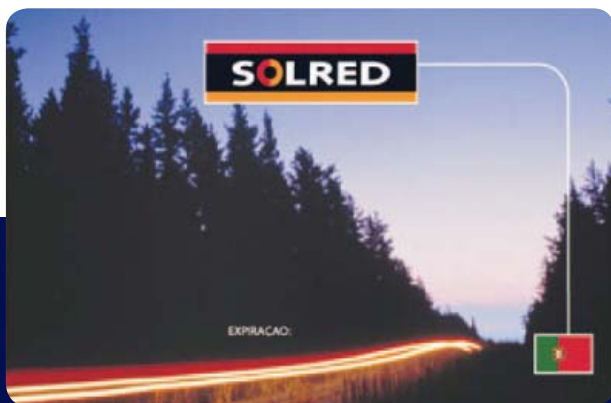


## Pessoas incomparáveis

p. 4





6 cêntimos/litro

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**



**OSVALDO SILVA**  
DIRECTOR

## Uma atitude proactiva

Num evento realizado em Arganil, participámos numa acção de regeneração da mata, em colaboração com a Santa Casa da Misericórdia de Arganil, com a plantação de 500 árvores, castanheiros e carvalhos, levada a cabo com o maior entusiasmo pelos associados e familiares participantes.

Atento à conjuntura económica cada vez mais difícil, naturalmente o Grupo Desportivo tem procurado ajustar as suas acções a esta realidade incontornável. É notório e público que a tal da crise está por aí instalada e provoca um cada vez maior desconforto na generalidade das famílias e em particular nas dos nossos sócios.

Temos desde sempre assumido que o Grupo Desportivo, em qualquer das suas vertentes associativas, cultural, desportiva, ou simplesmente recreativa, tem como preocupação fundamental e primeira prioridade a observação de uma atitude social proactiva, que possa de alguma forma minimizar os efeitos perversos das dificuldades com que se confronta a generalidade dos associados.

Esta atitude não é uma decorrência do quadro actual de dificuldades, mas antes é fruto de uma consciência colectiva que nos acompanha desde a fundação do Grupo Desportivo e que as sucessivas Direcções têm vindo a executar, no apoio constante aos associados, seja no aumento da rede

de parceiros, nos estímulos às actividades propostas, na procura de uma cada vez maior interacção com os associados, ou ainda com a organização da Festa de Natal do Banco BPI.

Foi com este espírito e porque também nos preocupa o mundo em que vivemos e vamos deixar aos nossos filhos, que num passado muito recente, num evento realizado em Arganil, participámos numa acção de regeneração da mata, em colaboração com a Santa Casa da Misericórdia de Arganil, com a plantação de 500 árvores, castanheiros e carvalhos, levada a cabo com o maior entusiasmo pelos associados e familiares participantes. Estamos a chegar ao final do ano, e, apesar das dificuldades que enfrentámos, julgamos ter conseguido apresentar um trabalho notável, programado, diversificado, de qualidade e em excelentes condições de participação, que mereceu o acordo dos associados.

Em breve vamos estar empenhados e completamente absorvidos com a logística da organização da Festa de

Natal do Banco, que, aliás, já decorre desde Setembro. Em Dezembro estaremos a proceder à distribuição das prendas para os filhos dos empregados do Banco BPI e dos bilhetes para o circo.

O Grupo Desportivo tem uma participação meramente executiva e orgulha-se de produzir um trabalho de qualidade, que, bem o sabemos, não agradará a todos. Os beneficiários do Natal do Banco BPI devem entender que há limitações que não dependem do Grupo Desportivo, mas que serão exactamente essas razões a garantia da qualidade do nosso trabalho.

O Grupo Desportivo não está de um lado, nem do outro: procura tão-somente realizar o trabalho certo, tendo em conta os objectivos. Creio que todos deveríamos gastar uns minutos a pensar nesta ideia. Os empregados do Banco BPI devem garantir que os destinatários da festa são os que se enquadram na decisão do Banco. O Grupo Desportivo não pode disponibilizar o que não tem, nem deve ser questionado por isso.

Quero aproveitar esta oportunidade de estar em casa de todos os Associados do Grupo Desportivo para desejar um excelente Natal e que o próximo Ano Novo não seja tão mau como o pintam.



## ÍNDICE

## 01 EDITORIAL

## 03 CALENDÁRIO

## 04 VIDA ASSOCIATIVA

04 Pessoas incomparáveis

05 Receber as prendas de Natal



06 Lista das prendas

07 Santiago de Compostela

07 Um trilho pela margem do Vouga

08 Caminhada em Boticas

08 Lembranças de Praga

09 Citânia de Briteiros

09 E "Moisés" abriu as portas do Sado

10 Adega Regional de Colares, CRL

10 Um final de tarde inebriante!

11 De Barcelona a Nice

11 Em Chaves com os reformados

12 S. Pedro do Sul e Caramulo

13 Jantar de Natal

13 Passagem de Ano na Régua

14 Réveillon em Olhão

14 E se, de repente, lhe oferecermos o céu?

## 15 CULTURA

15 Calendário de Caminhadas

16 Foi dia de *scrapbooking*

16 O fado mora mesmo aqui ao lado

17 Nos passos de Pessoa

17 Puxa-Saco natalício

18 Um presépio ecológico

18 Decoração de bolos

19 De convento a museu

19 Pela distinta Lapa

20 Igreja de Santo António e Teatro Romano

20 Real Alto da Ajuda

21 Por Alfama e Castelo

21 Subir ao Chiado



22 Em Cartaz

## 23 DESPORTO

23 A evolução do andebol

23 36.ª Meia-Maratona de São João das Lampas

24 S. Silvestre é a última corrida do ano

24 Duas equipas, a mesma ambição

25 Desta não se lembraram eles

25 Já cá canta mais um título

26 Douro Bike Race

27 Venha treinar defesa pessoal

27 Inter-Regional Sul

28 Vem aí o XI Torneio Interno de Futsal

28 IV Maratona de Jogos de Salão

29 Confirmação e surpresa

29 Nas profundezas do mar



30 Rui Prata, novamente

30 XXX Peixe de Prata

31 V Torneio de Poker – Texas Hold'em

31 Tênis de mesa

32 X Torneio Interno de Tênis de Mesa

32 Tiro de precisão

## 33 FÉRIAS E VIAGENS

33 Viagens *City Breaks*34 Viagens *City Breaks*35 Viagens *City Breaks*

36 Apartamentos

37 Apartamentos em *allotment*

38 Turismo rural

40 Hotéis Rurais de Portugal

42 Calendário de Viagens



## 43 PARCEIROS

## FICHA TÉCNICA

**Propriedade:** Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI**N.º de Contribuinte:** 505 065 681**Director:** Osvaldo Silva**Grafismo:** Júlia Andrade**Revisão:** Luís Alho**Secretariado:** Elsa Teixeira**Colaboradores desta Edição:**

Ana Fortes, Antero Duarte, António Amaro,

Augusto Malheiro, Carlos Ferreira,

Carlos Galvão, Carlos Rebelo,

Fernando Barrias, Francisco Barata,

Hugo Malcato, Joaquim Rubira,

Jorge Miranda, Jorge Teixeira,

José Andrade, José Duarte,

Miguel Soromenho, Osvaldo Silva,

Pedro Ferreira, Pilar Batoréu,

Radu Popusoi, Rafael Franco, Rui Duque,

Rui Simplício, Sandra Nascimento,

Teresa Sá, Teresa Silva, Virgílio Guimarães,

Vitor Silva

**Imagem da Capa:** Pessoas incomparáveis**Expedição:** Jorge Almeida**Concepção, Edição e Publicidade:**

Grupo Desportivo e Cultural

dos Empregados do Banco BPI

**Periodicidade:** Trimestral**Distribuição:** Gratuita pelo Grupo

Desportivo e Cultural dos Empregados

do Banco BPI

**Impressão:** Jorge Fernandes, Lda.**Tiragem:** 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.ptPRINCIPAIS  
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

- |    |   |    |                                |    |                                    |
|----|---|----|--------------------------------|----|------------------------------------|
| 10 | Aula de Tiro de Precisão                | 17 | O fado mora mesmo aqui ao lado | 24 | Adega Regional de Colares, CRL     |
| 10 | <b>S. Martinho nas Caldas da Rainha</b> | 18 | Circuito Ténis de Campo Remax  | 25 | Aula de Tiro de Precisão           |
| 10 | <b>S. Martinho em Ílhavo</b>            | 18 | Nos passos de Pessoa           | 29 | <b>Desta não se lembraram eles</b> |
| 17 | X Torneio Interno de Ténis de Mesa      | 24 | Rio Alva, sempre a descer...   |    |                                    |

## Dezembro

- |      |                                    |    |   |    |                                      |
|------|------------------------------------|----|---|----|--------------------------------------|
| 1    | Puxa-saco natalício                | 15 | De convento a museu                         | 25 | Dia de Natal                         |
| 7    | V Torneio de Poker – Texas Hold'em | 15 | Festa de Natal – Circo Cardinalli em Lisboa | 29 | <b>Passagem de Ano na Régua</b>      |
| 8    | Um presépio ecológico              | 20 | <b>Jantar de Natal no Casino de Espinho</b> | 29 | <b>Réveillon no Algarve em Olhão</b> |
| 10   | <b>Entrega das prendas</b>         | 22 | Festa de Natal – Circo no Coliseu do Porto  | 30 | Pela distinta Lapa                   |
| a 14 | <b>de Natal</b>                    |    |   | 31 | Final do Ano                         |
| 13   | Decoração de bolos                 |    |   |    |                                      |

## Janeiro

- |    |   |
|----|---|
| 12 | Igreja de Santo António e Teatro Romano |
| 13 | Real Alto da Ajuda                      |

## Fevereiro

- |    |                      |
|----|----------------------|
| 10 | Por Alfama e Castelo |
| 16 | Subir ao Chiado      |



## Pessoas incomparáveis

Como é do conhecimento de todos, este nosso sentimento é partilhado pela Exma. Administração do Banco BPI, que, uma vez mais, confiou ao Grupo Desportivo a organização da festa de Natal.

Fernando Pessoa proferiu em tempos uma frase de que gostamos particularmente:

«O valor das coisas não está no tempo que elas duram, mas na intensidade com que acontecem. Por isso existem momentos inesquecíveis, coisas inexplicáveis e pessoas incomparáveis.»

Pensando nela, nos nossos sócios, familiares e amigos, resolvemos que neste ano, no nosso texto de lançamento da festa de Natal dos empregados do Banco BPI, não iríamos falar de crise, de *troika*, de TSU, de subsídios de Natal ou de outra coisa qualquer que nos transporte para pensamentos menos agradáveis.

Vamos falar do valor que têm tido para nós e para os nossos sócios estes momentos de circo.

O número crescente de ano para ano revela que, apesar de ser a mesma companhia e o mesmo tipo de espectáculo, conseguimos apresentar sempre algo com muito valor. Os nossos sócios gostam, as crianças adoram e nós ficamos muito felizes.

São sempre duas horas de grande intensidade, com muita alegria e boa-disposição. Teremos trapezistas voadores, uma parilha internacional de palhaços, cavalos de alta escola, camelos brancos, e um número de leões que, em vez de grades, terá uma protecção electrónica – o que vai ser estreia absoluta em Portugal.

Ouvimos dizer que até um cavalo a saltar à corda vamos ter neste ano!

Como é do conhecimento de todos, este nosso sentimento é partilhado pela Exma. Administração do Banco BPI, que, uma vez mais, confiou ao

Grupo Desportivo a organização da festa de Natal.

Sabemos aquilo que esperam do Grupo Desportivo – rigor, empenho, dedicação e qualidade.

Estão assim reunidas todas as condições para assistirmos a momentos inesquecíveis presenciados por pessoas incomparáveis, que são os nossos queridos sócios, familiares e amigos.

### Bilhetes

Faça a requisição dos seus bilhetes exclusivamente através da ficha de requisição que se encontra na secção «Impressos», no menu superior do *site* [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt). O seu pedido deve ser efectuado até 10 dias úteis antes das datas dos eventos, dirigido às respectivas secretarias. Depois deste prazo, não podemos garantir qualquer ingresso.

Seja rigoroso e moderado: peça só aquilo de que realmente necessita. O facto de pedir bilhetes para pessoas alheias ao universo BPI obriga a rater, acto que não é agradável, e por vezes pode dar azo a injustiças. Pense nisto. Mas pense mesmo, porque este pedido dirige-se a si e não só aos outros. Tenha sempre em atenção que os filhos com idade até aos 12 anos têm prioridade absoluta.

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 que todos os empregados do grupo Banco BPI actualizem o seu código de correspondência.

Por Rui Duque

DATA	CIRCO	LOCAL	1.ª SESSÃO	2.ª SESSÃO
15 Dez. 2012	Circo Cardinali	Lisboa: Parque das Nações, junto ao rio Trancão	09.00h	11.30h
22 Dez. 2012	Coliseu	Porto: Rua Passos Manuel, 137	14.30h	17.30h

# Receber as prendas de Natal

Para receber as prendas de Natal é indispensável que os filhos com idades até 12 anos, inclusive, estejam registados na base de dados do Grupo Desportivo. Se tem filhos nesta faixa etária e ainda não os registou, por favor faça-o o quanto antes, para que tudo decorra como desejamos.

O Grupo Desportivo 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 também o cumprimento das regras do Banco BPI.

Para que o processo de entrega dos brinquedos aos filhos dos colaboradores do Banco BPI decorra sem sobressaltos, por favor (se ainda não o fez) registre os seus filhos na base de dados do Grupo Desportivo. Se não o fizer, vai dificultar imenso o nosso trabalho, demorará mais tempo para o levantamento do brinquedo, atrasará

todos os que estão à espera atrás de si, e terá alguma dificuldade em justificar ao seu filho porque é que recebeu o brinquedo do pai Natal do BPI, atrasado, ou não recebeu.

Se mudou de local de trabalho recentemente, não se esqueça (é importante) de actualizar essa alteração junto do Grupo Desportivo, para evitar que o brinquedo do seu filho seja enviado para um local que já não seja o seu, e se estiver num Balcão isso significa, na maior parte dos casos, custos e trabalho, tão acrescidos como desnecessários.

Seja ou não sócio do Grupo Desportivo, os elementos necessários para registar o seu 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, provavelmente esqueceu-se: até julgava que era, não tem tido tempo, mas afinal está sempre a tempo de o ser e pode até aproveitar agora a oportunidade para se associar, porque, como rapidamente se vai aperceber, as vantagens são imensas.

Recomendamos que todos os empregados procedam ao levantamento dos brinquedos a que os seus filhos têm direito, dentro dos prazos indicados, porque após essa data não garantimos a existência da prenda adequada; e além do mais, nós, no Grupo Desportivo, planificamos o nosso trabalho e às vezes não é fácil atendê-lo como merece.

Nos dias 17 e 18 de Dezembro, em Lisboa e no Porto, caso haja brinquedos disponíveis, poderão fazer-se trocas por outros de escalão etário imediatamente inferior ou superior, excepto nos escalões de 11 e 12 anos, onde não estão permitidas trocas.

Por Osvaldo Silva

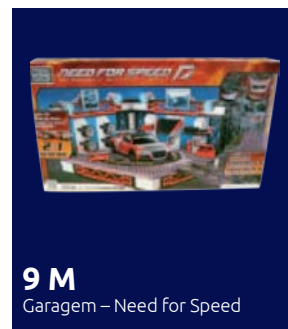
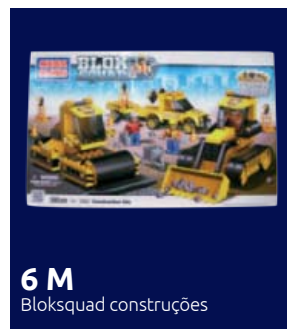
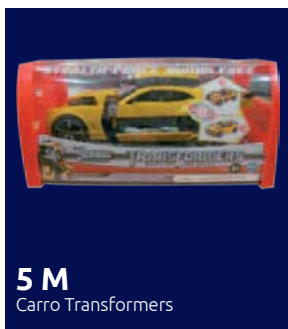
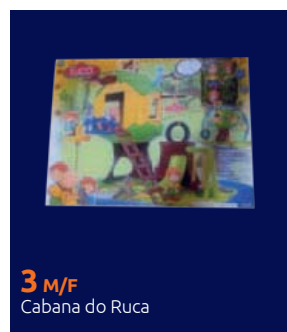


UNIDADES	LOCAL DE ENTREGA	DIAS	HORÁRIO
Serviços Centrais do Banco BPI Banco Português de Investimento Participadas Balcões de Lisboa Balcões do Porto	Lisboa: Praça do Município, n.º 31-r/c Porto: Rua Sá da Bandeira, n.º 78-1.º	10 a 14 de Dezembro	Das 12.00h às 14.00h, e das 16.00h às 18.30h
Restantes balcões	Envio via EMS		



# Lista das prendas

Por Direcção Nacional





## Santiago de Compostela

O que move quem percorre estes caminhos... É uma etapa marcante da nossa vida.

Desta vez o caminho escolhido foi o caminho português pela costa, utilizado pelos antigos peregrinos que vinham das terras mais ocidentais, e que desembarcavam nos portos minhotos, onde existiam albergues

e hospitais. A travessia do rio Minho era feita de barco para Guarda ou por Goián, mais a norte, para fugirem à corrente do rio e evitarem a fronteira de Tui.

Agora fez-se em *ferry-boat*, e depois de Santa Tecla seguiu-se primeiro junto ao mar até Baiona e depois junto à ria de Vigo até Redondela, cruzando-se então com o caminho central. Esta peregrinação foi a quinta em 2

anos que o colega Mário Dantas concretizou, pelo que poderia chamar-se já "Sr. Santiago"!

Iniciei-me a pé no caminho central com o Grupo Desportivo, e em bicicleta com o Grupo Dar ao Ped@!, que tem como lema «*bamos todos e bimos todos*», ou seja: ninguém fica para trás, sozinho! Neste ano, e de novo com o Grupo Desportivo, percorri a pé o caminho francês (a partir de Cebreiro), e de bicicleta, o percurso do ano passado.

A preparação, a partida, o percurso, as dificuldades, a chegada a Santiago e em particular a partilha com quem nos acompanha são momentos que ficam na nossa memória e tornam estes caminhos algo diferentes. É uma etapa marcante da nossa vida.

Por Carlos Ferreira



## Um trilho pela margem do Vouga

A surpresa desta caminhada foi o local escolhido. Desta vez, a vista principal foi o rio Vouga e os belos campos nas suas margens.

Desta vez optámos por um percurso mais *soft*. Depois da última caminhada no Caramulo, este percurso em Angeja foi mais fácil.

Sáímos da Praça Dr. Francisco Sá Carneiro pelas 8.00h, chegando rapidamente a Angeja. Após uma breve explicação do percurso que íamos fazer, dada pelos nossos guias, pegámos nas mochilas, nos chapéus e nos bastões, e arrancámos.

Toda a caminhada foi plana. Até tivemos sombra ao longo de quase todo o percurso, que tinha uns 11 km na totalidade. Todo o percurso da caminhada estava muito bem sinalizado.

A surpresa desta caminhada foi o

local escolhido. Por norma costumamos caminhar em serras e montanhas, mas, desta vez, a vista principal foi o rio Vouga e os belos campos nas suas margens.

Fizemos duas ou três paragens: uma para visitarmos a pequena Capela de

Nossa Senhora das Neves, e outra para vermos um barco típico da região.

Dada como concluída a caminhada, seguimos para o restaurante Pouso do Rei, onde foi servido um saboroso almoço.

Por Radu Popusoi



## Caminhada em Boticas

Merece uma chamada especial de atenção Vilarinho Seco, pelo estado de conservação e recuperação, mantendo a traça original.



Rumámos ao Norte, até ao Barroso, num belo dia de Verão. Iniciámos esta caminhada em Alturas do Barroso, de onde se consegue observar uma paisagem deslumbrante, passando depois por diversas aldeias.

Em todas elas pudemos observar e admirar as suas casas graníticas, algumas ainda cobertas com colmo, as ruas estreitas, por onde passam ainda muitos animais (vacas, cabras e ovelhas), que ali são criados, e que

tanta fama dão à terra e satisfação aos apreciadores, com referência especial à carne barrosã. Admirámos ainda os seus relógios de sol e a sua gente muito simpática.

Destas três aldeias, merece uma chamada especial de atenção Vilarinho Seco, pelo estado de conservação e recuperação, mantendo a traça original.

Seguimos então para o restaurante Casa de Vilar, onde nos foi servida uma saborosa vitela barrosã assada na brasa, entre outras iguarias.

Já em Boticas, visitámos o Centro Europeu de Documentação e Investigação de Escultura Castreja. E foi daqui que se iniciou o regresso ao Porto.

Queria ainda salientar a presença simpática e conhecedora dos guias da Montes de Encanto que nos acompanharam: o casal Clara e Sandro.

Por Antero Duarte

## Lembranças de Praga

Saliento a Câmara Velha e o seu belo relógio astronómico, o Castelo Real Velho – onde os guardas reais parecem bonecos de cera, a Ponte de Carlos, e a Praça Venceslau.

De facto, este país obriga o visitante a imbuir-se, instintivamente, nas suas componentes históricas, arquitectónicas e artísticas, culminando na beleza ambiental que é deslumbrante.

Lembro-me de Mariánske Lázně, uma estância termal com uns lindíssimos jardins, com a fonte Catarina, cujos

jactos de água, artisticamente sincronizados e ao som do coro dos Escravos, nos proporcionaram um bailado aquático de rara beleza. A cidade Cesky Krumlov é uma localidade muito pitoresca onde a actividade musical de rua é de tal modo interessante, que um grupo de colegas de Lisboa incentivou um quarteto musical a tocar para elas uma polca, à qual se juntaram os restantes colegas.

Praga é uma cidade que vive do turismo e da indústria cervejeira, tendo uma esfusante vida nocturna (bares, esplanadas e artistas de rua), e, claro, os muitos monumentos. Saliento a Câ-



mara Velha e o seu belo relógio astronómico, o Castelo Real Velho – onde os guardas reais momentaneamente parecem bonecos de cera, a Ponte de Carlos, e a Praça Venceslau.

Já que falo em recordar, não posso deixar de sublinhar a maneira alegre e descontraída com que a Patrícia nos tirava da pequena modorra que se apoderava de nós depois do almoço, com a música de «El Despertar».

Por Carlos Rebelo







## Citânia de Briteiros

Também visitámos o Museu Castrejo, onde se encontram várias peças de louça e ferro oriundas da Citânia.

Subordinado ao espírito dos «Passeios à Quinta-Feira», visitámos a Citânia de Briteiros, em Guimarães, que remonta a 700 a. C., segundo a informação dispensada pelo guia que nos acompanhou.

Foi mais um conhecimento adquirido, mais uma localidade digna de ser visitada. Também visitámos o Museu Castrejo, onde se encontram várias peças de louça e ferro oriundas da Citânia, um legado de Martins Sarmento, pessoa vocacionada para o estudo da arqueologia.

Neste museu, outrora uma quinta, por lá se refugiou Camilo Castelo Branco, amigo de Martins Sarmento.

O almoço, bem confeccionado e servido, fez-se no Chico da Agrela, sito em Santo Estêvão de Briteiros. Seguimos depois para Guimarães, capital da cultura. Dali fomos à penha. Que saudades.

Regressámos ao Porto, ficando a esperança de um novo passeio à quinta (-feira).

Até lá!

Por Augusto Malheiro

## E “Moisés” abriu as portas do Sado

Os profissionais das férias sabem que Setembro é um mês capaz de muito bom e muito mau. A sua primeira semana foi de Verão, e por isso não queríamos acreditar no muito mau...

A manhã começou com um nevoeiro sebastiânico, de cortar à faca. Já em Setúbal, o grupo foi confrontado com o cancelamento da viagem. Resignados, preparávamo-nos para regressar a Lisboa, quando uma chamada da Vertigem Azul nos renovou a expectativa. O Sado estava visível. Viva Setembro!

A viagem faz-se a bordo do veleiro catamarã *Esperança*, e *Esperança* é também o nome de um dos roazes (espécie de golfinho) que observámos passada meia hora de passeio. Vimos o Moisés e também o Tongas, o Cocas e algumas crias. Todos têm nome, mas nenhum tem dono. São do Sado, são do mar...

Ver golfinhos em condições naturais, como neste passeio de três horas, é uma questão de sorte. Quem embarcou no domingo anterior, por exemplo, só conseguiu ver um golfinho solitário, ao fim de uma longa espera. Nós conseguimos ver vários, e por duas vezes durante o passeio! Mais de uma dezena de roazes



saltaram, bateram com o lombo na água e até acompanharam o barco. Actualmente são cerca de 25 os golfinhos que vivem no estuário do Sado, entre o porto de Setúbal, Tróia e o mar ao largo da Comporta. Todos marcaram presença e festejaram connosco o auspicioso mês de Setembro!

Por Pedro Ferreira

A VIAGEM FAZ-SE A BORDO DO VELEIRO CATAMARÃ *ESPERANÇA*, E *ESPERANÇA* É TAMBÉM O NOME DE UM DOS ROAZES (ESPÉCIE DE GOLFINHO) QUE OBSERVÁMOS PASSADA MEIA HORA DE PASSEIO.





# Adega Regional de Colares, CRL

No âmbito da rubrica «Vinhos e Sabores», vamos visitar em Colares, no concelho de Sintra, a cooperativa mais antiga do País.



Colares, reclinada sobre duas colinas da serra de Sintra, é região demarcada desde 1908 e património de elevado grau de raridade, senão único, em todo o mundo vitícola. As vinhas desta região, situadas próximo

## Programa

10.45h – Encontro em Colares, à porta da Adega Regional de Colares, CRL  
11.00h – Início da visita à adega  
11.20h – Prova de vinhos e acompanhamentos regionais  
12.00h – Final da visita

**Realização:** 24 de Novembro

**Inscrição até:** 10 de Novembro

**Ponto de encontro:** À porta da Adega Cooperativa de Colares

**Hora:** 10.45h

**Valor:** 25 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 19 euros

**Inscrição inclui:** visita à adega e prova de dois vinhos (branco e tinto de Colares de “chão de areia”) e acompanhamento (queijo da Ilha com tostas)

**Inscrição não inclui:** transporte, compras na loja de vinhos ou provas fora da opção indicada

**Recomendações:** programa sujeito a cancelamento, caso não se verificarem as condições climatéricas ideais, ou um número mínimo de 10 participantes

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

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

do mar, estão sujeitas a ventos marítimos muito fortes e são protegidas por paliçadas de canas. Colares, pela sua natureza geológica, divide-se em

duas subzonas: “chão de areia” (região das dunas) e “chão rijo” (solos calcários).

Por Pedro Ferreira

## Um final de tarde inebriante!

O *Évora* marcou várias gerações... e várias colheitas!

Já referimos no convite que fizemos aos sócios que o barco *Évora* é um marco na história do rio Tejo, por ser o primeiro barco a *diesel* a navegar e no qual viajaram, estatisticamente, mais portugueses.

Como foi um barco especial, marcou várias gerações. Foram algumas dessas gerações que estiveram presentes no passeio de final do Verão, que juntaria o romantismo da velha Euro-



pa com uma prova de vinhos de uma adega jovem e com muita qualidade: a casa Xavier Santana, Sucessores. A prova começou com um vinho rosé, enquanto passávamos pelas colunas do imponente Terreiro do Paço. A conversa rolou, e o vinho era acompanhado por pão caseiro, queijos regionais e alguns doces. Na mesa estavam expostos cachos de uvas que representavam as respectivas castas de



cada vinho: *syrah*, *cabernet*, castelão, moscatel, etc.

Ao ladear Porto Brandão já a prova ia a meio, e o tinto reserva Terras da Vinha 2007 ondulava nos nossos copos. A ligação do Tejo ao Atlântico anunciava o regresso, lento e compassado, que embalava também a lágrima dos moscatéis que teimou em se agarrar ao nosso copo.

Por Pedro Ferreira

## De Barcelona a Nice

Terminada a visita a Barcelona, esperava-nos uma longa viagem até Nice, ao longo da qual visitámos, já em França, a cidade medieval de Carcassonne.

No tempo previsto partimos rumo a Barcelona, cidade onde permanecemos durante três dias que permitiram conhecer aspectos significativos da sua vida cultural e social – relevo para a obra de António Gaudí, expressa em todo o seu esplendor na Igreja da Sagrada Família.

Para além daquela obra, enquadrada no espírito religioso de Gaudí, visitámos outras, de arquitectura urbana, como

as casas Batló e Milá, esta também conhecida como a Pedreira, e o Parque Güell.

No nosso terceiro dia, o destino foi Monserrat, onde visitámos o Mosteiro Beneditino de Santa Maria de Monserat. Cuidado o espírito, fomos tratar do corpo, numa degustação na Cava de Codorniu.

Terminada a visita a Barcelona, esperava-nos uma longa viagem até Nice, ao longo da qual visitámos, já em França, a cidade medieval de Carcassonne.

Chegámos ao Mónaco, onde tivemos a oportunidade de conhecer, para além do Palácio dos Grimaldi, o chamado triângulo de ouro, formado pelo Casino, pelo Café Paris e pelo Hotel Paris.



Ainda, e sobretudo para os amantes do automobilismo, sentimos a emoção de pisar parte do percurso do famoso Grande Prémio do Mónaco.

O último dia foi aproveitado para conhecer pontos relevantes de Nice, como o Passeio dos Ingleses, a Baía dos Sonhos e a Igreja Ortodoxa Russa, tendo-se, posteriormente, seguido para o aeroporto e regressado a Portugal.

Por Jorge Miranda

## Em Chaves com os reformados

Um passeio pelo centro histórico, com as suas ruelas estreitas, varandas e balcões de invulgar estrutura de madeira, a Misericórdia, templo do melhor barroco nacional, e a Torre de Menagem do castelo medieval.

A simpática cidade transmontana de Chaves acolheu o encontro de reformados, e assim tivemos oportunidade para conhecer a sua rica paisagem, bem como o património e a gastronomia, afinal partes integrantes de uma cultura rica e antiga.

Antes de rumar a Chaves, pudemos visitar as famosas seis pontes do Porto. Nesta pequena viagem fluvial não faltou um sol esplendoroso, que bem mostrou a paisagem e a luz única da Ribeira. Nas Termas de São Vicente abordámos uma lauta refeição e pudemos em seguida conhecer as instalações e as aplicações clínicas daquelas águas terapêuticas.

Já em Chaves, a nossa jornada continuou com a visita ao Forte de S. Francisco e ao respectivo convento quinhentista; um passeio pelo centro histórico, com as suas ruelas estreitas, a Misericórdia e a Torre de Menagem do castelo

medieval, a lembrar a todos a relevância desta cidade de fronteira.

Uma incursão a Verín e ao castelo de Monterrey, já em Espanha, e um passeio rápido a Vidago concluíram o nosso encontro, abrilhantado pela prova de muitos dos produtos que fazem de Trás-os-Montes um dos bastiões das nossas melhores tradições culinárias: o famoso presunto, as suculentas alheiras, farinheiras e demais enchidos, o “fiel amigo”, em bolinhos ou com broa, a doçaria e os bons vinhos regionais... É caso para dizer que nem só de águas vive Chaves!

Por Miguel Soromenho





## Rally-Paper em Arganil

O Grupo Desportivo adicionou a este evento uma componente de responsabilidade social, com a plantação de 500 árvores na mata de Arganil e o descerramento de uma memória comemorativa.



Apesar de conhecer muito bem a região, resolvi inscrever-me neste evento do Grupo Desportivo, que considero imperdível, o *rally-paper*.

Depois de, na véspera, termos tido um dia de chuva intensa por todo o País, o sábado amanheceu com sol e uma temperatura absolutamente divinais. O *road book* da prova proporcionou-nos uma manhã divertida e com muita agitação, para encontrar as respostas certas às solicitações que nos faziam, enquanto percorríamos parte da área protegida da serra do Açor, à descoberta da natureza.

Após o almoço, o Grupo Desportivo resolveu adicionar ao evento uma componente de solidariedade social, colaborando para a regeneração da mata da Santa Casa da Misericórdia de Arganil, com a plantação de 500 árvores e o descerramento de uma memória comemorativa.

Os telejornais anunciavam muita chuva para o dia seguinte. Toda a água

que cair irá ajudar as 7 árvores que plantei – das 500 que os concorrentes plantaram – a sobreviver e a deitar as raízes à terra. No próximo ano, cá estarei para as observar.

E quando parecia que nos encaminhávamos para o final de um dia perfeito, eis que a organização nos voltou a surpreender, após o jantar, com um magusto no melhor da tradição, em que todos puderam, ao redor do fogo, assar e saborear as castanhas, ao som de uma banda de Arganil.

No domingo ainda visitámos a aldeia de Aigra Nova, antes do almoço de distribuição de prémios, e o vencedor foi o carro 113, tripulado pelo João e pela Isabel Sampaio, mas se me tivesse esforçado mais poderia ter sido eu, ou outro concorrente qualquer.

O *rally-paper* é mesmo assim. Parabéns ao vencedor e ao Grupo Desportivo, por esta jornada fantástica de convívio e alegria.

Por Rui Duque



# Jantar de Natal

Reencontre os seus amigos e colegas, neste convívio, no Casino de Espinho.

Conforme já se tornou tradição, vai o Grupo Desportivo realizar, no dia 20 de Dezembro, o jantar de Natal para todos os seus associados.

Este evento terá lugar no Casino de Espinho, onde os nossos associados e familiares terão oportunidade de confraternizar e viver, em conjunto, uma parte do espírito natalício.

Para os que não quiserem – ou não puderem – utilizar transporte próprio, o Grupo Desportivo porá ao dispor um autocarro que sairá da Praça Dr. Francisco Sá Carneiro (junto do Balcão BPI) pelas 18.30h.

Pelas 20.00h será servido um *cocktail*. Às 20.30h terá início o jantar.

Por Virgílio Guimarães



**Realização:** 20 de Dezembro  
**Inscrição até:** 30 de Novembro  
**Ponto de encontro:** Praça Dr. Francisco Sá Carneiro (junto do Balcão BPI) ou Casino de Espinho  
**Hora:** 18.30h ou 20.00h  
**Valor:** 48 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 28 euros  
**Inscrição inclui:** o transporte de autocarro, oferta do Grupo Desportivo  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 3 (três) prestações, duas em Novembro, e final em Dezembro  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo



# Passagem de ano na Régua

Ano novo, vida nova no Hotel Régua Douro

**Programa:**

**29 de Dezembro – sábado**

13.00h – Visita aos Lagares e Tonéis da Quinta de Campanhã  
 15.00h – Visita a Lamego  
 20.00h – Jantar com música ao vivo

**30 de Dezembro – domingo**

Manhã livre  
 13.00h – Almoço no Restaurante Panorâmico  
 15.30h – Visita livre ao Pinhão. Prova de vinho numa quinta duriense  
 20.00h – Jantar com música ao vivo

**31 de Dezembro – segunda-feira**

Dia livre (almoço não incluído)  
 19.00h – *Cocktail* de fim de ano  
 20.00h – Jantar de gala  
 23.00h – Animação e música ao vivo pela noite dentro  
 00.00h – Espumante e passas, fogo-de-artifício sobre o rio Douro  
 00.30h – *Buffet* de ano novo e bar aberto



**1 de Janeiro – terça-feira**  
 11.00h – Serviço de *brunch*

**Realização:** 29 de Dezembro  
**Inscrição até:** 15 de Dezembro  
**Ponto de encontro:** Praça Dr. Francisco Sá Carneiro  
**Hora:** 11.00h  
**Valor:** em quarto *single*: 455 euros  
 em quarto *duplo*: 350 euros  
 em quarto *triplo*: 310 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** em quarto *single*: 403 euros

Todas as culturas que têm calendários anuais celebram o ano novo. A celebração do evento é também chamada *réveillon*, termo oriundo do verbo francês *réveiller* (despertar).

Neste ano voltamos ao Hotel Régua Douro para mais uma festa em grande, com muita diversão e animação.

Por Virgílio Guimarães

em quarto *duplo*: 298 euros  
 em quarto *triplo*: 240 euros

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 6 (seis) prestações, com início em Dezembro, e final em Abril (duas)  
**Recomendações:** autocarro disponível, se o número mínimo de 20 participantes o justificar

**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo



## Réveillon em Olhão

No Real Marina Hotel \*\*\*\*\*

Uma vez mais escolhemos o Algarve, e agora o Real Marina Hotel, de 5 estrelas, na cidade de Olhão, para o *réveillon* dos associados do Grupo Desportivo. É um local excelente, com a paisagem da ria Formosa como pano de fundo, alojamento de luxo, comida excelente e a festa, que depende muito da nossa animação. Alegria, alegria e mais alegria é o que nos espera neste fim de ano, porque festa é festa, e vamos comemorar a entrada em 2013, num am-



**Realização:** de 29 de Dezembro a 1 de Janeiro  
**Inscrição até:** 22 de Dezembro  
**Ponto de encontro:** Parque das Nações ou Hotel Real Marina  
**Hora:** 14.30h  
**Valor:** 255 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 185 euros  
**Noite extra:** 45 euros  
**Inscrição inclui:** Três noites de alojamento com pequeno-almoço-bufferet; jantar-*buffet* do dia 30;

jantar-*buffet* de *réveillon* com música para dançar; *brunch* no dia 1 de Janeiro  
**Autocarro:** partida em 29/12 e regresso em 1/1 às 14.30h

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 4 (quatro) prestações, duas em Novembro, e final em Janeiro.

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

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

biente magnífico, entre familiares, amigos e colegas, com o jantar, as 12 passas, o champanhe, a música, a ceia, o requinte, e o sempre presente desejo de um bom ano com saúde.

Venha divertir-se com a sua família e os seus amigos.

Esperamos por si.

Não se atrase porque as inscrições são limitadas.

Por Rui Simplício

## E se, de repente, lhe oferecermos o céu?

Neste ano garantimos que em vez de mar irá avistar paisagens absolutamente deslumbrantes de mar, de serra e de céu.



Há quanto tempo não tem oportunidade de ver as estrelas? Então e as constelações? E se lhe proporcionássemos isso tudo, em plena serra da Arrábida? O Rally-Paper 2013 vai ser algo digno de bradar aos céus.

No ano passado prometemos que ne-

nhum participante andaria mais de 10 quilómetros, ou 15 minutos, sem ter à sua direita, atrás ou à frente uma fantástica paisagem de mar. Neste ano garantimos que em vez de mar irá avistar paisagens absolutamente deslumbrantes de mar, de serra e de céu.

Ouvimos dizer que os responsáveis da coisa dormem com a prova debaixo da almofada, mas, porque os nossos leitores mais assíduos e atentos merecem o melhor, conseguimos saber um monte de segredos.

O rally começa no Castelo de Palmela por volta das 19.00h e termina em Setúbal ou em Sesimbra por volta das 1.00h da manhã. Soubemos ainda que entre eles tratam este rally como a Operação

Night and Day. Como uma das partes da prova é feita de noite, vai ser necessário levar lanterna, mas felizmente não é necessário comprar gel na farmácia. Uma fonte anónima chamada "língua de trapo" ainda nos adiantou que a pergunta n.º 8 era sobre algo que tem que ver com a notícia da festa de Natal deste ano – talvez se relacione com o número de caracteres utilizados... Só não conseguimos saber se os espaços em branco contavam ou não. Deve ser em Abril ou Maio, e até lá prometemos estar atentos para lhe fazer chegar mais informação.

Por Rui Duque





# Calendário de Caminhadas

Esta Lisboa que eu amo... Capital do império perdido, Lisboa continua a ser uma cidade inexplicável pela sua beleza.

A monumentalidade convive porta a porta com o rebuliço da vida ou das vidas. Podemos falar da luz, da história, das igrejas, dos terramotos, das colinas, das estátuas, dos governantes, das intrigas, dos espíões, da mística. Podemos falar de muitas mais coisas de Lisboa. E nunca estará tudo dito, pois até de silêncios esta cidade é feita. Passear a pé em Lisboa é um desafio interminável como se em cada jornada a cidade se reconstruísse em

mais um passo, em mais um olhar, em mais um saber.

Este programa foi preparado de acordo com as preferências dos nossos sócios.

Os graus de dificuldade das caminhadas seleccionadas são médio (m-) e baixo (b).

Poderá eventualmente sofrer alguma alteração de acordo com a programação da SAL.

Por Rui Duque



**Novembro**  
Domingo, 18 às 10.00h  
Nos passos de Pessoa (b)



**Fevereiro**  
Domingo, 10 às 10.00h  
Por Alfama e Castelo (m-)



**Abril**  
Domingo, 21 às 10.00h  
Descobrir a Mouraria



**Dezembro**  
Domingo, 30 às 10.00h  
Pela distinta Lapa (b)



**Março**  
Domingo, 17 às 10.00h  
Santa Maria de Belém (b)



**Maio**  
Domingo, 5 às 10.00h  
Pelas Águas de Monsanto (m-)



**Janeiro**  
Domingo, 13 às 10.00h  
Real Alto da Ajuda (b)



**Junho**  
Sábado, 8 às 20.00h  
Colina da Estrela (m-) by Night



## Foi dia de *scrapbooking*

Mais uma tarde de sábado especial.



E lá estávamos nós, apinhadas à porta, aguardando a chegada da mestra João, ansiosas por ver as “novidades” que trazia.

Passados que foram os minutos iniciais da apresentação do “produto”, em franco convívio, com gargalhadas pelo meio, correria, tesoura em riste, troca disto e daquilo, lá começámos as nossas obras de arte, cada uma ao seu ritmo, com mais ou menos destreza, mas todas com grande empenhamento.

E mais palavras para quê? As imagens falam por nós.

Postal em cascata: assim se chama cada uma das maravilhas que ornamentam os nossos sorrisos.

Até à próxima tarde de sábado!

Por Teresa Sá

## O fado mora mesmo aqui ao lado

A exposição permanente do Museu do Fado é um tributo ao fado e aos seus cultores, divulgando o seu historial a partir da Lisboa oitocentista.

O museu do fado foi inaugurado e aberto ao público em 1998, e é desde essa altura que recebe os espólios de centenas de intérpretes, autores, compositores, músicos, construtores

de instrumentos, estudiosos e investigadores, artistas profissionais e amadores; em suma, de centenas de personalidades que testemunharam e construíram a história do fado.

A todos o Museu do Fado presta a sua homenagem, contemplando o seu património afectivo e memorial.

Testemunhando esta relação de interdependência das peças museológicas materiais com a imaterialidade do património que evocam e documentam,

o Museu do Fado integrou, desde a sua génese, uma relevância primordial no estudo do nosso património cultural e etnográfico.

Em Novembro vamos ver e ouvir fado!

Por Teresa Silva



**Realização:** 17 de Novembro

**Inscrição até:** 1 de Novembro

**Ponto de encontro:** junto da entrada do Museu do Fado

**Hora:** 10.00h

**Valor:** 11 euros

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

8 euros

**Inscrição inclui:** entrada no museu, acompanhada do Prof. Miguel Soromenho

**Recomendações:** inscrições limitadas e por ordem de inscrição, até ao limite máximo de 30 participantes

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

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

## Nos passos de Pessoa

No âmbito da rubrica «Esta Lisboa que eu amo» o Grupo Desportivo vem propor aos associados percorrer um espaço elegante e intemporal, do Chiado à Baixa de Lisboa, onde nasceu, cresceu, trabalhou e se inspirou Fernando Pessoa.



«Houve um dia em que subi esta rua pensando alegremente no futuro, pois Deus dá licença para que o que não existe seja fortemente iluminado. Hoje, descendo esta rua, nem no passado penso alegremente. Quando muito, nem penso... Tenho a impressão de que as duas figuras se cruzaram na rua, nem então nem agora, mas aqui mesmo, sem tempo a perturbar o cruzamento. (Álvaro de Campos, *Realidade*, 1932).»

Levantar os olhos e descobrir visões, locais, recantos e histórias perdidas. Circular no tempo, recuar ao século XIX, quando no Chiado se passeava de chapéu alto e bengala, reviver a Lisboa do século XVI quando o poeta Chiado gozava a sociedade em verso, e reviver os alvares da madrugada de Abril, quando Salgueiro Maia chegou.

Vamos viver os locais e as visões que também viveu aquele homem franzino e tímido, pequeno em estatura, mas que fez grande Portugal.

Por Rui Duque



**Realização:** 18 de Novembro  
**Inscrição até:** 14 de Novembro  
**Ponto de encontro:** Largo de São Carlos  
**Hora:** 10.00h  
**Valor:** 8 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 5 euros

**Duração aproximada:** 2 a 2,5 horas  
**Recomendações:** calçado e vestuário adequado; grau de dificuldade baixo  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

## Puxa-Saco natalício

Vamos ainda aprender a criar uns fuxicos, que podem servir como decoração destes saquinhos, ou usados para outros fins.

E porque o Natal está a chegar, vamos criar umas bolsinhas muito práticas, para guardar os sacos de plástico que se vão aglomerando nas nossas casas, mas que também podem servir de oferta ou lembrança natalícia, para os familiares e amigos mais próximos.

Vamos ainda aprender a criar uns fuxicos, que podem servir como decoração destes saquinhos, ou usado para outros fins.

Por Sandra Nascimento

**Realização:** 1 de Dezembro  
**Inscrição até:** 26 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 da peça  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

VAMOS CRIAR  
UMAS BOLSINHAS  
MUITO PRÁTICAS  
QUE PODEM SERVIR  
DE LEMBRANÇA NATALÍCIA



## Um presépio ecológico

Com a utilização de folhas, cascas de frutos secos, galhos, rafia e xisto, consegue-se criar um presépio diferente dos que habitualmente conhecemos.

Nos anos anteriores dedicamo-nos à elaboração de arranjos florais e coroas natalícias. Neste ano a temática é diferente, mas o resultado final é igualmente satisfatório.

Através de formas simples e materiais naturais, pode renovar-se o Natal, ou seja, com a utilização de folhas, cascas de frutos secos, galhos, rafia e xisto, consegue-se criar um presépio diferente dos que habitualmente conhecemos.

A vasta experiência da Designer Zaida Galante irá ser uma mais-valia, para que passemos a olhar para as folhas de uma maneira diferente.

Por Sandra Nascimento



**Realização:** 8 de Dezembro  
**Inscrição até:** 3 de Dezembro  
**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:** 30 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 25 euros  
**Inscrição inclui:** formador e material necessário à execução dos trabalhos  
**Recomendações:** mínimo de 6 e máximo de 12 participantes  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo



## Decoração de bolos

Seja bem-vindo ao mundo doce da decoração artística de bolos!



Se é a primeira vez que mergulha neste doce mundo, convidamo-lo a deixar a sua imaginação voar e assim aprender a decorar de uma forma única e totalmente original um bolo simples!

Aprenda o que são pastas de açúcar,

corantes alimentares, cola comestível e para que servem. Saiba nivelar, rechear e cobrir um bolo. Aprenda a fazer uma decoração simples através de cortadores e modelagens simples.

Por Sandra Nascimento



**Realização:** 13 de Dezembro  
**Inscrição até:** 10 de Dezembro  
**Ponto de encontro:** Loja Istofaz-se, na Rua Emília das Neves, 4-B, em Benfica  
**Hora:** das 9.00h às 13.00h (turma I), e das 15.00h às 19.00h (turma II)  
**Valor:** 70 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 56 euros

**Inscrição inclui:** todo o material necessário à elaboração do bolo (4 horas)

**Recomendações:** programa sujeito a cancelamento caso não se atinja um número mínimo de 6 participantes

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

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



## De convento a museu

A igreja do convento, que já foi a principal igreja gótica de Lisboa, ficou em ruínas devido ao terramoto de 1755 e é uma das principais marcas deixadas pelo terramoto, ainda visíveis na cidade.

i

**Realização:** 15 de Dezembro  
**Inscrição até:** 1 de Dezembro  
**Ponto de encontro:** Junto da entrada das ruínas do Carmo  
**Hora:** 10.00h  
**Valor:** 11 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 8 euros  
**Inscrição inclui:** entrada no museu, acompanhada do Prof. Miguel Soromenho  
**Recomendações:** inscrições limitadas e por ordem de inscrição, até ao limite máximo de 30 participantes  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

Mandado construir em 1389 pelo Santo Condestável, D. Nuno Álvares Pereira, o Convento da Ordem do Carmo ergue-se numa posição privilegiada, sobranceira ao Rossio (Praça de D. Pedro IV) e próxima ao morro do Castelo de São Jorge.

A igreja do convento, que já foi a principal igreja gótica de Lisboa, ficou em ruínas devido ao terramoto de 1755 e é uma das principais marcas deixadas pelo terramoto ainda visíveis na cidade. O convento eventualmente passou a ser uma dependência militar, e foi no quartel do Carmo que Marcelo Caetano, presidente do Conselho do



Estado Novo, se refugiou. Actualmente as ruínas são sede do Museu Arqueológico do Carmo – um lugar com história, de momentos idos e sempre presentes.

Por Teresa Silva

## Pela distinta Lapa

Subordinado ao tema «Esta Lisboa que eu amo», a proposta do Grupo Desportivo passa agora por um dos bairros mais tradicionais.

As origens do nome deste distinto bairro da Lapa, parecem vir de uma remota gruta junto ao rio, onde uma moura de distintas famílias se recolhia nas suas preces. A tradição de bem-estar mantém-se até aos nossos dias, num bairro onde convivem os elegantes palácios senhoriais, as internacionais embaixadas, as modernas habitações de novoriquismo e uma multiplicidade de estilos arquitectónicos e níveis sociais que chegam à vila operária.

Constitui um local de eleição para con-



ventos, mosteiros, igrejas e capelas que se encarrapitam em ladeiras íngremes com amplas escadarias e vistas abertas sobre o Tejo. Percorrer a Lapa é ver uma Lisboa autêntica de vida e cor.

Por Rui Duque

i

**Realização:** 30 de Dezembro (domingo)  
**Inscrição até:** 26 de Dezembro  
**Ponto de encontro:** porta principal no topo oeste do edifício do Museu Nacional de Arte Antiga. Esta porta é a que tem a escadaria e está virada para o jardim e para a Cruz Vermelha  
**Hora:** 10.00h  
**Valor:** 8 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 5 euros  
**Duração aproximada:** 3 horas  
**Recomendações:** Calçado e vestuário adequado; grau de dificuldade médio  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo



# Igreja de Santo António e Teatro Romano

A Igreja de Santo António é um dos marcos religiosos da cidade de Lisboa, por se encontrar no local onde se diz ter vivido Santo António, o santo popular padroeiro de Lisboa.



O actual templo foi edificado entre 1767 e 1787, de acordo com o projecto do muito conceituado arquitecto Mateus Vicente de Oliveira. Hoje em dia, do templo original resta apenas a cripta, com entrada pela sacristia.

Vamos subir um pouco até à encosta sul do Castelo de São Jorge, para encontrar as ruínas do Teatro Romano. O teatro foi construído no século I, no tempo do imperador romano Augusto, e durante o reinado do imperador Constantino I foi parcialmente desmantelado. Este monumento permaneceu soterrado até 1798, ano em que as ruínas

**Realização:** 12 de Janeiro  
**Inscrição até:** 26 de Dezembro  
**Ponto de encontro:** junto da entrada da Igreja de Santo António  
**Hora:** 10.00h  
**Valor:** 11 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 8 euros  
**Inscrição inclui:** entrada no museu, acompanhada do Prof. Miguel Soromenho  
**Recomendações:** inscrições limitadas e por ordem de inscrição, até ao limite máximo de 30 participantes  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

foram descobertas após o terramoto de 1755.

O Museu do Teatro Romano de Lisboa, pretende dar a conhecer um dos monumentos mais emblemáticos da antiga cidade romana de Felicitas Iulia Olisipo.

Por Teresa Silva

# Real Alto da Ajuda

Enquadrado nesta ideia de «Esta Lisboa que eu amo», o Grupo Desportivo propõe-lhe agora uma viagem por um passado recente.



Um rei que tinha uma amante, um primeiro-ministro que tinha todo o poder, uma bala disparada, uma acusação de conspiração, um palácio de madeira que foi pasto das chamas.

**Realização:** 13 de Janeiro (domingo)  
**Inscrição até:** 9 de Janeiro  
**Ponto de encontro:** Real Palácio da Ajuda, perto da Estátua de Sua Alteza Real D. Carlos I  
**Hora:** 10.00h  
**Valor:** 8 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 5 euros  
**Duração aproximada:** 2 a 3 horas  
**Recomendações:** calçado e vestuário adequado; grau de dificuldade baixo  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

Tudo isto aconteceu num local que foi e deixou rapidamente de ser concelho no século XIX, mas onde se organizou o exército português pela mão de um general alemão e onde se inverteu a história de Portugal após um “Verão quente” de pós-revolução.

Por aqui respira-se todo um Portugal Ultramarino, nas suas componentes filosóficas, científicas e agrícolas. Por aqui há uma Lisboa preservada, com pátios e tradições, com gentes e com histórias.

Por Rui Duque



# Por Alfama e Castelo

Esta Lisboa que eu amo. A cidade de Lisboa à razão do passo de cada um. Só para si.

A Praça do Comércio é a porta de Lisboa, orgulhosa da estátua equestre de Sua Alteza Real D. José, e dos seus magníficos edifícios setecentistas.

Depois é subir pela cidade de várias épocas, ver a Sé, rezar a S. António e chegar ao majestoso Castelo de S. Jorge.

Seguir por ruas de casas encarrapita-

das em becos e escadinhas, bairros de outras épocas com gentes de agora, que continuam a ser o coração da capital.

Este é um percurso que nos leva a conhecer recantos perdidos no espaço e no tempo, de muitas histórias, de muitos enredos, de muitas lutas e paixões.

Por Rui Duque



**Realização:** 10 de Fevereiro (domingo)

**Inscrição até:** 6 de Fevereiro

**Ponto de encontro:** estátua equestre de D. José I, no Terreiro do Paço ou debaixo do Arco da Rua Augusta, caso haja obras ou outras ocupações do centro da praça

**Hora:** 10.00h

**Valor:** 8 euros

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

5 euros

**Duração aproximada:** 3 horas

**Recomendações:** calçado e vestuário adequado; grau de dificuldade médio-

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

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

# Subir ao Chiado

Vamos subir ao Chiado e visitar o actual museu e o emblemático Teatro da Trindade.

Situado no centro histórico de Lisboa encontramos o Museu do Chiado, fundado em 1911 e também conhecido como Museu Nacional de Arte Contemporânea.

O programa de exposições temporárias tem particular relevância, e ocupa totalmente o espaço de exposição.

Situado no Chiado, encontramos também o Teatro da Trindade, uma verdadeira sala de espectáculos, construída no século XIX e que conseguiu manter as características do verdadeiro estilo pombalino aliado ao neoclássico italiano tão em voga na altura.

O pavimento do palco é móvel, formado por alçapões que permitem le-

vantar objectos, obtendo assim maior efeito cénico.

Actualmente o edifício é propriedade da Fundação Inatel, que o adquiriu, e no qual foram realizadas obras de remodelação, obras profundas de renovação e restauro de todo o edifício. Junte-se a nós e venha conhecer o Chiado.

Por Teresa Silva



**Realização:** 16 de Fevereiro  
**Inscrição até:** 1 de Fevereiro  
**Ponto de encontro:** junto da entrada do Teatro da Trindade  
**Hora:** 10.00h  
**Valor:** 11 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 8 euros  
**Inscrição inclui:** entrada no museu acompanhada do Prof. Miguel Soromenho  
**Recomendações:** inscrições limitadas e por ordem de inscrição, até ao limite máximo de 30 participantes  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo





# Em Cartaz



## ■ TEATRO POLITEAMA

### Uma Noite em Casa de Amália

Esta grande produção, em que o fado, o folclore e a música brasileira se encontram, continua em cena.

De 5.ª feira a sábado às 21.00h.  
Domingo às 16.00h.

**Reservas:** 21 340 57 00  
96 440 90 36

**Condições para sócios:** desconto de 20% à 5.ª e à 6.ª feira; de 15%, ao sábado e ao domingo.



### Peter Pan

O grande musical infanto-juvenil de Filipe La Féria para o Natal.

De 3.ª a 6.ª feira às 11.00h e às 14.00h. Sábado e domingo às 15.00h.

**Reservas:** 21 340 57 00  
96 440 90 36

**Preços:** 12,50 euros; 10,00 euros e 7,50 euros. Descontos para grupos ou escolas.



## ■ TEATRO DA CORNUCÓPIA

De 1 a 25 de Novembro, no Teatro do Bairro Alto, em Lisboa

### Os Desastres do Amor

Felícia, uma viúva elegante e bem-posta, madura e bem conservada, passa férias no Fortuna Palace, hotel de que é dona uma fada sua madrinha. Felícia quer ser feliz, honesta, e ao mesmo tempo encontrar o novo partido que resolva a sua situação económica. Adaptação e encenação de Luís Miguel Cintra; cenário e figurinos de Cristina Reis, e desenho de luz de Daniel Worm d'Assumpção. No elenco estão José Manuel Mendes, Luís Lima Barreto, Luís Miguel Cintra, Nuno Nunes, Rita Blanco, Rita Durão, Sérgio Adillo, Sofia Marques, Teresa Madruga e Vítor d'Andrade.

De 3.ª feira a sábado às 21.00h, e domingo às 16.00h.

**Condições para sócios e acompanhantes:** 20% de desconto. Grupos de 10: 50% de desconto.

## ■ TEATRO NACIONAL DE D. MARIA II

Sala Estúdio  
De 20 de Outubro a 2 de Dezembro

### Gil Vicente na Horta

Baseado em *O Velho da Horta* e noutros textos de Gil Vicente. Versão cénica e encenação de João Mota.

De 4.ª a 6.ª feira às 11.00h; sábado às 21.15h; domingo às 16.15h.

Salas Garrett e Estúdio  
De 1 de Novembro a 16 de Dezembro  
Mostra de Teatro do Brasil  
(16 espectáculos de vários autores com os melhores actores brasileiros)  
Consulte o programa em [www.teatro-dmaria.pt](http://www.teatro-dmaria.pt)

**Descontos:** jovens até 25 anos e seniores + 65: 10 euros (sala Garrett) 8 euros (sala Estúdio); dia do espectador (5.ª feira): 8 euros (sala Garrett), 6 euros (sala Estúdio); bilhete do dia: 6 euros (sujeito a disponibilidade) e vendido no próprio dia entre as 14h e as 15h.

**Bilheteira:** 21 325 08 35



## ■ TEATRO NACIONAL DE S. CARLOS

19 e 20 de Dezembro às 20.00h; 22 e 23 de Dezembro às 16.00h.

### O Gato das Botas

Ópera de magia e mistério em cinco cenas.

Ópera para crianças e adultos, que se inspira, à vez, na zarzuela e na ópera clássica, com reminiscências mozartianas, *O Gato das Botas* usa a popular história do gato que, à custa de astúcia e malabarismos, tenta enriquecer e casar o seu pobre dono (que o havia recebido em herança) com uma princesa. Tudo acaba em bem, embora pelo meio apareça um ogre e se vivam peripécias q.b. A brilhante orquestração de Montsalvatge, à qual se junta o génio melódico, torna esta ópera bufa/musical/zarzuela numa delícia para miúdos e graúdos. Xavier Montsalvatge. Libreto: Néstor Luján. Direcção musical: João Paulo Santos. Orquestra Sinfónica Portuguesa. Gato: Ana Franco. Moleiro: João Merino. Princesa: Bárbara Barradas. Rei: Diogo Oliveira. Ogre: João Oliveira.

**Descontos:** crianças até 5 anos: gratuito; maiores de 5 até 10 anos: 5 euros; maiores de 10 até 18 anos: 10 euros; adulto: 20 euros.

**Reservas:** 21 325 30 45/6 (até 48h antes do espectáculo) ou [www.saocarlos.pt](http://www.saocarlos.pt)



## A evolução do andebol

Vice-campeões da Agência de Lisboa do Inatel em 2011-2012, com apuramento para a fase nacional, onde apenas cedemos frente ao campeão nacional.

Passo a passo, o trabalho realizado pela equipa de andebol tem vindo a produzir efeitos. Com poucas mexidas de uma época para a outra, a equipa do Grupo Desportivo tem garantido no plantel uma estabilidade que acaba por

se reflectir na qualidade do seu jogo. A cada época, os resultados têm vindo a melhorar e claro que isso se deve à qualidade dos jogadores, bem como às rotinas adquiridas. O resultado é uma enorme disponibili-

dade demonstrada em todos os jogos. O Grupo Desportivo é das equipas com maior rotatividade no plantel ao longo das partidas, e é também uma das equipas que se apresentam em campo com mais alegria competitiva. A evolução é visível nos resultados verificados nas últimas temporadas: 3.º lugar na Série B em 2009-2010, vencedores da Série B em 2010-2011 e vice-campeões da Agência de Lisboa do Inatel em 2011-2012, com apuramento para a fase nacional, onde cedemos frente apenas ao Águas Santas, campeão nacional.

A fasquia está elevada para a nova temporada, pois a ambição de fazer ainda melhor é natural e é um dado adquirido no seio do grupo. Esperam-se algumas novidades na equipa, até ao arranque da prova, sem entrar em revoluções. Afinal de contas, em equipa vencedora, não se mexe (muito).

Por Hugo Malcato



## 36.ª Meia-Maratona de São João das Lampas

O 2.º lugar do pódio foi ocupado pelo Carlos Cardoso, em representação do Grupo Desportivo, com um tempo excelente.

A época oficial de atletismo já começou, e, para não faltar à tradição, a freguesia de São João das Lampas, no concelho de Sintra, organizou a sua 36.ª Meia-Maratona, integrada nas festas de Nossa Senhora da Saúde.

Esta região saloia possui características únicas que proporcionam aos participantes um dos circuitos mais difíceis das provas de estrada de Portugal, onde muitos atletas testam a sua forma física para os desafios que se aproximam.

Nos últimos anos o Grupo Desportivo fez questão de estar presente neste circuito, e desta vez fez-se representar por 9 atletas, que demons-

traram estar em excelente condição física para a nova temporada. Todos os atletas presentes completaram os 21,1 km com excelentes tempos, sendo de salientar o honroso 2.º lugar que o nosso colega Carlos Cardoso alcançou no seu escalão, terminando com um tempo de 1.37 horas, elevando mais uma vez a camisola do Grupo Desportivo ao mais alto nível.

Notou-se uma crescente adesão, reflectida no aumento de 20% de finalizadores, o que demonstra que o atletismo tem vindo a ser cada vez mais uma modalidade preferencial para a prática de desporto.

Por Rafael Franco





## S. Silvestre é a última corrida do ano



A tradição ainda é o que era! – pelo menos no que respeita à realização desta prova tão emblemática.

Esta corrida homenageia S. Silvestre, natural de Roma, que foi papa entre os anos 314 e 335, ano em que morreu, e que se realiza tradicionalmente a 31 de Dezembro, data comemorativa da sua morte. No entanto, há provas em diferentes datas próximas do fim do ano. Como é habitual, o Grupo Desportivo convida à participação, porque quer

cada vez mais associados a confraternizar neste evento desportivo.

Inscribam-se numa, ou em várias provas, em homenagem a S. Silvestre, porque há tantas, em tantos dias e em algumas zonas do País, em localidades próximas umas das outras, que gostaríamos de saber quem será capaz de bater o recorde de participações no período de Dezembro a Janeiro.

Enviem fotos e relatos de experiências que queiram partilhar.

Haverá uma oferta-surpresa para quem simplesmente enviar um *e-mail* para o autor deste texto, indicando onde nasceu S. Silvestre.

Termine o ano a correr, mas sem stress, e comece o novo ano com o espírito renovado.

Por Carlos Ferreira

## Duas equipas, a mesma ambição

A equipa de basquetebol e o Grupo Desportivo esperam por si, já na próxima quarta-feira. Em Outubro teve início o Campeonato Distrital de Basquetebol do Inatel, região de Lisboa, época de 2012/2013.

Para esta época o Grupo Desportivo estará representado por duas equipas: a equipa masculina, que tem competido regularmente, e também uma equipa feminina, que neste ano volta a participar nesta competição promovida pelo Inatel.

Porque consideramos que nunca estamos construídos e que é sempre possível fazer melhor, deixamos aqui uma vez mais o apelo para que faça parte da nossa equipa, porque ainda e em qualquer altura pode fazê-lo.

Assim, se já foi jogador federado, se já jogou na escola ou simplesmente na *game box*, se tem atitude vencedora e quer defender as nossas cores, só tem de comparecer nos treinos às quartas-feiras entre as 21.00h e as 23.00h, no pavilhão da Escola Azevedo

do Neves, na Damaia, ou contactar o Grupo Desportivo.

A equipa de basquetebol e o Grupo



Desportivo esperam por si, já na próxima quarta-feira.

Por Francisco Barata





## Desta não se lembraram eles

Porque para nós todos os sócios do Grupo Desportivo devem ter a oportunidade de viver duas vidas: uma antes do *bowling*, e outra depois de jogarem esta modalidade superdivertida e animada.



**Realização:** 29 de Novembro (quinta-feira)  
**Inscrição até:** 22 de Novembro  
**Ponto de encontro:** Funcenter do Colombo  
**Hora:** 19.45h  
**Valor:** 6 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 1 euro  
**Duração aproximada:** 3 horas (3 jogos)  
**Recomendações:** traga alegria e boa-disposição, porque senão vai sentir-se algo deslocado(a)  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

Há pouco tempo um conhecido anúncio de uma marca internacional comunicava que com 1 euro apenas conseguiríamos, quem sabe?, uma *tattoo*, ou até mesmo um ramo de flores.

A ideia até era interessante, mas o resultado foi fraquinho. Ainda têm muito que aprender connosco. A imaginação e a criatividade do Grupo Desportivo vai muito para além disso.

Com uma moedinha apenas, qualquer sócio pode apresentar-se no Colombo para uma jornada de convívio, com as bolas e os pinos que por lá coabitam. A ideia é proporcionar, aos habituais e

a todos aqueles que já tiveram vontade, mas nunca encontraram motivação suficiente, uma nova vida, porque para nós todos os sócios do Grupo Desportivo devem ter a oportunidade de viver duas vidas: uma antes do *bowling*, e outra depois de jogarem esta modalidade superdivertida e animada.

Por Jorge Teixeira



## Já cá canta mais um título

A representar as cores do Grupo Desportivo estiveram, além do Rui Duque, os atletas Jorge Teixeira, Briano Sousa, António Delgadinho, Pedro Veiga e Liseta Pereira.

Num fim-de-semana passado o Grupo Desportivo esteve muito bem representado na Final Nacional de Bowling dos Sindicatos dos Bancários, que teve lugar em Cantanhede.

Todos os atletas estiveram num nível muito alto, demonstrando o excelente trabalho que o Grupo Desportivo tem vindo a fazer nesta modalidade. No entanto, foi o Rui Duque que – depois de, na final do ano passado, já se ter sagrado vice-campeão – conseguiu neste ano trazer para a nossa vitrina o troféu mais desejado: o de campeão nacional dos empregados bancários. Após o primeiro dia da competição, o Rui Duque já liderava, e no segundo dia, depois de algumas eliminatórias

que ultrapassou com maior ou menor dificuldade, conseguiu apurar-se para a final das finais. Também aí esteve muito bem, conseguindo ser o melhor de todos, sagrando-se assim, com toda a justiça, o grande vencedor desta Final Nacional 2012.

A representar as cores do Grupo Des-

portivo estiveram ainda os atletas Jorge Teixeira, Briano Sousa, António Delgadinho, Pedro Veiga e Liseta Pereira. Para memória futura ficam ainda os nomes do segundo classificado – Carlos Sieuve, da CEAH – e do terceiro – João Torres, da Unice.

Por Osvaldo Silva





## Douro Bike Race

Os nossos atletas, oriundos de norte a sul do País, participaram nas provas Ride (1 dia) e Adventure (2 dias), e ficaram a conhecer a beleza e também a dureza das serras do Alvão e da Aboboreira.

O Grupo Desportivo esteve presente com 21 atletas na prova de BTT, Douro Bike Race, realizada entre 13 e 16 de Setembro, em Amarante, que con-

tou com a presença de mais de 650 atletas, entre os quais David Rosa, o representante nacional na prova de corta-mato (*cross country*) nos Jogos Olímpicos de Londres. Uma prova inesquecível.

Os nossos atletas, oriundos de norte a sul do País, participaram nas provas Ride (1 dia) e Adventure (2 dias), e ficaram a conhecer a beleza e também a dureza das serras do Alvão e da Aboboreira.

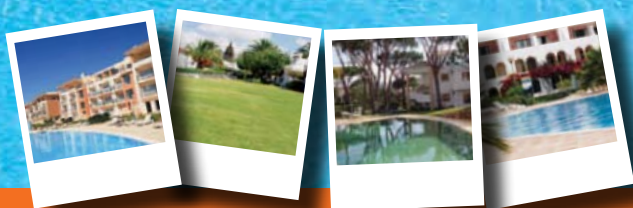
A dureza do percurso e as temperaturas de cerca de 40 °C foram os factores mais salientados pelos nossos atletas, que, claro!, também não deixaram de referir a beleza da região e a excelente organização da prova.

Apesar da dificuldade sentida por alguns dos nossos atletas em comple-

tar as respectivas provas, não houve qualquer desistência por razões físicas, ainda que a dureza dos trilhos tivesse obrigado à desistência de um dos nossos representantes, mas por razões mecânicas.

Para o ano esta prova já tem data marcada: será realizada de 11 a 14 de Setembro de 2013, mas até lá o Grupo Desportivo com certeza estará presente noutras provas. Mantenha-se informado, consultando a página do Grupo Desportivo.

Por Vítor Silva



Oportunidade  
**7 noites**  
desde **133€**

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

Consulte as nossas ofertas nas páginas 36 e 37  
Para mais informação contacte o Grupo Desportivo [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)



# Venha treinar defesa pessoal

Aprenda a defender-se num ambiente seguro, descontraído e animado.



**CORAGEM,  
DETERMINAÇÃO,  
AUTONOMIA,  
SÃO ALGUMAS  
DAS QUALIDADES QUE  
PROCURAMOS POTENCIAR**

A Academia JKD Portugal – Unlimited Team foi criada com objectivos prioritários, e objectivos secundários, a que gostamos de chamar “efeitos colaterais”. Procuram que todos os elementos se aproximem dia após dia do “seu melhor”.

Assertividade, capacidade de superar obstáculos, força de vontade, coragem, determinação, autonomia, força e resistência, físicas e emocionais, são algumas das qualidades que procuramos potenciar, sabendo que pertencem ao tipo de características que, independentemente da actividade onde são adquiridas e treinadas, acabam a influenciar todas as áreas da nossa existência.

Por Ana Fortes

**Realização:** segunda, quarta e sexta-feira

**Ponto de encontro:** auditório da estação de metro do Alto dos Moinhos  
**Hora:** segunda, quarta e sexta-feira, às 19.50h – (JKD Unlimited – maiores de 13 anos); quarta e sexta-feira, às 18.50h (Unlimited Kids – dos 7 aos 12 anos)

**Valor:** 30 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 20 euros

**Recomendações:** levar roupa desportiva confortável e garrafa de água. Informação adicional sobre os treinos e metodologia em [www.jkdportugal.com](http://www.jkdportugal.com)

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

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

**A organização técnica é da responsabilidade de:** Academia JKD Portugal – Unlimited Team

## Inter-Regional Sul

São de salientar: a magnífica representação do Algarve, que trouxe uma boa-disposição que contagiou o resto do grupo; e a equipa de Leiria, que foi um exemplo de desportivismo e de dedicação à modalidade.

Com a participação das equipas do Algarve (Lagoa), da Estremadura (Leiria), e as campeã e vice-campeã do Torneio Interno, realizou-se, no pavilhão do Clube Naval Setubalense, o I Torneio Inter-Regional Sul. Numa jornada muito aguerrida, as equipas disputaram o título de campeão regional sul. A equipa DNCenas – talvez pela boa forma física dos seus atletas, ou porque estes jogam juntos há já algum tempo, venceu este torneio, só com vitórias. As restantes equipas participantes dignificaram o evento e demonstra-

ram que o futsal tem futuro e que a sua expansão é possível pelos vários distritos da Zona Sul do Grupo Desportivo.

À equipa vice-campeã do Torneio Interno, Os Retornados, coube a missão de substituir a equipa do Alentejo (Évora), que desistiu.

O Grupo Desportivo agradece a participação e conta com estas e outras equipas que desejem participar, num próximo evento que leve o futsal a todas as regiões da Zona Sul do Grupo Desportivo.

Para memória futura, a equipa ven-

cedora foi a DNCenas, de Lisboa; os melhores marcadores, o André Pires e o Miguel Pinto, ambos com 6 golos marcados.

O próximo Torneio Interno disputar-se-á a partir do início de Março, pelo que devem estar atentos à informação que sobre este evento oportunamente disponibilizaremos.

Por António Amaro





## Vem aí o XI Torneio Interno de Futsal

A ficha de inscrição e o respectivo regulamento deve ser solicitado ao Grupo Desportivo

Em face do êxito e do nível competitivo que este torneio tem tido em anos anteriores, vamos mais uma vez realizar este evento desportivo, cujo início está previsto para o mês de Novembro deste ano, com os



jogos a ser disputados às quartas-feiras no Pavilhão do BPSM (Madalena) em Vila Nova de Gaia.

Assim, até ao final do mês de Outubro irão decorrer as inscrições, devendo a ficha de inscrição e o respectivo regulamento ser solicitado ao Grupo Desportivo, pelo que se apela à mobilização de todos, no



sentido de constituírem as respectivas equipas.

A título de curiosidade, e para promover a prática da modalidade pelo "belo sexo", está prevista a participação de uma equipa feminina; portanto, com este aliciante adicional, só nos resta dizer: «... 'bora lá!...»

Por Fernando Barrias

## IV Maratona de Jogos de Salão

Mais Paulus e menos pressão! E no fim são quase sempre os mesmos na final, com a surpresa dos Toutakitoutapolus, que perderam na primeira eliminatória do *snooker*.



A IV Maratona de Jogos de Salão levou vinte participantes e muita pressão à sala Polivalente do Grupo Desportivo. Já existem repetentes de há muitas



edições, e o nível começa a aumentar a patamares olímpicos. Voam setas de um lado ao outro da sala, bolas de *snooker* entram às 3 e às 4 ao mesmo tempo nos buracos, e

pontapés de bicicleta e à meia volta são executados na mesa de matraquilhos, a uma velocidade impressionante! E no fim são quase sempre os mesmos na final, com a surpresa dos Toutakitoutapolus, que perderam na primeira eliminatória do *snooker*.

Os Paulus brilharam e foram à final de todas as modalidades. Ganharam no snooker e nos matrecos, deixando o troféu dos dardos para os Zéz daz Tascaz.

No final, e após a formação do pódio, fomos brindados com suculentos petiscos, com o apoio inestimável do Sr. João.

É de sublinhar a presença de três sócias, que deram luta, mas com aquele toque feminino!

Por Pedro Ferreira

## Confirmação e surpresa

Numa aprazível manhã de um sábado passado, efectuou-se a 2.ª prova do campeonato de 2012, no Kartodrómo de Palmela. O dia foi de Paulo Santos.

O Paulo Santos foi o primeiro a chegar, talvez já com o pressentimento de que essa posição o iria acompanhar no resto do evento.

Além dos velhos conhecidos destas andanças, tivemos também a presença de uma nova geração de pilotos, que serão certamente o futuro. No final dos treinos de qualificação, o Paulo Santos repete o seu segundo 1.º do dia e fica com a *pole-position*.

Na grelha de partida, sinal verde, e logo metade do pelotão desaparece da vista do cronista, também participante na corrida – isto porque os concorrentes da metade final do pelotão fizeram uma corrida sempre distanciados entre si e sem ocorrências relevantes.

Sabemos que Miguel Chaves ainda



ameaçou a liderança de Paulo Santos no arranque, mas a participação de Miguel Silva e Ivo Santos fez a corrida decorrer com constantes ultrapassagens. Tudo indefinido até à última volta, onde o Paulo Santos ganha uns metros que lhe permitem confirmar mais uma 1.ª posição; o Miguel Silva passa o Ivo Santos e garante o 2.º lugar; com a grande sur-



presa do dia quando Ivo Santos rouba o 3.º lugar a Miguel Chaves, em cima da linha da meta. Sinal dos tempos, o Miguel Chaves não subiu ao pódio.

Um apreço final à concorrente feminina Ana Moreno, que não terminou devido a desgaste físico, mas ganhou a taça da simpatia e da motivação.

Por Manuel Martins

## Nas profundezas do mar

Quando submergimos e sentimos a serenidade do fundo do mar temos a certeza de que é um dos maiores prazeres da vida.

Ao longo do último trimestre, o Grupo Desportivo realizou várias actividades nas profundezas do mar, proporcionando aos associados grandes aventuras e desafios.

Foi no mar de Sesimbra que levámos os associados a um passeio subaquático a 11 metros de profundidade, e todos os participantes ficaram deslumbrados pela beleza que observaram num jardim marinho cheio de cores, repleto de plantas e de uma agitada vida animal.

Não ficámos só pelos mergulhos, e iniciámos uma nova actividade para os amantes da fotografia, e pela primeira vez o Grupo Desportivo esteve representado no Campeonato Nacional de Fotografia Subaquática, pela equipa Rui Palma (fotógrafo subaquático) e Carla Siopa (assistente e modelo subaquático), realizado pela



Federação Portuguesa de Actividades Subaquáticas e pelo Governo Regional dos Açores.

Consulte o nosso *síte* e aproveite as oportunidades das parcerias estabelecidas com empresas especializadas em material e actividades subaquáticas.

Por Rafael Franco





# Rui Prata, novamente

Há dois anos, na pista de Coruche, o Rui conquistou o seu primeiro título nacional. Era o mais jovem pescador e sagrou-se campeão nacional. Provou, gostou e repetiu a dose, agora na pista de Monte Real – campeão nacional de pesca de Rio, na final nacional dos Sindicatos dos Bancários.

Há dois anos, na pista de Coruche, o Rui conquistou o seu primeiro título nacional. Escrevemos na altura que era com alegria e esperança para a modalidade que víamos o mais jovem pescador em prova sagrar-se cam-



peão nacional. Provou, gostou e repetiu a dose, agora na pista de Monte Real, onde cerca de seis dezenas de pescadores se reuniram para disputar a final nacional.

Os pescadores procuraram durante as quatro horas que durou a prova pôr em prática a pensada estratégia para enganar os muito desconfiados pimpões ou alguma carpa dos que nadam naquelas águas.

O Grupo Desportivo contou com a presença de três equipas. Conforme os resultados iam sendo conhecidos foi possível verificar com satisfação que a maioria dos nossos pescadores conseguiu boas prestações, com es-



pecial relevo para a vitória destacada do Rui Prata.

Colectivamente, conseguimos colocar duas equipas nos quatro primeiros lugares, a equipa Rui Prata, Faria da Cunha e Costa Pinto em terceiro, com os mesmos pontos dos segundos, e em quarto a equipa Manuel Ranhola, Carlos Brandão e José Duarte.

A jornada terminou com um jantar de convívio e entrega de prémios.

Parabéns ao Rui e uma saudação muito especial para todos os pescadores que representaram e não pouparam esforços para dignificar a modalidade e o Grupo Desportivo.

Por José Duarte

## XXX Peixe de Prata

Prova de Rio organizada anualmente pela CGD



Fomos no dia 15 de Setembro à barragem do Maranhão, em Avis, participar na prova de Pesca de Rio, organizada pelos Serviços Sociais da CGD. Estiveram presentes 13 pescadores



do Grupo Desportivo: 8 do Sul e 5 do Norte.

Num dia de muito sol e calor, os 179 pescadores presentes de 21 equipas bem tentaram enredar os peixes com arte e engenho, não se mostrando nada

fácil a tarefa, pois, como todos nós – que andamos nestas lides – sabemos de melhor o que é apanhar carpas, nos tempos que correm não é nada fácil devido à abundância de albumos, que pairam nas nossas barragens.

Foram pescados 942 860 gramas de abletes, carpas, barbos, bogas e percas.

Da representação do Grupo Desportivo, a melhor classificação pertenceu ao Vítor Barreto, num honroso 3.º lugar, seguido do Calmeiro, em 10.º lugar. Por equipas ficámos pelos dois últimos lugares.

Não foram normais os resultados conseguidos pelos nossos pescadores, cujo potencial merecia uma classificação mais de acordo.

No próximo ano lá estaremos para demonstrar que os nossos pescadores conseguem fazer muito melhor.

Por Joaquim Rubira



# V Torneio de Poker – Texas Hold'em

O único que abre os braços à concorrência, uma vez que o último vencedor vinha de um banco verde-alface.

Bem-vindos à V edição do maior torneio de póquer do Grupo Desportivo! – o único que abre os braços à concorrência, uma vez que o último vencedor vinha de um banco verde-alface...

Desta vez, o torneio realiza-se em sistema aberto e sem limite de apostas. Estão convidados a participar, conviver, petiscar (sim, vamos servir petiscos!) e, claro!, ganhar mais um *merchandising* de póquer bem diferente das edições anteriores. Sem *bluffs*! 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



**Realização:** 7 de Dezembro  
**Inscrição até:** 26 de Novembro  
**Ponto de encontro:** Praça do Município, 1.º andar (Sala Polivalente)  
**Hora:** 18.30h às 22.00h  
**Valor:** 10 euros

**Inscrição não inclui:** bebidas disponíveis no bar da sala polivalente  
**Recomendações:** o torneio é reservado às primeiras 45 inscrições  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

## Ténis de mesa

Os praticantes podem optar por um regime de treino técnico, sendo acompanhados pelos nossos sócios Carlos Galvão e ou Vítor Matos, ou por um regime de prática livre.

Tendo em vista a dinamização do ténis de mesa por um cada vez maior número de associados, o Grupo

Desportivo põe à disposição dos seus sócios uma mesa para a prática desta modalidade, à segunda-

-feira das 17.30h às 19.30h, de 1 de Outubro até 30 de Junho, nas instalações da Associação de Ténis de Mesa de Lisboa, na Av. de Ceuta, em frente à Repsol.

Neste horário, os praticantes podem optar por um regime de treino técnico, sendo acompanhados pelos nossos sócios Carlos Galvão e ou Vítor Matos, ou por um regime de prática livre.

Para início de actividade, contactar o Carlos Galvão, pelo telemóvel 91674537, ou a Secretária do Grupo Desportivo.

Por Carlos Galvão



# X Torneio Interno de Ténis de Mesa

Já lá vão dez anos e continuamos a «servir».



O Grupo Desportivo continua a realizar o seu Torneio Interno de Ténis de Mesa no pavilhão da Académica, Padre Vítor Milícias, em Torres Vedras. Caso o número de inscritos o justifique, será organizado o transporte em autocarro, já que a prova se efectua a 60 km de Lisboa.

Por Pedro Ferreira

**CASO O NÚMERO DE INSCRITOS O JUSTIFIQUE, SERÁ ORGANIZADO O TRANSPORTE EM AUTOCARRO**



## 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:** 17 de Novembro

**Inscrição até:** 12 de Novembro às 18 horas (hora em que se iniciará o sorteio)

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

**Hora:** 7.30h na opção transporte em autocarro, ou 8.45h para os participantes com carro próprio

**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

# Tiro de precisão

Neste ano já participámos nos torneios regionais do Inatel e ficámos apurados para a final nacional.

De acordo com o calendário agendado no início da época, divulgado oportunamente na página do Grupo Desportivo, a escola de tiro de precisão continua em actividade na carreira de tiro do Centro Desportivo do Jamor.

Com o apoio de um técnico credenciado pela Federação Portuguesa de Tiro, o nosso grupo continua com o mesmo entusiasmo do início. Mas vão sempre aparecendo alguns curiosos interessados, embora gostássemos de ver mais

sócios a praticar o tiro de precisão.

As modalidades autorizadas na carreira de tiro do Jamor são: Pistola e Carabina a 10m, Pistola a 25m, e Carabina a 50m.

Em relação à nossa actividade, neste ano já participámos nos torneios regionais do Inatel e ficámos apurados para a final nacional.

Também estamos a competir em provas da Federação, nomeadamente no torneio de regularidade do Grupo Desportivo do Arneiro, e já conquistámos o segundo lugar por equipas no Campeonato Regional Centro da Federação Portuguesa de Tiro.

O ano ainda não terminou, mas até lá estaremos presentes nas provas do calendário da Federação, prestigiando deste modo o bom nome do nosso Grupo Desportivo.

Se gostas ou pensas gostar da modalidade, aparece e inscreve-te.

Por José Andrade



# Viagens

## City Breaks

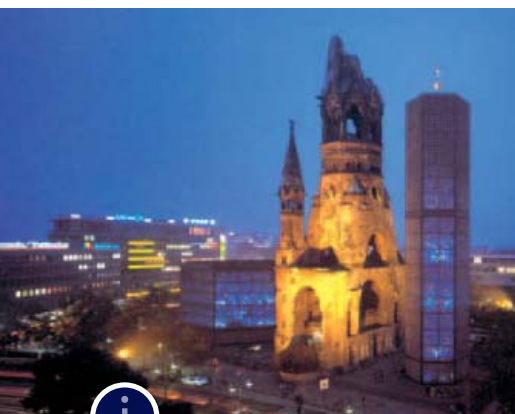
A complementar a proposta de viagens para 2013 o Grupo Desportivo propõe também um conjunto de viagens *City Breaks*, que naturalmente pretendem ocupar um lugar junto dos associados.

Por Rui Simplício

**A organização técnica das viagens é da responsabilidade de:** TQ – Travel Quality, Agência de Viagens, Lda., com sede na Rua do Salitre, n.º 135, Lisboa, contribuinte fiscal n.º 501313915, matriculada na conservatória do registo comercial de Lisboa sob o número 2240-C.S e com o alvará n.º 388/82.

### Escapada a Berlim

Berlim é de novo a capital de uma Alemanha reunificada, mas isso já não lhe chega. Imbuída de um espírito dinâmico e com carta branca para gastar muitos milhões de marcos, ela quer ficar como um marco do século XXI.



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa ou Porto  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 360 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 160 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 117,43 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)

### Escapada a Londres

Londres, onde uma vez mais nunca é de mais.



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa ou Porto  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 340 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 160 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 128,67 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
Em classe U: 34 euros  
Em classe W: 178 euros  
Em classe V: 258 euros  
**Inscrição inclui:** Avião TAP Portugal em classe E; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento



e pequeno-almoço, em hotel\*\*\*; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 128,67 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração).

**Inscrição não inclui:** Tudo o que não está referido no programa.

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações.

**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo

### Escapada a Istambul

Istambul nem sequer é capital do seu país, mas é cada vez mais uma verdadeira capital europeia. Será uma virtude ou um defeito? O mais importante é que a sua essência (seja lá o que isso for) continua lá. Nas ruas, nas pessoas, nas mesquitas, no mar de Marmara e no Bósforo. O Velho Continente precisa de uma cidade assim.

#### Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):

Em classe U: 30 euros  
Em classe W: 59 euros  
Em classe V: 99 euros  
**Inscrição inclui:** Avião TAP Portugal em classe E; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço, em hotel\*\*\*; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 117,43 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração).

**Inscrição não inclui:** Tudo o que não está referido no programa.

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações.

**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo.

**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa ou Porto  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 455 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 160 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 105,14 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
Em classe P: 99 euros  
**Inscrição inclui:** Avião Turkish Airlines em classe W; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço, em hotel\*\*\*\*; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 105,14 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração).  
**Inscrição não inclui:** Tudo o que não está referido no programa.  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações.  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo





# Viagens City Breaks

## Escapada a Amesterdão

O encanto dos seus canais, a arquitetura original das suas casas e um charme irresistível fazem desta cidade de um lugar especial que nos deixa para sempre apaixonados.



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa ou Porto  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 530 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 246 euros (três noites)  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 128,67 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
 Em classe U: 46 euros  
 Em classe W: 106 euros  
 Em classe V: 166 euros  
**Inscrição inclui:** Avião TAP Portugal em classe E; 3 noites de estada em quarto

duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço no Hotel Best Western Dam Square In\*\*\*, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 128,67 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)

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

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações.

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

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

## Escapada a Veneza

Veneza é uma cidade que desperta paixões. Canais cortados por pontes em arco, gôndolas deslizando em silêncio pelas águas, palácios medievais formam um conjunto sem igual, e transformaram este lugar num sonho, aquele que todo o mundo tem: o desejo de visitar Veneza ao menos uma vez na vida. Veneza merece!



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa  
**Suplemento para saída do Porto:** 83 euros  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 495 euros  
**Suplemento de quarto Individual:** 213 euros (três noites de sexta-feira a domingo); 150 euros (três noites de segunda a quinta-feira)  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 113,29 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**



Em classe U: 48 euros  
 Em classe W: 88 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal em classe E; 3 noites de estada em quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço no Hotel Al Sole\*\*\*, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 113,29 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração).

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

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações.

**Recomendações:** não há voo directo TAP, e os passageiros têm de se deslocar a Lisboa

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

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

# Viagens City Breaks

## Escapada a Praga

Na capital checa, uma cidade boémia, repleta de romance e mistério, perca-se nas suas ruas repletas de literatura, música e história.



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa  
**Suplemento para saída do Porto:** 26 euros  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 316 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 114 euros (três noites)  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 127,12 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
 Em classe U: 38 euros  
 Em classe W: 87 euros  
 Em classe V: 157 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal em classe E; 3 noites de estada em

quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço no Hotel Atos\*\*\*, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível, 127,12 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)

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

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações.

**Recomendações:** não há voo directo TAP e os passageiros têm de se deslocar a Lisboa.

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

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

## Escapada a Paris

Uma cidade que não cansa visitar, uma e outra vez, tantas as que forem precisas para ficar a par do muito que continua a haver ali para ver e fazer, porque Paris não passa de moda. Paris é sempre Paris...



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa/Porto  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 410 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 150 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 126,52 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):** em classe U: 35 euros; em classe W: 65 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal em classe E; 3 noites de estada em quarto duplo em regime de alojamento

e pequeno-almoço no Hotel Opera Lafayette \*\*\*; IVA, taxas de turismo e serviço; Seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 126,52 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)  
**Inscrição não inclui:** tudo o que não está referido no programa

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações.

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

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



# Apartamentos



## ➤ ARMAÇÃO DE PÊRA, Ocean Terrace

**Localização:** a 100 metros da praia.  
A recepção funciona no escritório da Profit-Box, Av. Beira-Mar – Ed. Atlântico, lojas C e D (em frente ao Hotel Garbe) das 9.00h às 18.00h.



### Características:

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

### Condições:

A limpeza dos apartamentos é feita apenas duas vezes por semana.

A lavagem da loiça é da responsabilidade do utente.

A mudança de roupa é feita semanalmente ou sempre que mude o utente. Não são permitidos animais nos apartamentos. É necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.

## ➤ AÇOTEIAS, Jardins da Falésia



## ➤ CABANAS DE TAVIRA, Pedras da Rainha



## ➤ CABANAS DE TAVIRA, Golden Clube Cabanas



## TABELA DE PREÇOS DOS APARTAMENTOS – 2012

ÉPOCAS					
BAIXA	PÁSCOA/ /NATAL	MÉDIA/BAIXA	MÉDIA	MÉDIA/ALTA	ALTA
1/1 a 31/3	31/3 a 14/4	14/4 a 2/6	2/6 a 30/6	30/6 a 14/7	14/7 a 1/9
6/10 a 15/12	15/12 a 31/12	22/9 a 6/10	8/9 a 22/9	1/9 a 8/9	
<b>19,00 euros</b>	<b>40,00 euros</b>	<b>40,00 euros</b>	<b>45,00 euros</b>	<b>70,00 euros</b>	<b>87,00 euros</b>

A taxa de inscrição é de 36 euros.

**Desistências e penalizações:** até 30 dias de entrada, 50% do custo total do aluguer; até 15 dias, 100% do custo total do aluguer. Promoção especial: de 5 de Maio a 2 de Junho; de 22 de Setembro a 10 de Outubro, aluguer por 7 noites e pague só 5, em todos os apartamentos.

Nos períodos entre 26 de Maio e 22 de Setembro, o aluguer será feito somente à semana, com início ao sábado.



# Apartamentos em *allotment*



## ➤ ALBUFEIRA – Areias de S. João – Parque da Corcovada

**Localização:** em Areias de S. João, no Parque da Corcovada, próximo da praça de Touros, a 900 metros da praia.

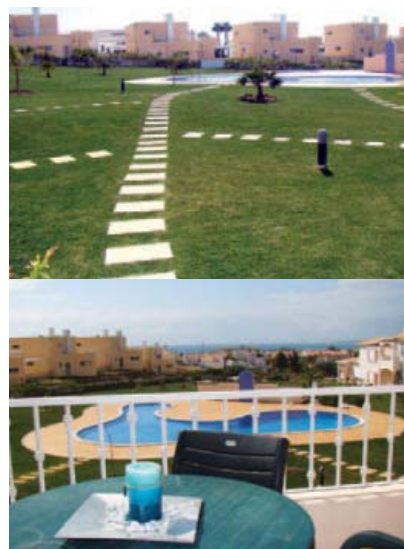
A recepção funciona no Parque da Corcovada entre as 9.00h e as 19.00h.



## ➤ OLHÃO – Empreendimento Village Marina

**Localização:** em frente à marina, na ria Formosa, ao lado do Hotel Real Village Marina, a 2000 metros da praia.

A recepção funciona no empreendimento entre as 10.00h e as 18.30h.



## ➤ GALÉ – Baía Village

**Localização:** entre Galé e S. Rafael, com vista de mar, a 600 metros da praia.

A recepção funciona no Parque da Corcovada entre as 9.00h e as 19.00h.

### Características:

Apartamentos T1 e T2, para 4 ou 6 pessoas, devidamente equipados, com direito a utilização gratuita da piscina. Os apartamentos têm quartos com cama de casal ou duas camas, sala com sofá-cama, cozinha e casa de banho, e estão equipados com fogão, microondas,

frigorífico, esquentador, máquinas de lavar roupa e loiça, televisão, roupa e loiça para 4 ou 6 pessoas. Todos os apartamentos estão equipados com ar condicionado.

### Condições:

A limpeza dos apartamentos é feita apenas duas (2) vezes por semana. A lavagem da

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

Não são permitidos animais nos apartamentos.

É necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.



## TABELA DE PREÇOS DOS APARTAMENTOS – 2012

	ÉPOCAS					
	BAIXA 1/1 a 31/3 6/10 a 15/12	PÁSCOA/NATAL 31/3 a 14/4 15/12 a 31/12	MÉDIA/BAIXA 14/4 a 2/6 22/9 a 6/10	MÉDIA 2/6 a 30/6 8/9 a 22/9	MÉDIA/ALTA 30/6 a 14/7 1/9 a 8/9	ALTA 14/7 a 1/9
T1	35,00 euros	55,00 euros	55,00 euros	60,00 euros	75,00 euros	100,00 euros
T2	55,00 euros	75,00 euros	75,00 euros	85,00 euros	100,00 euros	120,00 euros

A taxa de inscrição é de 36 euros.

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

Promoção especial: de 5 de Maio a 2 de Junho; de 22 de Setembro a 10 de Outubro, alugue por 7 noites e pague só 5, em todos os apartamentos. Em **Olhão**, no **Village Marina**, desconto de 12% nos preços da tabela.

Nos períodos entre 26 de Maio e 22 de Setembro, o aluguer será feito somente à semana, com início ao sábado.

# Turismo rural

## ➤ CABECEIRAS DE BASTO

### Casa de Lamas

**Telefone:** 253 662 202 / 91 663 54 66  
**Localização:** edifício do século XVII, inserido no turismo em espaço rural, localizado em Alvite, Cabeceiras de Basto.  
**Condições:** uma *suite*, nove quartos duplos, todos com casa de banho privativa e aquecimento central. Apartamentos T1 e T2.

A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



## ➤ CASTELO DE VIDE

### Casa Amarela

**Telefone:** 245 901 250  
**Localização:** Situada na bonita cidade de Castelo de Vide, na Praça D. Pedro V.  
**Condições:** Dispõe de quartos e *suites*. Serve refeições.

A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de, entre 10% a 20% sobre o preço de balcão.



## ➤ ERICEIRA



### Aparthotel Beachtour

**Telefone:** 261 860 230  
**Localização:** A 50 km de Lisboa e a 800 metros do centro da vila de Ericeira.  
**Condições:** Dispõe de apartamentos T0, T1 e T2 equipados com e piscina. A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.

## ➤ FIGUEIRA DE CASTELO RODRIGO

### Hospedaria do Convento

**Telefone:** 271 311 819  
**Localização:** Próximo de Figueira de Castelo Rodrigo, Foz Côa. Seguir pelo IP5 em direcção a Vilar Formoso; depois da Guarda sair para Almeida (saída n.º 30 da A25).  
**Condições:** Dispõe de dois tipos de quartos, os do edifício principal e os do edifício da piscina. A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de, entre 10% a 20% sobre o preço de balcão.



## ➤ LOUSÃ

### Quintal de Além do Ribeiro

**Telefone:** 239 996 480  
**Localização:** Situado a 25 km de Coimbra e a 2 km da Lousã. Inserido numa típica aldeia beirã que proporciona o contacto e a comunhão com a natureza. Perto do rio Ceira.  
**Condições:** Dispõe de quartos com áreas generosas e duas *suites* completas. A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



## ➤ FOLHADA MARCO DE CANAVESSES

### Casa da Quintã

**Telefone:** 255 423 873  
**Localização:** A cerca de 8 km de Amarante – placa giratória a proporcionar a descoberta das Terras de Basto, do Minho e de Trás-os-Montes, com as quais faz fronteira – e a 10 km de Marco de Canaveses, proporcionando também a descoberta do Douro dada a proximidade da Régua (30 km), centro económico daquela região.  
**Condições:** A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



## ➤ MEDELO – FAFE

### Casal da Batoca

**Telefone:** 91 663 54 66  
**Localização:** Situada em Entre Douro e Minho, em Medelo, na linda região de Fafe, inserida no turismo em espaço rural.  
**Condições:** A casa principal tem dois quartos, enquanto o antigo palheiro tem três quartos duplos, todos com casa de banho privativa e aquecimento central. Dispõe de apartamentos T2 e T3. A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.





## MONTEMOR-O-NOVO



### Herdade do Barrocal de Baixo

**Telefone:** 266 847 319

**Localização:** A herdade fica a 6 km da saída de Montemor-o-Novo, na auto-estrada Lisboa-Elvas e a 3 km daquela cidade, na EN 114, a caminho de Santarém.

**Condições:** Possui unidade principal e casinhas rurais com preços diferenciados. A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.

## OLEIROS

### S. Torcato Moradal

**Telefone:** 272 654 008 / 96 443 74 01

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

**Condições:** Dispõe de cinco quartos independentes, todos com casa de banho completa, aquecimento central e televisão. Estacionamento, jardim e piscina de água salgada.

A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



## VEIRA DO MINHO

### Casa dos Martinhos

**Telefone:** 253 656 331

**Localização:** Sair da A3 em Braga e seguir em direcção a Chaves; 27 km depois (Cerdeirinha), virar à direita em direcção à vila de Vieira do Minho, seguir as indicações para a aldeia turística de Agra e manter essa rota até percorrer cerca de 14 km.

**Condições:** O preço dos quartos inclui o pequeno-almoço regional.

A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de, entre 10% a 20% sobre o preço de balcão.



## SINTRA

### Quinta dos Junqueiros

**Telefone:** 21 928 02 56

**Localização:** A Quinta dos Junqueiros situa-se entre Cascais e Colares, na Azóia, muito próximo do cabo da Roca, em plena encosta da serra de Sintra.

**Condições:** Dispõe de casas T1 e T2 equipadas com aquecimento central, lareira e churrasqueiras exteriores.

A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



## VEIRA DO MINHO

### Quinta de S. Simão

**Telefone:** 253 668 270 / 93 409 00 77

**Localização:** Sair da A3 em Braga e seguir em direcção a Chaves; 27 km depois (Cerdeirinha), virar à direita em direcção à vila de Vieira do Minho e seguir as indicações da quinta, que se encontra logo a 1 km.

**Condições:** Seis quartos e duas *suites*, todos equipados com aquecimento central e casa de banho privativa.

A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



## VILARINHA, BORDEIRA

### Monte da Vilarinha

**Telefone:** 285 973 218

**Localização:** Siga pela A2 para o Algarve e tome a direcção de Lagos via A22. Saia para Aljezur/Sines, na rotunda de Bensafrim e siga pela N120 em direcção a Aljezur. No cruzamento com a N268 vire para Sagres/Vila do Bispo. Uma vez na Carrapateira, siga as indicações para a Vilarinha.

**Condições:** A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 15% na época alta; 20% na época média e 25% na época baixa, sobre o preço de balcão.



## VILA RUIVA – CUBA



### Casa do Alto da Eira

**Telefone:** 284 412 619 / 96 557 99 18

**Localização:** Situada em Albergaria dos Fusos, no concelho de Cuba, próximo da barragem do Alvito.

**Condições:** Dispõe de quartos com e sem casa de banho; serve refeições confeccionadas em forno de lenha.

A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



# Hotéis Rurais de Portugal

«Arte», «história» e «cultura»: três palavras que podemos utilizar para melhor resumir e caracterizar um hotel rural em Portugal. Muito mais que um hotel, em cada um encontrará uma identidade muito própria, e um pouco do que tem sido a história de Portugal.

Pernoitar num hotel rural é um reviver de memórias e todo um cruzamento de sensações que nos reportam ao passado e nos inspiram para o futuro. Pode dormir numa cela de um convento do séc. XVIII, passear no mistério de um claustro centenário, jantar num antigo lagar de azeite e beber um bom vinho, em espaços de grande beleza arquitectónica, decorados com originalidade

e *design*, e em articulação com os melhores índices de conforto e de modernidade – e, mais importante, usufruindo do serviço personalizado e da recepção acolhedora de quem anseia por receber e dar a conhecer as particularidades da sua região, a gastronomia, as festas, os costumes e as tradições.

O Grupo Desportivo celebrou um acordo com a Associação dos Hotéis Rurais de Portugal – HRP, com preços especiais para todos os sócios e familiares. Sobre o valor de balcão das unidades em oferta, os associados têm um desconto de 20% sobre a estada e a alimentação.

Por Rui Simplício

- |  |   |
|--|---|
| 1 <b>Aqua Falls – SPA</b> – Caniçada<br>(Tel.: 253 645 343)              | 17 <b>Moita Mar</b> – Vila Nova Milfontes<br>(Tel.: 283 998 207)                                |
| 2 <b>Azenha</b> – V. N. Famalicão<br>(Tel.: 252 931 641)                 | 18 <b>Monte da Lezíria</b> – Vila Nova de Santo André (Tel.: 269 084 935)                       |
| 3 <b>Casa da Nora</b> – Leiria<br>(Tel.: 244 891 189)                    | 19 <b>Monte dos Apóstolos</b> – Portalegre<br>(Tel.: 245 301 180)                               |
| 4 <b>Casa de São Pedro</b> – Castelo de Paiva (Tel.: 255 689 468)        | 20 <b>Nave Terra</b> – Alandroal<br>(Tel.: 268 434 061)   |
| 5 <b>Casa Senhora de Pereiras</b> – Vimioso (Tel.: 273 518 000)          | 21 <b>Palace do Capitão Hotel &amp; Casa de Chá</b> – São Martinho do Porto (Tel.: 262 985 150) |
| 6 <b>Casas Novas</b> – Chaves<br>(Tel.: 276 300 050)                     | 22 <b>Quinta da Torre</b> – Alpiarça<br>(Tel.: 243 557 069)                                     |
| 7 <b>Castrum Villae</b> – Castro Laboreiro<br>(Tel.: 251 460 010)        | 23 <b>Quinta de Bispos</b> – Tondela<br>(Tel.: 232 857 010)                                     |
| 8 <b>Convento dos Capuchos</b> – Monção<br>(Tel.: 251 640 090)           | 24 <b>Quinta do Medronheiro</b> – Viseu<br>(Tel.: 232 952 300)                                  |
| 9 <b>Convento de N.ª Sra. do Carmo</b> – Sernancelhe (Tel.: 254 594 080) | 25 <b>Quinta de Novais</b> – Arouca<br>(Tel.: 256 940 100)                                      |
| 10 <b>Courelas da Mata</b> – Montemor-o-Novo (Tel.: 265 847 190)         | 26 <b>Quinta de São Sebastião</b> – Viana do Castelo (Tel.: 258 770 521)                        |
| 11 <b>Herdade da Lameira</b> – Alter do Chão (Tel.: 245 697 495)         | 27 <b>Quinta de Villa Meã</b> – Viseu<br>(Tel.: 232 930 030)                                    |
| 12 <b>Herdade da Poupá</b> – Idanha-a-Nova (Tel.: 277 470 000)           | 28 <b>Quinta do Pedreno</b> – São Pedro do Sul<br>(Tel.: 232 728 396)                           |
| 13 <b>Herdade de Cadouços</b> – Abrantes<br>(Tel.: 241 760 000)          | 29 <b>Quinta do Pêgo</b> – Valença do Douro<br>(Tel.: 254 730 070)                              |
| 14 <b>Horta da Moura</b> – Monsaraz<br>(Tel.: 266 550 100)               | 30 <b>Quinta do Pendão</b> – São Pedro do Sul (Tel.: 232 799 539)                               |
| 15 <b>Maria da Fonte</b> – Póvoa de Lanhoso (Tel.: 253 639 600)          | 31 <b>Quinta dos Poetas</b> – Olhão<br>(Tel.: 289 990 990)                                      |
| 16 <b>Mira Serra</b> – Mangualde<br>(Tel.: 232 650 010)                  | 32 <b>Quinta dos Xendros</b> – Santarém<br>(Tel.: 243 467 040)                                  |



1



2



3



4



5



6



7



8

33 **Quinta São Miguel dos Arcos**  
– Vila do Conde (Tel.: 252 652 094)

34 **Refúgio da Vila** – Portel  
(Tel.: 266 619 010)

35 **Senhora dos Remédios**  
– Montalegre (Tel.: 276 510 260)







# Calendário de Viagens

O Grupo Desportivo vai organizar para os seus associados viagens em grupo, ainda com algumas datas sujeitas a pequenos ajustamentos, e mantém disponíveis as viagens individuais *city breaks*, que não devem ser confundidas com viagens *low cost*, porque se trata de viagens com qualidade em voos regulares.

➔ **CITY BREAKS:**

Berlim, Londres, Istambul, Paris  
Praga, Amesterdão, Veneza

➔ **PROVENÇA E SUL DE FRANÇA**

Abril – 8 dias



➔ **FLORENÇA**

Abril – 4 dias



➔ **PRAGA, CRACÓVIA E AUSCHWITZ**

Maio – 5 dias



➔ **DUBAI**

Maio – 5 dias



➔ **AÇORES (TRÊS ILHAS)**

Junho – de 5 a 12 – 8 dias



➔ **FINLÂNDIA**

Junho – 8 dias



➔ **NOVA IORQUE, WASHINGTON, FILADÉLFIA E BALTIMORE**

Junho – 8 dias



➔ **BAVIERA, TIROL E A BELA ÁUSTRIA**

Julho – 8 dias



➔ **ROMÉLIA E BULGÁRIA**

Setembro – 8 dias



➔ **CONVÍVIO DE REFORMADOS EM LONDRES**

Outubro – 5 dias



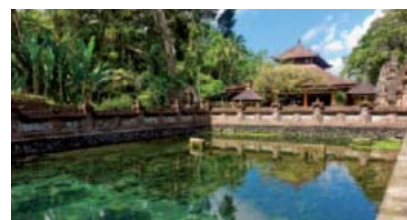
➔ **ENCONTRO DE REFORMADOS EM FORNOS DE ALGODRES**

Outubro – 3 dias



➔ **INDONÉSIA**

Outubro/Novembro  
– 12 dias





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

## ATIVIDADES 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

**AFTERSCHOOL – SERVIÇOS EDUCATIVOS**  
Carcavelos  
Tel.: 21 458 43 50

**AMERICAN SCHOOL LANGUAGES**  
Lisboa  
Tel.: 21 314 60 00

**CLAVE & SOM – ESCOLA DE MÚSICA/INSTRUMENTOS MÚSICAIS**  
Lisboa  
Tel.: 21 315 08 86

**COLÉGIO A QUINTA DE SINTRA**  
Mem-Martins  
Tel.: 21 917 12 66

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

**COOL PEOPLE – ART & LICENSING**  
Lisboa  
Tel.: 21 353 70 27

**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

**DREAMLAND – BRINQUEDOS EDUCATIVOS**  
Lisboa  
Tel.: 21 314 64 46

**EDUCATE – CENTRO DE ESTUDOS E FORMAÇÃO**  
Lisboa  
Tel.: 21 714 30 21

**EMMA - ESCOLA DE MÚSICA DO MONTE ABRAÃO**  
Queluz  
Tel.: 21 603 11 32

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

**EXTERNATO O PIRILAMPO**  
Odivelas  
Tel.: 21 931 79 49

**ISTO FAZ-SE**  
Lisboa  
Tel.: 21 807 86 40

**JORNADA DE CONTRASTES – CENTRO DE APOIO À FAMÍLIA, LDA.**  
Lisboa  
Tel.: 21 600 78 04

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

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

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

**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

**SCIENCE4YOU**  
Lisboa  
Tel.: 21 750 04 54

**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

**CASINHA DAS CORES**  
Lisboa  
Tel.: 21 726 22 64

**CINEMAS CITY**  
Lisboa - Leiria

**INSTITUTO PIAGET**  
Lisboa  
Tel.: 21 995 95 20

**LEYAONLINE**  
Online em todo o País  
Tel.: 21 427 22 00

**LIVRARIA DHARMA**  
Mem Martins  
Tel.: 21 920 96 80

**LIVRARIAS BERTRAND, S.A.**  
Lisboa  
Tel.: 21 762 60 00

**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

**TRINTA POR UMA LINHA**  
Porto  
Tel.: 96 393 79 33

## ARTIGOS PARA CRIANÇA

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

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

**NAS NUUVENS**  
Lisboa  
Tel.: 21 099 50 64

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

## ARTIGOS PARA O LAR

**AMBIENTES PESSOAIS – ATELIER DE DECORAÇÃO UNIPESSOAL, LDA**  
Lisboa  
Tel.: 21 364 40 54

**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

**DECORMUR**  
Odivelas  
Tel.: 21 932 94 52

**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 DESCANÇO, LDA.**  
Atouguia da Baleia  
Tel.: 262 759 281

**MUNDIFLEX, LDA.**  
Lisboa  
Tel.: 21 381 31 60

**PIRES DE ALMEIDA**  
Paço de Arcos  
Tel.: 21 442 96 15

**POLLUX**  
Lisboa  
Tel.: 21 881 12 00

**PREVEL - PREVENÇÃO  
ELETRÓNICA LDA.**  
Malveira   
Tel.: 21 992 77 90

**SECURITAS DIRECT**  
Linda-a-Velha  
Tel.: 707 241 224

**SUNERGETIC**  
Barreiro  
Tel.: 21 082 31 81

**VALE DO PAIVA -  
ELECTRODOMÉSTICOS,  
LDA.**  
Lisboa  
Tel.: 21 933 35 36/  
/93 733 35 15

## AUTOMÓVEIS

**APARC - PARQUES  
DE ESTACIONAMENTO**  
Coimbra-Lisboa-Porto

**ATOM CENTER & STORE**  
Lisboa  
Tel.: 21 781 27 10/19

**AUTO MOTRIZ**  
Sacavém  
Tel.: 21 940 52 50

**AUTO PARQUE -  
BOSCHCARSERVICE**  
Lisboa  
Tel.: 21 381 43 15

**CA REPAIR - SERVIÇOS  
MULTIMARCA, LDA**  
Cascais - Lisboa - Porto  
Tel.: 21 395 06 44

**CAPITALPNEUS**  
Lisboa  
Tel.: 21 795 21 12

**CARCLASSE, SA**  
Mercedes-Benz e Smart  
Tel.: 253 240 010

**CARFITNESS SYSTEMS  
PORTUGAL**  
Lisboa e Oeiras  
Tel.: 96 152 52 88

**CENTRAL VULC. S.  
SEBASTIÃO, LDA.**  
Lisboa  
Tel.: 21 353 04 58

**CROSSAUTO -  
CONCESSIONÁRIO  
CITROËN**  
Lisboa  
Tel.: 21 862 10 00  
Vila Franca de Xira  
Tel.: 263 286 510

**ESPONJINHA -  
MANUTENÇÃO  
DE VEÍCULOS, LDA.**  
Lisboa  
Tel.: 21 778 18 99

**ESTRELA DO ATLÂNTICO  
- MOTORS**  
Santa Iria de Azóia  
Tel.: 21 823 98 57

**FIRST STOP**  
Porto  
Tel.: 22 200 11 11

**GARAGEM CENTRAL  
POÇO DO BISPO, LDA.**  
Lisboa  
Tel.: 21 868 12 56

**GUERIN RENT A CAR**  
Tel.: 21 010 02 97

**HENRIQUE GOMES  
& FILHOS, LDA.**  
Santa Iria da Azóia  
Tel.: 21 953 37 90

**HISPANOPNEU**  
Porto  
Tel.: 22 832 19 67

**IMPÉRIO AUTOCENTER**  
Lisboa  
Tel.: 21 831 43 98  
Porto  
Tel.: 22 518 86 80

**LEIRIDIESEL S.A.**  
Leiria, Lisboa, Coimbra,  
Aveiro, Loulé, Torres  
Vedras  
www.leiridiesel.com

**MULTISHOP AUTO -  
COMÉRCIO DE PNEUS  
E ACESSÓRIOS LDA.**  
Oeiras - Lisboa   
www.multishop-auto.com

**NEWCAR LISBOA -  
EVENTOS DINÁMICOS**  
Lisboa  
Tel.: 21 315 11 20

**PNEUPARQUE**  
Lisboa  
Tel.: 21 385 92 02

**PNEUS DOS PRAZERES  
LISBOA**  
Tel.: 21 393 13 30

**REPSOL**  
www.repsolypf.com

**RENAULT CAMPO LINDO**  
Porto  
Tel.: 22 507 03 00

**RENAULT CHELAS**  
Lisboa  
Tel.: 21 836 14 98

**RIO PAIVA PORTUGAL -  
PNEUS E SERVIÇOS AUTO,  
LDA.**  
Lisboa  
Tel.: 21 799 85 90

**SANTOGAL FORD  
LISBOA, S.A.**  
Lisboa  
Tel.: 21 330 34 70

**SOBRALPNEUS**  
Alverca - Carregado -  
Lisboa  
www.sobralpneus.com

## CABELEIREIROS

**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

**BEBÉ LUX INFANTÁRIO**  
Lisboa  
Tel.: 21 782 02 06

**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.**  
Aguilva-Cacém  
Tel.: 21 433 89 85/6

**ESCOLINHA DA KIKA**  
Algés   
Tel.: 21 410 05 11

**O DESPERTAR**  
Lisboa  
Tel.: 21 797 86 71

**OS PEQUENOS MESTRES**  
Lisboa  
Tel.: 21 386 83 44

**PLIN! 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

**ALFARROBA SURF  
SCHOOL**  
Lisboa  
Tel.: 21 778 11 93

**A LOJA DA PESCA**  
Lisboa  
Tel.: 21 812 47 77  
Telem.: 91 973 87 88

**ASSOCIAÇÃO  
DESportiva  
VITRINE**  
Gondomar  
Tel.: 91 020 14 04

**ATLÉTICO CLUBE DE PORTUGAL**  
Tel.: 21 363 79 86

**AUTÓDROMO INTERNACIONAL DO ALGARVE (AIA)**  
Portimão  
Tel.: 282 405 600

**BICLAS DO RIO**  
Lisboa  
Tel.: 21 195 38 82

**BROMPTON PORTUGAL**  
Lisboa  
Tel.: 93 144 12 34

**CIPREIA, FORMAÇÃO E MERGULHO, LDA.**  
Lisboa – Sesimbra  
Tel.: 21 843 55 83

**CLUBE HÍPICO DE SERZEDO, LDA**  
Serzedo – Vila Nova de Gaia  
Tel.: 91 821 28 11

**CONFIQUATRO – ESCOLA NAÚTICA**  
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

**KARTÓDROMO INTERNACIONAL DO ALGARVE (KIA)**  
Portimão  
Tel.: 282 405 650

**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**  
Evora  
Tel.: 91 099 99 91

**TRANS-SERRANO – AVENTURA, LAZER E TURISMO, LDA.**  
Góis  
Tel.: 235 778 938

## FLORISTA

**ATELIER TERESA RIBEIRO**  
Lisboa  
Tel.: 21 387 63 30

**FLORISTA JARDIM DE BELÉM, LDA.**  
Lisboa  
Tel.: 21 364 55 05

## FUNERÁRIAS

**AGÊNCIA FUNERÁRIA JOÃO JOSÉ CAETANO**  
Lousã  
Tel.: 239 992 779



**Agência Funerária Senhor da Pedra**  
TRASLADAÇÕES NO PAÍS E PARA O ESTRANGEIRO  
AUTO-FUNERRES PRÓPRIOS  
*Serviço permanente*  
Tel: 227 623 638  
Tlm: 917 005 170 | 937 193 039  
SEDE  
Rua do Jardim, 1340 Vilar do Paraíso  
4405-825 V. N. GAIA  
RESIDÊNCIA  
Alameda da República, 574 | 604 Francelos  
Gulphilhares 4405-696 V. N. GAIA

**AGÊNCIA FUNERÁRIA SENHOR DA PEDRA**  
Vilar do Paraíso  
Tel.: 227623638

**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

**ENERGY HEALTH CLUB**  
Lisboa  
Tel.: 21 099 46 62

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

**ESPAÇO REAJ**  
Lisboa  
Tel.: 21 600 25 28

**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 ALMA FORMA**  
Almada  
Tel.: 21 253 17 86

**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 HEALTH CLUB**  
Funchal  
Tel.: 291 717 759



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

**KANGAROO HEALTH CLUB**  
Barreiro – Porto  
www.kangaroo.com.pt

**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



**PRYYMA FITNESS – PICOAS**   
Lisboa – Algés - Alverca  
Tel.: 21 352 60 49

**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

**CORREIA & MARTINS – SERRALHARIA CIVIL LDA.**  
Loures e Mealhada  
Tel.: 21 983 51 70

**CPU ENERGIA E AMBIENTE, LDA**   
Lisboa  
Tel.: 21 393 90 10

**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  
Tel.: 96 685 14 87

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

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

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

## INFORMÁTICA

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

**ICLÍNICA**  
Lisboa  
Tel.: 21 823 11 17

**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

**ANIMEVENTOS, ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS, LDA.**  
Aveiro, Praia da Barra  
Tel.: 234 360 597

**BARLAVENTO BALLOONS**  
Lagos  
Tel.: 287 762 906

**FESTAS PARA PALMO E MEIO**   
Cascais  
Tel.: 21 809 50 73

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

**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

**RODA VIVA – ACTIVIDADES DE LAZER, LDA**  
Lisboa  
Tel.: 96 508 76 75

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

**XPTO**  
Albufeira  
Anabela Freitas  
anabela@xptomarketing.pt

## OURIVESARIA/JÓIAS E RELOJOARIA

**GUARDA-JÓIAS**  
Oeiras  
Tel.: 21 096 13 27

**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

**PEDRALUA**  
Estoril – Lisboa – Porto  
Tel.: 21 464 72 66

## 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

**AROMA DA TERRA – COSMÉTICOS NATURAIS, LDA**  
Lisboa  
Tel.: 91 907 21 87

**ARQUITECTURA DO CORPO, LDA**  
Lisboa  
Tel.: 21 849 70 55

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

**BIEN VIVRE FARMA FAMILIA**  
Lisboa  
Tel.: 21 314 91 47

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

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

**BLUE CONCEPT – DAY SPA AND RELAXING CLINIC**  
Lisboa  
Tel.: 21 778 22 61

**BODYCONCEPT**  
Em todo o país  
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 ACUPUNCTURA ARTUR MORAIS**  
Lisboa  
Tel.: 21 896 12 18

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

**CLÍNICA DENTÁRIA DINIZ SALGUEIRO**  
Lisboa  
Tel.: 21 793 16 58

**CLÍNICA JÚLIO BARROS**  
Pontinha – Lisboa  
Tel.: 21 478 24 72

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

**CLÍNICA MARIA JESUS RODRIGUES**  
Lisboa  
Tel.: 21 722 39 11

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

**CLÍNICA PEQUENOS GRANDES DOUTORES**  
Lisboa  
Tel.: 21 894 20 50

**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

---

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

---

**CONSELHEIROS DA VISÃO**  
Lisboa  
Tel.: 808 300 330

---

**CORPORACIÓN DERMOESTÉTICA**  
Aveiro-Braga-Coimbra-  
Lisboa-Porto  
www.corporaciondermo-  
estetica.com

---

**CORPUS BEAUTY**  
Lisboa  
Tel.: 21 800 04 25

---

**DAY DREAM SPA**  
Lisboa  
Tel.: 21 010 03 79

---

**DENTALCLINIC NEW GENERATION**  
Em todo o País  
Tel.: 21 330 37 31

---

**DENTARIUM**  
Lisboa  
Tel.: 21 826 42 31

---

**DEPILCONCEPT**  
Em todo o país  
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

---

**DESLOCAR PALAVRAS, LDA**  
Corroios  
Tel.: 96 518 34 12 

---

**DOUTORPÉ**  
Cruz Quebrada  
Tel.: 21 414 41 52

---

**EMBAIXADA DO RISO**  
Lisboa  
Tel.: 91 499 78 26

---

**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

---

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

---

**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

---

**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

---

**IN SOUL CREATING FUTURE**  
Oeiras  
Tel.: 21 441 13 73

---

**LAR GOLDEN HAVEN**  
Alforzemel – Santarém  
Tel.: 243 940 000

---

**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

**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

---

**NEI JING – CENTRO DE MEDICINA CHINESA**  
Lisboa  
Tel.: 96 941 51 26

---

**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

---

**OCULISTA DE BENFICA**  
Lisboa  
Tel.: 21 760 71 60


---

**OLHAR DE PRATA, LDA.**  
Lisboa  
Tel.: 21 351 32 30

---

**ÓPTICA CONDE REDONDO**  
Lisboa  
Tel.: 21 319 28 50

---

**OPTOCENTRO, LDA.**  
Lisboa – Porto  
Tel.: 93 889 05 80 

---

**ORIGINALDENTE PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS MÉDICOS E DENTÁRIOS E ENFERMAGEM**  
Lisboa  
Tel.: 21 387 19 65

---

**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

---

**PULSAZIONE – TORRES DE LISBOA**  
Lisboa  
Tel.: 21 726 62 80

---

**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

---

**RAY-BAN**  
Lisboa – Saldanha Residence  
Tel.: 21 330 46 53

---

**LEITURA DA AURA E REIKY – SOFIA MALDONADO**  
Lisboa  
Tel.: 93 388 18 94

---

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

---

**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

---

**STETIKXPRESS**  
Seixal  
Tel.: 21 820 45 19

---

**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

---

**VIDA DOURADA, LDA**  
Lisboa  
Tel.: 21 722 32 86 

---

**YMAA PORTUGAL**  
Lisboa  
Tel.: 21 495 61 23

**SEGUROS**

---

**DÍAS SEGUROS**  
Lisboa  
Tel.: 21 816 05 40



## SERVIÇOS DOMÉSTICOS

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

**CORTE&COSE – QUINTA DOS BARROS**  
Lisboa  
Tel.: 21 727 22 87 

**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

**CULOTTE, COMÉRCIO DE LINGÉRIE LDA**  
Lisboa – Almada  
21 096 89 18

**ELLA LINGERIE**  
Lisboa  
Tel.: 96 175 68 07

**GARDEN OF DELIGHT – ACESSÓRIOS DE MODA**  
Vila Nova de Gaia  
Tel.: 22 375 20 55

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

**LOJA DAS MEIAS**  
Lisboa - Cascais  
www.lojadasmeias.com

**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

**AD MEDIC TOURS**  
Lisboa  
21 841 15 46

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

**BELVER HOTELS**  
www.belverhotels.com

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

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

**CFTL – CENTRO DE FORMAÇÃO E TEMPOS LIVRES – COIMBRA**  
Coimbra  
239 701 129

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

**DOURO ACIMA**  
Porto  
Tel.: 22 208 06 77

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

**EMARA TRAVEL**  
De âmbito nacional  
Tel.: 21 099 55 90

**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 HOTÉIS**  
Lisboa  
Tel.: 21 846 57 52  
geral@seleccaohotels.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

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

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

**HOTEL CONVENTO D'ALTER\*\*\*\***   
Alter do Chão  
Tel.: 245 619 120

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

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

**LENA TURISMO**   
Leiria  
Tel.: 244 849 841

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

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

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

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

**OASISTRAVEL**  
Lisboa  
Tel.: 21 319 36 00

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

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

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

**QUINTA DO MOLINU**  
Lourinhã  
Tel.: 261 417 020

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

**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

**WORLD REST HOTEL GROUP**  
Costa da Caparica  
Tel.: 21 291 89 00

Alugue por  
**7 noites**  
e pague só **5**  
desde 133€



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

Consulte as nossas ofertas nas páginas 36 e 37  
Para mais informação contacte o Grupo Desportivo **[www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)**



●● PT Negócios



FAÇA PARTE DO GRUPO DESPORTIVO DO BPI  
E COMECE A POUPAR.

VANTAGENS EXCLUSIVAS  
PARCERIA PT NEGÓCIOS / GD BPI

ptnegocios.pt



FAÇA CHAMADAS E ENVIE SMS  
entre aderentes por € 0

- Fale a custo zero entre associados, familiares e amigos que aderirem a esta campanha;
- Oferta de 60 minutos/SMS para todas as redes nacionais fixas e móveis\*;
- Mensalidade de €6,50 por cartão, com oferta de equipamento\*\*.

\* Após esgotar o plafond será taxado a €0,030 para a rede fixa PT e a €0,080 para as restantes redes nacionais e a €0,104 por SMS para todas as redes. As chamadas efetuadas são taxadas ao segundo após o primeiro minuto.

\*\* Nokia 100 ou equipamento equivalente.

Fidelização por 24 meses na rede tmn. As comunicações gratuitas estão sujeitas a uma política de utilização responsável.

Os produtos e serviços publicados destinam-se ao mercado empresarial. Aos valores apresentados acresce IVA à taxa legal em vigor.

Saiba mais no site do Grupo Desportivo  
(opção parceiros>promoções>2012)