; *transfers*

privados aeroporto/hotel/aeroporto; seguro de viagem; taxas de aeroporto,

segurança e combustível (valor sujeito a alteração); acompanhamento por um

representante da Travel Quality durante toda a viagem

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal, como telefonemas,

lavandaria, etc.; bebidas às refeições; outros serviços não mencionados

ou que constem como facultativos

O pagamento poderá ser efectuado

em até: (14) catorze prestações, com início em Janeiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro

Ficha de inscrição: disponível

em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

A organização técnica da viagem

é da responsabilidade de: TQ – Travel Quality,

Agência de Viagens Lda., com sede na Rua

do Salitre, n.º 135, Lisboa, contribuinte

fiscal n.º 501 313 915, matriculada

na Conservatória do Registo Comercial

de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com

o alvará n.º 388/82.



De 31 de Outubro
a 13 de Novembro

Chile e Argentina

31 de Outubro – Lisboa ou Porto / / Madrid / Santiago do Chile

Comparência em hora a indicar no aeroporto respectivo, formalidades de embarque e partida para Santiago do Chile, via Madrid, com mudança de avião. Noite e refeições a bordo.

1 de Novembro – Santiago do Chile

Chegada ao início da manhã, assistência pelo guia local e início de *city tour* ao Palácio Presidencial de la Moneda. Passeios pedonais: Huérfanos e Ahumada, Plaza de Armas, Catedral Metropolitana, Cerro de Santa Lúcia, Parque Florestal, Bairro Bellavista, bairros residenciais de Providencia, Las Condes e Vitacura. Jantar e alojamento.

2 de Novembro – Santiago do Chile/ / Valparaíso / Viña del Mar

Visita de dia inteiro a Valparaíso com almoço em Viña del Mar. Conhecida como Cidade-Jardim, Viña del Mar oferece amplas praias, como Caleta, Abarca, Reñaca, Cochoa e praia Amarela, que se combinam perfeitamente com uma intensa vida urbana. Jantar e alojamento.

3 de Novembro – Santiago do Chile / / Puerto Varas

Em hora a indicar, *transfer* para o aeroporto para embarcar com destino a Puerto Varas. Chegada, *transfer* para o hotel, com vistas sobre o lago, a cidade e os vulcões. Jantar e alojamento.

4 de Novembro – Puerto Varas /

/ Lagos Andinos / San Carlos Bariloche

Visita de dia inteiro aos Lagos Andinos com almoço incluído. O cruzeiro começa em Puerto Varas, nomeada Cidade das Flores. Desembarque em direcção a Petrohué, indo ao longo do lago Llanquihue. Continuação de autocarro para Puerto Frías, cruzando as montanhas Andinas de 976 metros acima do nível do mar, onde prosseguiremos a nossa viagem de barco no lago Frías até Puerto Alegre. De Puerto Alegre iremos a Puerto Blest, e este será o último ponto de partida para um cruzeiro até Puerto Pañuelo, no lago Nahuel Huapi. De Puerto Pañuelo seguiremos para Bariloche.

Transfer para o hotel, jantar e alojamento.

5 de Novembro – San Carlos Bariloche

Visita de dia inteiro a Cerro Tronador, com almoço em bolsa de piquenique. Pela manhã, saída de Bariloche e passagem pelos lagos Gutiérrez e Mascardi. À tarde, continuação para Ventisquero Negro, onde temos uma magnífica vista para os três principais picos da montanha Tronador: Argentino (3410m), Internacional (3554m) e o Chileno (3414m). No final da tarde, regresso a Bariloche. Jantar e alojamento.

6 de Novembro – San Carlos Bariloche / El Calafate

Transfer para o aeroporto para embarcar com destino a El Calafate. Chegada, visita ao Perito Moreno, situado no

Parque Nacional dos Glaciares, a 80 km de El Calafate, com entradas incluídas. O glaciar Perito Moreno é um impressionante rio de gelo com uma superfície de 195 km², uma longitude de 30 km, e uma frente de 5 km; a altura da parede frontal oscila entre 30m e 60m sobre o nível do lago. Na parte central do glaciar, a profundidade do gelo é de 250 a 350 metros. Pela sua espectacular beleza foi declarado Património da Humanidade. Regresso a El Calafate, jantar e alojamento.

7 de Novembro – El Calafate / / Uppsala e Onelli

Saída até Puerto Bandera, para embarcar num barco especial que navegará pelo braço norte do lago Argentino, aproximando-se o mais possível da zona do glaciar Upsala, o maior do Parque Nacional Los Glaciares, com uma superfície de 1000 km². O trajecto não tem paragens, e poderá observar os glaciares Upsala, Onelli e Spegazzini, que descem das montanhas circundantes. O almoço será servido em bolsa de piquenique durante o passeio e no próprio barco. Regresso a El Calafate, jantar e alojamento.

8 de Novembro – El Calafate / / Ushuaia

Manhã livre para fazer compras nas muitas e variadas lojas de artesanato



local. Almoço livre e comparência em hora a indicar na recepção do hotel, e *transfer* para o aeroporto para embarcar com destino a Ushuaia. Chegada, *transfer* e alojamento. Jantar em restaurante local.

9 de Novembro – Ushuaia

Saída até ao Parque Nacional Tierra del Fuego, localizado a 12 km da cidade de Ushuaia. Poderá desfrutar de um passeio com múltiplas vistas panorâmicas do canal Beagle. Um passeio entre diques de castores conduz ao rio Lapataia e à lagoa Verde.

Inicia-se então o regresso a Ushuaia, fazendo uma paragem no caminho para admirar o lago Roca, que se caracteriza pela cor das suas águas – que variam segundo o estado do tempo. Almoço. Pela tarde, embarcaremos rumo às ilhas dos Lobos e dos Pássaros através das águas do canal Beagle. Contorna-se a costa Norte passando pelo arquipélago de Bridges até alcançar a ilha dos Pássaros, e mais à frente chega-se à ilha dos Lobos, interessante esconderijo de lobos-marinhos, onde se inicia o regresso à cidade. Jantar no Restaurante Tia Elvira. Alojamento.

10 de Novembro – Ushuaia / Buenos Aires

Em hora a indicar, *transfer* para o aeroporto e embarque com destino a Buenos Aires. Chegada e *transfer* para o hotel. Resto da tarde livre, jantar e alojamento.

11 de Novembro – Buenos Aires

Visita panorâmica à cidade, passando pelos lugares mais atractivos, tais como: centro histórico, Praça de Mayo, catedral, Casa do Governo, Congresso, Teatro Colón, Bairro de Boca, Planetário e Bairro Residencial de La Recoleta. Almoço e resto da tarde livre. Jantar e

espectáculo de despedida com tango no Restaurante Carlos Gardel. Alojamento.
12 de Novembro – Buenos Aires / Madrid

Transfer para o aeroporto internacional de Ezeiza. Formalidades de embarque e partida com destino a Madrid. Noite e refeições a bordo.

13 de Novembro – Lisboa ou Porto

Chegada a Madrid e mudança de voo; continuação para a sua cidade de origem.

Realização: 31 de Outubro a 13 de Novembro

Inscrição até: 30 de Agosto

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa ou Porto

Hora: 120 minutos antes da hora de partida

Valor: 4195 euros

Suplemento de quarto individual: 540 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas de aeroporto, segurança

e combustível: 355 euros, incluídos

Valor sujeito a alteração

Inscrição inclui: 14 dias, 17 refeições e tudo o que consta do programa

Inscrição não inclui: taxas locais de saída dos aeroportos locais, que têm de ser pagas localmente, com o valor actual de 20 USD, e tudo o que não está referido no programa

O pagamento poderá ser efectuado em até: (14) catorze prestações, com

início em Janeiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro

Recomendações: comparência no aeroporto 120 minutos antes da partida

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

A organização técnica da viagem

é da responsabilidade de: Viagens Tempo – Operador Turístico, Lda., matriculada na Conservatória do Registo Comercial do Porto com o n.º 51472 e com o alvará n.º 736/94.



Costa Oeste dos Estados Unidos

De 1 a 10 de Novembro

A Costa Oeste dos Estados Unidos, também conhecida por Costa do Pacífico, designa geralmente os três estados mais ocidentais do grupo de estados contíguo: Califórnia, Oregon e Washington. O Arizona e o Nevada, embora interiores, são por vezes incluídos na Costa Oeste devido à proximidade com o Pacífico e por

razões económicas e culturais.

Numa viagem mítica pela Costa Oeste dos Estados Unidos poderá ficar a conhecer a grande metrópole de Los Angeles, a imensidão do deserto do Nevada, paisagens naturais deslumbrantes, como o Grand Canyon e o Parque Nacional de Yosemite, a nocturna Las Vegas, e a cidade multicultural de São Francisco.

Por Rui Simplício

1 de Novembro – Lisboa / Londres / Los Angeles

Assistência nas formalidades de embarque. Saída em voo regular com destino a Londres.

Chegada a Londres. Mudança de avião e novo embarque em voo regular com destino a Los Angeles. Chegada a esta cidade. Formalidades de desembarque e transporte privado para o Hotel Westin Bonaventura****. Jantar e alojamento no hotel.

2 de Novembro – Los Angeles

Visita de dia inteiro pela cidade de Los Angeles, passando por Hollywood Boulevard, Sunset Strip, Rodeo Drive, o teatro chinês de Mann, e Beverly Hills. Almoço em restaurante local.

Conhecida como a Cidade dos Anjos ou pelas iniciais LA, Los Angeles é conhecida ainda por Capital Mundial do Entretenimento graças a Hollywood.

Regresso ao hotel e restante da tarde livre. Jantar em restaurante local.

Alojamento.

3 de Novembro – Los Angeles / Grand Canyon

Saída em direcção ao Grand Canyon, atravessando o deserto. Almoço em restaurante local.

Chegada ao final da tarde ao Hotel Best Western Grand Canyon Squire Inn***.

Jantar e alojamento.

4 de Novembro – Grand Canyon / Las Vegas

Saída para visita ao Grand Canyon. Em direcção ao interior do continente, cruza-se o deserto para se alcançar uma das sete maravilhas do mundo: o Grand Canyon. Com quase 500 quilómetros de extensão e com profundidades que podem atingir os 1800 metros, o Grand Canyon é um dos mais emblemáticos cartões de visita da Costa Oeste dos Estados Unidos, visitado por milhares de turistas anualmente. Em 1979, o Grand Canyon foi considerado pela UNESCO Património Mundial da Humanidade.

Almoço em restaurante local.

Ao final do dia chegada a Las Vegas ao Hotel Planet Hollywood Resort & Casino****. Jantar em restaurante local. Alojamento.

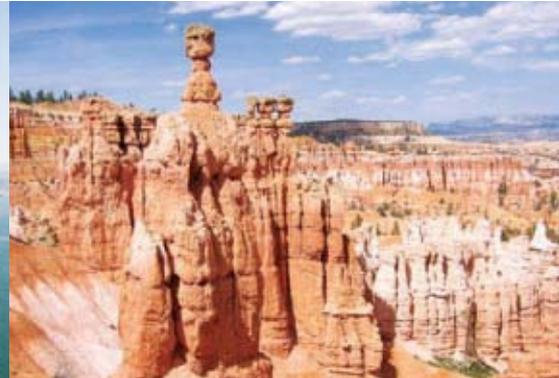


5 de Novembro – Las Vegas

Dia livre. A Cidade Mundial do Jogo: Las Vegas, situada no estado do Nevada, em pleno deserto, é conhecida pela espectacularidade dos seus casinos. Em Las Vegas poderá desfrutar em pleno – quer para assistir a um espectáculo quer para tentar a sua sorte no jogo – vários casinos, como sejam o Bellagio, o MGM Grand, o Monte Carlo, ou o Stratosphere. À noite, saída para visita nocturna da cidade das luzes de néon. Jantar em restaurante local. Alojamento.

6 de Novembro – Las Vegas / Fresno

Saída em direcção a Fresno com passagem pelo deserto de Mojave, nome dado à parte mais elevada do deserto da Califórnia, sendo o deserto de Sonora correspondente à parte baixa. O deserto possui um clima bastante hostil e abriga formações geológicas famosas, como o vale da Morte, com os seus leitos de lagos secos e cheios de sal. O deserto deve o nome à grande predominância de cobras Mojave, um tipo de cascavel. Almoço em restaurante local. Chegada ao fim da tarde ao Radisson



Hotel & Conference Center***.

Jantar e alojamento no hotel.

7 de Novembro – Fresno / Yosemite / São Francisco

Saída em direcção a São Francisco com paragem de dia inteiro no Parque Nacional de Yosemite. Almoço incluído. Localizado nas montanhas da Serra Nevada, Yosemite recebe cerca de três milhões de turistas por ano.

O penhasco granítico El Capitán é um dos destinos mais populares do parque, bem como as cúpulas Sentinel Dome e Half Dome, que se erguem a mais de 1000 metros de altitude. As sequóias gigantes (*Sequoiadendron giganteum*) são outras das atracções.

Continuação até São Francisco, passando pelo vale de São Joaquim. Chegada ao Hotel Hilton San Francisco Union Square****. Jantar em restaurante local. Alojamento.

8 de Novembro – São Francisco

Saída para visita da cidade de São Francisco. São Francisco é uma cidade maravilhosa e totalmente voltada para o turismo. As pessoas são amáveis com o turista, e para os que gostam de passeios urbanos há muita coisa para ser vista. Passagem pelos sítios de maior interesse, como: Golden Gate Bridge, Centro Cívico, Fisherman's Wharf, etc. Almoço em restaurante local. Tarde livre para actividades de

carácter pessoal. Jantar em restaurante local e alojamento.

9 de Novembro – São Francisco / Londres

Manhã livre para actividades de carácter pessoal. Saída em transporte privado para o aeroporto. Formalidades de embarque. Saída em voo regular com destino a Londres. Refeições e noite a bordo.

10 de Novembro – Londres / Lisboa

Chegada a Londres. Mudança de avião e novo embarque em voo regular com destino a Lisboa. Chegada a Lisboa. Fim da viagem.

Realização: 1 a 10 de Novembro

Inscrição até: 30 de Agosto

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa

Hora: 120 minutos antes da hora da partida

Valor: 3280 euros

Suplemento de quarto individual: 550 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 343,12 euros, incluídos.

Valor sujeito a alteração

Inscrição inclui: voos com a British Airways Lisboa / Londres / Los Angeles / São Francisco / Londres / Lisboa; uma mala com 23 kg de bagagem; alojamento nos hotéis indicados; refeições conforme

programa; *transfers* privados aeroporto/hotel/aeroporto; visitas guiadas com guia em português conforme programa; entradas nos monumentos conforme programa; circuito em autocarro com ar condicionado; seguro de viagem; taxas de aeroporto, segurança e combustível (valor sujeito a alteração); visto de entrada nos Estados Unidos; acompanhamento por um representante da Travel Quality durante toda a viagem

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal, como telefonemas, lavandaria, etc.; bebidas às refeições; outros serviços não mencionados ou que constem como facultativos

O pagamento poderá ser efectuado em até: (14) catorze prestações, com início em Janeiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro

Ficha de inscrição: disponível em www.gdbpi.pt

Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo

A organização técnica da viagem

é da responsabilidade de: TQ – Travel Quality, Agência de Viagens Lda., com sede na Rua do Salitre, n.º 135, Lisboa, contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o alvará n.º 388/82.

➤ AÇOTEIAS

(Jardins da Falésia)

Localização: entre Olhos de Água e Vilamoura, próximo das Açoteias e a 350 metros da praia da Falésia.

Características: 2 apartamentos T1, para 4 pessoas, equipados com ar condicionado, máquina de lavar roupa, máquina de café, torradeira, microondas, frigorífico e

TV por satélite. Piscina para adultos, piscina para crianças e zonas verdes.

A receção funciona na Praceta do Pinhal, das 9.00h às 18.00h, e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.



➤ ARMAÇÃO DE PÊRA

(Ocean Terrace)



Localização: Armação de Pêra, a 100 metros da praia. Prédio novo, a estrear.

Características: 2 apartamentos T1 para 4 pessoas, equipados com frigorífico, fogão, esquentador ou termoacumulador, e TV. No terraço, piscina para adultos, piscina para crianças e minigolfe. Garagem com estacionamento.

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

A receção funciona no escritório da Profit-Box, Av. Beira-Mar – Ed. Atlântico, Lojas C e D, em frente ao Hotel Garbe, das 9 às 18 horas, e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.



 APARTAMENTOS

 ➤ CABANAS DE TAVIRA
 (Pedras da Rainha)


Localização: Junto a Cabanas de Tavira, frente à Reserva Natural da Ria Formosa, próximo da praia de Cabanas.

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

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

A recepção funciona no Aldeamento Pedras

da Rainha em Cabanas das 9.00h às 18.00h, e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.


 ➤ CABANAS DE TAVIRA
 (Golden Clube Cabanas)

Localização: Situa-se no Parque Natural da Ria Formosa, num clube com um quilómetro de frente para a ria e o mar.

Características: Um apartamento T0 para 4 pessoas, equipado com ar condicionado, máquina de lavar roupa, máquina de café, torradeira, fogão, frigorífico e TV por satélite. Piscina para adultos, piscina para crianças

e zonas verdes. Piscina interior aquecida, sauna, banhos turcos e casa da criança.

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

A recepção funciona no aldeamento 24 horas por dia, e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.

A recepção funciona no aldeamento 24 horas por dia, e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.

 ➤ LAGOS – MEIA PRAIA
 (Condomínio do Mar)

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



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

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

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



➤ SAGRES (Pontalaia Apartamentos)

Localização: em Sagres, a 100 metros da praia da Mareta e a 5 minutos da praia do Martinhal.



Características: 1 apartamento T1 para 3 pessoas, equipado com ar condicionado, máquina de café, torradeira, microondas, frigorífico e TV por satélite.

Piscina para adultos e crianças.

A recepção funciona nos Apartamentos Tu-

rísticos Pontalaia, das 9.00h às 20.00h, e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.

Nota: Suplemento de jantar de 15,00 euros por pessoa (sujeito a marcação prévia).



TABELA DE PREÇOS DOS APARTAMENTOS - 2011

ÉPOCAS

BAIXA	PÁSCOA/NATAL	MÉDIA/BAIXA	MÉDIA	MÉDIA/ALTA	ALTA
1/1 a 2/4	2/4 a 30/4	30/4 a 28/5	28/5 a 25/6	25/6 a 9/7	9/7 a 27/8
8/10 a 17/12	17/12 a 31/12	24/9 a 8/10	10/9 a 24/9	27/8 a 10/9	
19,00 euros	40,00 euros	40,00 euros	45,00 euros	70,00 euros	87,00 euros

A taxa de inscrição é de 36 euros.

Desistências e penalizações: até 30 dias da entrada, 50% do custo total do aluguer; até 15 dias, 100% do custo total do aluguer.

Promoção especial: de 2 a 16 de Abril; de 30 de Abril a 28 de Maio; de 24 de Setembro a 8 de Outubro, alugue por 7 noites e pague só 5, em todos os apartamentos.

Nos períodos entre 28 de Maio e 24 de Setembro, o aluguer será feito somente à semana, com início ao sábado.

Não são permitidos animais nos apartamentos.

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



Consulte o nosso site
em www.gdbpi.pt

TURISMO RURAL

➤ CABECEIRAS DE BASTO



Casa de Lamas

Telefone: 253 66 22 02/91 663 54 66

Localização: Edifício do século XVII, inserido no turismo em espaço rural, localizado em Alvite, Cabeceiras de Basto. Possui uma *suite*, nove quartos duplos – quatro com cama de casal e cinco com duas camas – todos com casa de banho privativa e aquecimento central, e apartamentos T1 e T2. O golfe, a piscina, o ténis e a sala de leitura são o local ideal para os momentos de lazer e reflexão. Capela/oratório do séc. XVIII no seu interior.

➤ CASTELO DE VIDE

Casa Amarela

Telefone: 245 90 12 50

Localização: Situada na bonita cidade de Castelo de Vide, na Praça D. Pedro V. Dispõe de quartos e *suites*; no preço está incluído o pequeno-almoço. Serve refeições.



➤ ERICEIRA

Aparthotel Beachtour

Telefone: 261 86 02 30

Localização: O Aparthotel Beachtour situa-se a 50 km de Lisboa e a 800 m do centro da vila de Ericeira. Dispõe de apartamentos T0, T1 e T2, equipados com *kitchenette*. O preço inclui a utilização das piscinas.



➤ FIGUEIRA DE CASTELO RODRIGO



Hospedaria do Convento

Telefone: 271 31 18 19

Localização: Próximo de Figueira de Castelo Rodrigo, Foz Côa, num ambiente rural e histórico, situa-se a hospedaria de turismo de habitação. Seguir pelo IP5, em direcção a Vilar Formoso; depois da Guarda, sair para Almeida (saída n.º 30 da A25). Dispõe de dois tipos de quartos: os do edifício principal e os do edifício da piscina. Nos preços está incluído o pequeno-almoço.

➤ FOLHADA MARCO DE CANAVESES

Casa da Quintã

Telefone: 255 42 38 73

Localização: A cerca de 8 km de Amarante – placa giratória a proporcionar a descoberta das Terras de Basto, do Minho e de Trás-os-Montes, com as quais faz fronteira – e a 10 km de Marco de Canaveses, proporcionando também a descoberta do Douro dada a proximidade da Régua (30 km), centro económico daquela região. A sua localização permite aceder em cerca de 50 minutos às cidades do Porto e de Guimarães, e em 30 minutos às cidades de Vila Real e da Régua.



➤ LOUSÃ

Quintal de Além do Ribeiro

Telefone: 239 99 64 80

Localização: Situado a 25 km de Coimbra e a 2 km da Lousã. Inserido numa típica aldeia beirã que proporciona o contacto e a comunhão com a natureza. Perto do rio Ceira, propício para a natação e a pesca. Dispõe de quartos com áreas generosas e 2 *suites* completas (quarto, sala e casa de banho). Nos preços está incluído o pequeno-almoço.





MEDELO – FAFE

Casal da Batoca

Telefone: 91 663 54 66

Localização: Situada em Entre Douro e Minho, em Medelo, na linda região de Fafe, inserida no turismo em espaço rural. A casa principal dispõe de dois quartos

com camas de casal, duas salas e cozinha, enquanto o antigo palheiro dispõe de três quartos duplos, um com cama de casal e dois com duas camas, uma sala e *kitchenette*. Todos os quartos dispõem de casa de banho privativa e aquecimento central. Dispõe de apartamentos T2 e T3. São possíveis actividades como golfe, BTT,

circuitos de manutenção, praias fluviais. Poderá igualmente desfrutar da riqueza arquitectónica e cultural da região, na qual salientamos: igreja matriz, Museu de Imprensa de Fafe, Museu Regional do Automóvel; Museu das Terras de Basto; Castelo de Guimarães; Santuário do Bom Jesus, e Parque Nacional do Gerês.



MONTEMOR-O-NOVO

Herdade do Barrocal de Baixo

Telefone: 266 84 73 19

Localização: A herdade fica a 6 km da saída de Montemor-o-Novo, na auto-estra-

da Lisboa-Elvas, e a 3 km daquela cidade, na EN 114, a caminho de Santarém. Possui unidade principal e casinhas rurais com preços diferenciados. No preço está incluído o pequeno-almoço.

OLEIROS

S. Torcato Moradal

Telefone: 272 65 40 08/96 443 74 01

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

Dispõe de cinco quartos independentes, aos quais se atribuíram nomes das serras que rodeiam a casa; todos apresentam casa de

banho completa, aquecimento central, TV, Internet sem fios e minibar. A casa oferece uma cozinha moderna ao dispor de todos, uma sala de estar, e sala de jantar decorada com mobílias centenárias; no exterior temos o estacionamento, o jardim e uma piscina moderna de água salgada.

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



SINTRA

Quinta dos Junqueiros

Telefone: 21 928 02 56

Localização: A Quinta dos Junqueiros situa-se entre Cascais e Colares, na Azóia, muito

próximo do cabo da Roca, em plena encosta da serra de Sintra. Dispõe de casas T1 e T2 equipadas com aquecimento central, lareira e churrasqueiras exteriores. O preço inclui a utilização da piscina e da sala de jogos, e a limpeza é diária excepto aos domingos e feriados.

VIEIRA DO MINHO

Casa dos Martinhos

Telefone: 253 65 63 31

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

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



TURISMO RURAL

➤ VIEIRA DO MINHO

Quinta de S. Simão

Telefone: 253 64 82 70/93 409 00 77

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

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



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

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



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



➤ VILA MEÃ – VISEU

Hotel Rural Quinta da Vila Meã

Telefone: 232 93 12 61

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

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

➤ VILARINHA, BORDEIRA

Monte da Vilarinha

Telefone: 282 973 218

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

vez na Carrapateira, siga as indicações para a Vilarinha.

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

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



➤ VILA RUIVA – CUBA

Casa do Alto da Eira

Telefone: 284 41 26 19/96 557 99 18

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

tejana adaptada ao turismo rural, dispõe de quartos com e sem casa de banho; no preço estão incluídos o pequeno-almoço e a utilização da piscina. Serve refeições confeccionadas em forno de lenha.

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

→ ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS

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

Porto
Tel.: 22 558 00 85

ACADEMIA TEMPO ACTIVO

Lisboa
Tel.: 21 390 92 17

CLAVE & SOM – ESCOLA DE MÚSICA/INSTRUMENTOS MUSICAIS

Lisboa
Tel.: 21 315 08 86

CONTOS & PARÁBOLAS, UNIPESSOAL LDA.

Lisboa
contoseparabolas@sapo.pt
Tel.: 91 412 16 49

DA VINCI – GINÁSIOS DA EDUCAÇÃO – EXPO NORTE

Lisboa
Tel.: 21 894 23 19

NOVO ESCOLA DOS MESTRES

Lisboa
Tel.: 21 847 19 07

LITTLECHEF

Lisboa
Tel.: 21 752 45 47

MATHNASIUM – GINÁSIO DE MATEMÁTICA

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

NAVILEME – CONSULTADORA NÁUTICA, LDA

Porto – Esposende
Tel.: 22 610 11 44

NOVO

PLURIFACTOR, CONSULTORIA MULTIDISCIPLINAR E DESENVOLVIMENTO, LDA

Oeiras
Tel.: 21 446 71 28

WISE UP ACADEMY

Lisboa
Tel.: 808 912 332

→ ALIMENTAÇÃO

CARNE DA NAÇÃO

Lisboa
(Parque das Nações)
Tel.: 21 894 02 21

LOJAS EM FORMA E EM FORMA SPORT

Almada, Aveiro, Lisboa e Matosinhos

MUNDO VERDE

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

QUINTA DO SALDANHA, GARRAFEIRA & GOURMET

Lisboa
Tel.: 93 330 43 96

→ ARTE E CULTURA

NOVO **ACADEMIA DE DANÇA DANÇARTE**

Lisboa
Tel.: 21 714 72 44

CASINHA DAS CORES

Lisboa
Tel.: 21 726 22 64

CINEMAS CITY

Lisboa - Leiria

INSTITUTO PIAGET

Lisboa
Tel.: 21 995 95 20

MUSEU DO DOURO

Peso da Régua
Tel.: 254 310 190

NAZARETH'S GALERIA DE ARTE

Porto
Tel.: 22 250 19 20

JORNAL O PÚBLICO

Lisboa
Tel.: 21 011 10 00

→ ARTIGOS PARA CRIANÇA

BÉBÉDÁDÁ

Almada-Pragal
Tel.: 21 273 16 96

PÉ DA ROUPA

Lisboa
Tel.: 309 947 498

→ ARTIGOS PARA O LAR

BRAZ E BRAZ

Lisboa
Tel.: 21 346 23 46

CASA NORBERTO ELECT. UTILIDADES, LDA.

Ermesinde
Tel.: 22 971 47 22

CONFORTO – ARQUITECTURA DE INTERIORES, SA

Almada
Tel.: 21 273 16 85

EPH – ELÉCTRICA PEDRO HISPANO

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

JONOR COMERCIAL

Porto
Tel.: 22 509 78 81

MAGNETICARTS.PT

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

MEDICALREST – SOLUÇÕES DE DESCANSO, LDA.
Atouguia da Baleia
Tel.: 262 759 281

POLLUX

Lisboa
Tel.: 21 881 12 00

SECURITAS DIRECT

Linda-a-Velha
Tel.: 707 241 224

SUNERGETIC

Barreiro
Tel.: 21 082 31 81

VALE DO PAIVA – ELECTRODOMÉSTICOS, LDA.

Lisboa
21 933 35 36 /
93 733 35 15

→ AUTOMÓVEIS

APARC – PARQUES DE ESTACIONAMENTO

Coimbra-Lisboa-Porto

AUTO MOTRIZ

Sacavém
Tel.: 21 940 52 50

AUTO PARQUE-BOSHCARSERVICE

Lisboa
Tel.: 21 381 43 15

CAPITALPNEUS

Lisboa
Tel.: 21 795 21 12

CARFITNESS SYSTEMS PORTUGAL

Lisboa e Oeiras
Tel.: 96 152 52 88

CENTRAL VULC. S. SEBASTIÃO, LDA.

Lisboa
Tel.: 21 353 04 58

CROSSAUTO – CONCESSIONÁRIO CITROEN

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

**ESPONJINHA –
MANUTENÇÃO DE
VEÍCULOS, LDA.**Lisboa
Tel.: 21 778 18 99**ESTRELA DO
ATLÂNTICO – MOTORS**Santa Iria de Azóia
Tel.: 21 823 98 57**FIRST STOP**Porto
Tel.: 22 200 11 11**GARAGEM CENTRAL
POÇO DO BISPO, LDA.**Lisboa
Tel.: 21 868 12 56**GUERIN RENT A CAR**

Tel.: 21 010 02 97

**HENRIQUE GOMES &
FILHOS, LDA.**Santa Iria da Azóia
Tel.: 21 953 37 90**HISPANOPNEU**Porto
Tel.: 22 832 19 67**IMPÉRIO
AUTOCENTER**Lisboa
Tel.: 21 831 43 98
Porto
Tel.: 22 518 86 80**LEIRIDIESEL S.A.**Leiria, Lisboa, Coimbra,
Aveiro, Loulé, Torres
Vedras
www.leiridiesel.com**PNEUPARQUE**Lisboa
Tel.: 21 385 92 02**PNEUS DOS
PRAZERES**LISBOA
Tel.: 21 393 13 30**REPSOL**

www.repsolypf.com

**RENAULT CAMPO
LINDO**Porto
Tel.: 22 507 03 00**RENAULT CHELAS**Lisboa
Tel.: 21 836 14 98**RIO PAIVA PORTUGAL
– PNEUS E SERVIÇOS
AUTO, LDA.**Lisboa
Tel.: 21 799 85 90**→ CABELEIREIROS****HÉLDER & PEDRO**Lisboa
Tel.: 21 346 02 62**JEAN LOUIS DAVID**Lisboa
Tel.: 21 357 19 62**MOMENTOS
DE BELEZA**Lisboa
Tel.: 21 727 73 16**→ CÃES E GATOS****PARABICHOS**Águas Santas – Maia
Tel.: 22 975 30 83**→ CAMPISMO****FCMP – FEDERAÇÃO
DE CAMPISMO
E MONTANHISMO
DE PORTUGAL**Lisboa
Tel.: 21 812 69 00**→ CRECHES/ATL/JAR-
DIM-DE-INFÂNCIA****ATIREI O PAU AO GATO**Lisboa
Tel.: 21 400 71 64**COLÉGIO CARAVELA**Lisboa
Tel.: 21 726 17 42**COLÉGIO CRECHE
JARDIM-DE-
-INFÂNCIA INVICTA,
LDA.**Porto
Tel.: 22 543 08 02**COLÉGIO GIZ MÁGICO**Massamá – Sintra
Tel.: 21 439 78 07**COLÉGIO PEQUENOS
INDÍOS**Lisboa
Tel.: 21 099 54 74**ECOBABIES, LDA.**Aigualva-Cacém
Tel.: 21 433 89 85/6**OS PEQUENOS
MESTRES**Lisboa
Tel.: 21 386 83 44**PLINC! BABYSITTING
& EVENTS**Linda-a-velha
Tel.: 91 042 60 01**→ DESPORTO****7 BOL**Aveleda - Vila do Conde
Tel.: 96 535 79 30**ACADEMIA LUSÓFONA
DE SURF**Costa da Caparica
Tel.: 96 654 07 14**ADVENTURE PARK
– PARQUES DE
ARBORISMO, LDA.**Oeiras
Tel.: 21 151 94 00**A LOJA DA PESCA**Lisboa
Tel.: 21 812 47 77
Telem.: 91 973 87 88**ASSOCIAÇÃO
DESPORTIVA
VITRINE**Gondomar
Tel.: 91 020 14 04**ATLÉTICO CLUBE
DE PORTUGAL**

Tel.: 21 363 79 86

**CLUBE HÍPICO
DE SERZEDO, LDA**Serzedo – Vila Nova de
Gaia
Tel.: 91 821 28 11**CONFIQUATRO –
ESCOLA
NÁUTICA**Lisboa
Tel.: 21 362 79 85**ESCOLA FUTEBOL
ARTUR TAIRA**São Domingos de Rana
Tel.: 21 445 61 71**FUNCENTER
COLOMBO**Lisboa
Tel.: 21 711 37 00**GOLDEN EAGLE
RESIDENCE
& GOLF RESORT**Asseiceira – Rio Maior
Tel.: 243 940 040**HALIOTIS,
ACTIVIDADES
MARÍTIMO
TURÍSTICAS, LDA.**Peniche
Tel.: 262 781 160**MACRON**Porto
Tel.: 22 615 48 48**NEVADA BOB'S GOLF
PORTUGAL**Parede
Tel.: 21 458 67 80**ONDA PURA ESCOLA
DE SURF**Matosinhos
Tel.: 91 210 00 47**RUTILVA, LDA.**Amadora
Tel.: 21 195 65 25**SKYDIVE PORTUGAL**Évora
Tel.: 91 099 99 91**TRANS-SERRANO –
AVENTURA, LAZER E
TURISMO, LDA.**Góis
Tel.: 235 778 938

→ FUNERÁRIAS

NOVO
FUNERÁRIA SÃO MARÇAL, LDA.
Baixa da Banheira
Tel.: 21 151 14 65

SERVILUSA
Lisboa

Agência Barata
R. Saraiva de Carvalho,
202
Tel.: 21 396 11 13

Agência Magno
Largo Frei Heitor Pinto,
2-B
Tel.: 21 845 23 70

→ GINÁSIOS/ /HEALTH CLUB'S

ACADEMIA CEM POR CENTO
Santarém
Tel.: 243 302 396

ACADEMIA ARTE IN MOTION UNIPESSOAL
Gueifães – Maia
Tel.: 22 942 46 08

ACADEMIA RIBEIRO DOS REIS
Pareda
Tel.: 21 457 26 55

AQUAFITNESS HEALTH CLUB'S
Charneca da Caparica e Parque das Nações
Tel.: 21 296 41 80

BODYFIT AND SPA
Santarem
Tel.: 243 302 409

BODYLAND
Leça da Palmeira
Tel.: 22 996 98 35

CLUB R – HEALTH CLUB LISBOA
LISBOA
Tel.: 21 111 16 00

CLUBE W – WELLNESS FOR WOMEN
Lisboa
Tel.: 21 099 32 18

CORPORATION FITNESS CENTER
Odivelas
Tel.: 21 934 57 20

EDSAE
Lisboa – Santos
Tel.: 21 394 35 30

ENVY HEALTH & FITNESS
Lisboa
Tel.: 21 096 70 23

FULL OUT
Lisboa
Tel.: 96 452 11 79

GINNOFARO GINÁSIO CLUB
Faro
Tel.: 289 822 126

GINNOGRÁVIDA – PREPARAÇÃO PARA PARTO E MATERNIDADE
Porto
Tel.: 93 433 88 26

NOVO
GINÁSIO BOA FORMA
Rio Maior
Tel.: 243 994 345

NOVO
GINÁSIO CLUBE PORTUGUÊS
Lisboa
Tel.: 21 384 15 80

GO FIT
Lisboa
Tel.: 21 315 08 54

HEALTH CLUB KORB LESS
Benedita
Tel.: 262 180 884

HEALTH CLUB SLIFE TAVIRA
Tavira
Tel.: 281 329 726

HOLMES PLACE
Lisboa
Tel.: 21 326 09 00

INFANTE DE SAGRES – NAUTILUS HEALTH CLUB
Lisboa
Tel.: 21 304 13 50

LATIN DANCE
Lisboa – Campolide
Tel.: 21 389 41 90

LIFE CLUB
Vila Nova de Gaia
Tel.: 22 374 41 70

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

NCL FIT CLUB
Porto
Tel.: 96 177 92 61

NOVO
N FORMAS STUDIO
Setubal
Tel.: 265 094 272S

CLUB
Lisboa
Tel.: 21 853 15 24

SATSANGA SPA
Porto
Tel.: 22 536 40 41

SHAPE FITNESS CLUB
Matosinhos
Tel.: 22 937 06 71

SOLINCA
Lisboa/Porto
Tel.: 21 012 96 70

→ IMOBILIÁRIO

CHARMING HOUSES
Lisboa – Faro
Tel.: 21 790 22 62

NOVO
CROSS ENERGY
Vila Nova de Gaia
Tel.: 808 200 127

FFSB ARQUITECTOS
Porto
Tel.: 22 403 44 86

NOVO
PEDRO SILVA – ARQUITECTO
Vila Nova de Gaia
96 685 14 87

RADAR – SOLUÇÕES PARA QUASE TUDO
Santarem
Tel.: 243 306 484

REMAX REAL
Isabel Miranda
Tel.: 96 004 24 22/
/21 949 75 00
imiranda@remax.pt

ROBBIALAC
Lisboa
Tel.: 21 396 42 85

→ INFORMÁTICA

DON BYTE
Pero Pinheiro
Tel.: 21 967 49 25

IFTHENELSE
Lisboa
Tel.: 21 414 79 00

NOVO
MICROSOFT, LDA.
Carnaxide
Tel.: 21 394 22 00

TELEMEDIA
Alfragide
Tel.: 21 475 18 30

→ ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS

BARLAVENTO BALLOONS
Lagos
Tel.: 287 762 906

MEGAVERDE
Lisboa
Tel.: 96 192 63 89

MOMENTS
Lisboa
Tel.: 21 781 92 18

MUITAVENTURA
Sintra
Tel.: 21 193 16 36

MUNDO DE AVENTURA, LDA.
Lisboa
Tel.: 21 781 84 70

SAL – SISTEMAS DE AR LIVRE
Setúbal
Tel.: 265 227 685

XPTO
Albufeira
Anabela Freitas
anabela@xptomarketing.pt

→ OURIVESARIA/JÓIAS E RELOJOARIA

ONIX
Porto
Tel.: 91 780 20 28

OURIVESARIA DA MODA, SA
Lisboa
Tel.: 21 342 21 43

OURIVESARIA SÃO DOMINGOS
Lisboa
Tel.: 21 886 30 86

→ PERFUMARIAS

A ESCADA

Lisboa
Tel.: 21 771 00 50

PERFUMARIA T.I. COSMÉTICA

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

→ RESTAURAÇÃO

LOJA DAS SOPAS ATRIUM SALDANHA

Lisboa
Tel.: 21 155 46 99

LOJA DAS SOPAS SALDANHA RESIDENCE

Lisboa
Tel.: 21 155 46 98

→ SAÚDE E BEM-ESTAR

BELLE COMME UN COEUR – CENTRO DE ESTÉTICA

Leiria
Tel.: 244 852 130

BIOTHECARE ESTÉTIKA

Parede
Tel.: 21 192 47 35

BLUE CONCEPT – DAY SPA AND RELAXING CLINIC

Lisboa
Tel.: 21 778 22 61

BODYCONCEPT

Lisboa
Tel.: 21 314 91 41

CELLULEM BLOCK

Lisboa
Tel.: 21 315 08 54

CENTRO CLÍNICO S. CRISTÓVÃO

Amadora
Tel.: 21 494 42 31

CLINIALBA – CLÍNICA DR. ALDIR JOSÉ ALBA, LDA.

Lisboa
Tel.: 21 843 60 00

NOVO

CLÍNICA DE CIRURGIA PLÁSTICA DR. VINÍCIO ALBA, LDA.

Lisboa
Tel.: 21 843 60 00

CLÍNICA PHISIS

Porto
Tel.: 22 600 87 49

CLÍNICA PROJECTO SAÚDE

Quarteira
Tel.: 289 057 919

CLÍNICA ZERO

Lisboa
Tel.: 21 314 97 97

CLÍNICAS RIVIERA SPA

Carcavelos
Tel.: 21 457 56 90

CONSELHEIROS DA VISÃO

Lisboa
Tel.: 808 300 330

CORPUS BEAUTY

Lisboa
Tel.: 21 800 04 25

DAY DREAM SPA

Lisboa
Tel.: 21 010 03 79

DENTALCLINIC NEW

Generaction
Em todo o País
Tel.: 21 330 37 31

NOVO

DEPILCONCEPT

Lisboa
Tel.: 21 314 91 41

DEPILSTYLE – SERVIÇOS ESPECIALIZADOS DE DEPILAÇÃO

Lisboa – Cascais
Tel.: 21 895 70 96

DERMOARTE – CLÍNICA DE ESTÉTICA TERAPÉUTICA

Lisboa
Tel.: 21 715 93 23

DOUTORPÉ

Cruz Quebrada
Tel.: 21 414 41 52

ERGOVISÃO – GRUPO ÓPTICO

Em 18 cidades

ESCOLHAJUDA – SERVIÇOS DE APOIO DOMICILIÁRIO LDA.

Lisboa
Tel.: 21 386 13 32

ESSENTIALS DAY SPA – CLÍNICA MÉDICA E ESTÉTICA

Lisboa
Tel.: 21 099 74 31

ETAPAS FELIZES

Lisboa
Tel.: 21 723 70 43

FARMÁCIA INTERNACIONAL

Lisboa
Tel.: 21 324 13 60

FARMÁCIA MAGALHÃES

Lisboa
Tel.: 21 885 10 54

FEM, PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS

Mafra
Tel.: 261 812 198

FOR FIT LARANJEIRO

Laranjeiro
Tel.: 21 259 15 67

GIL OCULISTA, LDA.

Lisboa
Tel.: 21 887 91 91

HARMONY MEDICAL DAY SPA

Lisboa
Tel.: 21 158 37 05

IMCF – INSTITUTO MÉDICO DE CIRURGIA FACIAL SA

(Instituto de Implantologia)
Lisboa
Tel.: 21 726 41 04

NOVO

LIPOCERO PORTUGAL

Lisboa – Almada - Chaves
Tel.: 93 322 35 45

NOVO

LOJA DO AVÔ

Lisboa
Tel.: 21 357 90 40

LX SPA

Lisboa
Tel.: 21 317 40 60

M3L CLINIC

Lisboa
Tel.: 21 797 82 43

MEI HUA CLÍNICA – ESPECIALISTAS EM MEDICINA CHINESA

Lisboa
Tel.: 21 355 83 03

NOVO

MIGUEL BARREIRA RIBEIRO FISIOTERAPEUTA

Matosinhos
Tel.: 91 638 29 61

MINISOM – APARELHOS AUDITIVOS

Tel.: 808 201 628

MYCARE CLÍNICA DE ESTÉTICA E BEM ESTAR

Porto
Tel.: 22 093 55 32

NÃO + PÊLO

Em todo o País
www.naomaispelo.pt

NOVA DENTISMED – CLÍNICAS MÉDICO DENTÁRIAS

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

NUTRICÁRDIA

Vila Franca de Xira e Lisboa
Tel.: 263 288 367

OLHAR DE PRATA, LDA.

Lisboa
Tel.: 21 351 32 30

ÓPTICA CONDE REDONDO

Lisboa
Tel.: 21 319 28 50

ORIGINALDENTE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS MÉDICOS E DENTÁRIOS E ENFERMAGEM

Lisboa
Tel.: 21 387 19 65

PEOPLE FAMILY CLUB

Sintra
Tel.: 21 961 45 30

PLACE SANTÉ

Lisboa, Cascais, Linda a Velha, Odivelas

QE – UMA NOVA LINGUAGEM SINTRA

Tel.: 21 915 47 40

QUALIPHYSIO – FISIOTERAPIA E BEM-ESTAR, LDA.

Castanheira do Ribatejo
Tel.: 91 790 33 90

PARCEIROS

NOVO REIKI – SOFIA MALDONADO
Lisboa
Tel.: 93 388 18 94

**RODRIGO SILVA -
PODOLOGISTA**
Porto - Matosinhos - Vila Nova de Gaia

**RODRIGUES
OCULISTA –
ROLISLENTE, LDA.**
Lisboa
Tel.: 21 882 20 05

SABER & SORRIR
Porto
Tel.: 91 346 39 01

**SANTA RITA
RESIDÊNCIA
GERIÁTRICA**
Estoril
Tel.: 21 466 97 71

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

SPORTSLAB
Lisboa
Tel.: 21 330 37 85

**TERMALISTUR –
TERMAS
DE S. PEDRO DO SUL
E.E.M.**
Várzea – S. Pedro do Sul
Tel.: 217 718 030

THAI MOMENT
Lisboa
Tel.: 21 757 90 40

**VERYCLINIQUE –
CLÍNICA DE MEDICINA
E CIRURGIA A LASER,
LDA.**
Lisboa
Tel.: 21 840 73 87

→ SEGUROS

DIAS SEGUROS
Lisboa
Tel.: 21 816 05 40

**→ SERVIÇOS
DOMÉSTICOS**

BOLINHA DE SABÃO
S. Pedro do Estoril
Tel.: 21 456 0466

**Laissez Faire
– LIMPEZAS
UNIPESSOAL, LDA.**
Porto
Tel.: 91 320 95 98

MAXGARD
Lisboa
Tel.: 21 471 80 80

**SERHOGARSYSTEM
PORTUGAL**
Linda-a-Velha
Tel.: 707 222 112

SOFAKEEPER
Lisboa
Tel.: 21 724 20 80

→ SOM E IMAGEM

DIGIMAGEM
PORTO
Tel.: 22 605 27 80

**LARANJA QUADRADA,
LDA.**
Odivelas
Tel.: 21 099 39 30

PANDORAMOMENTS®
Lisboa
Tel.: 96 700 27 77

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

**→ VENDAS
POR CATÁLOGO**

D-MAIL
Sintra
Tel.: 21 915 65 60

→ VESTUÁRIO

**8XL – MODA
MASCULINA, PRONTO
A VESTIR, ALFAIATES
CAMISEIROS**
Lisboa
Tel.: 21 346 77 57

ELLA LINGERIE
Lisboa
Tel.: 96 175 68 07

**JOADÊ – MODA
MASCULINA**
Lisboa
Tel.: 21 313 95 70

**SAPATARIA E
CHAPELARIA LORD**
Lisboa
Tel.: 21 712 30 41

SAPATARIA GODIVA
Lisboa
Tel.: 21 712 30 46

SAPATARIA JANDAIA
Lisboa
Tel.: 21 342 17 74

→ VIAGENS E TURISMO

BAHIA PALACE
Vila Franca do Campo
S. Miguel – Açores
Tel.: 296 539 138
E-mail: reservations@
hotel-bahiapalace.com

BEST TRAVEL
Lisboa
Tel.: 21 006 16 90

NOVO CISTERTOUR
Lisboa
Tel.: 21 380 40 64

**CLUBE PINHAL
DA FOZ –
APARTAMENTOS
TURÍSTICOS**
Esposende
Tel.: 253 961 098

DOURO ACIMA
Porto
Tel.: 22 200 64 18

**DOURO AZUL –
CRUZEIROS
NO DOURO**
Porto
Tel.: 22 340 25 10

**ESTALAGEM SÃO
DOMINGOS**
Mértola
Tel.: 286 64 00 00

**ESTALAGEM
SENHORA
DA ROSA**
Ponta Delgada
Tel.: 296 629 939

EURORUMO VIAGENS
Lisboa
Tel.: 21 798 11 20

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

**FULL TRAVEL
& TOURS, LDA.**
Amadora
Tel.: 21 498 55 33

GEOTUR
Lisboa
Tel.: 808 241 414

GRUPO GRÃO-PARÁ
Atlântis
Estoril
Tel.: 21 469 07 20

Solférias
Carvoeiro
Tel.: 282 357 401

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

**GRUPO SOLVERDE
NORTE**
Hotel Solverde SPA &
Wellness Center *****
Vila Nova de Gaia
Tel.: 22 733 80 30

Hotel Casino de Chaves

Chaves
Tel.: 276 309 600

Hotel Apartamento
Solverde ***
Espinho
Tel.: 22 733 80 00

HOTEL COLON SPA
Bejar (Salamanca)
Tel.: 34 923 400 650

**HOTEL TURISMO
DE TRANCOSO**
Trancoso
Tel.: 271 829 200

LATINTRAVEL
Lisboa – Oeiras – Valença
Tel.: 21 093 99 15

LUGAR AO SOL
Charneca da Caparica
Tel.: 21 297 04 88

**M'AR DE AR
AQUEDUTO –
HISTORIC DESIGN
HOTEL & SPA**
Évora
Tel.: 266 740 700

**M'AR DE AR
MURALHAS –
TIMELESS
CHARM HOTEL**
Évora
Tel.: 266 73 93 00

**MONTE DA
VILARINHA**
Aljezur
Tel.: 282 973 218

OASISTRAVEL
Lisboa
Tel.: 21 319 36 00

**PALMELA VILLAGE
GOLF RESORT**
Quinta do Anjo –
Palmela
Tel.: 21 044 26 00

PRAIAGOLFE HOTEL
Espinho
Tel.: 22 733 10 00
www.praiaGolfe.com

QUADRANTE
Santa Maria da Feira
Tel.: 256 379 220

**RIVIERA HOTEL
CARCAVELOS**
Carcavelos
Tel.: 21 458 66 00

ROTA DAS VIAGENS
Carregado
Tel.: 263 861 818

ROTAS NOVAS
Laranjeiro
Tel.: 21 250 05 13

NOVO SOLAR DOS MARCOS
BEMPOSTA –
Mogadouro
Tel.: 279 570 010

**SPORTSKI – SNOW
SPECIALISTS**
Lisboa
Tel.: 21 394 33 00

**TERMAS
DE ALCAFACHE**
Alcafache
Tel.: 232 47 97 97

DIRECÇÃO REGIONAL SUL

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

DIRECÇÃO REGIONAL NORTE

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

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

SITE

www.gdgbpi.pt
[disponível na Intranet]
E-mail: gestor@gdgbpi.pt

BAR

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

CURSOS DE FORMAÇÃO ARTÍSTICA

Rua Almirante Barroso, 32-6.º
[perto do Largo de D. Estefânia]

SALA POLIVALENTE

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

ANDEBOL

Rui Duque - Tel.: 21 310 44 38
rui.carlos.duque@bancobpi.pt
Luís Angelo - Tel.: 21 720 77 88
luis.angelo.silva@bancobpi.pt

ATLETISMO

Carla Valadas - Tel.: 21 322 65 38
carla.sofia.valadas@bancobpi.pt
Fernando Morais - Tel.: 21 310 44 26
fernando.morais.santos@bancobpi.pt
António Vaz - Tel.: 21 318 15 54
antonio.domingos.vaz@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt
Carlos Ferreira - Tel.: 22 207 58 21
carlos.reis.ferreira@bancobpi.pt

BASQUETEBOL

Carla Valadas - Tel.: 21 322 65 38
carla.sofia.valadas@bancobpi.pt
Francisco Barata - Tel.: 21 318 12 44
francisco.antonio.barata@bancobpi.pt
Fernando Barrias - Tel.: 22 543 36 16
norte@gdgbpi.pt

BIBLIOTECA

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

BOWLING

Rui Duque - Tel.: 21 310 44 38
rui.carlos.duque@bancobpi.pt
Jorge Teixeira - Tel.: 21 350 66 63
jorge.manuel.teixeira@bancobpi.pt
Duarte Cardoso - Tel.: 22 543 36 50
antoniodcardoso@gmail.com
José Caldas - Tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt

CAMINHADAS

Rui Duque - Tel.: 21 310 44 38
rui.carlos.duque@bancobpi.pt
Carlos Oliveira - Tel.: 21 322 67 56
carlos.manuel.oliveira@gdgbpi.pt
José Almeida - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgbpi.pt
Jorge Barrote - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgbpi.pt

CAMPISMO

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

CICLOTURISMO/BTT

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

CONFERÊNCIAS

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

CORO

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

CURSOS DE FORMAÇÃO

Sandra Nascimento - Tel.: 21 722 67 20
sandra.reis.nascimento@bancobpi.pt
Pilar Batoréu - Tel.: 91 710 94 71
pilarbatoreu@gmail.com
Virgílio Guimarães - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgbpi.pt
José Almeida - Tel.: 22 206 10 90
jose.reis.almeida@gmail.com
Victor Camisão - Tel.: 22 701 51 51
victor.camisao@gmail.com
Graça Coelho - Tel.: 22 607 22 36
graca.maria.coelho@bancobpi.pt

DANÇAS DE SALÃO

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

DANÇAS LATINAS E AFRICANAS

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

DARDOS

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

DEFESA PESSOAL

Rui Duque - Tel.: 21 310 44 38
rui.carlos.duque@bancobpi.pt
Ana Fortes - Tel.: 21 350 54 58
ana.cristina.fortes@bancobpi.pt
Victor Camisão - Tel.: 22 701 51 51
victor.camisao@gmail.com
Fernando César - Tel.: 22 831 39 84
fernando.albertino.cesar@bancobpi.pt

ESPECTÁCULOS

António Vale - Tel.: 91 305 58 06
ajvale@gmail.com
Pilar Batoréu - Tel.: 91 710 94 71
pilarbatoreu@gmail.com
Graça Coelho - Tel.: 22 607 22 36
graca.maria.coelho@bancobpi.pt

ESQUI, SNOWBOARD E WAKEBOARD

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
João Carvalho - Tel.: 21 321 34 67
joao.pedro.carvalho@bancobpi.pt

EXPOSIÇÕES

Sandra Nascimento - Tel.: 21 722 67 20
sandra.reis.nascimento@bancobpi.pt
Virgílio Guimarães - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgbpi.pt
Graça Coelho - Tel.: 22 607 22 36
graca.maria.coelho@bancobpi.pt
Augusto Matheiro - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgbpi.pt

FOTOGRAFIA

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

FUTEBOL

Jorge Almeida - Tel.: 91 786 68 10
grupodesportivosul@bancobpi.pt
Manuel Martins - Tel.: 21 311 11 81
manuel.antonio.martins@bancobpi.pt
Duarte Cardoso - Tel.: 22 543 36 50
antoniodcardoso@gmail.com
José Caldas - Tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt
Fernando Barrias - Tel.: 22 543 36 16
norte@gdgbpi.pt

GINÁSTICA

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

GOLFE

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

HIPISMO

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

JOGOS DE SALA

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

KARTING

Miguel Chaves - Tel.: 21 318 10 45
miguel.nuno.chaves@bancobpi.pt
Paulo Santos - Tel.: 21 723 44 79
paulo.lourenco.santos@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt

KITESURF

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
Vitor Jesus - Tel.: 21 724 17 60
vitor.manuel.jesus@bancobpi.pt

MERGULHO

Carla Valadas - Tel.: 21 322 65 38
carla.sofia.valadas@bancobpi.pt
João Sampaio - Tel.: 22 607 21 21
joao.eduardo.sampaio@bancobpi.pt

MOTOTURISMO

Miguel Chaves - Tel.: 21 318 10 45
miguel.nuno.chaves@bancobpi.pt
Nuno Barradas - Tel.: 217 206 356
nuno.humberto.barradas@bancobpi.pt

NATAÇÃO

Carla Valadas - Tel.: 21 322 65 38
carla.sofia.valadas@bancobpi.pt
Egas Marques - Tel.: 96 751 43 11

ORFEÃO

Virgílio Guimarães - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgbpi.pt
Vanda Pinto - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgbpi.pt

PADEL

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
Rita Santos - Tel.: 21 321 34 81
rita.mata.santos@bancobpi.pt

PAINTBALL

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

PÁRA-QUEDISMO

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

PATINAGEM

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

PEDI-PAPER

Rui Duque - Tel.: 21 310 44 38
rui.carlos.duque@bancobpi.pt
João Sampaio - Tel.: 22 607 21 21
joao.eduardo.sampaio@bancobpi.pt

PESCA

Joaquim Rubira - Tel.: 91 949 36 59
joaquim.rubira@gmail.com
David Franco - Tel.: 21 318 13 85
david.jose.franco@bancobpi.pt
Silva Duarte - Tel.: 21 316 58 00
jose.antonio.duarte@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt
Fernando Costa - Tel.: 22 986 50 60
Miranda Cardoso - Tel.: 22 608 84 90
fernando.miranda.cardoso@bancobpi.pt

RAFTING E CANOAGEM

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
Miriam Santos - Tel.: 21 272 01 12
miriam.freitas.santos@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt

RALLY-PAPER

Rui Duque - Tel.: 21 310 44 38
rui.carlos.duque@bancobpi.pt
João Lopes - Tel.: 21 318 10 94
joao.pedro.lopes@bancobpi.pt
Virgílio Guimarães - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgbpi.pt
Isabel Barros - Tel.: 22 608 84 75
isabel.maria.barros@bancobpi.pt

REMO

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

SQUASH

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

SNOOKER

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
Filipe Guimarães - Tel.: 21 321 39 27
filipe.miguel.guimaraes@bancobpi.pt
Mario Andrade - Tel.: 21 312 31 35
mario.telmo.andrade@bancobpi.pt
Augusto Matheiro - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgbpi.pt
Fernando Ferreira - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgbpi.pt

SURF

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
Ricardo Vicente - Tel.: 21 321 37 69
ricardo.nuno.vicente@bancobpi.pt

TÊNIS

António Vale - Tel.: 91 305 58 06
ajvale@gmail.com
Luís Remédio - Tel.: 96 554 40 86
luis.filipe.remedio@bancobpi.pt
José Caldas - Tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt

TÊNIS DE MESA

Pedro Ferreira - Tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt
Carlos Galvão - Tel.: 91 674 53 73

TIRO AOS PRATOS

Joaquim Rubira - Tel.: 91 949 36 59
joaquim.rubira@gmail.com
António Costa - Tel.: 21 321 38 07
antonio.jose.costa2@bancobpi.pt

TIRO DE PRECISÃO

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

TODO-O-TERRENO

Miguel Chaves - Tel.: 21 318 10 45
miguel.nuno.chaves@bancobpi.pt
Garcia Ferreira - Tel.: 93 703 29 35
magarciaferreira@clix.pt
José Caldas - Tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas@bancobpi.pt

VELA

Carla Valadas - Tel.: 21 322 65 38
carla.sofia.valadas@bancobpi.pt
João Correia - Tel.: 93 743 58 16
joao.luis.correia@bancobpi.pt

VINHOS E SABORES

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

VISITAS GUIADAS E LIVRES

António Vale - Tel.: 91 305 58 06
ajvale@gmail.com
Elsa Verdial - Tel.: 91 824 84 66
grupodesportivosul@bancobpi.pt
Virgílio Guimarães - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgbpi.pt
Augusto Matheiro - Tel.: 22 206 10 90
norte@gdgbpi.pt

XADREZ

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

**OSVALDO SILVA**

DIRECTOR

Quando, há alguns anos, “entrei” para a Direcção do Grupo Desportivo, estava longe de imaginar que esse gesto se iria transformar numa missão importante para o seu desenvolvimento e o seu crescimento sustentados, pelo qual e sempre com o apoio dos restantes elementos da Direcção me iria responsabilizar e transformar numa bandeira, que ainda hoje empunhamos orgulhosamente.

Há um ano dizia que estávamos já a estudar e a criar condições para melhorar radicalmente a nossa plataforma informática depois de termos, muito recentemente, concluído a instalação de uma ferramenta que veio permitir melhores condições de navegabilidade na nossa página e também uma mais rápida divulgação das notícias.

Uma visão com futuro

Hoje estamos numa encruzilhada importante da vida do Grupo Desportivo, quando se está a divulgar o processo eleitoral que conduzirá naturalmente a uma nova Direcção.

Há três meses, demos conta de que já trabalhávamos na construção da nova base de dados, que vai permitir unificar os procedimentos administrativos e também, a curto prazo, que os sócios possam acompanhar mais de perto a evolução das suas responsabilidades para com o Grupo Desportivo, consultando por exemplo a facturação da Repsol, os gastos no bar, o extracto de conta ou os custos da farmácia, num processo interactivo que se pretende cada vez mais e melhor.

Também, já várias vezes o dissemos, nem sempre as ideias e os projectos se iniciam ou concluem de acordo com os prazos propostos ou previstos, porque nem sempre é fácil, com oportunidade, que se verifiquem as condições financeiras e adequadas à concretização dos objectivos. É preciso querer, vontade e determinação, para avaliar a cada momento as prioridades *versus* os recursos disponíveis, seja de que espécies forem.

A esta visão de conjunto, a este saber avançar, esperar ou recuar, consoante as circunstâncias, chama-se ter um projecto, geri-lo com critério, pensar no presente e nomeadamente no futuro, naqueles que se seguirão e que terão à sua disposição uma base de trabalho que pode ser explorada – melhorada, inclusive – se apostarmos no *upgrade* de um projecto que tem sido o grande suporte do crescimento e do desenvolvimento do Grupo Desportivo.

Hoje estamos numa encruzilhada impor-

tante da vida do Grupo Desportivo, quando se está a divulgar o processo eleitoral que conduzirá naturalmente a uma nova Direcção, que configure uma solução de continuidade ou pelo contrário quebre com o passado e siga uma nova orientação ao arrepio de tudo o que tem vindo a fazer-se, a ser considerado e bem justificado como o que deve ser feito.

No próximo dia 25 de Novembro os sócios do Grupo Desportivo vão ser chamados a certificar o trabalho desta Direcção, votando numa proposta de continuação do trabalho que temos vindo a desenvolver, ou, se assim o entenderem melhor, numa proposta alternativa de ruptura que porventura apareça.

No entanto, o que considero – consideramos – mais importante é a participação dos sócios seja qual for o sentido do voto. Não vale a pena pensar que por esta ou aquela razão, das muitas que inventamos para justificar alguns dos nossos actos, fica relevada a ausência no acto eleitoral, porque não fica.

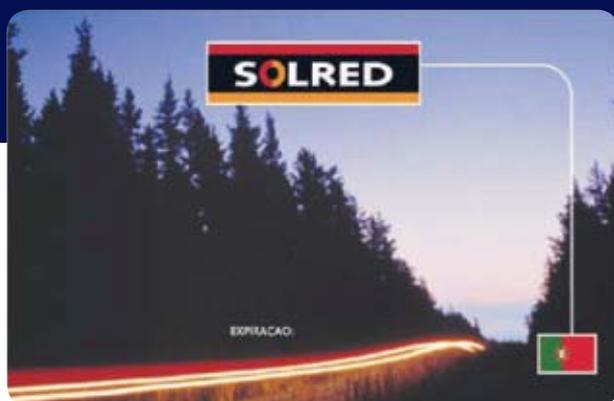
O Grupo Desportivo só existe porque tem Associados: são estes que devem definir o que entendem dever ser o Grupo Desportivo. As Direcções são mandatadas para pôr em prática um projecto escrutinado pelos sócios e devem ser premiadas quando esse objectivo é cumprido.

Tome nota na sua agenda: no dia 25 de Novembro, vote; não deixe ao cuidado dos outros aquilo que é uma obrigação sua. Se não votar, está a alienar um seu direito fundamental.

Boas férias.

Aproveite as vantagens do Cartão SOLRED

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



Ateste mais e pague ainda menos

Adira ao Cartão SOLRED e beneficie de ainda mais vantagens:

- Crédito médio de 30 dias, sem qualquer custo;
- Acesso à maior rede ibérica de postos de combustível – mais de 4000 postos de abastecimento;
- Cartão isento de anuidade;
- Desconto de 0,050 euros/litro, na aquisição de combustíveis Repsol em Portugal;
- Desconto de 0,012 euros/litro, na aquisição de combustíveis Repsol em Espanha;
- Crédito na lavagem e na aquisição de óleos em qualquer posto Repsol aderente;
- Acesso, 24 horas por dia, ao terminal exterior dos postos de abastecimento Repsol;
- Pagamento de portagens (acrescendo comissão de 3% + IVA), com possibilidade de associação à Via Verde;
- Determinação de *plafonds* em euros – só consome até onde quiser, em cada mês;
- Emissão de talão, em cada pagamento, com discriminação de: número do cartão, local, data e hora da aquisição, tipo de combustível adquirido, quantidade e valor.

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

O valor das despesas efectuadas com o Cartão SOLRED será deduzido no mês seguinte ao da sua realização, aquando do crédito do seu vencimento.

Se ainda não aderiu, preencha e envie-nos hoje mesmo o seu pedido, utilizando a ficha de sócio, disponível no nosso *site* na Internet, em «impressos».

NENHUM CARTÃO LHE DÁ MAIS DO QUE O DO GRUPO DESPORTIVO



Consigo nos momentos difíceis

www.servilusa.pt

Condições Especiais

para Sócios do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI



| Serviço Funerário

| Serviço de Florista

| Serviço Gratuito no Velório

Água e Café

Coroa de Flores

Pagelas

| Centros Funerários

Sta. Joana Princesa

Sto. Condestável

S. Pedro em Alcântara

Lumiar

Basílica da Estrela

| Capelas Exequiais de S. João de Deus

| Mini-Bus para familiares e acompanhantes

| Manutenção e Limpeza de Jazigos e Sepulturas

| Artigos Religiosos

| Serviço Internacional

| Crédito simplificado sem juros e encargos até 24 meses - Taeg 0%*

| Profissionais disponíveis para o ouvir nos momentos difíceis, 24 horas por dia



808 202 609

Linha de Apoio à Família

| A Servilusa encontra-se bem perto de si

*Adesão ao crédito nos 10 dias seguintes à data da factura

Número Nacional Grátis **800 204 222**

Serviço Funerário Permanente 24 horas

