

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

## O circo de Natal do Banco BPI p. 08



Lista de Prendas de Natal  
p. 10



Entrudo Galego em Ourense  
p. 15



Calendário de Viagens 2017  
p. 31

APROVEITE AS NOVAS VANTAGENS DO **CARTÃO SOLRED**

Nenhum cartão lhe dá mais  
do que o do **GRUPO DESPORTIVO**



## 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. A segunda rede a nível Nacional: cerca de 420 postos. Forte presença nos Açores e Madeira;
- Cartão isento de anuidade;
- **Desconto de 0,070 euros/litro, na aquisição de combustíveis REPSOL em Portugal;**
- Desconto de 0,012 euros/litro, na aquisição de combustíveis REPSOL em Espanha;
- **Produtos de qualidade – aditivos incorporados que garantem melhor performance das viaturas;**
- Crédito na lavagem e na aquisição de óleos em qualquer posto REPSOL aderente;
- Acesso 24 horas por dia, ao terminal exterior nos postos de abastecimento REPSOL;
- Pagamento de portagens (acrescendo comissão de 3% + IVA), com possibilidade de associação à Via Verde;
- **Gestão de *plafonds* à medida – só consome até onde quiser, em cada mês;**
- Emissão de talão em cada pagamento, com discriminação de: número do cartão, local, data e hora de aquisição, tipo de combustível adquirido, quantidade e valor;
- Linha de atendimento 24 horas, no caso de roubo ou extravio de cartão ligue 800207831.

Estas condições não são acumuláveis com eventuais promoções nos postos de abastecimento.

Nas transações prevalecerá o desconto superior porque o sistema REPSOL está preparado para fazer "the best of". 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>.

# O Grupo Desportivo é de todos

De todos os que ainda não são sócios, estamos de braços abertos à espera de que se juntem a nós. Façam-no, quanto mais não seja para se surpreenderem. Venham tomar um café connosco.

O Grupo Desportivo desde a sua constituição que tem vindo a modificar-se, a evoluir, e hoje representa já uma realidade incontornável na vida dos sócios, seja pela área desportiva – cuja oferta compreende a generalidade das disciplinas –; seja pela área recreativa, que oferece aos sócios uma variedade fabulosa de iniciativas; seja pela área da cultura, onde pontifica a exposição dos trabalhos dos alunos dos cursos de formação artística que o Grupo Desportivo patrocina.

Na verdade, só alguém que ande profundamente distraído pode ignorar o Grupo Desportivo e a qualidade do trabalho que produz. Se fosse dado a apostas, apostaria em que nenhum trabalhador do Banco BPI pode afirmar que nunca entrou na nossa página, nunca leu ou viu a revista *Associativo*, nunca nos viu através da *intranet* do BPI, nunca ouviu falar de nós – bem, de preferência!, mas também podia ser mal –, seja qual for a sua localização geográfica.

Em alguns casos, e quando convidamos colaboradores do Banco BPI a serem sócios do Grupo Desportivo, já temos ouvido frases do tipo: «Mas afinal o que é que o Grupo me pode dar?», ou «Mas o Grupo está aí (o aí significa Lisboa ou Porto), e nós aqui tão longe...!», mas nunca «Eu nem sabia da existência do Grupo.» Mas nada disto é razão – o Grupo Desportivo está onde estiver um sócio de norte a sul do País.

É certo que as iniciativas estão centradas em Lisboa e Porto como é de fácil entendimento, mas tudo o resto – par-

ceiros, cartão de combustível, seguros, compra e venda de imóveis, apoio a modalidades desportivas, compra de livros escolares, apartamentos de férias, propostas de turismo rural, programas de viagens em grupo, propostas de viagens individuais –, tudo isto está disponível à distância de um clique, um telefonema, um *e-mail*.

Não têm razão os que dizem que o Grupo Desportivo serve para uns e não para outros. O Grupo Desportivo é de todos e serve a todos de igual forma. Quem diz que não precisa, ou não tira nenhuma vantagem, o que é uma visão um bocadinho mercantilista, é porque nunca despendeu uma pequeníssima fracção do seu tempo a perceber o que é e o que faz o Grupo Desportivo, estando, portanto, a falar do que não sabe.

De todos os que ainda não são sócios, estamos de braços abertos à espera de que se juntem a nós. Façam-no, quanto mais não seja para se surpreenderem. Venham tomar um café connosco.

Em breve todos os colaboradores, associados ou não do Grupo Desportivo, vão ser chamados a participar na Festa de Natal do Banco BPI, quer pela via do levantamento das prendas para os seus filhos, quer pela via do pedido dos bilhetes para o circo. Estas tarefas estão centralizadas no Grupo Desportivo em Lisboa e no Porto, conforme informação que agora ajudamos a divulgar, e podemos garantir que daremos o melhor para que todos os eventuais problemas que venham a surgir se resolvam a contento.



**OSVALDO SILVA**  
DIRECTOR

O Grupo Desportivo sempre fez parte da solução e nunca do problema. Só queremos que fique claro que a filosofia da existência do Grupo BPI passa pela criação de condições para que todos os associados possam beneficiar das regalias obtidas, dos melhores preços contratados, e dessa forma poderem gerir de forma mais eficaz cada momento da sua vida, desde o infantário dos filhos ao pagamento da viagem há tanto tempo sonhada, desde o diferimento do pagamento do combustível ao apartamento das férias de Verão.

Em breve estaremos no fim do ano, e como habitualmente vamos festejar esta quadra, para a qual convidamos todos os nossos associados. Neste ano vamos estar em Soure e em Tavira, e desde já fica o conselho: não se atrase ou correrá o risco de não ter lugar nesta comemoração, pelo menos na nossa companhia.

Entretanto, e com vossa licença, permito-me utilizar esta possibilidade de contacto para vos desejar, em nome do Grupo Desportivo e também em meu nome pessoal, os melhores votos de Bom Natal e Próspero Ano Novo.

## ÍNDICE

## 01 EDITORIAL

## 03 CALENDÁRIO

## 04 VIDA ASSOCIATIVA

- 04 Viagem ao Minho e à Galiza
- 04 Pela serra e pelo mar
- 05 Mafra, da tapada para o convento
- 05 Cruzeiro no rio Douro
- 06 Convívio de reformados em Bragança
- 07 Viagem ao Peru
- 07 Jantar de Natal no Casino de Espinho
- 08 O circo de Natal do Banco BPI
- 09 Entrega das prendas de Natal
- 10 Lista de Prendas de Natal
- 11 Réveillon nas Termas do Bicanho, em Soure



- 11 Réveillon em Tavira
- 12 Vinhos medalhados. Segredos bem guardados
- 14 NHK – Formação e Novas Tecnologias
- 14 Noite de bruxas, feitiços e mezinhas
- 15 Entrudo Galego em Ourense

## 16 CULTURA

- 16 Açorda de bacalhau com abacate
- 17 Orfeão Portuscale, mais um aniversário

- 17 Scrapbooking – smash book Natal
- 18 Palestra sobre alimentação saudável



- 18 Sinagoga de Lisboa
- 19 Hotel Ritz
- 19 Lisboa Story Centre e Museu do Dinheiro
- 20 Em Cartaz

## 21 DESPORTO

- 21 Triatlo das Andorinhas
- 21 Agora que comecei não consigo parar
- 22 10.ª edição da Meia-Maratona do Porto
- 24 2.ª etapa da Vitalis Kids Challenge
- 24 Porto City Race
- 25 Meia-Maratona de S. João das Lampas
- 25 I BPI Futsal CUP – Outono
- 26 Arranque de época do basquetebol
- 26 Início de época em grande actividade



- 27 Campeonato de Karting da Zona Norte
- 27 Karting – prova de resistência

- 28 No Kartódromo de Fafe
- 28 A época do mergulho
- 29 A época de pesca da Zona Norte está a acabar
- 29 Grupo Desportivo campeão nacional de pesca de rio



- 30 Em surfcasting o Grupo Desportivo é vice-campeão nacional
- 30 Medalha de ouro no tiro aos pratos

## 31 FÉRIAS E VIAGENS

- 31 Calendário de Viagens 2016



- 32 Viagens City Breaks
- 36 Apartamentos
- 37 Apartamentos em allotment
- 39 Turismo rural

## 42 PARCEIROS

## 43 CONTACTOS

## 44 A FECHAR

## 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:**

Amílcar Ferreira, António Amaro, António Cardoso, António Costa, António Rosa, Bruno Pereira, Bruno Teixeira, Canto e Castro, Direcção Nacional, Edgar Barbosa, Elsa Verdial, Fernando Fachadas, Fernando Ferreira, Francisco Ribeiro, Ianos Babcinetchi, Inês Silva, Jorge Couto, Jorge Nunes, Jorge Pires, Jorge Silva, José Caldas, José Duarte, Júlio Almeida, Manuel Correia, Manuel Pereira, Manuela Oliveira, Milu Campos, Osvaldo Silva, Paulo Pereira, Pedro Ferreira, Pilar Batoréu, Rafael Franco, Raquel Nadais, Reis Almeida, Ricardo Sousa, Rita Almeida, Rui Duque, Rui Simplício, Sandra Nascimento, Teresa Mónica, Virgílio Guimarães

**Imagem da Capa:** O circo de Natal do Banco BPI

**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**

Rua Almirante Barroso, 32-RC

1000-013 Lisboa

**Telefone:** 21 723 42 70 **Fax:** 21 723 43 28

**E-mail:** sul@gdbpi.pt

**Site:** www.gdbpi.pt

PRINCIPAIS  
CADERNOS

**FEVEREIRO** Férias e Viagens do Grupo Desportivo

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

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

**NOVEMBRO** Festa de Natal e Ano Novo

## Novembro

**NHK – Formação e Novas Tecnologias**

**Vinhos medalhados – segredos bem guardados. Saiba como encomendar**

**11 S. Martinho em Arcos de Valdevez**

**12 Vitalis Kids Challenge – 3.ª etapa**

**12** Trail Zêzere

**12 S. Martinho na Ervideira**

**12** Um almoço sem glúten

**13** Corre Jamor

**19** Visita ao Teatro de D. Maria II

**19** *Scrapbooking – smash book* Natal

**23** Viagem a Cuba

**23** **Arranque de época do basquetebol – Participe no treino de captação de talentos**

**26** 5.ª Prova de Arma Curta de Recreio a 25m

**27** 3.ª Prova de Carabina Std. Peq. Calibre a 50m

## Dezembro

**NHK – Formação e Novas Tecnologias**

**Vinhos medalhados – segredos bem guardados. Saiba como encomendar**

**02** Palestra sobre Alimentação Saudável

**03** *Indian head massage*

**04** Meia-Maratona dos Descobrimentos

**11** Sinagoga de Lisboa

**12** **Entrega das prendas de Natal – início**

**14** Jantar de Natal no Casino de Espinho

**16** Entrega das prendas de Natal – fim

**17** **Circo de Natal do Banco BPI em Lisboa e no Porto**

**18** S. Silvestre do Porto

**19** Entrega das prendas de Natal – trocas

**30** **Réveillon em Tavira**

**30** **Réveillon nas Termas do Bicanho, em Soure**

**31** São Silvestre da Amadora

## Janeiro

**NHK – Formação e Novas Tecnologias**

**Vinhos medalhados – segredos bem guardados. Saiba como encomendar**

**13** Noite de Bruxas, Feitiços e Mezinhas

**21** Hotel RITZ

## Fevereiro

**NHK – Formação e Novas Tecnologias**

**Vinhos medalhados – segredos bem guardados. Saiba como encomendar**

## Viagem ao Minho e à Galiza

A pedido de vários atletas e a exemplo do ano passado, o colega Jorge Couto organizou um passeio de fim-de-semana para os pescadores, famílias e alguns amigos próximos.

Partimos das Antas, junto do Banco BPI, e rumámos a Ponte de Lima, onde tomámos o pequeno-almoço, continuando a viagem até ao Lindoso para visitarmos os seus famosos espigueiros.



O almoço foi servido na aldeia do Soajo num restaurante local, e a seguir fomos visitar o Santuário de Nossa Senhora da Peneda, Castro Laboreiro e Melgaço.

Ficámos alojados no excelente Hotel Monte Prado, e o jantar decorreu num ambiente fraternal. Como a temperatura estava óptima, terminámos a noite no terraço do hotel com o agradável som das águas do rio Minho aos nossos pés.

No dia seguinte seguimos por Monção e Valença, e já na Galiza fomos por Sanxenxo até ao Grove, onde almoçámos.

No regresso viemos por Baiona, onde fizemos uma pequena paragem, seguindo depois até à Guarda, sempre pela costa, para ver a sua beleza agreste e explorar eventuais locais de pesca. Como não podia deixar de acontecer, subimos ao monte de Santa Trega donde se vê a foz do rio Minho, desde Vila Nova de Cerveira até Caminha e até onde a vista alcança.

De novo no Minho, parámos na Princesa do Lima para lanchar, e daí o regresso ao ponto de partida.

Tudo correu bem, todos amigos, contentes e em grande camaradagem.

Por **Júlio Almeida**

## Pela serra e pelo mar

No âmbito da rubrica «Gastronomia via Ferrovia» o Grupo Desportivo levou os participantes de Campanhã ao Pinhal Novo em cima dos carris.

Embarcámos na estação de Porto-Campanhã à hora marcada, porque os alfas não esperam. Viajámos até à gare do Oriente, onde nos esperava o IC que nos conduziu a Pinhal Novo,



onde nos aguardava um autocarro para seguirmos viagem até à Casa Agrícola Horácio Simões. O almoço realizou-se na marina de Sesimbra, que tem uma grande vocação turística; e porque o peixe é sem dúvida uma das imagens mais fortes desta região, o nosso almoço privilegiou o peixe.

Após a refeição embarcámos no barco que nos iria proporcionar uma visão submarina da fauna marinha. Entretanto foi tempo de descansar um pouco no hotel, retemperar algumas energias antes de jantar mais um prato regional, a famosa “massinha de peixe”.

De regresso ao hotel pudemos ainda visitar uma zona emblemática de Setúbal: a Avenida Luísa Todi.

No domingo fomos até ao Mercado do Livramento apreciar aquele bulício. A zona de Azeitão possui também uma riqueza secular: os famosos azulejos de Azeitão. Visitámos uma oficina-*atelier*, a mais antiga: Arte S. Simão.

Aguardava-nos finalmente o almoço no D. Isilda com belos jardins onde começámos com deliciosas entradas; depois no interior foi o deslumbramento gastronómico.

Regresso a Pinhal Novo onde embarcámos com destino ao Porto. Chegámos com a convicção de que de facto viajar é uma das formas mais sublimes de viver.

Até à próxima.

Por **Fernando Ferreira**

# Mafra, da tapada para o convento

Iniciámos, com esta visita, o nosso programa de visitas guiadas para 2016/2017

Conforme constava do programa, fomos visitar o Convento e a Tapada de Mafra, com o acompanhamento do professor Miguel Soromenho.

A visita do convento é sempre muito interessante, pela grandiosidade da obra em si e por tudo o que inclui como recheio.

A tapada é muito agradável pelo encontro com as espécies animais – javalis, veados e alguns pássaros –, bem como as vegetais com que nos vamos deparando durante o passeio de comboio que se faz ao longo do percurso.



Também temos de realçar o almoço muito bem confeccionado no restaurante Brasão, no centro de Mafra, na



alameda fronteiriça ao convento. Foi sem dúvida um bom começo!  
Por Elsa Verdial

## Cruzeiro no rio Douro

Último fim-de-semana de Julho, absolutamente fantástico. Belíssimas paisagens, deliciosas refeições, excelente organização, e um vinho...

Apesar do tempo encoberto, nada impediu que na hora da partida todos estivéssemos animados e “mortinhos” por embarcar. Mal zarpámos do Cais da Ribeira, foi-nos servido de imediato um agradável pequenino almoço.

Entre conversas animadas, música e dança, lá fomos nós subindo o rio e apreciando as suas magníficas paisagens com o sol a meio da manhã a dar-nos o ar da sua graça.

O almoço foi servido após a passagem da Barragem de Crestuma-Lever, um desnível de 14 metros, e antes da Barragem do Carrapatelo, a eclusa mais alta da Europa, com um desnível de 35 metros.

Passámos pela Régua, já dentro da zona demarcada do Douro e do Vinho do Porto, em direcção ao Pinhão, cru-

zando a Barragem do Bagaúste, um desnível de 27 metros.

Na chegada ao Pinhão, seguimos de autocarro até à quinta da Roeda, propriedade da Croft Portugal, para uma prova de vinhos do Porto. Ai que bem que soube... e o meu preferido foi o Croft Pink, tão suave e fresquinho.

Após a prova, seguimos viagem para o hotel em Tabuaço, onde fomos pre-

senteados com um soberbo jantar, acompanhado de música ao vivo; para completar a refeição, lá veio o famoso “chocolatezinho” do Grupo Desportivo, que só pecou por ser tão pequenino.

No dia seguinte, viajámos de autocarro até à Régua, onde embarcámos na viagem de regresso até ao Cais da Ribeira.

Por Manuela Oliveira



# Convívio de reformados em Bragança

Um convívio, dois pontos de vista

## A opinião do Canto e Castro – Um ponto de vista cultural

Tivemos a nosso favor um tempo ótimo, o que valorizou o passeio. Com uma organização impecável, a divisão das visitas em dois grupos, para além de evitar naturais transtornos, deu lugar a posteriores partilhas de opinião.

Da parte cultural à gastronómica, passando pela esplendorosa paisagem transmontana e do lago de Sannábria em Espanha, tudo foi motivo para que esta viagem fosse um enorme sucesso.

Um encontro de reformados tem em si três factores que o diferenciam das

restantes excursões: vive-se, convive-se e revive-se, pois cada um, além da sua apreciação (vive-a) partilha-a (convive-a) e inúmeras vezes lembra, episódios pitorescos, passados quando estavam no activo (revive).

Do simples Museu das Curiosidades, ao do Abade de Baçal, do parque de Vinhais ao Centro de Arte Contemporânea Graça de Morais, de todas tirámos grandes ensinamentos, assim como da encantadora aldeia de Rio de Onor, sem esquecer a rica e farta gastronomia.

## A opinião do Fernando Fachadas – Um ponto de vista afectivo

Neste ano o encontro de Reformados do Grupo Desportivo do BPI foi até Trás-os-Montes, e como é para lá do Marão, segundo diz o ditado, «mandam os que lá estão».

E nós, a “velha guarda”, sentimos – eu pelo menos senti – que o ditado está correcto, talvez pela grandiosidade dessas terras, dos seus costumes, do seu povo. Tudo foi maravilhoso, começando na Régua, passando por terras de Espanha e terminando em Miranda do Douro.

Não é possível descrever o encanto do Parque Natural de Vinhais, ou da aldeia de Rio de Onor – metade portuguesa, metade espanhola –, ficando gravada apenas nas nossas memórias.

Foram cinco dias de vivência no nosso Portugal profundo. Apenas direi que de Trás-os-Montes trás montes de sonhos.

Para o ano voltaremos a estar juntos. Um caloroso abraço para todos, e muita saúde.





## Viagem ao Peru

Voámos até Lima, a capital peruana, cidade cheia de contrastes que mantém presente o espírito colonial, nomeadamente ao redor da Praça Maior, com a sua bela catedral.

Seguimos para Arequipa, localizada num vale das montanhas desérticas da cordilheira dos Andes.

Aqui começa a descoberta do povo, com as tradições e os contrastes, as cores vibrantes das roupas e o contacto com os animais andinos: lamas, alpacas, guanacos e vicunhas.

O vale do Colca é percorrido ao longo do imenso desfiladeiro até ao Mirador da Cruz del Condor, local repleto de turistas a aguardar o voo do condor!

A viagem segue até Puno e estamos no lago Titicaca, o lago navegável mais alto do mundo, para termos

uma das experiências mais fantásticas de toda a viagem: interagir com a comunidade indígena que vive nas ilhas flutuantes de Uros.

Chegamos a Cusco, capital do Império Inca, que conserva grandes vestígios arqueológicos que dão conta do passado majestoso.

No Vale Sagrado dos Incas destaco a visita ao parque arqueológico de Ollantaytambo, complexo militar, religioso, administrativo e agrícola.

Chega o dia da visita a uma das 7 maravilhas do mundo: a viagem em comboio panorâmico até Machu Picchu, a subida para contemplação da vista deslumbrante da cidade perdida e deambular entre as construções milimétricas e perfeitas... de uma beleza indescritível, para terminar com o hino nacional, pois àquela hora na Europa tínhamos um novo campeão de futebol: Portugal!

Por Raquel Nadais

## Jantar de Natal no Casino de Espinho

A anteceder o jantar terá lugar, pelas 20.30h, um beberete.

Mais uma vez o jantar de Natal do Grupo Desportivo vai ocorrer no Casino de Espinho.

Contamos convosco para dar mais brilho a esta iniciativa. É uma excelente altura para confraternizar e viver o espírito natalício, com familiares, amigos e colegas de trabalho.

Como tem sido habitual, o Grupo Desportivo terá ao seu dispor, gratuitamente, um autocarro junto à Praça Francisco Sá Carneiro, para aqueles que não queiram utilizar transporte próprio.

Inscreva-se, venha rever velhos amigos.

Por Virgílio Guimarães



**Realização:** 14 de Dezembro  
**Inscrição até:** 27 de Novembro  
**Ponto de encontro:** Praça Francisco Sá Carneiro, ou Casino de Espinho  
**Hora:** 18.00h – Praça Francisco Sá Carneiro, junto do Balcão BPI  
20.00h – Casino de Espinho  
**Valor:** 55 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 40 euros  
**Inscrição inclui:** autocarro oferta do Grupo Desportivo, se for essa a sua opção, beberete, jantar, espectáculo residente do casino, e, a terminar, um pezinho de dança

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

**Recomendações:** faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Não é permitida a entrada, no casino, de crianças com idade inferior a dez anos. Ao efectuar a reserva não se esqueça de mencionar o tipo de transporte: autocarro oferta do Grupo Desportivo, ou veículo próprio.

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

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

# O circo de Natal do Banco BPI

No dia do espectáculo faça-se acompanhar do seu cartão de colaborador do Banco BPI no activo ou reformado.



O espectáculo de circo da Festa de Natal do Banco BPI tem um programa bem definido, que localmente pode ser consultado – ou no Coliseu do Porto ou no Circo Cardinali, em Lisboa. Como habitualmente, e entre outros números mais ou menos afaçados, vamos poder ver os palhaços, os equilibristas, os ilusionistas, os malaristas, os trapezistas, os leões e os cavalos.

Temos procurado corresponder à confiança da Exma. Administração do Banco BPI produzindo um trabalho que proporcione a todos os colaboradores no activo e aos reformados uma Festa de Natal com qualidade.

Atento a este objectivo, procurámos melhorar a solução que agora exploramos de forma a evitar distorções na distribuição dos bilhetes.

Perante a possibilidade de se cometer alguma injustiça e também para que não venham a verificar-se situações constrangedoras – a que o Grupo Desportivo será alheio, naturalmente –, apelamos a que solicitem apenas

os bilhetes indispensáveis ao agregado familiar, atempadamente, dentro do prazo que informamos.



## Para pedir os bilhetes:

1.º – Todos os colaboradores do Banco BPI estão registados na plataforma informática do Grupo Desportivo e possuem *password* que lhes permite aceder à sua área pessoal no endereço <https://secretaria.gdbpi.pt>.

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

3.º – A requisição de ingressos para o circo vai ser feita exclusivamente atra-

vés da plataforma do Grupo Desportivo, na área pessoal de cada colaborador, devendo ser preenchidos todos os dados que são solicitados. Não há outra forma, e deve aproveitar para actualizar os seus dados, nomeadamente o código de correspondência, se ainda não o tiver feito.

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

5.º – Todos os que não tiverem acesso à Internet devem contactar a Secretaria do Grupo Desportivo.

6.º – Os pedidos de ingressos devem ser efectuados até ao dia 5 de Dezembro, inclusive. Após esta data, é feita a distribuição dos ingressos.

7.º – Todos os colaboradores que tenham solicitado bilhetes vão receber uma carta certificada do Grupo Desportivo a validar o número de ingressos que lhes foram atribuídos, que deverá ser entregue na entrada, acompanhada da exibição do cartão de colaborador do Banco BPI, no activo ou reformado.

8.º – No dia do espectáculo faça-se acompanhar do seu cartão de colaborador do Banco BPI.

Evite situações embaraçosas.

Por Direcção Nacional



DATA	CIRCO	LOCAL	1.ª SESSÃO	2.ª SESSÃO
17 de Dezembro	Coliseu	Porto: Rua de Passos Manuel, 137	10.00h	14.30h
17 de Dezembro	Circo Cardinali	Lisboa: Parque das Nações, junto ao rio Trancão	09.00h	11.00h

# Entrega das prendas de Natal

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



**Pedir os bilhetes do circo**

O Grupo Desportivo tem todos os colaboradores do Banco BPI registados na sua plataforma informática, e utilizando a *password* que lhe enviamos pode entrar na nossa página e na sua área pessoal requisitar os bilhetes para o circo de Natal bem como actualizar os seus dados. Queremos crer que o próximo passo será fazer-se sócia(o) e passar a beneficiar das vantagens que lhe oferecemos.



**Levantamento dos brinquedos**

Recomendamos a todos os colaboradores do Banco BPI que procedam ao levantamento dos brinquedos a que os seus filhos têm direito, dentro dos prazos indicados, porque após essa data não é possível garantir a existência da prenda adequada. No dia 19 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 são permitidas trocas.

Por **Direcção Nacional**



**Como receber as prendas de Natal**

Para que a entrega das prendas aos filhos dos colaboradores do Banco BPI com idades até 12 anos decorra de forma harmoniosa, por favor registre o(s) seu(s) filho(s) na base de dados do Grupo Desportivo. Se não o fizer, poderemos não estar a contar com o brinquedo para o seu filho. Se já o fez salte o parágrafo seguinte.



**Actualização do local de trabalho**

Se mudou de local de trabalho, não se esqueça de comunicar essa alteração junto do Grupo Desportivo, para evitar que o brinquedo do seu filho seja enviado para um local que já não seja o seu, porque isso significa custos e trabalho acrescidos e desnecessários. Faça a actualização na sua área pessoal ou, se não for sócio, contacte a Secretaria.



**Como registar o seu filho**

Seja ou não sócio do Grupo Desportivo, deve registar o seu filho na base de dados do Grupo. Os elementos necessários para o registo são os seguintes: número de sócio (número mecanográfico, quando não for sócio), data de nascimento (aaaa.mm.dd) e nome completo do filho. Faça-o na sua área pessoal se for sócio do Grupo Desportivo; se não for, contacte a Secretaria.



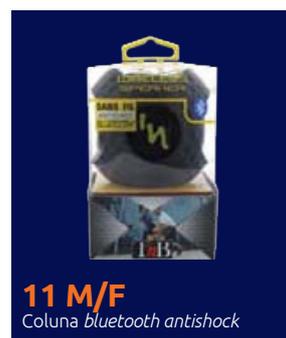
**Fazer-se sócio do Grupo Desportivo**

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

UNIDADES	LOCAL DE ENTREGA	DIAS	HORÁRIO
Serviços Centrais do Banco BPI Banco Português de Investimento Participadas	Rua Almirante Barroso, 32-r/c Porto: Rua de Sá da Bandeira, 70-1.º	12 a 16 de Dezembro	Das 12.00h às 14.00h, e das 16.00h às 18.30h
Balcões	Envio via EMS ou equivalente		

# Lista de Prendas de Natal

Por Direcção Nacional



## Réveillon nas Termas do Bicanho, em Soure

O Grupo Desportivo organiza uma vez mais o réveillon, este ano no Palace Hotel & Spa\*\*\*\*, nas Termas do Bicanho, em Soure.



Inscreve-te e vem festejar a entrada, no ano de 2017, com muita animação, rodeado pelos familiares, colegas e amigos, com o jantar de gala, o champanhe e as passas, um bom ambiente e a ceia noite adentro.

Vem divertir-te, com o adeus ao ano velho e as boas-vindas ao novo ano. Esperamos por ti. Inscrições limitadas.

Por Amílcar Ferreira



**Realização:** de 30 de Dezembro a 1 de Janeiro  
**Inscrição até:** 15 de Dezembro  
**Ponto de encontro:** junto ao Capitólio  
**Hora:** 16.00h  
**Valor:** 239 euros  
**Quarto individual:** 287 euros  
**3.ª pessoa em quarto duplo:** 197 euros  
**Crianças dos 5 aos 8 anos:** 97 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 214 euros  
**Quarto individual:** 264 euros  
**3.ª pessoa em quarto duplo:** 174 euros  
**Crianças dos 5 aos 8 anos:** 94 euros  
**Inscrição inclui:** transporte, duas noites de alojamento, jantar de sexta-feira 30, almoço e jantar de *réveillon*, música ao

vivo e ceia no sábado 31 e almoço de domingo 1 de Janeiro. Oferta de um acesso de 30 minutos à piscina dinâmica, por pessoa  
**Inscrição não inclui:** despesas de carácter particular  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 4 (quatro) prestações, com início em Novembro (duas) e final em Janeiro  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

## Réveillon em Tavira

Neste ano escolhemos um hotel\*\*\*\* do grupo Vila Galé, bem no centro de Tavira, para nos despedirmos de 2016 e entrarmos em 2017.

Pode aproveitar para passear, visitar o castelo e a Igreja de Santa Maria do Castelo, entre o muito que Tavira tem para oferecer aos visitantes.

Mas o que nós queremos mesmo que faça é festejar a entrada no novo ano, com bom ambiente, rodeado pelos familiares, amigos e colegas.

O jantar vai ser de gala e vai ainda ter as passas, o champanhe, a animação e a ceia pela noite dentro.

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

Esperamos por si.

Por Rui Simplício



**Programa**  
**30 de Dezembro**  
 Chegada, jantar-*buffet* e alojamento  
**31 de Dezembro**  
 Jantar de *réveillon* com música ao vivo para dançar, ceia e alojamento  
**1 de Janeiro**  
 Brunch  
 14.00h – Regresso a Lisboa

**Realização:** de 30 de Dezembro a 1 de Janeiro  
**Inscrição até:** 20 de Dezembro  
**Ponto de encontro:** Parque das Nações ou Hotel Vila Galé\*\*\*\* em Tavira  
**Hora:** 16.30h ou 20.00h  
**Valor:** 290,00 euros  
**Noite extra:** 32,50 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 245,00 euros



**Inscrição inclui:** duas noites de alojamento, jantar-*buffet* do dia 30, jantar de *réveillon*, *brunch* no dia 1, autocarro com partida de Lisboa a 30 de Dezembro e regresso a 1 de Janeiro

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 4 (quatro) prestações, com início em Novembro (2) e final em Janeiro  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Inscrições limitadas  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

# Vinhos medalhados. Segredos bem guardados

São propostas trimestrais de pequenos produtores, alguns vencedores de concursos internacionais, mas indisponíveis nas grandes superfícies comerciais e com 10% de desconto para sócios do Grupo Desportivo

O Grupo Desportivo celebrou um protocolo com a AMA Vinhos, no âmbito da nossa rubrica «Vinhos e Sabores», que lhe dá a oportunidade de adquirir vinhos de qualidade a preços competitivos. São propostas trimestrais de pequenos produtores, alguns vencedores de concursos internacionais, mas indisponíveis nas grandes superfícies comerciais e com 10% de desconto para sócios do Grupo Desportivo. Pode ainda adquirir uma assinatura anual da *Revista de Vinhos* com 25% de desconto!

Por Pedro Ferreira



Imagem da capa da *Revista de Vinhos* de Setembro

## Proposta trimestral do Grupo Desportivo

Quinta de Fafide Reserva Tinto  
2014

**Preço:** 6 euros  
**Sócios:** 5,40 euros  
**Resumo de prova\*:**  
DOC Douro; vinificação de 12 meses em barricas de carvalho americano de segundo e terceiro vinhos. Uvas das castas Tinta Roriz, Touriga Franca e Touriga Nacional



Quinta de Fafide  
Reserva Branco 2015

**Preço:** 6 euros  
**Sócios:** 5,40 euros  
**Resumo de prova\*:**  
DOC Douro; vinificação de 6 meses em barricas de carvalho francês e americano; uvas de vinhas velhas das castas Códèga do Larinho, Rabigato, Viosinho



Encosta do Sobral Reserva Tinto  
2013

**Preço:** 8,90 euros  
**Sócios:** 8 euros  
**Resumo de prova\*:**  
DOC Tejo; vinificação de 12 meses em barricas de carvalho francês de 1.º ano; uvas das castas Trincadeira, Touriga Nacional, Touriga Franca





Encosta do  
Sobral Branco –  
Chardonnay 2016

**Preço:** 6,50 euros  
**Sócios:** 5,85 euros  
**Resumo de prova\*:** DOC Tejo;  
vinificação com processo clássico,  
com controlo de temperatura; uvas  
exclusivas da casta Chardonnay

#### Encosta do Sobral Reserva Branco 2015

**Preço:** 6,50 euros  
**Sócios:** 5,85 euros  
**Resumo de prova\*:** DOC  
Tejo; vinificação com  
processo clássico, com  
controlo de temperatura;  
uvas das castas Códega  
do Larinho, Rabigato,  
Viosinho, Gouveio.



#### Different Red 2013

**Preço:** 25 euros  
**Sócios:** 22,5 euros  
**Resumo de prova\*:** DOC Tejo;  
vinificação com desengajo total, com  
fermentação controlada entre 26°C e  
28°C durante 6 dias; uvas das castas  
Castelão e Aragonez.  
Na compra de 6 garrafas Different  
Red oferta de 2 garrafas  
Oferta de Caixa de Natal exclusiva  
em cada compra de 3 garrafas

#### Argilla Branco 2014

**Preço:** 6,50 euros  
**Sócios:** 5,58 euros  
**Resumo de Prova\*:**  
DOC Alentejo; vinificação  
com desengajo total  
antes do esmagamento  
Fermentação em  
depósitos de inox com  
temperatura controlada entre 18°C  
e 20°C; uvas das castas Alvarinho,  
Verdelho e Viosinho.



#### Argilla Tinto 2014

**Preço:** 6,50 euros  
**Sócios:** 5,58 euros  
**Resumo de prova\*:**  
DOC Alentejo; vinificação  
com desengajo total  
antes do esmagamento;  
fermentação em  
depósitos de inox com  
temperatura controlada  
entre 25°C e 28°C; uvas  
das castas Alicante  
Bouschet, Alfrocheiro,  
Touriga Nacional e Petit  
Verdot



\* Mais notas de prova em: <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=45&parentid=41&detalheid=4398>

#### Como encomendar:

Reserve por *e-mail* para [sul@gdbpi.pt](mailto:sul@gdbpi.pt)  
indicando os vinhos da sua preferência,  
quantidade e local de recolha. Tem  
também à escolha caixas de transporte  
caso queira fazer ofertas de Natal.  
Caixa de transporte gratuita; caixa de  
cartão para oferta (3 garrafas) tem um  
custo adicional de 0,75 euros; caixa  
preta exclusiva de Natal (3 garrafas)  
tem um custo adicional de 1,5 euros.

As encomendas são entregues no prazo  
máximo de 10 dias úteis.  
Para encomendas acima dos 30 euros  
o Grupo Desportivo entrega na casa do  
sócio, tendo para isso de indicar a sua  
morada no acto da encomenda. Para  
encomendas inferiores a 30 euros pode  
levantar a sua encomenda nas instalações  
do Grupo Desportivo de Lisboa ou Porto.  
Consulte o local de recolha em  
[www.gdbpi.pt/main.asp?id=50](http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=50)

O Grupo Desportivo dá-lhe ainda  
oportunidade de adquirir uma  
assinatura anual da que é considerada  
a mais completa revista de vinhos em  
Portugal, com 25% de desconto sobre  
o preço de capa.

**Preço:** 45 euros  
**Sócios:** 36 euros (12 números)  
Para encomendar contacte  
o Grupo Desportivo.

# NHK – Formação e Novas Tecnologias

A NHK é um centro de formação que ao longo dos seus 23 anos tem ministrado um ensino de alta qualidade que prepara profissionais para o mercado de trabalho de hoje.

Com instalações no centro de Lisboa, a NHK oferece-lhe uma formação personalizada, à medida das suas reais necessidades, possibilitando que os alunos escolham um horário completamente à sua escolha.

A título exemplificativo publicamos o curso de Excel 2013, mas as opções são imensas.

Por Sandra Nascimento



**i**

**Realização:** a combinar entre o aluno e a NHK  
**Ponto de encontro:** NHK – Av. do Duque de Ávila, 72 B, 1050-083 Lisboa  
**Hora:** a combinar entre aluno e a NHK  
**Valor:** 111,63 euros  
**Taxa de inscrição:** 30,40 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 83,72 euros  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. As condições para sócios, cônjuges e filhos a cargo só são válidas para um mínimo obrigatório de 4 inscrições. No caso de inscrições individuais, por iniciativa do sócio, haverá lugar a um desconto de 20% sobre o montante total da formação, excepto sobre o valor da taxa de inscrição  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

# Noite de bruxas, feitiços e mezinhas

Com jantar temático.

“Bruxas”, “demónios”, “figuras do além”, ou duendes, rumam nesta noite para a “capital do misticismo” num evento que se assinala desde 2002 e

tem o seu início às 13 horas e 13 minutos de cada sexta-feira 13.

O ponto alto deste espectáculo tem lugar no castelo, «A Vingança do

Deus Larouco», com a disputa entre o bem e o mal, e a tradicional queimada levada a cabo pelo padre António Fontes, o grande mentor e figura central desta festa.

Após o tradicional esconjuro da queimada pelo bruxo-mor, o padre António Fontes, é esperar um pouco e apreciar a bebida espirituosa que é servida a todos no Castelo de Montalegre.

Por Francisco Ribeiro



**i**

**Realização:** 13 de Janeiro  
**Inscrição até:** 25 de Novembro  
**Ponto de encontro:** junto ao Capitólio, na lateral esquerda da Câmara  
**Hora:** 16.00h  
**Valor:** 130 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 100 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 115 euros  
**Inscrição inclui:** transporte, alojamento, jantar temático na sexta-feira dia 13, acesso ao Clube de Saúde, almoço de sábado dia 14  
**Inscrição não inclui:** despesas de carácter particular

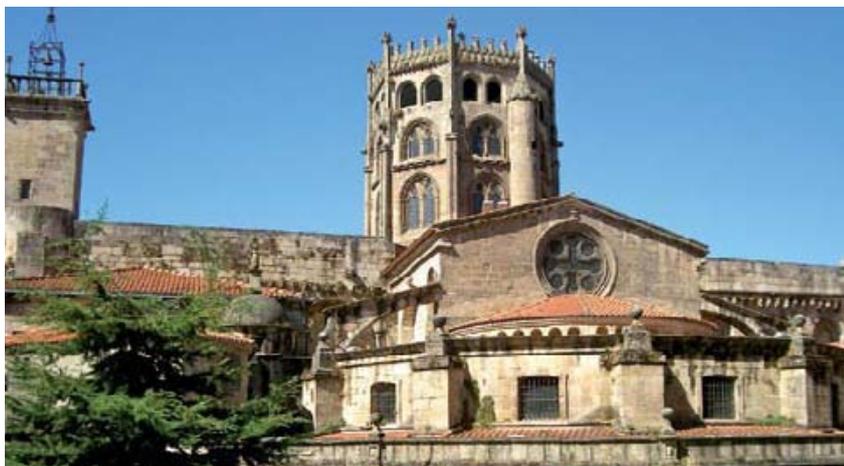
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, com início no mês da inscrição e final em Dezembro  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Inscrições limitadas com um mínimo de 35 participantes. Lá diz o velho ditado: «Se te distraís vês a bruxa por um canudo, sem passares pelo bruxo-mor».  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

# Entrudo Galego em Ourense

O Carnaval é um momento mágico, é a “transgressão” de todas as regras sociais, é a satisfação da necessidade típica dos homens de festejarem algo.

A máscara é uma indumentária fundamental, é o peso da fantasia que alivia a angústia de não saber o que fazer, que permite aos mascarados viverem intensamente este período, em que não se conhecem as pessoas, nem a posição social.

Por Francisco Ribeiro



## Programa

### Dia 25 de Fevereiro

06.00h – Saída do Porto; em Monforte de Lemos visita ao centro histórico, com passagem pelos Escolápios e Centro do Vinho da Ribeira Sacra.  
14.00h – Almoço no restaurante Bodegón, saída para as Bodegas Regina Viarum, prova de vinhos, e apreciação da paisagem sobre o rio Sil e vinhedos em socacos. Continuação por A Teixeira, até ao miradouro da Galeana. Prossegue-se para Ourense. *Check-in* no Hotel San Martín\*\*\*\* ou similar.  
20.00h – Jantar no Restaurante María Andrea, em Ourense, e participação no Carnaval de rua.

### Dia 26 de Fevereiro

09.00h – *Check-out*, visita ao centro histórico de Ourense. Segue-se para vila de Allariz; visita ao centro histórico e ao Museu do Coiro.  
13.00h – Almoço no Restaurante Vilaboa, em Alhariz. Segue-se em direcção a Xinzo de Limia.  
16.00h – Participação na tarde de carnaval em Xinzo. Grand desfile de carrozas e comparzas.  
 regresso à origem.

**Realização:** 25 e 26 de Fevereiro

**Inscrição até:** 15 de Janeiro

**Ponto de encontro:** junto ao Capitólio, na lateral esquerda da câmara

**Hora:** 6.00h

**Valor:** 205 euros

**Suplemento de quarto individual:** 50 euros

**Crianças dos 4 aos 12 anos:** 50%

**Crianças até aos 3 anos:** grátis

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 190 euros

**Suplemento de quarto individual:** 36 euros

**Crianças dos 4 aos 12 anos:** 50%

**Inscrição inclui:** transporte em autocarro, seguro de viagem, visitas aos Escolápios, ao Centro do Vinho da Ribeira Sacra com prova de vinhos, às Bodegas Regina Viarum, com prova de vinhos, visita guiada ao Museu do Coiro, em Alhariz,

e ao centro histórico, alojamento no Hotel San Martín\*\*\*\*, em Ourense, ou similar, 3 refeições, acompanhamento com guia cultural.

**Inscrição não inclui:** despesas de carácter particular

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 4 (quatro) prestações, com início no mês da inscrição e final em Fevereiro

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

**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: Ponto por Ponto – Turismo-Cultura-Lazer

# Açorda de bacalhau com abacate

A tradição portuguesa aliada à inovação de paladares.

O Outono chegou, e o tempo fresco começa a ser convidativo de menus mais quentes, aconchegantes e intensos. Para nós, portugueses, desde sempre o bacalhau é bem-vindo às nossas mesas, seja ele cozinhado de que maneira for. Da mesma maneira que somos fiéis às nossas tradições, hoje já é praticamente transversal a nossa curiosidade por provar novos sabores aliados aos menus

tradicionais. *Et voilà!* A açorda de bacalhau com abacate junta a tradição com o improvável. Pouco usado na cozinha nacional, mas cheio de vitaminas, gorduras saudáveis e antioxidantes que ajudam na prevenção de uma infinidade de doenças. Experimente esta fusão e desfrute de um momento de verdadeira degustação. Bom apetite!

Por António Rosa



## Ingredientes

- 100 g cebola
- 5 grandes dentes de alho
- 100 g de azeite
- 200 g bacalhau, demolhado e desfiado (previamente cozido)
- 1 colher de sopa de vinagre de sidra
- ½ abacate maduro temperado com sumo de limão
- 400 g de pão, saloio ou rústico, cortado em pedaços pequenos e demolhados em água
- 2 ovos médios
- Coentros picados q.b.
- 1 folha de louro, tomilho, sal e pimenta preta q.b.

## Preparação da massa

1. Coloque no copo a cebola, os alhos e o azeite, e pique 5 seg./ vel. 5
2. De seguida adicione o louro, um pouco de tomilho e pimenta preta e refogue 5 min. / varoma / vel. 1
3. Retire o louro, adicione o bacalhau bem espremido e o abacate em puré (esmagado com um garfo) e programe 3 min. / varoma / colher inversa / vel. colher



4. Escorra a maior parte da água do pão e adicione. Programe 5 min. / 100 °C / colher inversa / vel. colher
5. Rectifique o sal, adicione o vinagre de sidra, os coentros e os ovos batidos. Programe 3 min. / 100 °C / vel. 2

Notas: Pode adicionar 100 g de berbigão ou camarão se quiser enriquecer a açorda. Pode também intensificar o sabor, usando o abacate inteiro, se achar que metade não é suficiente.



## Orfeão Portuscale, mais um aniversário

Os primeiros três leitores que nos comunicarem por e-mail, para [norte@gdbpi.pt](mailto:norte@gdbpi.pt) ou [grupodesportivonorte@bancobpi.pt](mailto:grupodesportivonorte@bancobpi.pt), qual a idade do Orfeão, receberão uma *T-shirt* do Grupo Desportivo.

No passado dia 17 de Setembro comemorámos mais um aniversário do Orfeão do Grupo Desportivo. Como sabem, nascemos a 15 de Setembro de dois mil e pouco.

Pelas 19.00h abrilhantámos a missa, celebrada pelo padre Agostinho Pedroso, pároco de Santo Ildefonso, adjunto do vigário da Vara do Porto Nascente, na Igreja de Santo Ilde-

fonso, localizada na Praça da Batalha, no Porto.

Cantámos e encantámos, mas o máximo foi o trompete do nosso maestro. Sublime! Nunca tinha visto um trompete na missa.

Após a missa fomos para o Grande Hotel do Porto, a pouco mais de 150 metros. É um hotel de charme que mantém o encanto dramático do *fin de siècle* oitocentista, harmoniosamente conjugado com modernidade, conforto e *design* intemporal.

Tivemos a companhia do senhor padre, o que muito nos sensibilizou. Faltaram três orfeonistas a quem desejamos as rápidas melhoras, ou dos respectivos familiares, conforme a situação.

O jantar estava impecável, e acabámos a cantar os parabéns.

Se nos quiserem ouvir, estaremos em 12 de Novembro às 21.30h no Centro Social de Cête.

Por Milu Campos

## Scrapbooking – smash book Natal

É a arte de juntar fotos, etiquetas, papéis decorados, lembretes, e assim contar as memórias dos momentos vividos.



Neste *workshop*, vamos elaborar um misto de agenda, *planner*, álbum de fotografias, sobre os dias que antecedem o Natal. Neste livro teremos espaço para fotos, receitas, lista de prendas. Utilizando a técnica da encadernação aliada ao *scrapbooking*, vamos construir de raiz o nosso *smash book*.

Por Rita Almeida

i

**Realização:** 19 de Novembro  
**Inscrição até:** 16 de Novembro  
**Ponto de encontro:** Rua do Almirante Barroso, 32-6.º piso (ao Largo de D. Estefânia) – Lisboa  
**Hora:** das 14.30h às 18.30h  
**Valor:** 35 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 30 euros  
**Inscrição inclui:** todo o material necessário à elaboração da peça e ferramentas para utilizar durante o *workshop*

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Idade mínima de 12 anos – vamos usar tesouras, x-actos, Fuses, parecido com um ferro de soldar, e máquinas de corte. Mínimo de 4 e máximo de 12 participantes.  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

# Palestra sobre alimentação saudável

Que a aquisição de hábitos saudáveis seja um dos objetivos para 2017.

A prática de bons hábitos reduz a probabilidade do desenvolvimento de determinadas patologias. Cuidar da nossa alimentação, para que seja equilibrada e variada, é um factor primordial para ter uma boa saúde.

A escolha dos alimentos, o modo de preparação e as quantidades ingeridas têm impacto significativo sobre a nossa condição. Deste modo, fazendo escolhas alimentares conscientes estamos a prevenir-nos contra o aparecimento de problemas de saúde, como doenças cardiovascula-



res, obesidade, diabetes, entre outras. Uma boa alimentação também influencia os níveis de energia ao longo do dia, o rendimento no trabalho, a boa-disposição, entre outras va-

i

**Realização:** 2 de Dezembro  
**Inscrição até:** 28 de Novembro

**Ponto de encontro:** Rua do Almirante Barroso, 32-6.º  
(perto do Largo de D. Estefânia)

**Hora:** das 18.30h às 19.30h

**Valor:** 8 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 5 euros

**Inscrição inclui:** apresentação oral sobre a temática e folheto com dicas de alimentação saudável!

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

lias positivas que contribuem para o bem-estar geral do nosso organismo. Não é dieta, é estilo de vida. Cuide de si e seja feliz!

Por Inês Silva

# Sinagoga de Lisboa

Vamos conhecer este espaço sagrado e um pouco mais da sua história.

Na Av. Alexandre Herculano, próximo do Largo do Rato está a Sinagoga de Lisboa, designada por Shaaré Tikvá (Portas da Esperança) inaugurada em 1904, construída sem fachada para a rua, porque era proibido nes-

sa época a visibilidade de um templo que não fosse da Igreja Católica.

O edifício da sinagoga foi um projecto do arquitecto Ventura Terra, a grande figura do urbanismo lisboeta na viragem do século XIX. A arqui-

tectura associa elementos decorativos de origens romana, bizantina e romântica.

O judaísmo é a religião e a cultura do povo judeu. Os judeus têm encarado tradicionalmente o judaísmo como uma cultura com a sua própria história, língua hebraica, pátria ancestral, liturgia, filosofia, princípios éticos, práticas religiosas, etc.

Esperamos por si!

Por Teresa Mónica



i

**Realização:** 18 de Dezembro

**Inscrição até:** 2 de Dezembro

**Ponto de encontro:** junto da entrada da sinagoga, no Largo do Rato

**Hora:** 10.00h

**Valor:** 13 euros

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

**Inscrição inclui:** visita, acompanhada do Prof. Miguel Soromenho

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

As inscrições são limitadas 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

## Hotel Ritz

Aceitem este convite para subir o parque Eduardo VII e visitar o edifício do Ritz, que, para além de um imponente hotel sempre moderno, é sem dúvida um museu de há mais de meio século.

Situado no topo de uma colina, no coração de Lisboa, a quinze minutos do aeroporto e a dez da Baixa e zona histórica, o hotel reflecte o encanto e a história de Portugal na sua arquitectura e nos interiores espaçosos.

Projectado pelo arquitecto Porfírio Pardal Monteiro, foi inaugurado em 1959. Trata-se de uma construção de grande monumentalidade, acentuada pela dimensão, pela perfeita geome-

**Realização:** 21 de Janeiro  
**Inscrição até:** 6 de Janeiro  
**Ponto de encontro:** junto da entrada do hotel  
**Hora:** 10.00h  
**Valor:** 15 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 12 euros  
**Inscrição inclui:** visita, acompanhada do Prof. Miguel Soromenho  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. As inscrições são limitadas 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

tria e pelo revestimento integral das fachadas a mármore.

O interior, luxuosamente desenhado, acolhe mobiliário fabricado expressamente nas oficinas da Fundação Ricardo Espírito Santo, assim como



obras de arte moderna dos mais consagrados artistas da época. O hotel, incluindo o seu património integrado, encontra-se classificado como monumento de interesse público.

Por Teresa Mónica

## Lisboa Story Centre e Museu do Dinheiro

Vamos desta vez conhecer o nosso passado na actualidade... e desfrutar desta cidade renascida.

Lisboa não pára de surpreender. São espaços escondidos, ou esquecidos, ou renovados que continuamente se repropõem à nossa atenção, em sítios muitas vezes inesperados.

Esta visita propõe, justamente, a descoberta de locais carregados de memórias desconhecidos de (quase) todos: um dos torreões pombalinos do Terreiro do Paço, com um centro interpretativo da história da cidade, e o Museu do Dinheiro nascido ali mesmo ao lado, na Praça do Município.

Boa visita!

Por Teresa Mónica



**Realização:** 18 de Fevereiro  
**Inscrição até:** 3 de Fevereiro  
**Ponto de encontro:** junto da entrada do Museu Lisboa Story Centre, na Praça do Comércio  
**Hora:** 10.00h  
**Valor:** 18 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 15 euros  
**Inscrição inclui:** visita, acompanhada do Prof. Miguel Soromenho  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal, em <https://secretaria.gdbpi.pt>. As inscrições são limitadas 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

### As Árvores Morrem de Pé

De quarta-feira a sábado às 21.30h  
Ao sábado e ao domingo às 17.00h  
«Morta por dentro, mas de pé como as árvores» é a frase que ainda ecoa no imaginário do teatro em Portugal, designadamente nas «Noites de Teatro» emitidas pela RTP. A frase pertence ao clássico texto de Alejandro Casona e é declamada no final da peça pela lendária actriz Palmira Bastos, que a interpreta e protagoniza.

Manuela Maria, Ruy de Carvalho, Eunice Munoz, João d'Ávila, Maria João Abreu e Carlos Paulo, entre outros grandes actores, protagonizam uma das peças mais célebres da dramaturgia mundial numa nova versão contemporânea de Filipe La Féria.  
Informe-se dos preços e descontos para o Grupo Desportivo junto da bilheteira do Teatro Politeama ou por telefone 21 013 50 50 ou 21 466 77 96.



### A Pequena Sereia

Sábado e domingo às 15.00h  
Um novo musical de La Féria, onde a música, as mais belas canções e a encenação fazem uma recriação maravilhosa de um dos mais belos contos universais da literatura, transversal a todas as idades. Um espectáculo que articula o teatro, o cinema e o circo, com a participação de bailarinos, acrobatas e grandes cantores.  
Informe-se dos preços e descontos para o Grupo Desportivo junto da bilheteira do Teatro Politeama ou por telefone 21 013 50 50 ou 21 466 77 96

## ■ TEATRO NACIONAL DE D. MARIA II

### As Criadas

De 10 de Novembro a 18 de Dezembro, na Sala Estúdio  
À quarta-feira, às 19.30h  
De quinta-feira a sábado às 21.30h  
Ao domingo às 16.30h  
A partir do momento em que a patroa se ausenta, a fantasia rasga-se no imaginário de duas irmãs, que se transportam para longe das suas próprias vidas, numa fuga urgente de um quotidiano miserável. Neste olhar de Marco Martins sobre o texto de Jean Genet, o palco transforma-se num espaço de enclausuramento onde Beatriz Batarda, Sara Carinhas e Luísa Cruz exploram as diversas identidades daquelas personagens em construção.  
Descontos: jovens até 30 anos; seniores +65 anos; grupos +10 pessoas; dia do espectador: 6,00 euros  
Bilheteira: 21 325 08 35



### A Origem das Espécies

De 23 de Novembro a 18 de Dezembro, na Sala Garrett  
Ao sábado e ao domingo às 16.00h  
Feriados às 11.00h  
Pirilampos, escaravelhos luminosos, larvas e múltiplos animais marinhos. Porque estamos aqui? Porque existimos? Como surgiu toda a complexidade de espécies? Darwin questionou e foi à procura de respostas numa viagem. Durante essa travessia descobriu inúmeros animais e as maravilhas da vegetação dos trópicos. Esta curiosidade infundável, que o acompanhou desde criança, mudou a nossa maneira de ver o mundo. E agora, de regresso dessa aventura, transformamo-nos em coleccionadores, primatas e espécies luminescentes, cientistas, biólogos, amantes de pássaros e curiosos, cheios de perguntas que não nos deixam descansar. A partir de Charles Darwin.  
Criação e interpretação: Carla Maciel, Crista Alfaiate, Marco Paiva, Paula Diogo  
M/6 anos  
Preços especiais para famílias.  
Informe-se na bilheteira pelo telefone 21 325 08 35



# Triatlo das Andorinhas

Nunca me senti fisicamente tão bem como agora. Objectivos bem conseguidos.

Antes de falar sobre o evento gostaria de revelar qual o motivo pelo qual comecei a participar em provas desportivas, corridas, *trail*, duatlo e até triatlo. Foi no início de 2015 que resolvi perder algum do peso que fui ganhando ao longo dos anos de casado. O objectivo era ficar igual ao que tinha antes de casar, o que consegui em

pouco menos de 4 meses, e lá se foram 12kg. A primeira prova em que participei foi a do São João do Porto, em Junho de 2015.

Agora, sim, este evento do Triatlo Sprint Andorinha, realizado na Póvoa de Lanhoso, consistiu em 700m de natação na Barragem das Andorinhas, 22km de bicicleta pelas ruas

de Sobredo da Goma, e 5km a pé por trilhos e estrada.

Lá me aventurei na parte da natação, a mais demorada em termos de distância/tempo, sem fato isotérmico – que teria ajudado na flutuação –, em 21 minutos. Seguiu-se a parte de bicicleta, bastante exigente, em 57 minutos, e finalmente os 5km a correr que conclui em 27 minutos.

Em perto de 100 atletas e fiquei em 62.º com o tempo de 1:45:08.

Concluindo, nunca me senti fisicamente tão bem como agora.

Por Jorge Silva



# Agora que comecei não consigo parar

Por onde passava, os olhares fixavam-se na minha *T-shirt* do Grupo Desportivo do Banco BPI, que se destacava no meio dos restantes atletas.

Uma semana após a extenuante Corrida de S. João do Porto de 15km, seguiu para Braga.

Pouco passava das nove horas da manhã, já eu fazia o aquecimento habitual. Às 10h já estava pronto, na linha de partida, para mais uns difíceis 12km da Corrida de S. João de Braga. Apesar de a prova ter sido mais curta, o calor abrasador e o desnível positivo

tornaram estes 12km mais exigentes que os 15km do Porto.

Tirando os obstáculos, foi um percurso lindíssimo, por diversas ruas e avenidas, sem esquecer a passagem pelo magnífico centro histórico, repleto de aplausos.

Por onde passava, os olhares fixavam-se na minha *T-shirt* do Grupo Desportivo do Banco BPI, que se des-



taçava no meio dos restantes atletas. Ao chegar à meta os *flashes* eram ensurdecadores. Já começo a sentir o peso desta camisola.

Por Bruno Pereira

# 10.ª edição da Meia-Maratona do Porto

A beleza da paisagem circundante ajudou a manter a motivação e o empenho dos participantes, que, apesar do calor tórrido que se fez sentir, não esmoreceram, e viram o seu esforço amplamente recompensado.

Realizou-se, a 10.ª edição da Meia-Maratona do Porto, que incluiu uma minimaratona de 6 km.

Onze mil atletas encheram e coloriram as belíssimas marginais do Porto e de Vila Nova de Gaia. O Grupo Desportivo fez-se representar neste evento com 35 participantes.

O percurso, de beleza incomparável, teve o seu ponto de partida na Av. de Paiva Couceiro, em baixo da Ponte do Freixo, e a meta, no Jardim do Calem/Fluvial.

**O GRUPO DESPORTIVO FEZ-SE REPRESENTAR NESTE EVENTO COM 35 PARTICIPANTES.**

Equipados a rigor, os atletas faziam furor por onde passavam e recebiam aplausos do público, que vibrava com a determinação e o entusiasmo dos participantes. No meio do público era notório o semblante de agradável surpresa dos muitos turistas que visitavam nesse dia a Invicta. O maior adversário da prova foi sem dúvida o calor elevado que se fez sentir, mas que foi amenizado pela excelente organização do evento, que, com o apoio dos bombeiros, proporcionou jactos de água e distribuição de bebidas, possibilitando assim o bom desempenho dos atletas e elevando o nível da competição. Aqui ficam testemunhos de alguns participantes e fotos do evento. Parabéns a todos.

Por António Cardoso



## **Bruno Teixeira (Porto)** – 1.ª meia-maratona

**Tempo líquido:** 02:09:59

**Posição:** 3822

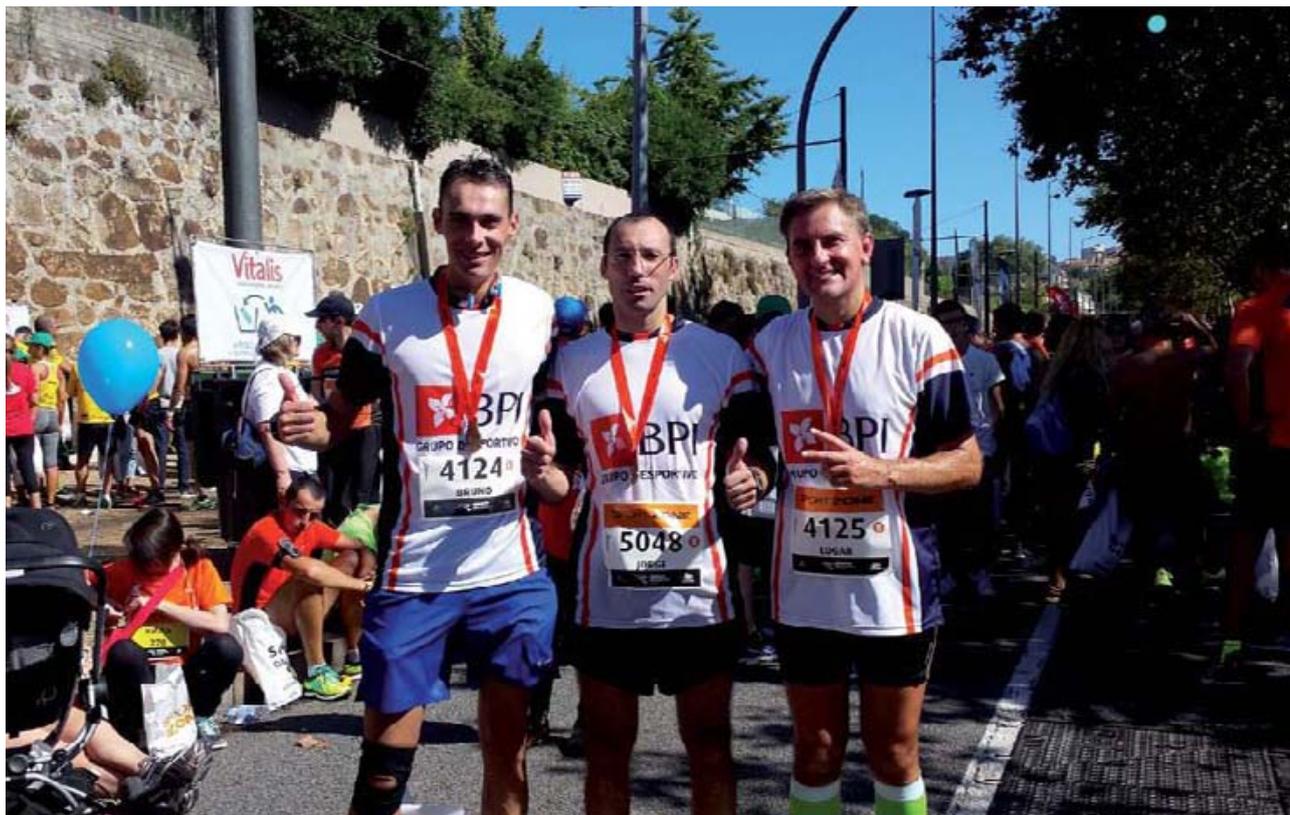
**Posição escalão:** 657

Sou corredor de fim-de-semana, daqueles que treinam duas vezes antes de uma prova de 10km. Aceitei o desafio de fazer esta meia-maratona na esperança de conseguir treinar nas férias, mas infelizmente o destino pregou-me uma partida. O dia chegou e eu praticamente não treinei. Mas nesta vida ou se ganha ou se aprende... e desta vez aprendi muito. Aprendi que 21km não são 10km, e que não se pode desejar fazer uma meia-maratona com dois treinos na pele... uma meia-maratona é dura. Aprendi que a partir dos 10km começam as dores,

aos 15km começam a falhar as energias, e aos 18km até a roupa pesa. Dos 18km para a frente temos o jogo mental para não cair na tentação de desistir, focar no fundo da estrada e sofrer mais um pouco até ao fim.

Correr e aprender... treinar mais tempo, mais vezes e mais rápido. Na próxima prometo que vou tentar estar mais bem preparado!





**Bruno Pereira (Póvoa de Varzim)**  
– 1.ª meia-maratona

**Tempo líquido:** 01:51:59

**Posição global:** 2040

**Posição escalão:** 400

Provas de 10km foram muitas. Depois veio uma de 12km, e pouco tempo depois uma de 15km, com um excelente ritmo. Pensava eu que estava preparado para esta meia-maratona. Mas afinal, apesar de ter terminado a prova, percebi que não estava devidamente preparado, nem física nem psicologicamente.

A motivação estava bem alta, não fosse o facto de me ter metido nestas corridas por causa de um cliente do Centro de Investimentos da Póvoa de Varzim, a residir em França e que veio a Portugal de propósito para fazer a meia-maratona comigo. O compromisso foi assumido em Outubro do ano passado, quando, numa reunião, o cliente me desafiou a fazer uma meia-maratona e terminar a prova à frente dele!

E não é que mesmo que com os seus 64 anos me deu um avanço considerável? Bem, vou ter de continuar a treinar mais.

**Jorge Pires (Bragança)**  
– 2.ª meia-maratona

**Tempo:** 01:32:10

**Posição:** 468

**Posição escalão:** 95

Particpei pela 2.ª vez na Meia-Maratona do Porto, uma prova em que a participação é muito grande, e o ambiente é fantástico.

O dia estava muito bom: um pouco de calor a mais para uma prova desta distância, e por isso era necessário hidratar bem.

Na partida tive a companhia de dois fantásticos colegas e de um cliente que veio de França.

Em termos pessoais a prova foi fabulosa: bati vários recordes – os mais importantes, o dos 10km e o da meia-maratona.

Para mim esta prova foi mais uma etapa do grande desafio que pretendo fazer neste ano – estreia na Maratona do Porto, em Novembro.

Ate breve. Apareçam para correr ou caminhar, ou simplesmente para nos apoiar e conviver!

**Edgar Barbosa (Porto)**  
– 10.ª meia-maratona

**Tempo líquido:** 01:48:47

**Posição:** 1706

**Posição escalão:** 161

Excelente dia para a prática do atletismo, soalheiro e sem vento, com a minha prova a decorrer bastante rápida até aos 15/16km. Os quilómetros finais foram muitíssimo sofridos, mas consegui o meu objectivo principal, que era baixar o recorde pessoal. Foi a minha primeira participação na Meia-Maratona do Porto; a outra meia-maratona em que participei foi na Régua. Gostei bastante do trajecto, apesar dos paralelos, do apoio das pessoas ao longo do percurso, da boa organização e da camaradagem entre os atletas do Grupo Desportivo  
Experiência a repetir em 2017.

## 2.ª etapa da Vitalis Kids Challenge

Depois do sucesso da 1.ª etapa da Vitalis Kids Challenge, centenas de crianças participaram na 2.ª etapa, que teve como cenário o agradável jardim do Passeio Alegre, no Porto.

A prova foi dividida em 5 escalões, dos benjamins aos juvenis, e contou com várias distâncias em função da idade dos participantes. No final de

cada corrida todos receberam uma medalha, e os primeiros lugares ganharam os seus merecidos troféus.

A prova teve como madrinha a campeã Aurora Cunha, que serviu de exemplo para os mais novos e motivou os atletas durante toda a competição. A ex-atleta teve mesmo de fazer uma intensa corridinha de 550 metros de mão dada com 2 jovens atletas, um deles o meu benjamim Gui (Guilherme), que, com apenas 2 aninhos e meio e em competição com atletas de 7 a 9 anos, teve de moderar o ritmo para ficar num honroso penúltimo lugar.

As crianças inscritas pelo Grupo

Desportivo não faltaram à chamada e marcaram a sua presença com 14 verdadeiros atletas. A estes juntou-se uma atenta e orgulhosa claque de pais, avós e amigos, para quem os seus ficam sempre em primeiro lugar. Para além de promover a prática de desporto, este evento, muito mais que uma competição, foi uma verdadeira festa para miúdos e graúdos.

A terceira e última etapa realiza-se em 12 de Novembro, momento em que será obtida a classificação final e fechado o *ranking* anual do Vitalis Kids Challenge.

Lá estaremos!

Por Ricardo Sousa



---

## Porto City Race

O Porto City Race atraiu atletas de quinze nacionalidades e invadiu as ruas da cidade.

Juntou perto de novecentos participantes de 15 países a quinta edição da Porto City Race, evento internacional de orientação pedestre, que cumpriu na zona das Fontainhas a primeira de três etapas desta prova pedestre, organizada pelo Grupo Desportivo Quatro Caminhos, em parceria com a Câmara Municipal do Porto através da Porto Lazer e com a Universidade do Porto.

Este primeiro dia de competição teve início e final na Escola da Alegria. Particpei com orgulho na 1.ª etapa, que levou os atletas a atravessar bairros típicos portuenses desconhecidos da maioria da população.

Nesta etapa, por ser nocturna, os concorrentes muniram-se de lanter-

na frontal, o que deu um toque fantasmagórico à sua passagem, mas a dificuldade aumentou, já que a visualização é menor e os pontos de orientação já não são os mesmos!

Cerca de seiscentos orientistas disputaram a 2.ª etapa, na zona do Campus do Campo Alegre, e nela participaram os atletas do Grupo Desportivo Jorge Moreira e Luísa Almeida.

A 3.ª etapa da prova, pontuável para o Circuito Urbano Europeu, foi disputada no Campus Universitário da Asprela, onde os cerca de quinhentos participantes se confrontaram novamente com algumas opções de carácter técnico.

Nesta etapa, infelizmente, não houve



participação corajosa do Grupo Desportivo!

Por Paulo Pereira



## Meia-Maratona de S. João das Lampas

40.ª edição de uma das meias-maratonas de estrada mais duras do calendário nacional

No ano em que a Meia-Maratona de S. João das Lampas comemora a sua 40.ª edição, os atletas do Grupo Desportivo do Banco BPI não podiam deixar de marcar presença.

O facto de se tratar da meia-maratona de estrada mais dura do calendário

do Grupo Desportivo não atemorizou os 14 atletas que se apresentaram na partida, confiantes e bem-dispostos. Houve até alguns que, não temendo as subidas e descidas do percurso, acrescentaram 9km à distância oficial da prova, aproveitando para fa-

zer um treino longo de 30km como preparação para as maratonas de Outono!

A simpatia da organização e o entusiasmo da população que vem para a rua aplaudir e incentivar ajudam sempre os atletas a enfrentar a dureza do trajecto. Por seu turno, a beleza e tranquilidade da paisagem da região saloia fazem os quilómetros até parecerem mais curtos.

Como já vem sendo habitual, o nosso campeão Carlos Cardoso, apesar de estar com algumas limitações físicas, foi o primeiro classificado da equipa. A nossa atleta Sónia Brandão, que fez a sua segunda meia-maratona, obteve um excelente 7.º lugar no seu escalão.

Mas todos os atletas estão de parabéns, pois o facto de se apresentarem na partida desta prova é só por si um acto de bravura!

Por Jorge Nunes

## I BPI Futsal CUP – Outono

Arrancou o I BPI Futsal CUP – Outono, dando assim início a um novo ciclo desta modalidade.

Com a organização da Masterfoot, reuniram-se quatro equipas: a S7 Team, campeã no torneio de Primavera; a BPI Players, vice-campeã e uma das equipas mais fortes à partida; a DSI United, que reunia alguns dos nossos colaboradores sempre presentes nestas iniciativas, e a Ex-Seleção, assim denominada por vontade dos próprios, e que reunia os atletas que participaram em inúmeras actividades em anos anteriores.

Foi com surpresa que vimos desistir à partida duas das equipas que sempre marcaram presença em eventos desta modalidade: a equipa Taegs, de Cascais, e a equipa Os Intrusos. Esperamos que no próximo torneio da

Primavera já possam estar, de novo, presentes nesta festa, que se deseja para todos os que realmente quizerem praticar a modalidade.

Este torneio, o I BPI Futsal CUP – Outono, disputa-se à quinta-feira, a partir das 20.30h, no pavilhão do CIF, no Restelo, até ao final do mês de Novembro.

A primeira jornada trouxe, afinal, a “surpresa” de ver os antigos cam-

peões e vice-campeões serem derrotados nos seus confrontos directos, S7 Team vs Ex-Seleção e BPI Players vs. DSI United, em encontros muito equilibrados e de entrega muito aguerida de todos os atletas presentes.

**ASSISTE,  
PARTICIPA.**

Por António Amaro





# Arranque de época do basquetebol

Na época passada terminámos em 4.º lugar, e nesta queremos fazer melhor... para isso contamos com a sua ajuda.

O basquetebol do Grupo Desportivo já conta com uns anos de existência e com a participação num dos torneios mais antigos do distrito de Lisboa: o Campeonato Distrital de Lisboa do Inatel.

Na época passada conseguimos o 4.º lugar entre 32 equipas, mas nesta época queremos fazer melhor – este é o espírito do Grupo Desportivo do Banco BPI, e por isso convocamos os associados e os filhos para se juntarem à equipa, porque juntos vamos com certeza mais longe.

Vamos estar presentes na Escola Dr. Azevedo Neves, na Damaia, para um treino de captação de talentos, e desafiámos todos os associados e filhos



que jogam basquetebol a estarem presentes. Quem sabe se fará parte da equipa do Grupo Desportivo?

Por Rafael Franco



**Realização:** 23 de Novembro

**Inscrição até:** 21 de Novembro

**Ponto de encontro:** Escola Dr. Azevedo Neves, na Damaia

**Hora:** 21.00h

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

**Inscrição inclui:** motivação e espírito de equipa

**Inscrição não inclui:** faltas de respeito e mau humor

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

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

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

## Início de época em grande actividade

Mais uma vez fica o desafio a todos os associados: se gostam de basquetebol, contactem o Grupo Desportivo e venham apoiar-nos, ou – quem sabe? – jogar na nossa equipa!

O mês de Setembro é, para a nossa equipa, sinónimo de regresso ao activo! Este ano foi um regresso em grande, com a participação em dois eventos, um deles internacional e com bastante visibilidade: o torneio Plaza 3x3 CaixaBank e a apresentação oficial das equipas do Maia Basket.

O Plaza 3x3 CaixaBank é um torneio de rua organizado pela Federação Espanhola e pelo CaixaBank, e que passou por 14 cidades do país vizinho. Esta etapa realizou-se em Santiago

de Compostela e contou com a participação de 500 jogadores e de 7500 espectadores.

Dentro do campo, registámos uma vitória e duas derrotas, tendo uma sido por apenas 2 pontos de diferença. O nível a que se joga em Espanha é bem superior ao nosso, pelo que consideramos a nossa participação bastante meritória.

No fim-de-semana seguinte participámos na festa de apresentação das equipas do Maia Basket, onde defron-



támos uma equipa que, tal como a nossa, participa na Liga Inatel. O jogo foi equilibrado até ao 4.º período, no qual o Maia Basket esteve melhor e acabou a vencer por 9 pontos de diferença.

No entanto, os grandes destaques vão em primeiro lugar para o espírito de camaradagem entre as equipas, e em segundo lugar para a integração de novos elementos que vêm reforçar o nosso plantel.

Por Manuel Correia



## Campeonato de Karting da Zona Norte

Concluída a primeira volta, iniciámos a segunda, que se prevê mais exigente para os pilotos, que provavelmente vão encontrar agora condições mais adversas.

O Campeonato de Karting da Zona Norte iniciou a segunda volta, e todos os pilotos estão a visitar de novo os kartódromos que já conhecem.

Como vamos entrar nas estações do ano com mais probabilidade de chuva, prevê-se que esta segunda volta seja mais exigente para os pilotos.

Na tabela classificativa ainda está tudo em aberto para os seis primeiros pilotos.

Devido a uma regra que foi introduzida para este ano e que consiste em que cada piloto deite fora a sua pior prova no campeonato, os pilotos estão agora mais empenhados em não faltar às provas e em melhorar os respectivos tempos/pontuações.

**A QUALIDADE E A EXPERIÊNCIA DOS PILOTOS ESTÃO EM CRESCENTE EVOLUÇÃO**

Ao longo do campeonato temos verificado que os tempos cronometrados, por prova, vão melhorando, o que mostra que a qualidade e a experiência dos pilotos estão em crescente evolução.

Aguarde pela próxima revista para conhecer o grande campeão.

Por José Caldas

## Karting – prova de resistência

Grupo Desportivo compete com os melhores, durante 3 horas, numa prova de resistência

O Grupo desportivo aceitou o desafio da equipa Ases pelos Ares e participou pela primeira vez numa prova de resistência, com equipas com créditos firmados neste tipo de provas.

A prova realizou-se no Kivi Kart, em Viana do Castelo, e estiveram presentes doze equipas nacionais e duas da zona da Galiza.

A prova teve a duração de três horas com os pilotos a realizar turnos de quinze minutos, numa pista composta por pisos diferentes devido a uma parte do circuito ser *indoor*.

A equipa do Grupo Desportivo era composta pelos seis melhores classifi-

cados do campeonato do ano anterior. Com o aproximar do início da prova eram notórios o nervosismo e a ansiedade dos nossos pilotos, e cedo se percebeu que a nossa equipa estava ali para ganhar experiência neste tipo de eventos e retirar ensinamentos para melhorar a competitividade do nosso campeonato interno.

As grandes diferenças notaram-se ao nível da troca de pilotos e da abordagem das curvas, mas, à medida que a prova se desenrolava, já foi possível melhorar os tempos por volta e as transições dos pilotos tornaram-se mais rápidas.



No final o balanço foi positivo, pois o importante foi o convívio entre pilotos, e o Grupo Desportivo proporcionou aos seus atletas uma manhã de Verão com bastante adrenalina.

Por José Caldas



## No Kartódromo de Fafe

A manhã convidava para a prática da modalidade, e os pilotos compareceram para mais um desafio.

Feito o sorteio dos *karts* e com o asfalto à temperatura ideal, os pilotos fizeram-se à pista, com a *pole position* a ser conquistada pelo campeão em título com o tempo de 58,973 segundos. Após a formação da grelha para a primeira manga a partida foi muito rápida, e logo na primeira curva os pilotos ten-

taram obter a melhor posição, sendo que quem teve esse mérito foi o Aníbal Gonçalves, e nem as tentativas de ultrapassagem de António Costa evitaram que cortasse a meta em primeiro lugar com seis segundos de vantagem. Com a inversão da grelha teve início a segunda manga, e a destreza de José

Oliveira permitiu-lhe realizar uma prova sempre a controlar os adversários. A disputa nos lugares do meio era grande para conquistar a melhor posição, o que levou António Sérgio a ficar fora da prova à passagem da sexta volta devido a uma manobra menos conseguida por parte de António Costa.

A manga foi ganha por José Oliveira, tendo o António Gonçalves feito o melhor tempo por volta quando ganhou a primeira manga.

Após a fotografia com os pilotos, o Grupo Desportivo tinha reservado uma pequena homenagem ao António Cardoso, que, mesmo em dia de aniversário, não deixou de acompanhar este evento.

Com um moscatel de Setúbal e umas clarinhas de Fão, foram cantados os parabéns ao anfitrião.

Por Manuel Pereira

## A época do mergulho

O Verão esteve excelente e proporcionou ao Grupo Desportivo duas saídas ao mar e o baptismo de sete associados.

Iniciámos a nossa época em Junho, com uma saída no mar de Sesimbra, onde baptizámos 4 associados, entre eles uma família, pai e dois filhos, que ficaram com um registo para todo o sempre, já que a nossa equipa de fotografia subaquática acompanha e regista o momento.

No entanto, não ficámos satisfeitos em face da época anterior, e como o Verão se mantinha quente e com temperaturas da água elevadas, arriscámos convocar os nossos associados para uma 2.ª saída.

Em Setembro realizámos então a 2.ª saída e contámos com o associado José Gonçalves, que quis repetir a ex-

periência de Junho, talvez um dos próximos mergulhadores deste grupo, com o António Amaro, cara bem conhecida no Grupo Desportivo, e ainda com o nosso associado Pedro Lopes, que impressionou todos os mergulhadores pela forma natural como mergulhou, ficando muito entusiasmado para fazer o curso.

Aos poucos, o grupo de mergulhadores tem vindo a aumentar. O que se formou com o apoio do Grupo Desportivo já conta com oito, e talvez na próxima época se possam juntar mais dois, acompanhados pelo grupo de associados que mergulham frequentemente nas nossas iniciativas.

Por Rafael Franco





## A época de pesca da Zona Norte está a acabar

Nos campeonatos internos o Mário Santos sagrou-se campeão de Mar, e o Victor Barreto é o campeão de Rio.

No Campeonato Interno de Mar, realizadas as sete provas, o Mário Santos foi novamente o vencedor, ficando o



Fernando Costa e o Luís Gomes em 2.º e 3.º lugares, respectivamente.

Já no Interno de Rio, também com sete provas, o campeão foi o Victor Barreto, seguido do David Oliveira e do Jaime Laranjeira.

Até agora já disputámos 27 provas, distribuídas pelos Internos de Mar, de Rio, de Alto-Mar e pelos Interbancários de Rio, de Mar, de Surfcasting e de Alto-Mar, nas quais participaram 29 atletas. Tudo somado são mais de 300 presenças entre Fevereiro e Outubro.

Nas finais nacionais do Interbancário de Mar e de Surfcasting, tivemos a presença do Jorge Couto e do Fernando Costa, e, apesar da modesta

classificação, ficaram ambos na primeira metade da tabela.

Realizámos o habitual Encontro Nacional dos Pescadores do Grupo Desportivo, que neste ano foi em Montemor-o-Velho, e marcámos presença no Sargo de Prata, prova organizada anualmente pelo Clube Millennium BCP.

Mais uma vez, a época de pesca decorreu em perfeita normalidade. Como costumamos dizer, correu tudo bem, ninguém se magoou e para o ano há mais.

Finalmente, lembramos todos os associados de que se podem inscrever e participar nos diversos campeonatos de pesca.

Por Jorge Couto

## Grupo Desportivo campeão nacional de pesca de rio

A barragem da Talagueira, em Castelo Branco, foi neste ano o palco da final nacional do campeonato interbancário de pesca desportiva de rio, e o Grupo Desportivo sagrou-se campeão nacional.

Estiveram presente quatro dezenas e meia de concorrentes, integrados em 14 equipas, em representação dos sindicatos do Norte, do Centro e do Sul. O Grupo Desportivo contava com o Brandão, o Custódio, o Mota e o Duarte, do Sul, e Rui Nunes, Rui Prata, José Rui e Farinha da Cunha, do Centro.

A barragem da Talagueira era um local desconhecido da grande maioria dos concorrentes, apresentando uma quantidade de peixe pouco habitual, além de exemplares de elevado peso, o que impôs sérias dificuldades à maioria dos pescadores, pouco habituados a estas condições.

Recolhemos toda a informação sobre o local e estivemos presente no treino organizado pelo SBSI, o que se revelou de grande utilidade no conhecimento do local e das condições de pesca.

Acertámos estratégias, e no dia da prova a confiança era elevada.

Apesar de todas as dificuldades, os resultados individuais foram muito bons,

tendo a equipa do Grupo Desportivo Sul conseguido que todos os seus pescadores se classificassem entre o 2.º e o 3.º lugares das respectivas zonas. Fruto destas prestações individuais, a equipa acabou por vencer, sagrando-se campeã nacional.

Por José Duarte





## Em *surfcasting* o Grupo Desportivo é vice-campeão nacional

Depois da conquista do campeonato nacional de rio, agora o vice-campeonato nacional de *surfcasting*. A pesca desportiva atravessa um bom momento.

No seguimento das excelentes prestações a que nos habituou nos últimos anos, a equipa do Grupo Desportivo constituída por Francisco Manata, Rui Nunes e Rui Prata voltou a brilhar na final nacional de *surfcasting*, vencendo individualmente duas das três zonas da prova e conseguindo com todo o mérito o título de vice-campeã nacional.

A prova disputou-se na praia de Porto Carretas, em Santo André, e contou com a participação de quarenta e quatro pescadores, oriundos de vários pontos do País.

Além da equipa do Centro, o Grupo Desportivo esteve representado por Joaquim Martins, Manuel Carvalho e Fernando Maymone, da zona Sul; da zona

Norte, Jorge Couto e Fernando Costa; da Madeira, José Andrade.

Infelizmente, mais uma vez a falta de peixe fez-se sentir, e apesar de todos os esforços, qualidade técnica e bom material apresentado pela grande maioria dos concorrentes, houve dezanove pescadores que chegaram ao fim sem sentir a alegria de um peixe capturado. Ainda assim, os peixes-agulha acabaram por dar uma ajuda, e, juntamente, com alguns pregados e alguns – poucos! – sargos constituíram a maioria das capturas. Um ou outro robalo, bala, ferreira e dourada foram a exceção e constituíram a alegria de quem os apanhou.

Por José Duarte



## Medalha de ouro no tiro aos pratos

Parabéns ao nosso campeão

O nosso atirador Joaquim Rosa Luís obteve uma sensacional e inesperada vitória na modalidade Compak Sporting, na Copa do Rei, realizada em Madrid.

A medalha de ouro que obteve em Espanha deve-a ao seu próprio talento e ao muito trabalho e esforço que tem dedicado a esta modalidade, porque só assim aparecem e se fazem os campeões.

Agora, num passado mais recen-

te, no Campeonato do Mundo realizado em Inglaterra, na cidade de Sheffield, também na modalidade Compak Sporting e entre mais de 350 participantes, o Grupo Desportivo do Banco BPI voltou a brilhar, junto da elite mundial, quando o Joaquim Luís, fulminando prato a prato, *doblo* a *doblo*, ficou a apenas um prato do pódio, alcançando um muito honroso 4.º lugar.

Por António Costa

# Calendário de Viagens 2017

Como habitualmente, o Grupo Desportivo seleccionou um conjunto de viagens em grupo e propõe aos associados um conjunto de destinos em Portugal e no estrangeiro. As condições gerais e o detalhe das viagens serão publicados na nossa próxima revista, de Fevereiro a Abril.

## ➤ ABRIL – O MELHOR DA GALIZA – de 1 a 4 de Abril – 4 dias



## ➤ MAIO – AÇORES, 2 ILHAS, TERCEIRA E S. MIGUEL – de 24 a 28 de Maio – 5 dias



## ➤ JUNHO – CORPUS CHRISTI EM TOLEDO – 4 dias



## ➤ JUNHO – CROÁCIA, ESLOVÉNIA, BÓSNIA E MONTENEGRO – de 10 a 17 de Junho – 8 dias



## ➤ JUNHO – ALEMANHA – FLORESTA NEGRA – 8 dias



## ➤ JULHO – SUBIDA DO DOURO – DO PORTO AO PINHÃO – 3 dias



## ➤ JULHO-AGOSTO – CONVÍVIO DE REFORMADOS: À DESCOBERTA DO ALENTEJO – de 29 de Julho a 4 de Agosto – 7 dias



## ➤ SETEMBRO – NOVA IORQUE – 5 dias



## ➤ OUTUBRO – ENCONTRO DE REFORMADOS EM SALAMANCA / ZAMORA / COREFES / VALHADOLID / TORDESILHAS – 4 dias



## ➤ OUTUBRO – CRUZEIRO – LISBOA/MÁLAGA/ CASABLANCA/BARCELONA/ LISBOA – 8 dias



## ➤ NOVEMBRO – COLÔMBIA – 14 dias



➤ Os associados que não queiram viajar em grupo e antes o queiram fazer sozinhos podem sempre optar por uma vasta oferta de viagens individuais no formato City Breaks. Por favor consulte a nossa oferta, que inclui:

### AMSTERDÃO



### BARCELONA



### BERLIM



### ISTAMBUL



### LONDRES



### PARIS



### PRAGA



### VENEZA



POR OUTRO LADO, SE PREFERIR UMA VIAGEM "POR MEDIDA" NÃO DEIXE DE CONSULTAR O GRUPO DESPORTIVO. SOMOS CAPAZES DE O SURPREENDER.

## Viagens City Breaks

A complementar a proposta de viagens para 2016 o Grupo Desportivo propõe também um conjunto de viagens *City Breaks*, que naturalmente pretendem ocupar um lugar junto dos associados. Estas viagens, logo que sejam marcadas e confirmadas pelo agente de viagens, não são passíveis de recuperação: são penalizadas em 100%.

Por Rui Simplício

### Escapada a Amesterdão

O encanto dos seus canais, a arquitectura original das suas casas e um charme irresistível fazem desta cidade 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:** 127,23 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, com saída de Lisboa ou Porto; 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 127,23 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)  
**Inscrição não inclui:** tudo o que não está referido no programa

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações  
**Recomendações:** os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo  
**A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:** TQ – Travel Quality, Agência de Viagens, Lda., com sede na Rua Luciano Cordeiro, n.º 123-2.º Esq., 1050-139 Lisboa, contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864.  
**Condições gerais da viagem:** disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=2609>

### Escapada a Barcelona

Diz a palavra de ordem do clube de futebol local que é *más que una ciudad*. Será pela sua riqueza arquitectónica, esplendor histórico ou beleza natural? Tudo isto e muito mais numa cidade de eleição que o deixará *encantado*.



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa ou Porto  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 330 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 114 euros (três noites)  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 82,89 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
Em classe U: 41 euros  
Em classe W: 78 euros  
Em classe V: 108 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa ou Porto; 3 noites de estada em quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço no Hotel Sagrada Família\*\*\*, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível, 82,89 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 com final em Dezembro  
**Recomendações:** os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo  
**A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:** TQ – Travel Quality, Agência de Viagens, Lda., com sede na Rua Luciano Cordeiro, n.º 123-2.º Esq., 1050-139 Lisboa, contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864.  
**Condições gerais da viagem:** disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=2609>

# Viagens City Breaks

## Escapada a Berlim

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



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 370 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 160 euros

**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 122,67 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**

Em classe U: 30 euros  
Em classe W: 59 euros  
Em classe V: 99 euros

**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço no hotel Best Western Euro Berlim\*\*\*; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 122,67 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)

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

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

**Recomendações:** os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão

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

**Para mais informação:**

contacte o Grupo Desportivo

**A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:** TQ – Travel Quality, Agência de Viagens, Lda., com sede na Rua Luciano Cordeiro, n.º 123-2.º Esq., 1050-139 Lisboa, contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864.

**Condições gerais da viagem:** disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=2609>

## 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 Mármara e no Bósforo. O Velho Continente precisa de uma cidade assim.



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa ou Porto

**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida

**Valor:** 527 euros

**Suplemento de quarto individual:** 160 euros

**Taxa de inscrição:** 36 euros

**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 133,39 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)

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

Em classe P: 99 euros

**Inscrição inclui:** Avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa ou Porto; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço, no hotel Barceló Saray\*\*\*; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens;

taxas de aeroporto, segurança e combustível 133,39 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)

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

**Recomendações:** os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de passaporte válido por seis meses.

**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

**A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:** TQ – Travel Quality, Agência de Viagens, Lda., com sede na Rua Luciano Cordeiro, n.º 123-2.º Esq., 1050-139 Lisboa, contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864.

**Condições gerais da viagem:** disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=2609>

# Viagens City Breaks

## Escapada a Londres

Londres, onde uma vez mais nunca é de mais.



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa ou Porto  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 390 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 160 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 133,67 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
 Em classe U: 34 euros  
 Em classe W: 178 euros  
 Em classe V: 258 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal em

classe E, com saída de Lisboa ou Porto; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço no hotel Royal National\*\*\*; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 133,67 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)  
**Inscrição não inclui:** tudo o que não está referido no programa  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações  
**Recomendações:** os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão

**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo  
**A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:** TQ – Travel Quality, Agência de Viagens, Lda., com sede na Rua Luciano Cordeiro, n.º 123-2.º Esq., 1050-139 Lisboa, contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864.  
**Condições gerais da viagem:** disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=2609>

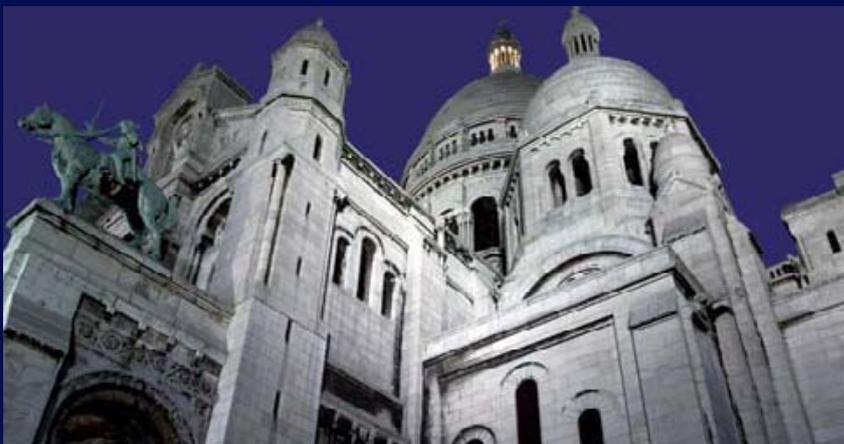
## Escapada a Paris

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

**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa/Porto  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 410 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 150 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 118,42 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):** em classe U: 35 euros; em classe W: 65 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa ou Porto; 3 noites de estada em quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço em hotel de \*\*\*, na zona da Ópera; IVA, taxas de turismo e serviço; Seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 118,42 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)  
**Inscrição não inclui:** tudo o que não está referido no programa

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações  
**Recomendações:** os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão  
**Ficha de inscrição:** disponível em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação:** contacte o Grupo Desportivo

**A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:** TQ – Travel Quality, Agência de Viagens, Lda., com sede na Rua Luciano Cordeiro, n.º 123-2.º Esq., 1050-139 Lisboa, contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864.  
**Condições gerais da viagem:** disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=2609>



# 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:** 360 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 114 euros (três noites)  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 127,23 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
 Em classe U: 38 euros  
 Em classe W: 87 euros  
 Em classe V: 157 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa ou Porto; 3 noites de estada em quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço no Hotel Atos\*\*\*, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível, 127,23 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)

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

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

**Recomendações:** não há voo directo TAP e os passageiros têm de se deslocar a Lisboa. Os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão

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

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

**A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:** TQ – Travel Quality, Agência de Viagens, Lda., com sede na Rua Luciano Cordeiro, n.º 123-2.º Esq., 1050-139 Lisboa, contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864.

**Condições gerais da viagem:** disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=2609>

## Escapada a Veneza

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



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa  
**Suplemento para saída do Porto:** 83 euros  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 500 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 213 euros (três noites de sexta-feira a domingo); 150 euros (três noites de segunda a quinta-feira)  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 118,42 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
 Em classe U: 48 euros  
 Em classe W: 88 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa; 3 noites

de estada em quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço no Hotel Al Sole\*\*\*, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 118,42 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)  
**Inscrição não inclui:** tudo o que não está referido no programa

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

**Recomendações:** não há voo directo TAP, e os passageiros têm de se deslocar a Lisboa; os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão

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

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

**A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:** TQ – Travel Quality, Agência de Viagens, Lda., com sede na Rua Luciano Cordeiro, n.º 123-2.º Esq., 1050-139 Lisboa, contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864.

**Condições gerais da viagem:** disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=2609>

# Apartamentos

## ➤ CABANAS DE TAVIRA, Pedras da Rainha

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



### Características:

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

### Condições:

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

### Inscrição

A taxa de inscrição é de 36 euros.

Nos períodos entre 2 de Abril e 24 de Setembro, o aluguer será feito somente à semana, com início ao sábado.

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

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

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

### Desistências e penalizações

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

### Períodos promocionais

De 2 de Abril a 28 de Maio e de 17 de Setembro a 8 de Outubro, alugue por 7 noites e pague só 6, em todos os apartamentos.

Apartamentos disponíveis de 20 de Março a 5 de Novembro

## TABELA DE PREÇOS DOS APARTAMENTOS – 2016

ÉPOCAS E PREÇOS					
BAIXA	PÁSCOA	MÉDIA/BAIXA	MÉDIA	MÉDIA/ALTA	ALTA
08/10 a 05/11	20/03 a 02/04	02/04 a 28/05 24/09 a 08/10	28/05 a 25/06 10/09 a 24/09	25/06 a 09/07 03/09 a 10/09	09/07 a 03/09
<b>20,00 euros</b>	<b>42,50 euros</b>	<b>42,50 euros</b>	<b>47,50 euros</b>	<b>70,00 euros</b>	<b>88,00 euros</b>

Apartamentos  
disponíveis  
de 1 de Janeiro  
a 31 de Dezembro

# 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.

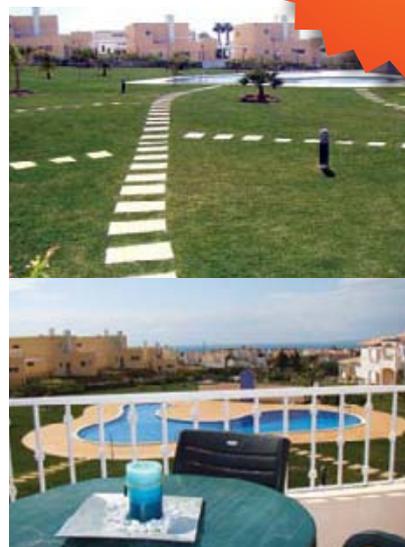
A recepção funciona no Parque da Corcovada entre as 9.00h e as 19.00h.



➤ **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.

Promoção especial:  
alugue por 7 noites  
e pague só 6

De 2 de Abril a 28 de Maio e de 17 de Setembro a 8 de Outubro  
em todos os apartamentos.

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



### ➤ MONTE DA BALAIÁ – Estrada da Branqueira

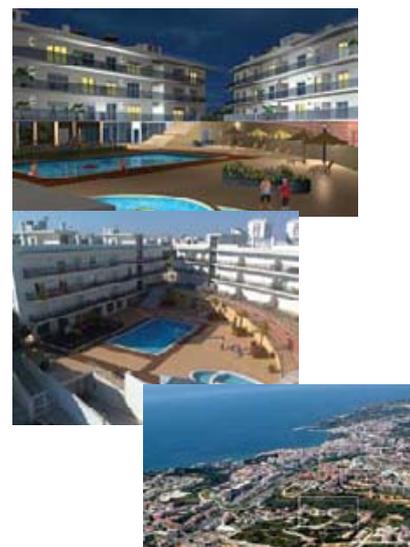
**Localização:** entre Albufeira e Olhos d'Água, a 1 quilómetro da praia dos Olhos d'Água, grandes áreas verdes, piscina e campo de Ténis. Restaurantes, bares e lojas a pouca distância.

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



### ➤ ENCOSTA DE S. JOSÉ

**Localização:** a 2 quilómetros das praias da Galé e dos Salgados, as melhores praias da zona, mesmo junto à rotunda de Vale da Parra. Piscina grande, *barbecue* comum do complexo, supermercado a 100 metros junto de vários bares e restaurantes. A recepção funciona no Parque da Corcovada entre as 9.00h e as 19.00h.



### ➤ SOLÁRIO DE S. JOSÉ

**Localização:** a 2 quilómetros das praias de Albufeira, na Rua Beato Vicente de Albufeira. Piscina grande, sauna, sala de *squash*, salão de jogos, supermercado a 100 metros, a 500 metros da rua dos bares, da conhecida *strip/oura*. 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 louça, 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 EM ALLOTMENT – 2016

### ÉPOCAS E PREÇOS

	BAIXA 01/01 a 20/03 e 08/10 a 17/12	PÁSCOA/NATAL 20/03 a 02/04 e 17/12 a 31/12	MÉDIA/BAIXA 02/04 a 28/05 e 24/09 a 08/10	MÉDIA 28/05 a 25/06 e 10/09 a 24/09	MÉDIA/ALTA 25/06 a 09/07 e 03/09 a 10/09	ALTA 09/07 a 03/09
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

#### Inscrição

A taxa de inscrição é de 36 euros.

Nos períodos entre 2 de Abril e 24 de Setembro, o aluguer será feito somente à semana, com início ao sábado.

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

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

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

#### Desistências e penalizações

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

#### Períodos promocionais

De 2 de Abril a 28 de Maio e de 17 de Setembro a 8 de Outubro, alugue por 7 noites e pague só 6, em todos os apartamentos.

# Turismo rural

## 39

### FÉRIAS E VIAGENS

Turismo rural

associativo 49  
Novembro-Janeiro 2017

#### ➤ ALMEIRIM

Casa de Besteiros



**Telefones:** 243 595 474/91 752 60 10  
**Localização:** Quinta da Variorum, Estrada do Arneiro da Volta.  
**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 10% em relação à tarifa disponível.

#### ➤ AVIDAGOS - MIRANDELA

Quinta dos Avidagos



**Telefones:** 96 276 04 03/96 605 43 33,  
**Localização:** Carvalho, Avidagos, coordenadas GPS: 41°23'16.4"N/ 7°16'37.5"W  
**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 20% em relação à melhor tarifa disponível.

#### ➤ BEJA - ALVITO

Horta da Vila

**Telefone:** 91 762 89 34  
**Localização:** Horta da Vila - 7920-201 Alvito. A Horta da Vila é uma propriedade recuperada, a 5 minutos a pé da vila.  
**Condições:** a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 20% no alojamento e 5% nas refeições.



#### ➤ CABECEIRAS DE BASTO

Casa de Lamas



#### ➤ CALDAS DA FELGUEIRA - NELAS

Casas do Pátio

**Telefone:** 96 654 03 30 / 96 848 79 75  
**Localização:** aldeia termal de Caldas da Felgueira, no concelho de Nelas  
**Condições:** a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 15% em estada e 10% noutros produtos comercializados pela empresa Casas do Pátio, Lda.

**Telefone:** 253 662 202 / 91 663 54 66  
**Localização:** edifício do século XVII, inserido no turismo em espaço rural, localizado em Alvite, Cabeceiras de Basto.  
**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



#### ➤ CASTELO DE VIDE

Casa Amarela

**Telefone:** 245 901 250  
**Localização:** situada na bonita cidade de Castelo de Vide, na Praça D. Pedro V.  
**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de, entre 10% a 20% sobre o preço de balcão.



#### ➤ CASTRO VERDE - PIÇARRAS

Monte da Ameixa Country House



**Telefone:** 286 010 016  
**Localização:** Monte da Ameixa, Piçarras, 7780-258 Castro Verde. Situado a 6 km da autoestrada e a 9 km de Castro Verde, o Monte da Ameixa localiza-se a 800 m da localidade de Piçarras, com uma paisagem deslumbrante sobre as planícies alentejanas.  
**Condições:** a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 10% no alojamento e 50% na cama extra.

#### ➤ ESPOSENDE

Quinta da Seara

**Telefone:** 253 961 284 / 96 869 08 39  
**Localização:** Esposende  
**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 30% sobre o preço de balcão.



#### Hospedaria do Convento

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

#### ➤ FIGUEIRA DE CASTELO RODRIGO





# 40

## FÉRIAS E VIAGENS

Turismo rural

associativo 49  
Novembro-Janeiro 2017

### ➤ FOLHADA MARCO DE CANAVESES

Casa da Quintã

**Telefone:** 255 423 873

**Localização:** a cerca de 8 km de Amarante – placa giratória a proporcionar a descoberta das Terras de Basto, do Minho e de Trás-os-Montes, com as quais faz fronteira – e a 10 km de Marco de Canaveses, proporcionando também a descoberta do Douro dada a proximidade da Régua (30 km), centro económico daquela região.

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



### ➤ LOUSÃ

Quintal de Além do Ribeiro

**Telefone:** 239 996 480

**Localização:** situado a 25 km de Coimbra e a 2 km da Lousã. Inserido numa típica aldeia beirã que proporciona o contacto e a comunhão com a natureza. Perto do rio Ceira.

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

### ➤ MEDELO – FAFE

Casal da Batoca

**Telefone:** 91 663 54 66

**Localização:** situada em Entre Douro e Minho, em Medelo, na linda região de Fafe, inserida no turismo em espaço rural.

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



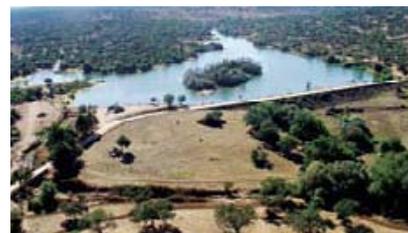
### ➤ MONTEMOR-O-NOVO

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

### ➤ PENICHE – SERRA D'EL REI

Quinta do Juncal

**Telefone:** 262 003 100 / 92 501 70 74

**Localização:** Peniche – Serra D'el Rei 2510-192 Óbidos

**Condições:** a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 10% sobre as tarifas de balcão.



### ➤ PONTE DE LIMA

Casa de Chandezil

**Telefone:** 91 839 16 48

**Localização:** a Casa de Chandezil está situada a cerca de 3km de Ponte de Lima, em Santa Comba.

**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 10% sobre o preço de balcão.



### ➤ SANTIAGO DO CACÉM

Monte Xisto Hotel Rural\*\*\*\*

**Telefone:** 269 900 040 / 92 758 64 84

**Localização:** situada a cerca de 120 km de Lisboa, em vale das Éguas e a 10 minutos de 20 maravilhosas praias

**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 15% sobre o preço de balcão.



### ➤ SANTA VITÓRIA – ALENTEJO

Agro-Turismo do Roxo



**Telefones:** 284 070 282/91 627 89 89

**Localização:** Herdade Corte Ripais, 7800-732 Santa Vitória

**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 20% sobre o preço de referência (*booking*).



# 41

## FÉRIAS E VIAGENS

Turismo rural

associativo 49

Novembro-Janeiro 2017

### SEIA – CARRAGOZELA

Refúgio de Corisco

**Telefone:** 91 997 27 17

**Localização:** Rua do Corisco, n.º 6 Carragozela, 6270-031 Carragozela.  
**Coordenadas:** Latitude: 40°24'38.85"N  
Longitude: 7°45'48.78"W

**Condições:** a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 20% sobre a tabela em geral.

### SERTÃ – ERMIDA

Casa do Tio Tenente

**Telefone:** 274 685 106 / 91 628 45 13

**Localização:** próxima da serra de Picoto Rainho, a 5 min da praia fluvial O Malhadal

**Condições:** os associados do Grupo Desportivo dispõem do preço especial de 50 euros por *suíte*.



### SINTRA

Quinta dos Junqueiros

**Telefone:** 21 928 02 56

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

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



### VALE DE CAMBRA – RÔGE

Traços de Outrora

**Telefone:** 91 879 56 74 / 91 490 72 48

**Localização:** aldeia do Trebilhadouro 3730-704 Rôge – Vale de Cambra

**Condições:** a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 15% no alojamento.



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

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

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

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

### VEIRA DO MINHO

Quinta de S. Simão



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



Consulte as nossas  
parcerias em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt).  
Temos mais de 800 parceiros.

NOVOS PARCEIROS:

### ARTE E CULTURA



**LIVRARIA TIGRE DE PAPEL**  
Lisboa  
Tel.: 21 354 04 70

### ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS



**CENTRO DE ESTUDOS E JARDIM DE INFÂNCIA BESTKIDS**  
Porto Salvo – Oeiras  
Tel.: 21 194 00 87  
91 894 34 18



**MATEMATIK**  
Lisboa  
Tel.: 96 169 68 79



**NHK - FORMAÇÃO E NOVAS TECNOLOGIAS**  
Lisboa  
Tel.: 21 330 18 88

### AUTOMÓVEIS/ MOTOS



**CAIS MOTOR**  
Alcabideche  
Tel.: 21 461 18 55



**LISMOTOR**  
Benfica  
Tel.: 21 800 01 33



**LOMBAS & CURVAS**  
Lisboa  
Tel.: 21 714 76 48

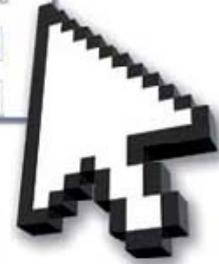
### DESPORTO



**BOUNCE PORTUGAL**  
Carnaxide  
Tel.: 21 269 84 00



**GO FISHING PORTUGAL, LDA.**  
Pragal – Almada  
Tel.: 21 274 22 92



### HEALTH CLUB



**FITNESS HUT - ALMIRANTE REIS**  
Lisboa  
Tel.: 91 37 69 568



**I AM FIT**  
Lisboa  
Tel.: 21 896 20 03

### SAÚDE E BEM-ESTAR



**BRIGHT DENTAL CLINIC LISBOA**  
Lisboa  
(Marquês de Pombal)  
Tel.: 21 588 15 06



**CLÍNICA MÉDICA CAPITALIS**  
Lisboa – Lisboa  
Tel.: 96 686 43 70



**GABINETE DE ESTÉTICA ANA BARANDELA**  
Maia  
Tel.: 91 093 63 88



**INSTITUTO PROF. TERESA BRANCO**  
Oeiras (sede) | Lisboa  
Tel.: 21 093 84 13



**O OCULISTA DO BAIRRO**  
Lisboa – Buraca  
Tel.: 21 968 15 86



**STETIK4ALL**  
Laranjeiro – Almada  
Tel.: 21 015 15 45

**Telefones:** 21 723 42 89  
ou 21 723 42 97  
ou 92 578 47 18  
**Fax:** 21 723 43 28

No horário habitual  
das 9.00h às 17.00h,  
de Segunda  
a Sexta-feira

**Novos  
Telefones  
e Fax  
do Grupo  
Desportivo em  
Lisboa**

**associativo 49**  
Novembro-Janeiro 2017

#### DIRECÇÃO REGIONAL SUL

Rua Almirante Barroso, 32-RC  
1000-013 Lisboa  
**Tel.:** 21 723 42 89 / 21 723 42 97 /  
/ 92 578 47 18  
**Ext.:** 8002048/8002049  
**Fax:** 21 723 43 28  
**Horário:** 9.00h-17.00h  
De segunda a sexta  
**E-mail:** sul@gdbpi.pt  
grupodesportivosul@bancobpi.pt  
**Cod. CI** – 1077

#### DIRECÇÃO REGIONAL NORTE

Rua de Sá da Bandeira, 70-3.º  
4000-427 Porto  
Apartado 5414  
4023-001 Porto  
**Tel.:** 22 207 53 00 / 91 320 99 95  
**Ext.:** 8008200  
**Fax:** 22 205 22 10  
**Horário:** 8.30h-12.00h e 13.00h-17.30h  
De segunda a sexta  
**E-mail:** norte@gdbpi.pt  
grupodesportivonorte@bancobpi.pt  
**Cod. CI** – 2039

#### SITE

www.gdbpi.pt  
(disponível na Intranet)  
**E-mail:** gestor@gdbpi.pt

#### BAR

Rua de Sá da Bandeira, 70-1.º  
11.00h-19.00h

#### CURSOS DE FORMAÇÃO ARTÍSTICA

Rua Almirante Barroso, 32-6.º  
(perto do Largo de D. Estefânia)  
Rua de Sá da Bandeira, 70-4.º

#### SALA POLIVALENTE

Rua Almirante Barroso, 32-RC  
09.00h-19.00h

Rua de Sá da Bandeira, 70-2.º

10.00h-19.00h

#### Ensaios do Coro

À quinta-feira a partir das 16.00h

#### Ensaios do Orfeão

À terça-feira às 18.00h

#### ATLETISMO

**Miguel Chaves** – tel.: 21 318 10 45  
miguel.nuno.chaves@bancobpi.pt  
**Ana Fórneas** – tel.: 93 943 59 15  
ana.paula.forneas@bancobpi.pt  
**António Sanches** – tel.: 93 406 41 39  
antonio.manuel.sanches@bancobpi.pt  
**Ana Pires** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt  
**Duarte Cardoso** – tel.: 91 320 69 33  
norte@gdbpi.pt

#### BASQUETEBOL

**Rafael Franco** – tel.: 21 311 10 65  
rafael.sousa.franco@bancobpi.pt  
**Francisco Barata** – tel.: 93 640 64 16  
fa2barata@gmail.com  
**Fernando Barrias** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt  
**Manuel Correia** – tel.: 22 607 21 94  
manuel.augusto.correia@bancobpi.pt

#### BIBLIOTECA

**João Lopes** – tel.: 21 318 10 94  
joao.pedro.lopes@bancobpi.pt  
**João Gouveia** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

#### BOWLING

**Rui Duque** – tel.: 21 310 44 93  
rui.carlos.duque@bancobpi.pt  
**Jorge Teixeira** – tel.: 21 350 66 63  
jorge.manuel.teixeira@bancobpi.pt  
**Duarte Cardoso** – tel.: 91 320 69 33  
norte@gdbpi.pt  
**José Caldas** – tel.: 22 608 85 44  
jose.manuel.caldas@pt.ibm.com

#### CAMINHADAS

**Fátima Pereira** – tel.: 21 311 11 63  
fatima.silva.pereira@bancobpi.pt  
**Carlos Oliveira** – tel.: 21 322 67 56  
carlos.manuel.oliveira@gdbpi.pt  
**José Almeida** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

#### CAMPISMO

**Jorge Almeida** – tel.: 21 723 42 83  
grupodesportivosul@bancobpi.pt

#### CAMPOS DE FÉRIAS

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

#### CICLOTURISMO/BTT

**Rafael Franco** – tel.: 21 311 10 65  
rafael.sousa.franco@bancobpi.pt  
**Rui Sousa** – tel.: 21 310 44 83

#### CONFERÊNCIAS

**Virgílio Guimarães** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

#### CORO/ORFEÃO

**Jorge Almeida** – tel.: 21 723 42 83  
jorge.henriques.almeida@bancobpi.pt  
**Virgílio Guimarães** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt  
**Ensaio:** quinta-feira às 16.00h, em  
Lisboa, terça-feira às 18.00h, no Porto

#### CURSOS DE FORMAÇÃO

**Sandra Nascimento**  
sandra.reis.nascimento@bancobpi.pt  
**Pilar Batoréu** – tel.: 91 710 94 71  
pilarbatorreu@gmail.com  
**José Almeida** – tel.: 22 207 53 00  
jose.reis.almeida@gmail.com  
**Victor Camisã** – tel.: 22 207 51 51  
victor.camisao@gmail.com

#### DANÇAS DE SALÃO

**Fátima Pereira** – tel.: 21 311 11 63  
fatima.silva.pereira@bancobpi.pt  
**Sara Freitas** – tel.: 22 607 22 41  
sara.maria.freitas@bancobpi.pt

#### DEFESA PESSOAL

**Miguel Chaves** – tel.: 21 318 10 45  
miguel.nuno.chaves@bancobpi.pt  
**Ana Fortes** – tel.: 21 350 54 58  
ana.cristina.fortes@bancobpi.pt  
**Victor Camisã** – tel.: 22 207 51 51  
victor.camisao@gmail.com

#### ESPECTÁCULOS

**Pedro Ribeiro** – tel.: 21 318 13 46  
pedro.miguel.ribeiro@bancobpi.pt  
**Pilar Batoréu** – tel.: 91 710 94 71  
pilarbatorreu@gmail.com

#### ESQUI E SNOWBOARD

**Pedro Ferreira** – tel.: 21 321 37 08  
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt

#### EXPOSIÇÕES

**Sandra Nascimento**  
sandra.reis.nascimento@bancobpi.pt  
**Virgílio Guimarães** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt  
**Fernando Ferreira** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

#### FOTOGRAFIA

**Pedro Ferreira** – tel.: 21 321 37 08  
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt

#### FUTEBOL

**João Lopes** – tel.: 21 318 10 94  
joao.pedro.lopes@bancobpi.pt  
**António Amaro** – tel.: 21 318 14 78  
antonio.manuel.amaro@bancobpi.pt  
**Duarte Cardoso** – tel.: 91 320 69 33  
norte@gdbpi.pt  
**Fernando Barrias** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt  
**Jorge Sousa** – tel.: 22 207 52 78  
jorge.fernando.sousa@bancobpi.pt

#### GOLFE

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

#### HIPISMO

**Luísa Faria** – tel.: 21 310 12 12  
lfs@bancobpi.pt

#### JOGOS DE SALÃO

**Pedro Ribeiro** – tel.: 21 318 13 46  
pedro.miguel.ribeiro@bancobpi.pt  
**Raul Soares** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt  
**Fernando Ferreira** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

#### KARTING

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

#### MERGULHO

**Rafael Franco** – tel.: 21 311 10 65  
rafael.sousa.franco@bancobpi.pt  
**Carla Siopa** – tel.: 21 311 86 72  
carla.alexandra.siopa@bancobpi.pt

#### MOTOTURISMO

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

#### NATAÇÃO

**Fátima Pereira** – tel.: 21 311 11 63  
fatima.silva.pereira@bancobpi.pt

#### PADEL E SQUASH

**Rafael Franco** – tel.: 21 311 10 65  
rafael.sousa.franco@bancobpi.pt  
**Rita Santos** – tel.: 21 321 34 81  
rita.mata.santos@bancobpi.pt  
**José Fernandes** – tel.: 91 498 76 70

#### PÁRA-QUEDISMO/PARAPENTE

**Pedro Ferreira** – tel.: 21 321 37 08  
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt

#### PARCERIAS

**Sandra Marques** – tel.: 21 310 10 91  
sandra.cabrira.marques@bancobpi.pt  
**Oswaldo Silva** – tel.: 21 723 42 70  
sul@gdbpi.pt  
**João Sampaio** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt  
**Ana Pires** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

#### PEDI-PAPER

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

#### PESCA

**Joaquim Rubira** – tel.: 91 949 36 59  
joaquim.rubira@gmail.com  
**David Franco** – tel.: 21 318 13 85  
david.jose.franco@bancobpi.pt  
**Silva Duarte** – tel.: 21 316 58 00  
jose.antonio.duarte@bancobpi.pt  
**José Caldas** – tel.: 22 608 85 44  
jose.manuel.caldas@pt.ibm.com  
**Fernando Costa** – tel.: 22 986 50 60  
**Jorge Couto** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

#### RAFTING E CANOAGEM

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

#### RALLY-PAPER

**Rui Duque** – tel.: 21 310 44 93  
rui.carlos.duque@bancobpi.pt  
**João Lopes** – tel.: 21 318 10 94  
joao.pedro.lopes@bancobpi.pt  
**Amílcar Ferreira** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt  
**Victor Camisã** – tel.: 22 207 51 51  
victor.camisao@gmail.com  
**Jorge Sousa** – tel.: 22 207 52 78  
jorge.fernando.sousa@bancobpi.pt  
**Fernando Barrias** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

#### REMO

**Sandra Marques** – tel.: 21 310 10 91  
sandra.cabrira.marques@bancobpi.pt

#### SURF

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

#### TÊNIS

**Rafael Franco** – tel.: 21 311 10 65  
rafael.sousa.franco@bancobpi.pt  
**Luís Remédio** – tel.: 96 554 40 86  
luis.filipe.remedio@bancobpi.pt  
**José Caldas** – tel.: 22 608 85 44  
jose.manuel.caldas@pt.ibm.com

#### TÊNIS DE MESA

**Pedro Ferreira** – tel.: 21 321 37 08  
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt  
**Carlos Galvão** – tel.: 91 674 53 73  
**Raul Soares** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt  
**Francisco Ribeiro** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

#### TIRO AOS PRATOS

**Joaquim Rubira** – tel.: 91 949 36 59  
joaquim.rubira@gmail.com  
**António Costa** – tel.: 93 677 97 31  
antonio.jose.costa2@bancobpi.pt

#### TIRO DE PRECISÃO

**Joaquim Rubira** – tel.: 91 949 36 59  
joaquim.rubira@gmail.com  
**José Andrade** – tel.: 96 298 23 87  
jose.pedro.andrade@bancobpi.pt

#### TODO-O-TERRENO

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

#### VELA

**Sandra Marques** – tel.: 21 310 10 91  
sandra.cabrira.marques@bancobpi.pt  
**João Correia** – tel.: 93 743 58 16  
joao.luis.correia@bancobpi.pt

#### VINHOS E SABORES

**Pedro Ferreira** – tel.: 21 321 37 08  
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt

#### VISITAS GUIADAS E LIVRES

**Teresa Mónica** – tel.: 21 723 42 91  
teresa.monica.silva@bancobpi.pt  
**Elsa Verdial** – tel.: 91 824 84 66  
grupodesportivosul@bancobpi.pt  
**Amílcar Ferreira** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt  
**António Costa** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

#### XADREZ

**Pedro Ribeiro** – tel.: 21 318 13 46  
pedro.miguel.ribeiro@bancobpi.pt  
**Armando Arranja** – tel.: 21 318 10 42  
armando.jorge.arranja@bancobpi.pt  
**José Caldas** – tel.: 22 608 85 44  
jose.manuel.caldas@pt.ibm.com  
**Francisco Ribeiro** – tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt



REIS ALMEIDA

## Há dezasseis anos na Direcção do Grupo Desportivo

Muita coisa mudou ao longo destes tempos. Penso que com a contribuição de todos temos conseguido inovar e melhorar. Não tem sido fácil. O Grupo Desportivo é para todos, de norte a sul do País.

O primeiro contacto que tive com o Grupo Desportivo deveu-se ao ZX Spectrum. Por muito tempo colaborei na secção da microinformática, na gestão e troca de programas.

Mais tarde fui convidado para ingressar nos quadros da Direcção, o que aceitei. Dentro das funções que me foram atribuídas, colaborei desde a elaboração de propostas de actividades para os associados até à manutenção dos computadores e seus programas, colaborei com a equipa que seleccionava os brinquedos para a Festa de Natal do Banco BPI e na sua distribuição.

Continuo a fazer parte da equipa na logística do circo no Coliseu do Porto e aproveito para lembrar a todos os colaboradores do Banco BPI – associados ou não do Grupo Desportivo – de que devem solicitar os bilhetes para o circo atempadamente, dentro dos prazos que indicamos e em número estritamente necessário ao agregado familiar.

Mas uma das funções foi determinante, as caminhadas, pelo envolvimento na organização deste tipo de propostas e também de satisfação pela verificação da extraordinária adesão dos associados.

A primeira caminhada realizada pelo Grupo Desportivo foi a da Geira Romana, no Gerês. Depois dessa, muitas outras mais se fizeram, movimen-

tando muitas dezenas de associados. A título de informação, só neste ano até ao mês de Setembro registámos a adesão de 264 associados.

Mas chega de falar de mim e vamos falar do Grupo Desportivo. Lendo a nossa revista podem encontrar muitas actividades a realizar e já realizadas – desportivas, culturais e recreativas. Para o próximo trimestre chamo a vossa atenção para os seguintes tradicionais eventos: o jantar de Natal, a passagem de ano e o Carnaval.

Como de costume a realização da Festa de Natal do Banco BPI está a cargo do Grupo Desportivo. O Circo de Natal vai ter lugar no dia 17 de Dezembro, nos locais do costume, no Porto e em Lisboa.

Espero que gostem das prendas que escolhemos. Actualmente são as empresas a quem compramos os brinquedos que os enviam para os diversos órgãos do BPI, excepto Serviços Centrais. Ainda me lembro do tempo em que tratávamos dos respectivos embrulhos e envio para os cerca de 700 balcões do Banco. Era cá uma trabalhadeira...!

A oferta do Grupo Desportivo é vasta e diversificada. Aparece, colabora e participa.

Aproveito esta oportunidade de contacto para desejar a todos os associados um Bom Natal e um Próspero Ano Novo.



Como sabemos que nem sempre é fácil deslocar-se à farmácia, a Farmácia Internacional leva até si todos os medicamentos e produtos de saúde que necessita.

De segunda a sexta-feira, um colaborador da farmácia entrega o seu pedido num prazo máximo de 12 horas, com a mesma qualidade, profissionalismo e simpatia de sempre.

Entregas gratuitas na região de Lisboa.

Faça o seu pedido por telefone, fax, email, ou através do nosso site [www.farmacaiinternacional.pt](http://www.farmacaiinternacional.pt)

#### DIREÇÃO TÉCNICA

Dra. Eunice Maria Marques da Cruz

Consulte as condições que oferecemos aos sócios do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)



FARMÁCIA INTERNACIONAL  
Rua do Ouro, n.º 228-230  
1100-065 Lisboa

T 213 241 369  
F 213 241 369

[farminternacional@yahoo.com](mailto:farminternacional@yahoo.com)

#### HORÁRIO

De 2ª a 6ª, das 8:30 às 20:00  
Sábados e Domingos das 10:00 às 19:00

[www.farmacaiinternacional.pt](http://www.farmacaiinternacional.pt)

# O nosso parceiro para todas as soluções imobiliárias

Procure a consultora Vanessa Espada e saiba como receber prémios que poderão ir até aos **3.000** euros.

Não tome decisões de comprar, vender ou arrendar, sem nos consultar.

[www.facebook.com/convictus](http://www.facebook.com/convictus)

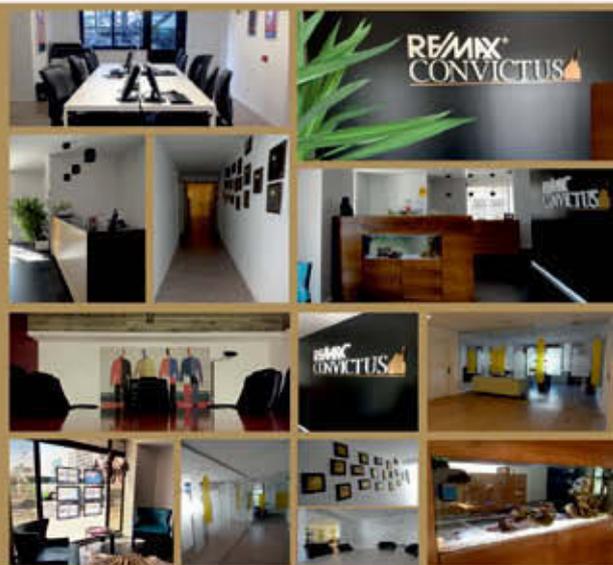


**VANESSA ESPADA**

Tlm.: 927 246 077

Email: [vcespada@remax.pt](mailto:vcespada@remax.pt)

«Uma casa é feita de  
sonhos e amor»



**RE/MAX  
CONVICTUS**  
LISBOA | CASCAIS GROUP

Cada agência é de gestão e propriedade independentes. AMI 4719

Muitos Sócios do Grupo Desportivo já  
ganharam dinheiro. **SEJA O PRÓXIMO!**



GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL  
DOS EMPREGADOS DO BANCO BPI

