

07 Vem aí a mulher-bala

09 Lista das prendas

40 Fim-de-semana branco... e prolongado!

11 Fim de ano nos Açores

# CEGARREGA

a partir de

O Romance da Raposa de Aquilino Ribeiro

Os Bichos de Miguel Torga

**DIVERTIDA FÁBULA PARA  
ESCOLAS E TODA A FAMÍLIA**

José Azevedo adaptação  
Pedro Giestas direção

Oferta de  
um bilhete  
na compra  
de outro\*

**22 Out a 18 Dez . Sáb às 16h . Dom às 11h . M6**  
p/ escolas sob marcação . tel 211 155 748 . 4ª, 5ª, 6ª

\* na apresentação da revista na bilheteira do Teatro da Trindade

Reservas Bilheteiras tel: 21 342 00 00 | 92 798 28 34 | Serviço educativo tel: 21 115 57 49 | TicketLine 707 234 234 - www.ticketline.sapo.pt | Fnac

Horário da bilheteira Tt: Terça das 14h às 20h | Quarta a Sábado, das 14h às 22h | Domingo das 14h às 18h

# Dar é receber

*Nelson Mandela escreveu algo fantástico sobre o medo que temos de nos mostrar, de nos doar para o mundo. Temos medo da nossa luz, achamos que não temos nada para contribuir. Mas temos, e muito.*

**JOÃO SAMPAIO**

DIRECTOR



Ainda agora, na missa de aniversário do Orfeão Portus Cale, o Sr. Padre referiu que dar é receber, tendo lembrado que é muito comum pensarmos que se damos, também temos de receber. Dizia, também, que queremos receber mais do que estamos recebendo. Vê-se muita gente reclamando: «Eu dou, dou e dou, e não recebo nada em troca.» Por outro lado, referiu que conhece algumas pessoas que estão sempre dando e nunca lhes falta nada, parecem estar sempre em estado de abundância e de gratidão. O que acontece é que nos baseamos no ego para fazer essa medida de quanto damos e quanto recebemos. Quando conseguimos sair disso vemos que, no fundo, dar e receber são a mesma coisa, pois acontecem ao mesmo tempo.

Quando lerem este texto, alguns já terão verificado que não vou concorrer às eleições do Grupo Desportivo a realizar no dia 25 de Novembro. Esta

decisão foi tomada aquando das últimas eleições. Havia dito que era o último mandato que fazia. Foram 8 anos como presidente em que procurei estar com o espírito de que acima falo, em que dar é receber, e incuti-lo nos meus colegas. Foi uma enorme satisfação ter servido o Grupo Desportivo e ter tido a hipótese de ter conhecido tantos Associados. Foram anos exigentes, dada a transformação que o Grupo Desportivo sofreu. Não foi fácil, mas valeu a pena. Não posso deixar de dar uma palavra de apreço para todos os que me ajudaram nesta mudança. Um deles foi o vice-presidente nestes últimos 4 anos e que agora se candidata a presidente, Amílcar Palavras Ferreira, pessoa boa e a quem muito devo. Outro foi o Osvaldo Silva, presidente da Direcção Regional Sul, com quem compartilhei nestes 8 anos a transformação que o Grupo Desportivo sofreu. Os nossos objectivos foram sempre os mesmos e conseguimos atingi-los. A todos os ele-

mentos dos órgãos sociais o meu muito obrigado.

Como já disse, vamos ter eleições para os órgãos sociais do Grupo Desportivo. É importante que os Associados votem. O voto é fundamental para que possamos constatar o quanto se interessam pela vida do Grupo Desportivo. Assim, faço um apelo para que votem. Irão receber em casa o voto, pelo que apenas terão de juntar uma fotocópia do BI, fazer uma cruz e deslocar-se aos Correios.

Anos difíceis se aproximam, e apenas quem pensar que «dar é receber» poderá estar em condições de servir o Grupo Desportivo. É nestas alturas que as pessoas se devem mostrar, se devem doar ao mundo, como dizia Mandela. Estou convencido de que este será o lema de Amílcar Palavras Ferreira, e todos sabemos que é o de Osvaldo Silva.

Um bem-haja a todos, e votem.

## → ÍNDICE

## 01 EDITORIAL

## 03 CALENDÁRIO

## 04 VIDA ASSOCIATIVA

- 04 Royal Mile em Edimburgo
- 04 Itália fantástica
- 05 Nas arribas do contrabando
- 06 Moscovo – cidade imperial
- 06 Jantar de Natal
- 07 Vem aí a mulher-bala
- 08 Como receber as prendas de Natal
- 09 Lista das prendas
- 10 Bom dia, colegas
- 10 Passagem de ano em Trancoso
- 11 Fim de ano nos Açores
- 12 Réveillon em Vilamoura



- 12 Eu hei-de ir a Viana
- 13 Marcha de profissionais
- 13 O coração da cidade
- 14 *From Paris with love*
- 14 Passeio à quinta
- 15 Adega das Mouras em Arraiolos
- 15 *Rally-Paper*

## 17 CULTURA

- 17 A Sizzix e o estanho
- 17 *Volviendo a bailar sevillanas!*

- 18 Papel, flores, Natal e *scrap*
- 18 *Scrapbooking* no Porto
- 19 Romeiros da Conceição
- 19 Decoração de bolos natalícios



- 20 A poda, fruteiras e vinha
- 20 A agulha e o dedal
- 21 Concurso de fotografia
- 22 Cinemateca Portuguesa
- 22 Enxertia para principiantes
- 23 Câmara Municipal de Lisboa e Supremo Tribunal de Justiça
- 23 Garante da Independência Portuguesa
- 24 Em Cartaz

## 26 DESPORTO

- 26 Andebol na senda das vitórias
- 26 Vamos correr com S. Silvestre



- 27 Maratona de Óbidos – O rescaldo
- 27 Santiago de Compostela em BTT
- 28 Começou a nova época
- 28 Basquetebol – O regresso

- 29 O que fazer em tempos de crise?
- 29 *Bowling* no Porto
- 30 Fez-se história no *bowling*



- 31 Quem corre por gosto não cansa
- 31 Futsal *al ajillo...* Sai uma dose.
- 32 Batalha à chuva! No Kartódromo da Batalha
- 32 Pescar contra a maré
- 33 O Peixe de Prata
- 33 IV Torneio de Poker – Texas Hold'em
- 34 Tênis de mesa
- 34 *Snooker*

## 36 FÉRIAS E VIAGENS

- 36 Viagens para 2012
- 37 Semana branca
- 39 Fim-de-semana branco
- 40 Fim-de-semana branco... e prolongado!
- 42 Apartamentos
- 43 Turismo Rural

## 46 PARCEIROS

## 51 CONTACTOS

## 52 A FECHAR

## FICHA TÉCNICA

**Propriedade:** Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI

**N.º de Contribuinte:** 505 065 681

**Direção do Associativo:** João Sampaio e Osvaldo Silva

**Director:** Osvaldo Silva

**Grafismo:** Júlia Andrade

**Revisão:** Luís Alho

**Secretariado:** Elsa Teixeira

**Colaboradores desta Edição:** Antero Duarte, António Costa, António Vale, Augusto Malheiro, Bruno Pereira, Cal Brandão, Carlos Ferreira, Carlos Morais, Catarina Gonçalves, Fátima Cruz, Fernando Barrias, Francisco Barata, Francisco Ribeiro, Inês Cartaxo, Isabel Guimarães, João Gouveia, João Sampaio, Joaquim Rubira, Jorge Ribeiro, José Caldas, Luís Ângelo, Manuel Correia, Maria João, Osvaldo Silva, Paulo Jorge, Pedro Ferreira, Pedro Santos, Pilar Batoréu, Radu Popusoi, Rita Santos, Rui Duque, Rui Simplício, Sandra Fradique, Sandra Nascimento, Virgílio Guimarães

**Imagem da Capa:** Vem aí a mulher-bala

**Expedição:** Jorge Almeida

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

**Periodicidade:** Trimestral

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

**Impressão:** Luís Fernando Vicente Garcia, Lda.

**Tiragem:** 12 500 exemplares

**Depósito Legal:** 213139/04

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

**Redacção**

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

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

**E-mail:** grupodesportivosul@bancobpi.pt

**Site:** www.gdbpi.pt

PRINCIPAIS  
CADERNOS

**FEVEREIRO** Férias e Viagens do Grupo Desportivo

**MAIO** Campos de Férias e Relatório e Contas

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

**NOVEMBRO** Festa de Natal e Ano Novo

Novembro ↓

- |   |   |   |
|---|---|---|
| 12 Aula de tiro de precisão               | 12 <b>São Martinho em Esposende</b>     | 19 II Torneio de Ténis de Mesa          |
| 12 A Sizzix e o estanho                   | 14 <i>Volviendo a bailar sevillanas</i> | 26 <b>Adega das Mouras em Arraiolos</b> |
| 12 <b>S. Martinho é festa em Almourol</b> | 19 Papel, flores, Natal e <i>scrap</i>  | 26 A poda, fruteiras e vinha            |

Dezembro ↓

- |                                       |  |                                       |
|---------------------------------------|--|---------------------------------------|
| 3 Aula de tiro de precisão            | 10 Circo de Natal em Lisboa  | 17 A poda, fruteiras e vinha          |
| 3 Museus de Marinha e de Arte Popular | 11 Circo de Natal no Porto   | 25 Dia de Natal                       |
| 3 A poda, fruteiras e vinha           | 12 <b>Distribuição das prendas aos filhos dos colaboradores do Banco</b> | 30 <b>Passagem de ano em Trancoso</b> |
| 10 Aula de tiro de precisão           | 15 Jantar de Natal   | 30 <b>Réveillon em Vilamoura</b>      |
| 10 A poda, fruteiras e vinha          | 16 IV Torneio de Poker Texas Hold'em                                     | 30 <b>Fim de ano nos Açores</b>       |

Janeiro ↓

- |   |                          |                         |
|---|--------------------------|-------------------------|
| 13 Fim da inscrição para o torneio de <i>bowling</i> do Porto | 14 Cinemateca Portuguesa | 29 <b>Semana Branca</b> |
|   | 19 Bowling no Porto      |                         |

Fevereiro ↓

- |                                |   |
|--------------------------------|---|
| 4 Enxertia para principiantes  | 18 Câmara Municipal de Lisboa e Supremo Tribunal de Justiça |
| 10 <b>Fim-de-Semana Branco</b> |   |

## Royal Mile em Edimburgo

Oh! milha danada de comprida...

Como o nome diz, tem aproximadamente uma milha escocesa, cerca de 1800 metros.



A romântica Escócia, famosa por Robert Bruce, Bonnie Prince Charlie, o monstro do lago Ness, o uísque e a Rebellion.

A Escócia é um país que se converteu em lenda, em mitos e em folclore, com alguns cenários espectaculares e paisagens impressionantes de tirar o fôlego, especialmente nas regiões das Highlands (Terras Altas).

Royal Mile é o nome que recebe a avenida formada por quatro ruas: Castlehill, Lawnmarket, High Street, e Canongate. Percorrê-la – desde o Castelo de Edimburgo até ao Palácio de Holyroodhouse, visitando museus e monumentos, e vendo as suas lojas e portas, e ainda explorando as ruas adjacentes – foi tão interessante e

com tantas atrações, que valeu a pena.

O que dizer então das Terras Altas?! A paisagem é estonteante, e a vegetação vai mudando de acordo com a altitude das montanhas chamadas Cairngorms.

O interessante é ver os bisontes escoceses (na verdade é uma espécie de gado da raça Aberdeen Angus), típicos das Terras Altas, por serem resistentes a chuvas fortes, ventos cortantes e baixas temperaturas. São lindos de morrer! Fiquei impressionado. São enormes e têm grandes franjas encobrendo os olhos, que os faz parecer um bicho de pelúcia.

Mais poderia dizer, mas deixo apenas estas referências para aguçar o apetite.

Por Cal Brandão

## Itália fantástica

Comam um gelado em cada cidade e um chocolate de limão em Capri

Caso gostem de tirar fotografias, levem cartões com boa memória, porque não faltam motivos para fotografar, mas que isso não vos impeça de apreciar cada momento.

A viagem esteve recheada de momentos inesquecíveis, em cidades fantásticas, que dão o mote para que o passeio seja um êxito. O resto é feito pelo Grupo Desportivo, e nós divertimo-nos muito! Aqui ficam alguns registos da nossa experiência nestes dias.

Milão foi uma cidade que nos encantou,

com o seu clima de romance e os seus gelados – Verona.

Veneza é uma cidade encantadora. A guia local falou-nos de algumas das 119 ilhas. Memorável foram o passeio de gôndola e a visita à fábrica de cristais de Murano.

Em Pisa não pudemos subir à famosa torre.

Outro momento empolgante aconteceu em Florença. É imperdível e muito emocionante.

Siena e Assis são cidades muito acolhedoras, com um “clima” especialmente tranquilo.

Finalmente, a capital do maior império de outrora – Roma. Não vamos desvendar

os mistérios da cidade, mas acreditem que há muitos.

A extensão das ruínas de Pompeia é impressionante, e, imaginem, descobrimos a origem do *fast-food*.

Em Capri os condutores dos miniauto-carros andam, nas ruas apertadas e inclinadas, a uma velocidade estrondosa! De volta a Roma foi altura de comer pizzas!!!

Por Inês Cartaxo





## Nas arribas do contrabando

Qual de nós nunca sonhou pertencer ao enredo de um filme de acção, rodeado de perigo, de bandidos e de contrabando?

No ano de 2012, o rali vai ser muito pequeno, para que possa apreciar a paisagem absolutamente divinal.

Nenhum participante andarà mais de 10 quilómetros, ou 15 minutos, sem ter à sua direita, atrás ou à frente uma fantástica paisagem de mar.

Qual de nós nunca sonhou pertencer ao enredo de um filme de acção, rodeado de perigo, de bandidos e de contrabando? Prepare as máquinas e inscreva-se assim que publicarmos a notícia oficial.

A travessia que os antigos contrabandistas efectuavam bem perto das falésias está lá; os barcos pesqueiros que ninguém sabe o que pescam nas noites de nevoeiro, também; o verde do mar, que desafia o azul do céu, também.

Para que esta crónica não seja comple-

tamente desprovida de conteúdo, sempre lhe vou dizendo que será disputado em Peniche, Óbidos, Caldas da Rainha, São Martinho do Porto e Foz do Arelho. Ainda não sabemos se passamos pela Nazaré a caminho de Tavira, mas como prova de boa vontade deixamos aqui uma pergunta que sairá na prova:

*Quanto tempo durou a guerra dos 100 anos?*

Esteja atento ao *site* do Grupo Desportivo, mas, enquanto a notícia sai e não sai, veja se descobre o regulamento da prova de 2011. Ouvi dizer que vai ser muito parecido... ou talvez não.

Por Rui Duque



NO ANO DE 2012, O RALI VAI SER MUITO PEQUENO, PARA QUE POSSA APRECIAR A PAISAGEM ABSOLUTAMENTE DIVINAL.

## Moscovo – cidade imperial

Acabo de chegar de Moscovo e adorei a cidade

Em primeiro lugar queria dizer que os russos não são tão antipáticos quanto parecem. Eles esforçam-se – e muito – para entender e ser entendidos.

Embora tenha ouvido dizer que não falavam inglês, comprovei precisamente o contrário. Os que não são tão fluentes entendem o que dizemos, emitem algum ruído e indicam a direcção correcta.

O ideal para comunicar com eles é não



enrolar e ir directos ao assunto com palavras-chave, como «Kremlin», «church» ou «monastery».

Sobre o metro, depois do susto inicial com o mapa, que mais parece uma teia de aranha, é bem simples de utilizar. As estações têm toda a indicação necessária para nos localizarmos. Apenas temos de decorar os 3 primeiros símbolos da estação e ter um mapa na mão.

A Praça Vermelha é linda, há o Kremlin e os jardins – gostei muito da cidade. Tam-

bém adorei andar pelas ruas às compras ou a observar os hábitos dos russos, que são capazes de passar horas conversando e bebendo uma boa vodca (penso eu) nos parques, nos jardins ou simplesmente nas bonitas esquinas da cidade.

Deixamos uma nota para a enorme quantidade de gelados que comem. Sobre a alimentação, não gostei da comida russa... e então aquela de termos peixe ao pequeno-almoço é fantástica!

Por Isabel Guimarães

## Jantar de Natal

Como se costuma dizer, «Daqui até ao Natal é um saltinho de pardal».



Como já vai sendo tradição, o Grupo Desportivo realiza o Jantar de Natal, no Casino de Espinho, onde os nossos associados e familiares terão oportunidade de confraternizar e viver, em conjunto, o espírito natalício.

Para os que não quiserem utilizar transporte próprio, o Grupo Desportivo disponibilizará um autocarro que sairá da Praça General Humberto Delgado.

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

Por Virgílio Guimarães

**Realização:** 15 de Dezembro

**Inscrição até:** 30 de Novembro

**Ponto de encontro:** Praça General Humberto Delgado ou Casino de Espinho

**Hora:** 18.30h ou 20.00h

**Valor:** 48 euros

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

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 3 (três) prestações, com início em Novembro (duas), e final em Dezembro

**Recomendações:** o transporte de autocarro será oferta do Grupo Desportivo

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo



# Vem aí a mulher-bala

Duas horas de alegria e boa-disposição com palhaços, equilibristas, malabaristas, algodão-doce, espadas luminosas à Darth Vader, sem dramas, desvios colossais, crise ou derrapagens.

Mesmo que os retratos nos apresentem cores, mesmo que as palavras escritas prometam esperança e garantam alegria, os nossos pensamentos ao ler um jornal, uma revista ou um artigo retirado da *net* vão invariavelmente terminar com um pensamento de crise. Crise, crise e mais crise. Não passam duas horas sem que oiçamos esta terrível palavra.

A realidade actual conduz-nos a um cinzento a que é difícil escapar e a uma amargura difícil de controlar.

Por todas estas razões e mais algumas que não importa repetir, resolvemos fazer a Festa de Natal, que mais uma vez a Exma. Administração do Banco BPI confiou ao Grupo Desportivo no Circo Cardinali em Lisboa e no Coliseu do Porto.

No sempre igual, mas sempre diferente circo deste ano, teremos certamente duas horas de alegria e boa-disposição com palhaços, equilibristas, malabaristas, algodão-doce, espadas luminosas à Darth Vader, sem dramas, desvios colossais, crise ou derrapagens.

Contudo, enganámo-nos quando pensamos que naqueles 120 minutos em que dura o espectáculo não iríamos ouvir falar da crise – engano nosso, caro sócio. Então não é que neste ano, para combater a crise, mandaram vir a mulher-bala?!



A crise já cá chegou. Vamos esperar que a dita senhora chegue e faça o seu trabalho.

## Bilhetes

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

Seja rigoroso e moderado: peça só aqui-

lo de que realmente necessita. O acto de ratear não é agradável, e por vezes pode dar azo a injustiças. Pense nisto. Mas pense mesmo.

É importante mencionar o número de bilhetes pretendidos, o destinatário (próprio, cônjuge, filho, filha, outros), qual a sessão, e para que local devem ser enviados, ou se os irá levantar à Secretaria do Grupo Desportivo.

Tendo em vista o envio dos bilhetes, solicitamos a todos os empregados do grupo Banco BPI que actualizem o seu código de correspondência.

Por Rui Duque

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

# Como receber as prendas de Natal

A inscrição das crianças dos 0 aos 12 anos é fundamental para que tudo decorra como desejamos. Se tem filhos e ainda não os registou no ficheiro de sócios do Grupo Desportivo, faça-o rapidamente.

O Grupo Desportivo mereceu uma vez mais a confiança do Exmo. Conselho de Administração e tem de novo a seu cargo a organização e a logística da Festa de Natal do Banco BPI e das empresas suas associadas. Nesta circunstância, procurámos escolher cuidadosamente as prendas, tendo em conta o sexo e as idades das crianças a que se destinam, e o cumprimento das regras do Banco BPI.

Para que o processo de entrega dos brinquedos aos filhos dos colaboradores do Banco decorra sem contrariedades, por favor (se ainda não o fez) registre os seus filhos no ficheiro de sócios do Grupo Desportivo. Se não o fizer, vai difi-

cultar imenso o nosso trabalho, e terá alguma dificuldade em justificar ao seu filho porque é que recebeu atrasado o brinquedo do Pai Natal do BPI.

Seja ou não sócio do Grupo Desportivo, os elementos necessários para registar um filho na nossa base de dados são os seguintes: número de sócio (número mecanográfico quando não for sócio), data de nascimento (aaaa.mm.dd) e nome completo do filho.

Se ainda não for sócio do Grupo Desportivo, não desespere: afinal está sempre a tempo, e pode até aproveitar agora a oportunidade para se associar, porque, como rapidamente vai perceber, as vantagens são imensas.

Recomendamos a todos os empregados que procedam ao levantamento, dentro dos prazos indicados, dos brinquedos a que os seus filhos têm direito, porque após essa data não podemos garantir a existência da prenda adequada.

Nos dias 19 e 20 de Dezembro, em Lisboa e Porto, caso haja brinquedos disponíveis, poderão fazer-se trocas por outros de es-



calão etário imediatamente inferior ou superior, excepto nos escalões de 11 e 12 anos, onde não estão permitidas trocas.

Por Osvaldo Silva








UNIDADES	LOCAL DE ENTREGA	DIAS	HORÁRIO
Serviços Centrais do Banco BPI	Lisboa: Praça do Município, n.º 31-r/c Porto: Rua do Bonjardim, n.º 179-2.º	12 a 16 de Dezembro	Das 12.00h às 14.00h, e das 16.00h às 18.30h
Banco Português de Investimento			
Participadas			
Balcões de Lisboa			
Balcões do Porto			
Restantes balcões	Envio via EMS		

# Lista das prendas

Por Direcção Nacional

ANO	IDADE	SEXO	BRINQUEDO
2011	0	M/F	Livro de actividades 
2010	1	M/F	Telefone ou bola ou livro – aprende a brincar 
2009	2	M/F	Irmãos Koala desenhos mágicos 
2008	3	M/F	Quinta do Ruca 
2007	4	M/F	Toy Story 3 
2006	5	M/F	Aprendo a somar e a subtrair 
2005	6	M	Todo-o-terreno rádio controlo 
2005	6	F	Moxie Girlz 

ANO	IDADE	SEXO	BRINQUEDO
2004	7	M	Battle Strikers – Piões 
2004	7	F	Magnext 
2003	8	M/F	Leitor MP3 de 2GB+Auscultadores Coby 
2002	9	M	Volante – need for speed 
2002	9	F	Agenda electrónica Monster High 
2001	10	M/F	Conhece a tua anatomia 
2000	11	M/F	Combo CD/MP3 com rádio AM/FM 
1999	12	M/F	Maquina fotografica de 7 Megapixels 

## Bom dia, colegas

Neste ano, adicionei mais uma categoria às memórias que o Grupo Desportivo nos cria: a das férias. Foi fácil fazer a reserva, foi bastante económico, e a estada foi ótima.

Desde que entrei para o BPI – e em particular desde que fui mãe –, o Natal e o circo organizados pelo Grupo Desportivo têm um gostinho especial. No ano passado foi o primeiro a que assistimos na condição de papás, e foi perfeito. Ficou

um gostinho de quero mais, que sem dúvida esperamos repetir.

Neste ano adicionei mais uma categoria às memórias que o Grupo Desportivo nos cria: a das férias. Em Maio não conseguia programar as férias grandes da família, até que, num dia, no balcão, ao ler o *Associativo* percebi as propostas de apartamentos para férias, e em boa hora escolhi o aldeamento Pedras da Rainha. Em Junho, aproveitando uma viagem ao Algarve, fui conhecer o espaço, e se por momentos receei que me fosse atribuído um apartamento com escadas, o que dificultaria a estada por me fazer acom-

panhar de uma pessoa com mobilidade reduzida e um bebé, logo os responsáveis do aldeamento trataram de me tranquilizar.

No dia de chegada, tinha à nossa espera um apartamento perfeito, sem quaisquer barreiras arquitectónicas, para umas férias inesquecíveis. Ficámos com a certeza de que para o ano voltaremos.

Pela ajudinha que me deram, pela paciência, pelas excelentes iniciativas, agradeço a vossa disponibilidade, e tenho a certeza de que continuarão a desempenhar um excelente papel.

Por Sandra Fradique



## Passagem de ano em Trancoso

Traga a família e os amigos, e venha fazer-nos companhia.



Prepare-se para a passagem de ano, com a nossa sugestão. Traga a família e os amigos, e venha fazer-nos companhia. Vamos estar no Hotel de Turismo, localizado

na bonita cidade de Trancoso. A deslocação pode ser feita em carro próprio ou de autocarro, oferta do Grupo Desportivo.

Por Virgílio Guimarães

**Realização:** de 30 de Dezembro a 1 de Janeiro

**Inscrição até:** 15 de Dezembro

**Ponto de encontro:** Praça Francisco Sá Carneiro

**Hora:** 14.00h

**Valor:** 250 euros

**Crianças dos 4 aos 11 anos:** 120 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 199 euros

**O pagamento poderá ser efectuado em até: 4 (quatro) prestações, com início em Dezembro, e final em Março**

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo

# Fim de ano nos Açores

Escolha diferente para a despedida de 2011 e entrada em 2012. Hotel de quatro estrelas em Ponta Delgada. Fogo-de-artifício na baía.

Aproveite e visite Ponta Delgada, desfrute desta cidade rica em história. Faça a visita da ilha.

Deixe o ano de 2011 na companhia de familiares, colegas e amigos com os desejos de sempre, bom ano com saúde, as 12 passas, o champanhe, o tchim-tchim, a ceia pela noite dentro, o charme, a alegria.

Por Rui Simplício



## Programa

### 30 de Dezembro – Lisboa/Ponta Delgada

Saída em voo regular SATA, S4 129 às 18.10h com destino a Ponta Delgada. Assistência à chegada e transporte privado para o hotel Marina Atlântico. Jantar no hotel.

### 31 de Dezembro – Ponta Delgada

Dia livre para actividades de carácter pessoal

(Opcional: 9.00h – Saída para visita de dia inteiro às furnas, com almoço. Chegada ao hotel às 17.00h)

Pelas 19.15h saída para o jantar de fim de ano no hotel Açores Atlântico 00.00h – Fogo-de-artifício na baía de Ponta Delgada.

### 1 de Janeiro – Ponta Delgada

Dia inteiramente livre para actividades de carácter pessoal. Jantar no hotel.

### 2 de Janeiro – Ponta Delgada/Lisboa

Dia livre para actividades de carácter pessoal

(Opcional: 9.30h – Saída para visita de dia inteiro às Sete Cidades, com almoço incluído. A visita termina no aeroporto) Partida no voo regular SATA S4 128 às 20.25h com destino a Lisboa.

**Realização:** 30 de Dezembro

**Inscrição até:** 15 de Dezembro

**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa

**Hora:** 16.10h

**Valor:** 580 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 530 euros

**Suplemento de quarto individual:** 90 euros

**Taxa de inscrição:** 36 euros

**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 86,50 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)

**Inscrição inclui:**

20 quilos de bagagem; jantares no hotel

com bebidas incluídas; visitas guiadas com almoço e bebidas incluídas conforme programa; circuitos em autocarro com ar condicionado; seguro de viagem; assistência por representantes da Travel Quality durante toda a viagem

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

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 4 (quatro) prestações, com início em Dezembro e final em Março

**Recomendações:** inscrições limitadas

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo

# Réveillon em Vilamoura

Destino privilegiado

O Hotel Ampalius, do grupo Vila Galé, na marina de Vilamoura, é o local escolhido para nos despedirmos de 2011 e entrarmos, em grande estilo, em 2012. Vilamoura, cuja história deve ter mais ou menos 50 anos, é um destino de luxo, dos melhores da Europa, bem pertinho de Loulé, uma cidade com mais de oitocentos anos e muito para visitar. Vamos festejar a entrada no novo ano num excelente ambiente, entre colegas, familiares e amigos, o desejo de bom ano com saúde, as 12 passas, o cham-



## Programa

Duas noites de alojamento com pequeno-almoço *buffet*  
Jantar-*buffet* no dia 30  
Jantar de *réveillon* com música ao vivo para dançar  
*Brunch* no dia 1 de Janeiro

**Realização:** 30 de Dezembro  
**Inscrição até:** 22 de Dezembro

panhe, o tchim-tchim, a animação, a ceia pela noite dentro. Venha divertir-se com a sua família e os seus amigos. Esperamos por si.  
**Por Rui Simplicio**

**Ponto de encontro:** Parque das Nações ou Hotel Ampalius

**Hora:** 16.30h ou 20.00h

**Valor:** 225,00 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 195,00 euros

**Noite extra:** 31,50 euros

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 4 (quatro) prestações, com início em Dezembro, e final em Março

**Recomendações:** inscrições limitadas. O autocarro regressa no dia 1 de Janeiro, às 14.30h

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo

## Eu hei-de ir a Viana

Cansados mas satisfeitos, regressámos ao Porto pela tardinha.



Porque o comboio não espera, à hora aprazada lá estavam todos os participantes, para a visita a uma cidade que, pela sua história e não só, é digna de uma ou várias visitas, na estação de Campanhã.

Acompanhados pela Teresa, guia simpática e defensora da sua terra, fomos caminhando por ruas e ruelas da parte antiga da cidade, apreciando as suas construções seculares, como o hospital velho, a Sé, simples casas e nobres palácios, ouvindo histórias e lendas, como a do Miguel de Vasconcelos – sim, esse do armário –, que terá estado em Viana numa dessas casas.

Apreciámos, ainda, algumas das cons-

truções modernas de Viana, e que ficarão para a história, obras de Siza Vieira, Souto Moura e outros. Como não podia deixar de ser, “visitámos” também as famosas bolas-de-berlim da Natário.

O almoço teve lugar na Tasquinha da Linda, com peixe grelhado de diversas “marcas”, que estava uma delícia e a que todos se “atiraram” com prazer e apetite.

Após o repasto subimos no funicular até ao monte de Santa Luzia, templo que não pôde ser visitado porque decorria uma cerimónia religiosa e de onde admirámos uma vista deslumbrante.

Cansados mas satisfeitos, regressámos ao Porto pela tardinha.

É caso para dizer: «Havemos de voltar a Viana.»

**Por Antero Duarte**

## Marcha de profissionais

O que animou muito esta caminhada, com uma extensão de mais ou menos 10 quilómetros, foram as lindas paisagens, das quais todos desfrutaram.



Chegámos ao parque de campismo de Arouca, após uma viagem tranquila e não muito cansativa.

Inicialmente caminhámos muito lentamente devido à grande fila que ia à nossa frente – aproximadamente 250 pessoas –, e até houve quem levasse cães. Porém, passados uns 20 minutos,

o percurso ficou mais fluido... cada um no seu ritmo, procurando não se afastar demasiado dos outros. Tivemos subidas e descidas ligeiras, o que dava um certo dinamismo e criava algum desafio aos caminheiros.

O que animou muito esta caminhada, com uma extensão de mais ou menos 10

quilómetros, foram as lindas paisagens, das quais todos desfrutaram, e também tivemos a oportunidade de passar por uma pequena aldeia e por um bosque.

A grande surpresa deste percurso foi a última subida, que era bem acentuada. Confesso que foi a parte mais cansativa, até deu para transpirar.

Concluimos a marcha no mesmo sítio onde começámos. Fez-se aí a entrega dos prémios para as pessoas com mais de 40 anos. Desta vez, como dizia o Brandão, foi uma “marcha de profissionais”.

O almoço teve lugar na Casa dos Bifes. A comida estava deliciosa e fomos muito bem recebidos.

Conheci uma nova terra e sobretudo boa gente.

Radu Popusoi

## O coração da cidade

A cidade do Porto teve a honra de reconhecer em 1996 o digno trabalho de mais de duas centenas de voluntários que emprestam o seu ânimo e a sua coragem para dignificar a pobreza.

Pioneiro na desobrigação dos subsídios sociais, O Coração da Cidade – Instituição Particular de Solidariedade Social, espaço ecuménico de voluntariado, apoia pessoas carenciadas, que são educadas e orientadas para a cidadania activa e para o trabalho solidário.

A instituição, com sede na R. de Antero de Quental, n.º 806, no Porto, estende a sua acção a todo o distrito do Porto e às

zonas limítrofes através da criação de lojas sociais, que desempenham um trabalho preponderante na detecção de novos focos de pobreza.

O Grupo Desportivo pretende promover entre os seus associados este espírito, pelo que lhes propõe que se associem à instituição. Pensamos ainda em passar a organizar mensalmente um dia de voluntariado para apoiar a instituição. Para



isso precisamos de que colaborem, pelo que ficamos à espera da vossa inscrição. O primeiro dia de voluntariado está previsto para Dezembro.

Contamos com todos. Acompanhe no site do Grupo Desportivo.

Por João Sampaio



## From Paris with love

Esta visita valeu bem a pena, *malgré tout*.

Todos nós já ouvimos, ou lemos, muitas coisas sobre a cidade de Paris, quer a tenhamos visitado quer não. Na verdade, várias referências lhe têm sido feitas, como “a Cidade-Luz”, “a mais bela Cidade do Mundo” e até “a Cidade do Amor”.

Mas isso só os visitantes poderão sentir, ou imaginar, cada um a seu modo, naturalmente.

O que eu não sabia, nem nunca me ocorreu averiguar, é a proveniência do nome. A origem de Paris liga-se a uma antiga fortaleza povoada pela tribo dos Parisii, instalada numa ilha do rio Sena (a actual Île de la Cité) por volta do ano 52 a. C.

Quanto à nossa viagem, resumi-la-ei na enumeração das acções que foram efectuadas no âmbito das visitas.

No primeiro dia fizemos uma visita panorâmica diurna e uma nocturna aos locais mais emblemáticos da cidade: Praça da Concórdia, Ópera, Campos Elísios, Arco do Triunfo, bairros Latino e de St. Germain-des-Prés, etc.

No segundo dia visitámos a Sainte Chapelle, a Catedral de Notre Dame de Paris, o Bairro Latino, a Torre Eiffel (2.º andar), Montmartre, e a Basílica do Sacré Coeur, terminando com um agradável passeio de barco pelo Sena.

Ao terceiro dia visitámos o Castelo de Fontainebleau, e de tarde extasiámo-nos com as maravilhas do imenso Museu do Louvre.

O último dia foi para o maravilhoso Palácio de Versalhes e os seus fantásticos jardins, terminando assim, em grande beleza, a nossa viagem.

Por João Gouveia



## Passeio à quinta

Na quinta fomos à quinta, e que quinta!

No âmbito dos passeios à quinta-feira, desta feita fomos à Quinta da Seara, localizada a 4km de Esposende, na freguesia de Palmeira de Faro.

Narrar tudo aquilo de que nós desfrutámos não cabe nestas simples linhas.

A quinta é imensa. Para além dos animais – cavalos, pôneis, burros, ovelhas, galináceas –, os proprietários “fazem” a terra. Possuem vinha – da qual resulta um vinho fabuloso –, pomares, horta e pinhal.

Durante esta quinta (feira), andámos na apanha do milho, fizemos a desfolhada (retirar a espiga ou maçaroca da planta) e a malhada (dar com o malho), sempre acompanhados pelo som das concertinas e de cantadores.

Foi um autêntico arraial minhoto.

O repasto, bem regado, com o tal vinho da vinha, proporcionou a todos uma experiência de que gostámos.

Por Augusto Malheiro





# Adega das Mouras em Arraiolos

Arraiolos tem uma das maiores vinhas contínuas da Europa

Esta visita foi criada pela Wine Academy, cujo director é o escanção José Carlos Santanita. Vamos passear pelas vinhas, fazer jogos vínicos e as habituais provas da adega, e, no fim, um repasto opíparo ao som dos vinhos Adega das Mouras. Tchim! Tchim!

Por Pedro Ferreira

## Programa

08.00h – Partida de Lisboa

10.00h – Encontro na Adega das Mouras e passeio pela vinha

11.00h – Visita às adegas, caves e sala de engarrafamento

13.00h – Almoço com um vinho branco

e um vinho tinto da Adega das Mouras (Entradas, sopa, prato principal – carne de porco, ou frango, ou filetes de pescada gratinados, ou bacalhau dourado; sobremesa)

15.30h – Fim da visita

**Realização:** 26 de Novembro

**Inscrição até:** 21 de Novembro

**Ponto de encontro:** Lisboa, ou Arraiolos

**Hora:** 8.00h na opção transporte, ou 10.00h na Adega das Mouras

**Valor:** 50 euros

**Transporte (opcional):** 20 euros

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

**Transporte (opcional):** 15 euros

**Inscrição inclui:** visita guiada às vinhas da herdade, prova de vinhos e almoço

**Inscrição não inclui:** aperitivos e digestivos no almoço, compras na loja de vinhos ou provas fora da opção indicada

**O pagamento poderá ser efectuado em:** 2 (duas) prestações, com início em Novembro, e final em Dezembro

**Recomendações:** indicar a opção transporte caso necessitem e prato principal preferido

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo

## Rally-Paper

A região de Esposende, percorrida de lés a lés

Chegámos na sexta à noite; a receber-nos, o presidente da Direcção do Grupo Desportivo. Sábado, quando olhámos para o parque, quase caíamos de lado. Tanta gente e tantos carros! Não contei, mas que eram muitos, eram.

Lá começou a prova. Lemos o texto e arrancámos.

De manhã correu bem, apesar de termos

feito algumas “figuras tristes” (abrir as pernas e olhar para o céu à procura do que está em cima da mão), o almoço tardio foi impecável.

De tarde a construção dos papagaios decorreu sem problemas, agora conseguir que eles voassem, foi digno de um filme cómico: o vento não apareceu; logo, nenhum conseguiu planar...

À noite comemos, dançámos e cantámos, e depois fomos para a caminha.

No domingo de manhã, fomos visitar uma quinta de turismo rural em Esposende e ainda se provou um “verde fresquinho”. Fabuloso! Muito gira, e, já agora, “muito bom”. O almoço: aqueles robalinhos grelhados estavam tão bons, que atenuou o facto de não me ter saído a viagem a Amesterdão... e tivemos a distribuição de prémios.

Pena só nos ter saído o prémio de partici-



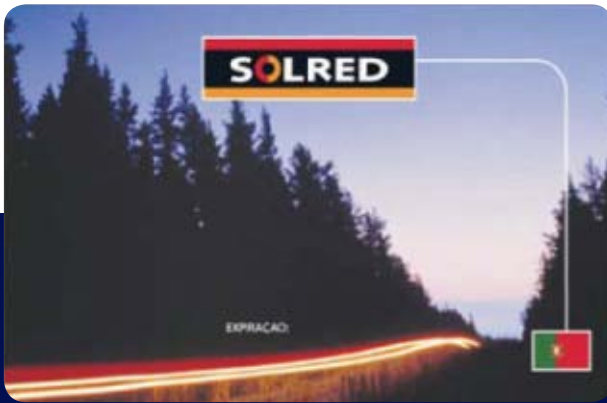
pação. Digo pena, dado que viagens, népia; presunto, nem vê-lo; fins-de-semana foram para os outros, pelo menos podia ter-me saído como complemento a “estada na Pensão dos Aliados”.

Para o ano haverá mais, penso eu, e caso haja, lá estarei...

Já agora, parabéns para os vencedores, os participantes do carro n.º 102, o Abílio Costa e a Ilda Marques.

Por Fátima Cruz





6 cêntimos/litro

A partir  
de 1 de Novembro

Aproveite as vantagens do **Cartão SOLRED**

Agora com ainda melhores condições  
**E DESCONTO DE 0,06 EUROS/LITRO**

**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 0,060 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**



## A Sizzix e o estanho

O projecto que temos para este *workshop* é a elaboração de uma moldura, que depois ainda será pintada com verniz de vitral.

Aliar a sobriedade do estanho à modernidade da Sizzix é o que vos propomos.

A Sizzix, para quem não sabe, é uma pequena máquina que possui inúmeros moldes, com os quais se criam os mais variados desenhos e relevos.

Os materiais que podem ser usados são: papel, feltro, eva, tecido, e, como dissemos anteriormente, estanho.

O projecto que temos para este *workshop* é a elaboração de uma moldura que depois ainda será pintada com verniz de vitral.

Por Sandra Nascimento

**Realização:** 12 de Novembro

**Inscrição até:** 7 de Novembro

**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 da moldura

**Ficha de inscrição:** disponível

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

**Para mais informação:** contacte

o Grupo Desportivo

## Volviendo a bailar sevillanas!

Inscreva-se neste novo curso, uma vez mais ministrado pela professora Rita Santos, e venha aprender, dançar e divertir-se!

O Grupo Desportivo volta a disponibilizar aos seus associados a possibilidade de experimentarem as sensações únicas das sevillanas, uma dança tipicamente andaluza, carismática e temperamental, onde a música bem alegre e ritmada é apimentada por uma expressão corporal intensa e sedutora.

Por Rita Santos



**Realização:** 14 de Novembro

**Inscrição até:** 4 de Novembro

**Ponto de encontro:** Salão

Polivalente do Grupo Desportivo

**Hora:**

Terça-feira das 19.30h às 21.00h, ou

Quinta-feira das 19.00h às 20.30h

**Valor:** 85 euros

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

75 euros

**O pagamento poderá ser**

**efectuado em até:** 2 (duas)

prestações, com início em Novembro e final em Dezembro

**Recomendações:** levar roupa

e calçado confortável, sendo

aconselhável que o calçado tenha um pouco de altura, mas que seja bem

estável. Mínimo de 12 e máximo de 24 inscrições

**Ficha de inscrição:** disponível

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

**Para mais informação:** contacte

o Grupo Desportivo

### PROGRAMA

### NÚMERO DE AULAS (CADA AULA = 1.30H)

#### 1. Introdução

Apresentação da classe e objectivos do curso

Breve apresentação e explicação teórica desta dança

#### 2. Aprendizagem

1.ª e 2.ª sevillanas – passos de pés

1.ª e 2.ª sevillanas – pés + braços

3.ª e 4.ª sevillanas – passos de pés

3.ª e 4.ª sevillanas – pés + braços

#### 3. Aulas de treino livre

Aula de consolidação das 4 sevillanas e balanço final

2 aulas extra, de 1.15h cada (custo adicional de 7 euros por cada aula)

**Total de aulas**

5

3

3

3

2

opcional

16



## Papel, flores, Natal e scrap

Mesmo para quem acha que não tem muito jeito, aproveitem este *workshop* para o comprovar... ou não!

Não haverá limites para a imaginação: entre cartão, papéis coloridos, ilhoses, fitas e algumas orientações, vão surgir trabalhos únicos saídos da nossa imaginação. Mesmo para quem acha que não tem muito jeito, aproveitem este

*workshop* para o comprovar... ou não!

Com o pensamento no Natal vamos apresentar duas originais propostas que poderá utilizar na época natalícia, uma poderá servir como de prenda de Natal para uma das suas amigas, já que ire-

mos construir de raiz um prático bloco de notas que poderá personalizar a seu gosto ou ao gosto da pessoa a quem vai oferecer.

Para a mesa da ceia de Natal iremos criar uma original coroa que irá dar um brilho único à mesa da consoada, ou apenas à sua sala.

Por Catarina Gonçalves

**Realização:** 19 de Novembro

**Inscrição até:** 14 de Novembro

**Ponto de encontro:** Rua Almirante

Barroso, 32-6.º piso (ao Largo da 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

**Recomendações:** para além das fotos à escolha (máximo 10),

será aconselhável levar tesoura e x-acto.

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo

## Scrapbooking no Porto

Há cada vez há mais interessadas pelo *hobby*, e até temos umas belas mãos de fada!

Já tivemos sete encontros. Foram sete tardes de alegria, boa-disposição e muita criatividade. Fizemos álbuns, criámos velas, mais álbuns, arquivadores e portanotas, e queremos mais, mais e mais...

Cada vez há mais interessadas pelo *hobby*, e até temos umas belas mãos de fada! Aos poucos os participantes vão juntando as diferentes técnicas pouco usuais no nosso país.

Queremos continuar a criar “guardadores de recordações” e outros trabalhos, que antes pensávamos não serem possíveis de fazer.

Com o Natal tão perto, temos de nos voltar para as decorações e presentes, feitos à mão e superoriginais. Vamos pôr a imaginação a funcionar e oferecer à família e aos amigos o que já aprendemos nestes encontros.

Por Maria João





## Romeiros da Conceição

Entre eles, canta-se, reza-se e partilha-se a dor e o sofrimento com o objectivo de encontrar a alegria e um ideal de vida.



Na cidade da Ribeira Grande, esteve patente uma exposição de fotografia «Romeiros da Conceição – 50 anos de romarias», da autoria dos associados Paulo Rodrigues Jorge e Nuno Cardoso Gomes, que contou com o apoio de diversas entidades e também do Grupo Desportivo.

Sendo os açorianos caracterizados por uma forte raiz religiosa, as fotografias apresentadas representam a imagem de uma crença vivida por um grupo de homens que, em conjunto, percorrem durante uma semana a ilha de São Miguel.

Nesta caminhada, há uma união profunda entre o homem e Deus. Entre eles, canta-se, reza-se e partilha-se a dor e o sofrimento com o objectivo de encontrar a alegria e um ideal de vida.

Nas palavras do mestre dos Romeiros da Conceição, ser romeiro é estar mais próximo de Deus, é sentir a dor física até à exaustão, é estar feliz e, no final



de uma longa caminhada, sentir a plena realização – tendo mesmo afirmado ter visto tudo isto nas fotografias expostas. Ao Paulo Jorge e ao Nuno Gomes, os nossos parabéns por esta exposição.

Por Paulo Jorge

## Decoração de bolos natalícios

O Grupo Desportivo, em colaboração com os Ginásios da Educação Da Vinci, propõe um novo *workshop*, para elaboração e decoração de bolos natalícios.

A *cake designer* Catarina Marques vai ajudar-nos a preparar a mesa para a festa de Natal. Impressiona a família com *cupcakes* e bolos divinos!

Pais e filhos, avós e netas – todos estão convidados a abraçar este desafio.

Por Sandra Nascimento

**Realização:** 26 de Novembro  
**Inscrição até:** 21 de Novembro  
**Ponto de encontro:** Ginásios da Educação Da Vinci

**Hora:** Das 15.00h às 17.30h

**Valor:** 35 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 28,50 euros

**Inscrição inclui:** todo o material necessário para o *workshop*

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo



## A poda, fruteiras e vinha

O objectivo deste curso, organizado pela ATA – Academia do Tempo Activo, é o de compreender a fisiologia das árvores de fruto e da vinha, bem como executar correctamente a poda de várias fruteiras e da vinha.

### Condições Gerais de Inscrição – Desistências

a) Desistência com menos de uma semana (inclusive) de antecedência do início



**Realização:** 26 de Novembro; 3, 10 e 17 de Dezembro

**Inscrição até:** 11 de Novembro

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

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

**Valor:** 297,66 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 260,60 euros

**Inscrição inclui:** material, formadores e seguro de acidentes pessoais, 4 sessões de 6 horas cada. No último dia

do curso também será oferecido um almoço de convívio para todo o grupo. **O pagamento poderá ser efectuado em até: 3 (três) prestações, duas em Novembro, e final em Dezembro**

**Recomendações:** os participantes deverão levar vestida roupa de trabalho, bem como calçado adequado. Mínimo de 15 e máximo de 20 participantes

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo

cio do programa: o sócio perde a totalidade do valor.

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

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

Por Sandra Nascimento

## A agulha e o dedal

«Ai chega, chega, chega, chega a minha agulha; afasta, afasta, afasta o meu dedal» poderia muito bem ter sido o mote para este sábado, mas não foi necessária banda sonora.

A parceria com Da Vinci – Ginásios da Educação é recente mas tem tudo para dar certo.

Temos vindo a publicitar alguns dos *workshops* propostos, e ao que parece a crise por aqui não se tem sentido. No passado mês de Setembro realizámos mais um desses *workshops*, cujo tema era a costura. Ora, se é como eu – que nem um botão sabe coser –, então este *workshop* tinha sido ideal para si.

Quem diz que esta arte é somente para as senhoras engana-se, porque neste curso tivemos a participação de um representante do sexo masculino. E posso confirmar que não se portou nada mal! Estava previsto que o *workshop* durasse 4 horas, mas foi impossível terminarmos a tempo, porque o entusiasmo foi dominante. Gostámos tanto, que já ficou prometido um segundo *workshop*.

Por Sandra Nascimento



# Concurso de fotografia

Actividades do Grupo Desportivo BPI – desportivas, culturais, sociais e recreativas.



O Grupo Desportivo procura desenvolver actividades desportivas, culturais, sociais e recreativas que vão ao encontro dos desejos dos associados:

- Actividades de formação artística, com cursos em variadas vertentes, canto, espectáculos, visitas guiadas e caminhadas, entre outros;
- Actividades sociais e recreativas, nomeadamente viagens, campos e coló-

nias de férias, convívios com os reformados, Natal, fim de ano, S. Martinho;

– Actividades desportivas, donde se realçam andebol, atletismo, basquetebol, *bowling*, cicloturismo, BTT, futsal, pesca, ténis de mesa, ténis de campo, tiro aos pratos, entre outras não menos importantes, de uma ampla oferta de A a Z.

No vasto campo que é o da actividade do Grupo Desportivo, demos-lhe nota

de algumas iniciativas, sobre as quais nos poderá facultar as suas fotografias. Envie-nos três das suas melhores fotografias, a cores ou em P&B, tendo em conta as simples regras deste concurso. Poderão ser inscritas até três fotografias por associado, em formato digital (jpeg), com identificação do nome e do número de sócio, e título de cada fotografia, até ao próximo dia 16 de Dezembro, por *e-mail* para [ajvale@gmail.com](mailto:ajvale@gmail.com) (preferencial) ou por correio para a Secretaria em Lisboa.

A selecção das fotografias (1.º, 2.º e 3.º prémios) será efectuada pela Direcção do Grupo Desportivo, sendo o resultado divulgado no próximo n.º 30 da revista *Associativo*.

Por António Vale



# Cinemateca Portuguesa

Memória viva da história da sétima arte

Ligada indissolavelmente à figura de João Bénard da Costa, que com uma equipa muito dinâmica a transformou num dos locais de culto do cinema mundial, a Cinemateca é uma verdadeira me-

mória viva da história da sétima arte. Além de manter uma programação de alta qualidade – condensada em ciclos históricos, de autor, temáticos ou outros –, assegura as funções de arquivo fil-mico, conservando exemplares valiosos das primeiras experiências cinematográficas portuguesas, bem como alberga o Museu do Cinema, onde se apresentam alguns equipamentos essenciais para a compreensão do que foi a evolução das técnicas de filmagem e projecção ao longo dos últimos 100 anos. Este programa pode ainda reservar-lhe uma surpresa especial.

Por António Vale

**Realização:** 14 de Janeiro

**Inscrição até:** 9 de Janeiro

**Ponto de encontro:** Cinemateca Portuguesa, Rua Barata Salgueiro, 39, Lisboa

**Hora:** 11.00 h

**Valor:** 11 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 8 euros

**Inscrição inclui:** entrada na Cinemateca e acompanhamento da

visita pelo Prof. Miguel Soromenho

**Recomendações:** grupo máximo de 25 pessoas. Inscrições limitadas por ordem de inscrição na Secretaria.

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo

# Enxertia para principiantes

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

## Condições Gerais de Inscrição – Desistências

- Desistência com menos de uma semana (inclusive) de antecedência do início do programa: o sócio perde a totalidade do valor.
- Desistência com mais de uma semana

de antecedência do início do programa: não é aplicável qualquer penalização.

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

Por Sandra Nascimento



**Realização:** 4 de Fevereiro

**Inscrição até:** 11 de Janeiro

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

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

**Valor:** 118,08 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 95,78 euros

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

**Recomendações:** os participantes deverão trazer vestido roupa de trabalho, bem como calçado adequado. Mínimo de 15 e máximo de 20 participantes

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo



# Câmara Municipal de Lisboa e Supremo Tribunal de Justiça

A Câmara Municipal de Lisboa é um dos edifícios emblemáticos da cidade. Fazendo parte integrante do notável núcleo urbano da Baixa Pombalina, à espera de uma indicação de candidatura a Património Mundial, apresenta uma elegância arqui-

tectónica não muito habitual nos edifícios públicos portugueses, ainda enriquecida por um conjunto de interiores devidos aos mais reputados pintores, entalhadores, escultores e decoradores de finais do século XIX e inícios do século XX.



A visita ao Supremo Tribunal de Justiça, situado no Terreiro do Paço, dará a conhecer, por seu lado, outro equipamento público de grande interesse histórico mas também artístico, condizente com a dignidade requerida ao mais alto órgão da Justiça portuguesa.

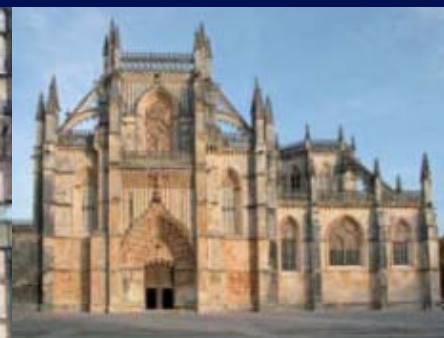
Por António Vale

**Realização:** 18 de Fevereiro  
**Inscrição até:** 10 de Fevereiro  
**Ponto de encontro:** Câmara Municipal de Lisboa, Praça do Município, Lisboa  
**Hora:** 10.00h  
**Valor:** 11 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 8 euros  
**Inscrição inclui:** entrada na Câmara Municipal de Lisboa e no Supremo Tribunal de Justiça  
 Acompanhamento da visita pelo Prof. Miguel Soromenho

**Recomendações:** grupo máximo de 25 pessoas. Inscrições limitadas por ordem de inscrição na Secretaria  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo

## Garante da Independência Portuguesa



Memória da batalha de Aljubarrota (1385) e panteão da nova dinastia que D. João I iniciava, o Mosteiro de Santa Maria da Vitória é um dos mais impressionantes monumentos portugueses, verdadeira jóia da arquitectura do gótico final em Portugal.

Foi este conjunto patrimonial que visitámos agora, pondo em evidência os factos mais relevantes ligados à sua construção, à sua história e à das personagens que

o patrocinaram, que o ergueram e que o habitaram. Vimos os túmulos régios, da Ínclita Geração, de companheiros de batalha do rei, ou até de um dos arquitectos do mosteiro, bem como pudemos comprovar a incrível riqueza decorativa das várias dependências monásticas.

Depois de um almoço opíparo, pudemos ainda conhecer o pequeno retábulo gótico da capela de Santo Antão da Faniqueira, recentemente roubado e re-

cuperado em Itália, e ainda fomos visitar o Centro de Interpretação da Batalha de Aljubarrota, onde nos familiarizámos com as tácticas guerreiras do século XIV, a estratégia portuguesa na refrega e as evidências da batalha ainda conservadas no terreno, como as valas de defesa e as covas de lobo, além de um interessantíssimo filme alusivo àquele delicado período da história de Portugal.

Por António Vale

# Em Cartaz

## TEATRO DA TRINDADE

**Condições para sócios no Teatro da Trindade:** desconto de 20%, mediante a apresentação do cartão de sócio.

### Cegarrega

**De 22 de Outubro a 18 de Dezembro**  
**Sábado às 16.00h, e domingo às 11.00h**

Para a infância e juventude  
A partir de *Os Bichos*, de Miguel Torga, e de *O Romance da Raposa*, de Aquilino Ribeiro. Uma hilariante comédia para toda a família a partir de dois grandes textos de dois grandes autores da língua portuguesa.  
**Direcção:** Pedro Giestas

### Do Alto da Ponte

**De 4 a 27 de Novembro**  
**De quinta-feira a sábado às 21.00h,**  
**e domingo às 16.00h**

*Do Alto da Ponte*, de Arthur Miller, mantém uma actualidade espantosa, apesar de escrita em 1955. Os recentes acontecimentos na Inglaterra, com toda a conflitualidade que provocaram, nomeadamente com as comunidades imigrantes, forçam-nos a um paralelismo com este texto, fazendo-o ainda mais actual.

**Intérpretes:** Aquiles Dias, Inês Pereira, João Miguel Mota, João Villas-Boas, Jorge Mota, Maria João Pinho e Paulo Moura Lopes  
**Encenação:** Gonçalo Amorim

### O Bom Ladrão

**De 1 a 18 de Dezembro**  
**De quinta-feira a sábado às 21.45h,**  
**e domingo às 17.00h**

A história, contada na primeira pessoa, de um pequeno marginal que se vê envolvido num trajecto de fuga desesperada após um serviço – a mando de um mafioso local – que corre dramaticamente mal.

**Autor:** Connor McPherson  
**Interpretação e criação:** Pedro Górgia



## TEATRO NACIONAL DE D. MARIA II

### Condições no TNDMII:

Jovens até 25 anos e seniores com mais de 65 anos: 10 euros (sala Garrett)  
Dia do espectador: quinta-feira – 8 euros (sala Garrett);  
Bilhete do dia: 6 euros (sujeito a disponibilidade) e vendido no próprio dia entre as 14.00h e as 15.00h.



### Amadeus

**De 8 de Setembro**  
**De 8 de Setembro**  
**a 6 de Novembro**  
**De quarta-feira a sábado**  
**às 21.00h, e domingo às**  
**16.00h**

**De:** Peter Shaffer  
**Encenação:** Tim Carroll  
**Interpretação:** Carla Chambel, Diogo Infante, Ivo Canelas, João Lagarto, José Neves, Luís Lucas, Manuel Coelho, Martinho Silva e Rogério Vieira

### As Lágrimas Amargas de Petra Von Kant

**De 15 de Setembro a 6 de Novembro**  
**De quarta-feira a sábado às 21.15h,**  
**e domingo às 16.15h**

**De:** Rainer Werner Fassbinder  
**Encenação:** António Ferreira  
**Intérpretes:** Custódia Gallego, Inês Castelo-Branco, Diana Costa e Silva, Cláudia Carvalho, Isabel Ruth e Paula Mora



## TEATRO DA CORNUCÓPIA

### Condições para os sócios no Teatro da Cornucópia:

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



### A Varanda

**De 10 de Novembro a 18 de Dezembro**  
**De terça-feira a sábado às 21.00h,**  
**e domingo às 16.00h**

**De:** Jean Genet  
**Encenação:** Luís Miguel Cintra  
**Interpretação:** Beatriz Batarda, Dinarte Branco, Dinis Gomes, Duarte Guimarães, João Grosso, José Manuel Mendes, Luís Lima Barreto, Luís Miguel Cintra, Luísa Cruz, Ricardo Aibéo, Rita Durão, Sofia Marques, Tiago Manaia, Tiago Matias e Vítor d'Andrade

### Os Assassinos

**De 4 a 15 de Janeiro**  
**Ocupação de um conto de Ernest**  
**Hemingway**



**De:** Miguel Castro Caldas  
**Encenação:** Bruno Bravo  
**Interpretação:** Dinis Gomes, Miguel Loureiro, Paulo Pinto, Ricardo Neves-Neves e Susana Sá

### Morte de Judas

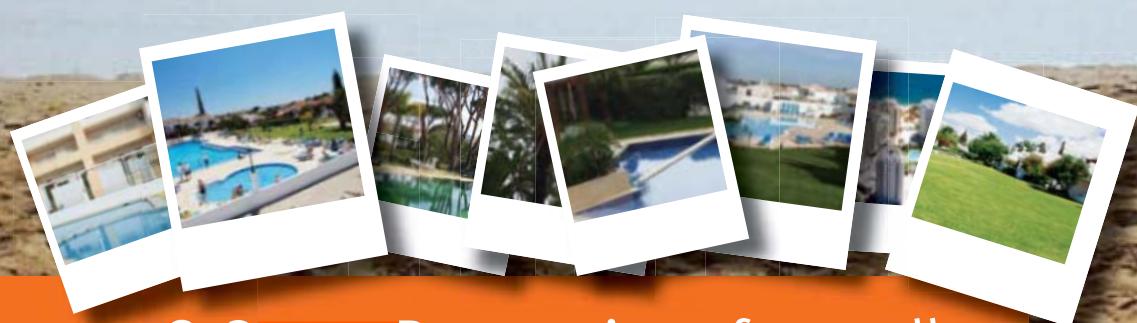
**De 19 a 29 de Janeiro**

**De:** Paul Claudel  
**Um espectáculo de:** Cristina Reis, Dinarte Branco e Luís Miguel Cintra  
**Judas:** Dinarte Branco  
**Voz:** Luís Miguel Cintra



OPORTUNIDADE

**7 NOITES**  
DESDE **133€**



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

Consulte as nossas ofertas na página 42

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

## Andebol na senda das vitórias

Se tem disponível um final de dia por semana e quer fazer parte do convívio da nossa equipa, não hesite e contacte o Grupo Desportivo.



A equipa de andebol do Grupo Desportivo sagrou-se vice-campeã na Taça de Lisboa do campeonato do Inatel, como já é do conhecimento geral, e foi convidada a participar na defesa do título conquistado, no 2.º torneio quadrangular de an-

debol do Banco de Portugal.

Para além da equipa organizadora, participaram as equipas da Carris, do Metro e do BPI.

A nossa equipa terminou o torneio com três vitórias e conquistou pela 2.ª vez

consecutiva este torneio, que apela ao convívio e ao desportivismo entre todos os atletas amantes do andebol.

A excelência da organização deste torneio e o reconhecimento de todos os participantes já marcam o calendário desportivo do andebol. A equipa do Grupo Desportivo encarou com honra a sua participação, fruto do mérito desportivo demonstrado e do elevado nível de exibição e empenho em todos os jogos.

Se tem disponível um final de dia por semana e quer fazer parte do convívio da nossa equipa, não hesite e contacte o Grupo Desportivo.

Por Luís Ângelo

## Vamos correr com S. Silvestre

O Grupo Desportivo quer incentivar a prática desportiva, o convívio dos seus associados e a partilha das suas experiências.

Acabe o ano velho a correr e comece outro ano com uma nova corrida. Mantenha-se activo e queime os excessos que venha a consumir nesta quadra especial. Já sabe que há corridas de S. Silvestre em diferentes localidades – nacionais e também internacionais –, e que se realizam nos dias mais próximos da passagem de ano.

A corrida que homenageia S. Silvestre (Silvestre I, natural de Roma, foi papa entre os anos 314 e 335, ano em que

morreu, e foi um dos primeiros santos não-mártires da Igreja) realiza-se tradicionalmente em 31 de Dezembro, data comemorativa da sua morte.

O Grupo Desportivo quer incentivar a prática desportiva, o convívio dos seus associados e a partilha das suas experiências, renovando este desafio: participem numa, ou em mais provas, realizadas dentro ou fora de Portugal, e dêem conta das experiências que tenham vivido. Oportunamente serão divulgadas essas vossas notícias, o que será certamente uma motivação extra para os restantes associados.

Vivemos tempos difíceis, mas é nestas alturas que a nossa força interior se impõe. Este desafio é um acto simbólico,

mas pretende-se que consiga reforçar o sentido de comunidade desportiva entre os associados que têm esta modalidade como a sua preferida ou como uma das suas eleitas.

Por Carlos Ferreira





# Maratona de Óbidos – O rescaldo

No geral, todos os participantes gostaram do percurso, e – mais importante! – todos chegaram ao fim da prova, apesar de alguns enganos de percurso...

A 6.ª edição da Maratona de Óbidos revela que esta é já uma competição importante na agenda “BTTística” nacional.

O Grupo Desportivo contou com a presença de três elementos. Foram destacados três atletas para a distância dos 40km e quatro para a aventura dos 80km, entre os mais de 1000 participantes deste evento.

No geral, todos os participantes gostaram do percurso, e – mais importante! – todos chegaram ao fim da prova, apesar de alguns enganos de percurso...

## Comentários da equipa

David Santos: «O passeio estava muito bem marcado, mas infelizmente ao quilómetro 15 o percurso virava para a esquerda, e eu ia tão lançado, que segui para a direita, até que estranhei não ver o caminho marcado e percebi que estava a ficar para último!»

Carlos Carvalho: «Gostei do trajecto, talvez por ter sido a primeira vez. A beleza das paisagens e dos trilhos aliada a algum nível de dificuldade, tanto físico como técnico, foi muito positiva.»

João Oliveira: «Certamente esta foi uma das primeiras de muitas maratonas em que a equipa do Grupo Desportivo participou – percurso muito bom, boa marcação e muitos recursos humanos; os primeiros 40km, fáceis, quase sempre a rolar.»

Jonas Andrade: «Espero que esta maratona seja apenas o começo do Grupo Desportivo em maratonas de BTT. Tenho sido um cliente habitual da maratona de Óbidos, mas sempre pela distância mais curta (...).»

Por Carlos Morais

# Santiago de Compostela em BTT

São cada vez mais os associados que realizam este desafio.

Neste ano, vários associados do Grupo Desportivo lançaram-se ao caminho, por duas ocasiões: em finais de Julho, um grupo de oito peregrinos com três estreatantes; mais tarde, em Setembro, um quinteto, também com estreatantes. Ambos concluíram com êxito e com grande satisfação pela missão cumprida.

As apreciações dos grupos coincidem no essencial: não é fácil, mas quando se chega à praça do Obradoiro, em Santiago de Compostela, estes dias transformam-se numa experiência inesquecível.

Mário Dantas, um associado que realizou este percurso, integrado no grupo Dar ao Ped@l, deixa-nos alguns tópicos dos principais momentos:

Partida do Porto, junto à Sé, ainda fresquinhos, divertidos e cheios de garra...

mal sabíamos os obstáculos que iríamos encontrar pela frente... Que riqueza de almoço. As papas e o cozido à portuguesa estavam excelentes.

Chegada ao albergue de Ponte de Lima às 19.35h. O sino toca de meia em meia hora durante toda a noite... só faltava mesmo tocar os quartos!

São 5.32h, preparativos para mais uma etapa e que começa logo com uma longa subida.

Labruja... depois de Santiago é o nome que todos levam na mente. Custou – se custou! – mas valeu a pena o esforço. A melhor parte do percurso...

A quem nos carimbava fomos oferecendo pins da Abraço, como forma de agradecimento.

Obrigado ao grupo Dar ao Ped@l, pela



excelente companhia, pela amizade e pelos bons momentos.

Por Carlos Ferreira

## Começou a nova época

Com a experiência positiva obtida no primeiro ano de participação no Campeonato do Inatel – Agência do Porto, a nossa equipa começou a nova temporada cheia de garra e com vontade de jogar mais e melhor!

Temos consciência de que será difícil melhorar a classificação final obtida, e então o nosso objectivo imediato passa por aumentarmos o número de vitórias conseguidas pela equipa. Para atingirmos este objectivo ambicioso, contamos com a valiosa presença de 15 associados e familiares directos, um número que consideramos bastante satisfatório para responder com tranquilidade às exigências da competição.

O plantel para esta nova época é formado por: Eduardo Braga, Eládio Araújo, Filipe Leite, João Faria, João Santos, José Carlos Silva, Manuel Correia, Paulo Gonçalves, Rui Lourenço, Rui Seixas, Afonso Barros, Ivo Francisco, André Lemos, Diogo Sebe e Hugo Tavares.

Apesar desta base sólida em termos do



número de jogadores, há sempre espaço para novos elementos que pretendam participar e colaborar com a equipa.

Outra prioridade passa por encontrar um treinador para a nossa equipa, pelo que fica o convite para os interessados com-

parecerem nos treinos que se realizam à segunda-feira pelas 20.30h no pavilhão do Colégio Luso-Internacional (localizado junto ao Hospital da CUF e ao Teatro da Vilarinha).

Por Manuel Correia

## Basquetebol – O regresso

Está aí uma nova temporada do campeonato do Inatel – Agência de Lisboa, onde a equipa de basquetebol do Grupo Desportivo irá participar.

Depois de umas merecidas férias desportivas fomos à arrecadação encher e polir a nossa bola para a fotografia.

Para esta temporada a equipa mantém-se praticamente inalterada em relação à época passada. Trata-se de um grupo coeso onde reina um excelente ambiente e boa-disposição.

Contamos igualmente com alguns reforços importantes: o nosso ex-capitão está

de volta após um ano de ausência, bem como alguns jogadores novos, que são igualmente colaboradores do BPI, acrescentando ainda mais valor e experiência à equipa.

Como objectivo definido, além de nos divertirmos a praticar a nossa modalidade preferida, fazer sempre melhor que nas épocas anteriores, com a ambição de um ano sermos campeões!



Juntem-se a nós, venham praticar desporto, contactem o Grupo Desportivo para obter mais informação sobre os treinos, agora num novo e espectacular pavilhão, e os jogos da nossa equipa.

Por Francisco Barata



# O que fazer em tempos de crise?

«Jogamos *bowling*, senhor director» foi a resposta interessante.

A crise chegou e rapidamente se alastrou a todos os sectores da sociedade; as pessoas perceberam os efeitos e estão a sofrer as consequências.

É algo a que ninguém consegue escapar. Que respostas à pergunta em epígrafe? O responsável por um conjunto significativo de pessoas perguntou a algumas das suas colaboradoras qual a poção mágica para conseguirem apresentar tão interessantes sinais de boa-disposição em alguns dias da semana. «Jogamos *bowling*, senhor director» foi a resposta interessante. Num dia destes uma colega nossa foi ao médico, e, depois de 20 minutos a falar, este perguntou-lhe se ela já tinha experi-



mentado algum desporto que lhe permitisse, ao mesmo tempo, exercitar o físico e distrair a mente, tendo dado como exemplo o *bowling*. Sendo casos reais, não podíamos deixar de os partilhar. O *bowling* seguramente não é solução para nenhum tipo de problema grave;

mas que pode ajudar qualquer coisita... isso pode.

Os responsáveis do Grupo Desportivo perceberam isso e resolveram iniciar a Liga de 2011 mais cedo.

Independentemente dos resultados, a alegria e a diversão têm sido uma constante nestes torneios.

Durante algumas horas ninguém pensa na crise, e, como que por magia, o sorriso e a motivação voltarão a invadir o rosto dos participantes.

Temos muitas novidades; consulte o *site* e descubra algumas.

As outras, só saberá quem participar.

Por Rui Duque

## Bowling no Porto

Cortar nas gorduras acumuladas na época natalícia.

**Realização:** de Janeiro a Junho  
**Inscrição até:** 13 de Janeiro  
**Ponto de encontro:** no Bowling do NorteShopping e no Bowling de Matosinhos  
**Hora:** 20.00h (à quinta-feira)  
**Valor:** 60 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 40 euros  
**Recomendações:** regulamento disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo



Como as férias já terminaram, o Grupo Desportivo está a preparar o VIII torneio interno. O começo está previsto para Janeiro, pelo que já podem e devem começar a treinar. Não se esqueçam de dizer nos locais

de treino que são associados do Grupo Desportivo. Existe sempre um desconto à vossa espera.

Aos que se inscreverem pela primeira vez, o Grupo oferece 4 jogos a título de treino.

Por José Caldas

# Fez-se história no *bowling*

A nossa equipa de *bowling* brilhou ao mais alto nível na maratona das 24 horas da Beloura.



HOMENS E MÁQUINAS FORAM TESTADOS AO MAIS ALTO NÍVEL, E OS ATLETAS DO GRUPO DESPORTIVO TINHAM RAZÃO PARA O ORGULHO QUE SENTIAM, CANSADOS MAS FELIZES PELO FACTO DE TEREM CONSEGUIDO TERMINAR A PROVA E PÔR O NOME DO GRUPO DESPORTIVO, UMA VEZ MAIS, NUM NÍVEL ALTÍSSIMO.

Na 1.ª Maratona de Bowling no Centro da Beloura, os nossos homens e as nossas mulheres fizeram história.

Quando se deu o apito inicial, a nossa equipa havia começado a prova muito antes, no momento em que se decidiu a

estratégia que a havia de levar ao topo da classificação.

A estratégia, simples e eficaz: rodar a equipa, jogar com bolas leves e fazer mais jogos que todos os outros. Assim o decidimos e melhor o fizemos.

Utilizámos 12 jogadores, sendo a equipa mais equilibrada em prova, já que tínhamos 5 mulheres e 7 homens. Realizámos 240 partidas, 1 jogo por cada 5 minutos, durante 24 horas – algo fantástico e nunca visto a nível nacional.

Homens e máquinas foram testados ao mais alto nível, e os atletas do Grupo Desportivo tinham razão para o orgulho que sentiam, cansados mas felizes pelo facto de terem conseguido terminar a

prova e posto o nome do Grupo Desportivo, uma vez mais, num nível altíssimo.

#### Para memória futura:

- 1.º lugar – Grupo Desportivo do BPI, 32 776 pontos
- 2.º lugar – Grupo Desportivo do Banco de Portugal, 30 559 pontos
- 3.º lugar Bowling Clube de Portugal, 27 973 pontos

Pelo Grupo Desportivo, para além de familiares e amigos, estiveram presentes os seguintes bancários:

Carla Fortes, João Martins, Jorge Teixeira, Lurdes Pires, Rafael Franco, Victor Mateus, Rui Duque e Rui Simplício.

Por Rui Duque



# Quem corre por gosto não cansa

O único pensamento é correr, fintar, chutar e marcar golos, muitos golos.

O Campeonato Distrital de Futsal está à porta, e o Grupo Desportivo volta a marcar presença.

A manutenção na 1.ª Divisão Distrital do Porto foi conseguida no ano passado, mas neste ano a equipa pensa ir mais longe e lutar pela 1.ª Divisão de Honra. A motivação é forte, e o espírito do grupo, também. Dos 21 aos 38 anos, a equipa está repleta de grandes craques. Com a média das idades a rondar os 30 anos, a sabedoria e a experiência estão bem patententes.

Chegam de vários lados do distrito do Porto, sempre à terça-feira, para o dito treino. Das 21.00h às 22.30h o treino é bem pesado e deixa qualquer um no



limite das suas forças, mas é durante esta hora e meia que ninguém pensa em taxas, depósitos, créditos, acções, fundos, clientes ou nos objectivos.

O único pensamento é correr, fintar, chutar e marcar golos, muitos golos.

Venham agora as vitórias!

Por Bruno Pereira

## Futsal *al ajillo*... Sai uma dose.



Que este Grupo Desportivo é especial... já sabia.

Que está repleto de gente com muita criatividade e imaginação... também já tinha percebido.

Que existe para servir os sócios... não é novidade: sente-se isso em cada uma das muitas iniciativas que oferece.

Mas agora esta, de servirem futsal *al ajillo*, é que se calhar não está mesmo a perceber. Será a novidade para o próximo campeonato?

É isso mesmo... tal como no restaurante nos servem os camarões da forma que queremos, o Grupo Desportivo oferece agora o futsal da forma que mais agrada e motiva. Vão acabar as “cabazadas” à antiga.

Os sócios não pediram, mas a modalidade tem um novo responsável, que vai trazer uma liga mais competitiva e muito mais motivadora.

Vamos ter uma liga de elite que será dis-

putada pelos meninos atrevidos, que gostam de fintas, “rabiengas”, dribles curtos e passes longos, que correm 10 quilómetros por partida e ainda por cima têm montes de jeito para a coisa.

E a liga dos campeões... E quem são os campeões? – perguntarão. – São todos aqueles que, numa modalidade ou noutras, já foram campeões há 20 anos atrás, agora correm 200 metros e ficam agarrados ao peito, com dor de burro e sempre desertos de que chegue o intervalo para descansar ou fazer um chichi... mas no final da partida, estão prontos para outra.

O XII Torneio de Futsal em Lisboa já está em marcha. Arruma a tua equipa e mantém-te atento.

Por Joaquim Rubira



## Batalha à chuva! No Kartódromo da Batalha

Ao final de uma manhã muito cinzenta e chuvosa, lá foram chegando timidamente (as previsões de chuva não ajudavam) os participantes para a 1.ª Prova de Karting na Batalha, um evento com a assinatura do Grupo Desportivo.

Os treinos, ainda com piso seco, ditaram que a *pole position* seria ocupada por Paulo Santos, seguido de Flávio Aguiar, Virgílio Matos, Pedro Santos, Rui Pinto, etc.

No arranque, e já com piso molhado, o Paulo Santos mantém a posição, mas logo nas primeiras curvas envolve-se numa carambola com o Virgílio Matos, e

quem assume a liderança da prova é o Pedro Santos.

A chuva não dava descanso, e a concentração era a prioridade para evitar erros e conseguir manter um ritmo competitivo até final da prova.

Sensivelmente a meio da prova o Paulo Santos consegue recuperar a primeira posição, que viria a segurar até final.

O Virgílio Matos, com algumas boas voltas (registou mesmo a melhor volta da corrida), consegue aproximar-se dos dois primeiros, mas acaba por ter de se contentar com o último lugar do pódio.

No final, Paulo Santos é mais feliz e ganha a prova, com a última curva a ser feita lado a lado (ferro com ferro) com Pedro Santos em forma de Nascar!

A finalizar, um aplauso para todos os participantes que, mesmo em condições climatéricas adversas, não deixaram de marcar presença.

Por Pedro Santos

## Pescar contra a maré

A época está no fim, e as expectativas não saíram defraudadas.



Mário Santos é o novo campeão interno de rio da zona Norte. Com três primeiros e um segundo lugar não deu qualquer hipótese aos restantes colegas. Em segundo e terceiro lugares ficaram o Jorge Couto e o Pereira da Silva, dois dos candidatos à vitória final, mas sem grandes lançamentos. Foi um campeonato bem disputado e que contou com pescadores das zonas Norte e Sul.

No campeonato de mar, o grande vencedor foi apurado apenas na última prova

disputada, em Vila Chã. Dos pescadores em condições de serem campeões – Fernando Costa, David Oliveira, Mário Santos e Francisco Ribeiro –, este foi o grande campeão.

Na final do Interbancário realizada em Chaves, o Grupo Desportivo obteve as seguintes classificações: 4.º lugar para o Costa Pinto, 6.º lugar para o Rui Nunes, e 9.º lugar para o Rui Pratas.

A todos os participantes o nosso aplauso.

Por Francisco Ribeiro

# O Peixe de Prata

O dia esteve agradável e soalheiro, e o lugar também convida à prática da modalidade.



de nível nacional, aberto aos respectivos sócios mas também a convidados de outros grupos desportivos da banca e à colectividade da região onde se realiza o evento – que neste caso teve lugar na Barragem do Maranhão.

O dia esteve agradável e soalheiro, e o lugar também convida à prática da modalidade.

Embora a classificação colectiva das equipas não tenha sido famosa – 20.º lugar para a equipa do Norte e 14.º para a do Sul –, alguns elementos das equipas lograram boas classificações individuais, pontuando por zonas.

Por parte da equipa do Norte destacaram-se o Mário Santos em 10.º lugar e o Luís Gomes em 11.º; por parte do Sul



pontuaram o Carlos Brandão em 3.º lugar, o António Bogalho (8.º), o Caetano Saldanha (9.º), o António Calmeiro (10.º) e o Joaquim Rubira (15.º).

Por Jorge Ribeiro

Duas equipas do Grupo Desportivo, uma do Norte e uma do Sul, participaram no já tradicional concurso do Peixe de Prata, organizado pela Secção de Pesca dos Serviços Sociais da CGD. Concurso

## IV Torneio de Poker – Texas Hold'em

Perto do Natal voltamos aos *bluffs*!

**Realização:** 16 de Dezembro

**Inscrição até:** 9 de Dezembro

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

**Hora:** das 18.30h às 21.30h

**Valor:** 10 euros

**Inscrição não inclui:** bebidas e snacks disponíveis na Sala Polivalente

**Recomendações:** as inscrições estão limitadas aos primeiros 45 participantes

Eis que para muitos há uma oportunidade de “desforra” nesta 4.ª edição de um torneio que já se tornou “obrigatório” na agenda de muitos *players*.

Voltamos às mesas com um torneio cheio

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo



de convívio e os habituais prémios. *Prize money?!?! Mais um bluff!*

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

Por Pedro Ferreira

# Ténis de mesa



Vamos bater umas bolas!

O Grupo Desportivo mantém a tradição de realizar este seu II Torneio interno de Ténis de Mesa, no Pavilhão Padre Vítor Milícias, em Torres Vedras.

Caso o número de inscritos o justifique, será organizado o transporte em autocarro, dado que a prova se efectua a 60km de Lisboa.

Por Pedro Ferreira

## Programa

07.30h – Saída de Lisboa (local a indicar)

09.00h – Início da competição

13.00h – Fim da competição

14.00h – Almoço

17.00h – Regresso a Lisboa

**Realização:** 19 de Novembro

**Inscrição até:** 16 de Novembro

(às 18h, hora em que se iniciará o sorteio)

**Ponto de encontro:** Torres Vedras, ou local a indicar, na opção com transporte

**Hora:** 7.30h para deslocação em autocarro ou 8.45h em Torres Vedras

**Valor:** 20 euros

**Sócios cônjuges e filhos a cargo:** 10 euros

**Inscrição inclui:** participação no torneio, transporte (caso haja autocarro) e almoço

**Recomendações:** vestuário desportivo e equipamento de ténis de mesa

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo

# Snooker

Realizado no Snooker Club de Lisboa, um espaço único para a prática desta modalidade.



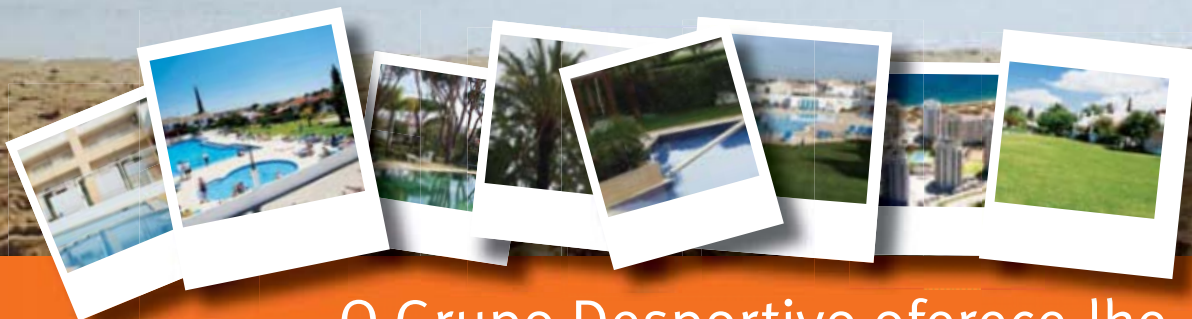
Terminou da melhor forma o torneio organizado pelo Grupo Desportivo aberto a todas as entidades bancárias, realizado no Snooker Club de Lisboa, um espaço único para a prática desta modalidade.

Convívio, grandes tacadas e bolas espetaculares foi o que nos proporcionaram os representantes de nove instituições bancárias, que ao longo da noite se foram eliminando até chegarmos à final, com o Pedro Correia do clube BCP e o Rui Gonçalves da CCAM, com a vitória merecida a sorrir ao melhor *snooker* praticado pelo Pedro Correia.

Contamos com os nossos excelentes snookeristas para, numa próxima oportunidade, disputarem à concorrência o primeiro lugar de um qualquer outro torneio.

Por António Costa

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



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

Consulte as nossas ofertas na página 42

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

# Viagens para 2012

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

- **SEMANA BRANCA**  
29 de Janeiro a 4 de Fevereiro – 7 dias



- **FIM-DE-SEMANA BRANCO**  
10 a 12 de Fevereiro – 3 dias



- **SANTIAGO DE COMPOSTELA**  
Março – 3 dias



- **FIM-DE-SEMANA BRANCO E PROLONGADO**  
5 a 8 de Abril – 4 dias



- **MACAU, HONG KONG E TAILÂNDIA**  
Abril – 12 dias



- **ESCAPADA A AMSTERDÃO**  
22 a 25 de Abril – 4 dias



- **PATRIMÓNIO DA INDOCHINA**  
24 de Abril a 7 de Maio – 14 dias



- **BILBAU E S. SEBASTIÁN**  
Maio – 4 dias



- **ROMA E SUL DA ITÁLIA**  
Maio/Junho – 8 dias



- **AÇORES – CONVÍVIO DE REFORMADOS**  
28 de Maio a 2 de Junho – 7 dias



- **PRAGA E MARAVILHAS DA REPÚBLICA CHECA**  
4 a 9 de Junho – 6 dias



- **CRUZEIRO NO DANÚBIO**  
Junho – 10 dias



- **USBEQUISTÃO – A ROTA DA SEDA**  
Setembro – 8 dias



- **ROMA – ENCONTRO DE REFORMADOS**  
Outubro – 4 dias



- **BARCELONA A NICE POR CARCASSONE**  
2 a 6 de Outubro – 5 dias



- **MARRAQUEXE**  
Outubro – 4 dias



- **ESPECIAL REVIVER MOÇAMBIQUE**  
4 a 18 de Outubro – 15 dias



- **BRASIL – PANTANAL**  
Outubro – 15 dias





# Semana branca

Em Andorra, Paz de La Casa, sobre os Pirenéus

Paz de La Casa é uma estância situada na fronteira entre Espanha e França, no centro dos Pirenéus. O domínio Grand'Valira é o maior desta região e inclui 6 estâncias juntas, que no total so-

nam 193 quilómetros de pistas! Andorra é conhecida pela sua variedade de diversões. É um lugar perfeito para aliar compras com desportos de Inverno!

Por Pedro Ferreira

É UM LUGAR PERFEITO  
PARA ALIAR COMPRAS  
COM DESPORTOS DE INVERNO!

PAZ DE LA CASA  
É UMA ESTÂNCIA SITUADA  
NA FRONTEIRA  
ENTRE ESPANHA E FRANÇA,  
NO CENTRO DOS PIRENÉUS.

**Realização:** de 29 de Janeiro  
a 4 de Fevereiro  
**Inscrição até:** 6 de Janeiro  
**Valor:** Hotel Font d'Argent Pas\*\*\*\*  
**Quarto triplo:** 454 euros  
**Quarto duplo:** 475 euros

**Quarto individual:** 591 euros  
**Crianças dos 6 aos 11 anos:**  
281 euros  
**Valor:** Aparthotel Alaska  
**Estúdio 2p:** 375 euros  
**Estúdio 3p:** 339 euros  
**T1 4p:** 333 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Inscrição inclui:** em hotel,  
6 noites em regime de meia pensão,  
em apartamento, 6 noites só  
alojamento, 5 dias de *forfait*,  
e seguro.  
**Inscrição não inclui:** aluguer  
de equipamento e/ou aulas de esqui  
ou *snowboard*, transporte  
**O pagamento poderá ser  
efectuado em até:** 6 (seis)  
prestações, com início em Janeiro,  
duas em Abril e final em Maio  
**Recomendações:** O valor do  
transporte será definido em  
função do número de participantes  
(mínimo de 25 pessoas). Programa  
sujeito a cancelamento caso  
não se verifiquem as condições  
climáticas ideais para a prática  
de desportos de neve  
**Ficha de inscrição:** disponível  
em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação:** contacte  
o Grupo Desportivo  
**A organização técnica da viagem é  
da responsabilidade de:** Movimento  
Viagens – Viagens e Turismo Unipessoal  
Lda., com sede na Torre Oriente, Avenida  
do Colégio Militar, 37-F, 6.º andar,  
1500-081 Lisboa, alvará n.º 1493/2008,  
contribuinte fiscal n.º 508 425 409,  
matriculada na Conservatória  
do Registo Comercial de Lisboa  
sob o n.º 508 425 409





# Fim-de-semana branco

São já cinco anos de descidas *tranquilas*, como se diz no país vizinho.

A temporada de neve do Grupo Desportivo tem paragem obrigatória na estação de Sierra de Béjar – Salamanca. São já cinco anos de descidas numa zona muito pitoresca, como é a de Castela-Leão!

Béjar promete também algum turismo, com a sua praça medieval e uma cidade que descobrimos ser geminada com a Guarda, em Portugal. Venha descobrir as semelhanças!

Conte ainda com a II Edição do Snow-Paper e Photo Paper Béjar 2012.

Por Pedro Ferreira



**Realização:** de 10 a 12 de Fevereiro

**Inscrição até:** 21 de Janeiro

**Valor:**

**Quarto duplo:** 220 euros

**Quarto individual:** 275 euros

**Crianças até aos 12 anos:** 135 euros

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

**Quarto duplo:** 195 euros

**Quarto individual:** 255 euros

**Taxa de inscrição:** 36 euros

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

**Inscrição não inclui:** aluguer de equipamento e/ou aulas de esqui/*snowboard*

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 4 (quatro)

prestações, com início em Fevereiro, Março, duas em Abril

**Recomendações:** programa sujeito a cancelamento caso não se verifiquem as condições climatéricas ideais para a prática de desportos de neve

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo



## Fim-de-semana branco... e prolongado!

Sierra Nevada, a estância eleita de *nuestros hermanos*.

A estância de Sierra Nevada é o local de eleição para os praticantes dos desportos de Inverno na Península Ibérica.

Com os seus 97 quilómetros de pistas, é um dos destinos obrigatórios das viagens “nevadas” do Grupo Desportivo!

Contem com a II Edição do Snow-Paper e Photo Paper Sierra Nevada 2012.

Por Pedro Ferreira



**Realização:** de 5 a 8 de Abril

**Inscrição até:** 19 de Março

**Valor:** Hotel Melià Sierra Nevada\*\*\*\*

**Quarto quádruplo:** 384 euros

**Quarto triplo:** 412 euros

**Quarto duplo:** 439 euros

**Quarto individual:** 622 euros

**Crianças dos 6 aos 12 anos:**

**Quarto quádruplo:** 347 euros

**Quarto duplo:** 322 euros

**Taxa de inscrição:** 36 euros

**Inscrição inclui:** 3 noites em regime de meia pensão, 3 dias de *forfait*, e seguro.

**Inscrição não inclui:** aluguer de equipamento e/ou aulas de esqui ou *snowboard*, transporte.

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 4 (quatro) prestações, com início em Março, duas em Abril e final em Maio

**Recomendações:** o valor do transporte será definido em função do número de participantes (mínimo de 25 pessoas). Programa sujeito a cancelamento caso



não se verifiquem as condições climatéricas ideais para a prática de desportos de neve

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

**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo

**A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:**

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



CONTEM COM  
A II EDIÇÃO DO SNOW-PAPER  
E PHOTO PAPER  
SIERRA NEVADA 2012.



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

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

**Características:** 2 apartamentos T1 para 4 pessoas, devidamente equipados, com direito a utilização gratuita da piscina e estacionamento coberto para uma viatura. Os apartamentos têm quartos com 2 camas ou cama de casal, sala com sofá-

-cama, cozinha e casa de banho. Estão equipados com fogão, frigorífico, esquentador, televisão, roupa e loiça para 4 pessoas.

A recepção funciona na Urbanização Quinta dos Arcos, Lote 24 – Loja A, das 9.00h às 19.00h e é necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.

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



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

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

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

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

### ➤ AÇOTEIAS (Jardins da Falésia)



### ➤ CABANAS (Pedras da Rainha)



### CABANAS DE TAVIRA

#### ➤ (Golden Clube Cabanas)



### ➤ SAGRES

#### (Pontaláia Apartamentos)



## 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.

## 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.

## FÉRIAS E VIAGENS

## ➤ 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.

## PARCEIROS

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

**NOVO COLÉGIO CESÁRIO VERDE**  
Lisboa  
Tel.: 21 945 75 90/1/2

**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

**ESCOLA DOS MESTRES**  
Lisboa  
Tel.: 21 847 19 07

**NOVO JUST4TEENS**  
Lisboa  
Tel.: 21 800 39 49

**LITTLECHEF**  
Lisboa  
Tel.: 21 752 45 47

**MATHNASIUM – GINÁSIO DE MATEMÁTICA**  
geral@mathnasium.pt  
Tel.: 96 980 88 90

**NOVO NAS NUVENS**  
Lisboa  
Tel.: 21 099 50 64

**NAVILEME – CONSULTADORA NÁUTICA, LDA**  
Porto – Esposende  
Tel.: 22 610 11 44

**NOVO O BALOIÇO**  
Amadora  
Tel.: 21 492 34 42 e 21 495 39 55

**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

**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

**NOVO BEBÉS E CRIANÇAS – COMÉRCIO DE PRODUTOS PARA A INFÂNCIA, LDA**  
Porto  
Tel.: 22 831 62 81

**BÉBÉDÁDÁ**  
Almada-Pragal  
Tel.: 21 273 16 96

**PÉ DA ROUPA**  
Lisboa  
Tel.: 309 947 498

### → ARTIGOS PARA O LAR

**BRAZ E BRAZ**  
Lisboa  
Tel.: 21 346 23 46

**CASA NORBERTO ELECT. UTILIDADES, LDA.**  
Ermesinde  
Tel.: 22 971 47 22

**CONFORTO – ARQUITECTURA DE INTERIORES, SA**  
Almada  
Tel.: 21 273 16 85

**EPH – ELÉCTRICA PEDRO HISPANO**  
Porto  
Loja 1  
– Tel.: 22 834 82 17  
Loja 2  
– Tel.: 22 834 82 15  
Loja 3  
– Tel.: 22 834 82 11

**JONOR COMERCIAL**  
Porto  
Tel.: 22 509 78 81

**MAGNETICARTS.PT**  
Lisboa  
magneticarts@  
magneticarts.pt

**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 – ELECTRODOMÉS-TICOS, 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-BOSCHCARSERVICE**  
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**Lisboa  
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**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****NOVO** **ABSOLUT LOOK**  
Cascais – Lisboa  
www.absolutlook.com**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  
INDIOS**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**Lisboa  
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**→ FLORISTA****NOVO** **ATELIER TERESA  
RIBEIRO**Lisboa  
Tel.: 21 387 63 30

## → FUNERÁRIAS

**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**  
Parede  
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**  
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

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

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

**GO FIT**  
Lisboa  
Tel.: 21 315 08 54

**HEALTH CLUB KORP 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

**N FORMAS STUDIO**  
Setubal  
Tel.: 265 094 2725

**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

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

**FFSB ARQUITECTOS**  
Porto  
Tel.: 22 403 44 86

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

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

**REMAX LATINA 2**  
Isabel Miranda  
Tel.: 96 004 24 22

**ROBBIALAC**  
Lisboa  
Tel.: 21 396 42 85

## → INFORMÁTICA

**DON BYTE**  
Pero Pinheiro  
Tel.: 21 967 49 25

**IFTHENELSE**  
Lisboa  
Tel.: 21 414 79 00

**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

**AQUAPHARMA, LDA**  
Lisboa  
Tel.: 21 726 65 19

**BELLE COMME  
UN COEUR – CENTRO DE  
ESTÉTICA**  
Leiria  
Tel.: 244 852 130

**BIOTHECARE ESTÉTIKA**  
Paredes  
Tel.: 21 192 47 35

**BIOTHECARE ESTÉTIKA -  
PARQUE DAS NAÇÕES**  
Lisboa  
Tel.: 21 405 60 41

**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

**CLÍNICA DE CIRURGIA  
PLÁSTICA DR. VINÍCIO  
ALBA, LDA.**  
Lisboa  
Tel.: 21 843 60 00

**CLÍNICA LOOK ME**  
Lisboa  
Tel.: 21 415 05 35

**CLÍNICA METABÓLICA**  
Lisboa – Oeiras – Porto  
celia.francisco@  
metabolica.pt

**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

**NOVO CONFEDERAÇÃO  
PORTUGUESA DO YOGA**  
Lisboa  
Tel.: 21 780 28 10

**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

**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

**NOVO FARMÁCIA NITA**  
Charneca da Caparica  
Tel.: 21 297 78 63

**NOVO FARMÁCIA SÃO BENTO**  
Amora  
Tel.: 21 222 55 39

**FEM, PRESTAÇÃO  
DE SERVIÇOS**  
Mafra  
Tel.: 261 812 198

**FOR FIT LARANJEIRO**  
Laranjeiro  
Tel.: 21 259 15 67

**NOVO GARDEN'S SPA**  
Leiria  
Tel.: 244 100 294

**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

**LIPOCERO PORTUGAL**  
Lisboa – Almada – Chaves  
Tel.: 93 322 35 45

**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

**MIGUEL BARREIRA  
RIBEIRO  
FISIOTERAPEUTA**  
Matosinhos  
Tel.: 91 638 29 61

**NOVO MIMOS MERECIDOS  
UNIPESSOAL, LDA**  
Lisboa  
Tel.: 21 352 27 82

**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

**NOVO NAVE DOURADA**  
Nova Oeiras  
Tel.: 21 441 13 73

**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

**NOVO PÊLO & PESO**  
Em todo o País  
Tel.: 21 843 80 01

**PEOPLE FAMILY CLUB**  
Sintra  
Tel.: 21 961 45 30

**PLACE SANTÉ**  
Lisboa, Cascais, Linda a  
Velha, Odivelas

**NOVO PUMP – FITNESS SPIRIT**  
Lisboa  
Tel.: 21 150 71 52

**QE – UMA NOVA  
LINGUAGEM  
SINTRA**  
Tel.: 21 915 47 40

**QUALIPHYSIO –  
FISIOTERAPIA  
E BEM-ESTAR, LDA.**  
Castanheira do Ribatejo  
Tel.: 91 790 33 90

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

**RODRIGO SILVA –  
PODOLOGISTA**  
Porto – Matosinhos – Vila  
Nova de Gaia  
Tel.: 93 424 35 54

## PARCEIROS

**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

**NOVO AD MEDIC TOURS**  
Lisboa  
Tel.: 21 841 15 46

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

**NOVO BELVER HOTEIS**  
www.belverhotels.com

**BEST TRAVEL**  
Lisboa  
Tel.: 21 006 16 90

**CISTERTOUR**  
Lisboa  
Tel.: 21 380 40 64

**CLUBE PINHAL DA FOZ – APARTAMENTOS TURÍSTICOS**  
Espouende  
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

Atlantis  
Estoril  
Tel.: 21 469 07 20

Solférias  
Carvoeiro  
Tel.: 282 357 401

**GRUPO SELECÇÃO HOTEIS**  
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

**NOVO HERDADE DA CORTESIA HOTEL \*\*\*\*\***  
Avis  
Tel.: 242 410 130

**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.praiaigolfe.com

**QUADRANTE**  
Santa Maria da Feira  
Tel.: 256 379 220

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

## NOVO

**RIO-A-DENTRO – NATUREZA, EXPERIÊNCIAS & AVENTURA, LDA.**  
Salvaterra de Magos  
Tel.: 91 588 05 18

**ROTA DAS VIAGENS**  
Carregado  
Tel.: 263 861 818

**ROTAS NOVAS**  
Laranjeiro  
Tel.: 21 250 05 13

**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





**OSVALDO SILVA**  
DIRECTOR

## Em fim de mandato

É já no final deste mês de Novembro (dia 25) que terá lugar o acto eleitoral para a escolha dos novos Órgãos Sociais do Grupo Desportivo, para o quadriénio 2012-2015.

Há quatro anos atrás, nestas mesmas páginas, apontava-se o caminho que no entender da Direcção se devia seguir e focavam-se aspectos considerados importantes, prioritários e estratégicos, como era o caso da nossa página na Internet, veículo privilegiado de comunicação com os Sócios, ou da revista *Associativo*, ou da reestruturação da plataforma informática que suporta as actividades do Grupo Desportivo.

Quatro anos depois, alterámos a nossa página *web*, demos-lhe uma imagem mais actual, transformámo-la numa ferramenta mais intuitiva e com melhor navegação, alterámos a imagem da revista *Associativo*, renegociámos, duas vezes, as melhores condições do cartão Repsol, que hoje beneficia de um desconto directo de 6 (seis) cêntimos em cada litro de combustível, mais que duplicámos o número de parceiros a que os Associados podem recorrer em melhores condições e está em curso a reestruturação da nos-

sa plataforma informática, que, devido aos constrangimentos orçamentais, não vai poder estar concluída até ao final de 2011. Mas vamos atingir esse objectivo em 2012.

Apesar do trabalho extraordinário, as actividades do Grupo Desportivo nunca foram prejudicadas nem postas em segundo plano; antes pelo contrário, diversificámos e aumentámos a oferta. Estamos contentes com o trabalho que desenvolvemos, com a quantidade e a qualidade qualquer que seja a área em análise.

É já no final deste mês de Novembro (dia 25) que terá lugar o acto eleitoral para a escolha dos novos Órgãos Sociais do Grupo Desportivo para o quadriénio 2012-2015. E a propósito, parece-me oportuno deixar aqui uma pequena reflexão, mais uma, sobre o que na verdade é o Grupo Desportivo.

O nosso Grupo Desportivo é uma associação de dimensão nacional que trabalha muito para os Sócios, que procura

encontrar soluções para ajudar a compensar os desequilíbrios a que todos hoje estamos sujeitos e que gere um balanço que muitas pequenas e médias empresas gostariam de ter.

Mas tudo isto não valerá nada se os Sócios não participarem maioritariamente na vida do Grupo Desportivo. O Grupo Desportivo são os Sócios, e só estes devem gerir o presente e o futuro, devendo para isso legitimar claramente o projecto e a proposta de trabalho das candidaturas, votando maciçamente nas opções apresentadas.

É errado pensar que, pelo facto de não haver alternativa, já não é preciso votar. Votar é preciso, sempre, porque veicula a opinião de cada um, e é dessa forma que se encontram as soluções e se constrói o futuro.

Quem não votar está a alienar uma parte dos seus direitos. No dia 25 de Novembro, seja qual for o sentido do voto, VOTE.

# 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.

**Consigo nos momentos difíceis**



**Número Nacional Grátis 800 204 222**

**Serviço Funerário Permanente 24 horas**