

# associativo

REVISTA DO GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL DOS EMPREGADOS DO BANCO BPI

 **BPI**  
GRUPO DESPORTIVO

[ n.º 50 | Fevereiro  
Abril  
2017 | Trimestral | Distribuição  
Gratuita | [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt) ]

---

**14**

*Rally-Paper*  
por terras  
do Alvão

---

---

**43**

Circuito  
Floresta Negra

---

**22**

Calendário  
nacional  
das caminhadas

---

---

**28**

Calendário  
nacional  
de atletismo

---



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>.

[ editorial ]

## O Associativo 50

O *Associativo* não foi sempre assim, e nesta nova versão, até podia chamar-lhe *lifting*, ficava-lhe bem, demos preferência ao branco e a uma nova apresentação que queremos seja do vosso agrado.



**OSVALDO SILVA**  
[DIRECTOR]

> Há alguns anos o Grupo Desportivo sonhou e pôs de pé um projecto de criação de um canal de comunicação que levasse a casa de todos os Associados a informação relevante. Há mais ou menos doze anos, sete meses e uns dias por altura do quarto aniversário do Grupo Desportivo em Julho de 2004 foi apresentado no Salão Preto e Prata do Casino do Estoril o número 0 (zero) da revista *Associativo*.

Passados estes anos todos, o *Associativo* tem sido editado regularmente a cada três meses, levando a casa de cada sócio as nossas propostas de actividade e os ecos dessas iniciativas, a quantidade e a qualidade dos nossos parceiros comerciais, as viagens no país e no estrangeiro – em grupo ou não –, os apartamentos para férias, o preço das entradas no Jardim Zoológico de Lisboa, o fim do ano ou o encontro dos reformados, e podíamos continuar.

Hoje a nossa informação, que sabemos ser muito bem recebida em vossas casas, está disponível na revista número 50, que é um número redondinho, a meia centena, chamar-lhe assim coloca-a num patamar diferente, meia centena tem claramente mais força e consola-nos saber que já são muitas e que são o fruto de muito trabalho, querer, perseverança e determinação da nossa parte, quando retiramos espaço e o tempo à nossa vida privada, para continuar a manter este suporte de informação, o único que chega a todo o lado.

O *Associativo* não foi sempre assim, ao longo dos tempos temos vindo a introduzir alterações que o atualizem, que melhorem a sua leitura, que a fa-

çam mais atractiva, sempre sem perdermos de vista as cores, a letra e a qualidade da nossa informação, atentos à marca que partilhamos com o Banco BPI. Nesta nova versão, até podia chamar-lhe *lifting*, ficava-lhe bem, demos preferência ao branco e a uma nova apresentação que queremos seja do vosso agrado, já que é para os sócios que trabalhamos afincadamente todos os dias de cada ano.

Esperamos sinceramente que gostem desta nova atitude da revista *Associativo*.

Mas o Grupo Desportivo não é só a revista *Associativo*, que, sendo um excelente veículo da informação, depende e muito da nossa página na Net, que a complementa bem em todos os casos, atentas as evidentes restrições de espaço no papel. Também a nossa página tem sido melhorada e tem ganho novas valências que a tornam mais funcional, amigável e atractiva. Experimente visitar a galeria e revisitar velhos amigos e conhecidos, ou reverse a si próprio.

Temos vindo a fazer, e continuamos – dado que se trata de uma tarefa nunca concluída e sempre em permanente evolução e actualização –, a informatização da nossa base de dados e a criar condições para que, cada vez mais, os nossos sócios possam, através da sua área pessoal, resolver de forma simples, rápida e eficaz, sem fila, sem demora e sem deslocações o seu relacionamento com o Grupo Desportivo.

Obviamente esta evolução positiva prejudica de alguma forma a componente afectiva da ligação ao Grupo Desportivo, o que só depende da von-

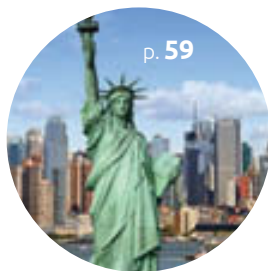
tade do sócio, porque sempre estamos prontos para o seu atendimento por todos os meios disponíveis. Não podemos, no entanto, deixar de equacionar a questão económica e do peso dos custos no nosso funcionamento administrativo, e dessa forma ir tomando algumas decisões, de que vos vamos dando conhecimento e que aliviem a nossa estrutura financeira, permitindo a sua aplicação naquilo que mais importa e que são as iniciativas que propomos aos Associados.

Contudo, nada nestas decisões contraria a vontade do Sócio – afinal, sem sócios não haveria Grupo Desportivo, pelo que naturalmente o Grupo está e estará sempre atento a toda e qualquer necessidade manifestada por qualquer associado. Se o sócio quer o seu extracto em papel, pois bem, enviá-lo-emos, mas se quer ajuda para tratar de qualquer assunto, mas não pode ou não quer fazê-lo na sua área pessoal, pois bem, ajudá-lo-emos. No Grupo Desportivo privilegiamos o interesse e o bem-estar dos sócios, com bom senso.

Tem estado mais frio do que o normal para o nosso clima temperado, o senhor Trump já governa os EUA, a economia nacional e mundial enfrenta grandes desafios e naturalmente também o Grupo Desportivo terá alguns desafios pela frente neste ano de 2017.

Aos sócios aproveito uma vez mais, agora com este contacto, para desejar um excelente ano de 2017 e que ganhem todos os vossos desafios.

Boas Férias, de preferência nos apartamentos que o Grupo Desportivo tem à vossa disposição.



## ÍNDICE

### EDITORIAL 03

### CALENDRÁRIO 05

### VIDA ASSOCIATIVA 06

- 06 Assembleia Geral Ordinária
- 07 Orçamento e Plano de Actividades para 2017
- 07 Web Summit... claro que sim.
- 08 Os meninos e as meninas foram ao circo
- 08 É porque tu ofereces rigor, empenho e qualidade.
- 09 ABC – Associação António de Bacelar Carrelhas
- 10 Jantar de Natal no Casino
- 10 Jantar de Natal S10 Algarve
- 11 S. Martinho em Arcos de Valdevez
- 11 S. Martinho na zona salaia
- 12 Fim do ano nas Termas do Bicanho
- 12 Sintam-se todos abraçados
- 13 Exposição de bordados
- 13 2017, ano de perigos e desafios
- 14 *Rally-Paper* por terras do Alvão
- 15 Passeio à Quinta da Aveleda
- 16 Vinhos medalhados. Segredos bem guardados
- 18 Por trilhos dos Templários

### CULTURA 19

- 19 Crepes d'Itália
- 20 Exposição dos trabalhos artísticos
- 20 Orfeão Portuscale
- 21 Escola Utopia Arte & Ideias
- 21 Leitura de partituras
- 22 Calendário nacional das caminhadas
- 23 Trilho dos Cogumelos
- 23 Trilho das Levadas
- 24 Educar para a felicidade
- 24 Pequenas mudanças em casa, grandes resultados na sua vida
- 25 Casa Verdades de Faria
- 25 Workshop Indian Head Massage
- 26 Coimbra
- 26 Base Naval do Alfeite
- 27 Em Cartaz



### DESPORTO 28

- 28 Calendário nacional de atletismo
- 30 59.ª Volta a Paranhos
- 30 13.ª Maratona do Porto
- 31 Meia-Maratona dos Descobrimentos
- 31 23.ª S. Silvestre do Porto
- 32 Campeonato Distrital de Basquetebol do Inatel Lisboa
- 32 Um trimestre de invencibilidade
- 33 *Bowling* de alto nível
- 33 Passeio mistério em família
- 34 Campeonato Europeu de Fotografia Subaquática
- 34 Torneio Interno de Jogos de Salão
- 35 Torneio de Poker – Texas Hold'em
- 35 Maratona de Jogos de Salão
- 36 Final do XIV Torneio Interno de Futsal
- 36 Torneio Patrício no Porto
- 37 Bicampeão no Kartódromo de Fafe
- 37 Início da época de pesca da zona Norte
- 38 Torneio de Outono de Ténis de Campo
- 38 Torneio de Ténis de Campo do SBN
- 39 IV Torneio Aberto de Ténis de Mesa

### FÉRIAS E VIAGENS 40

- 40 Calendário de Viagens 2017
- 41 O melhor da Galiza
- 43 Circuito Floresta Negra
- 45 Açores, 2 ilhas Terceira e São Miguel
- 48 Montanhas Mágicas e passadiços do Paiva
- 50 Croácia, Eslovénia, Bósnia e Montenegro
- 53 *Corpus Christi* em Toledo
- 55 Encontro com o Douro
- 57 Convívio de reformados, à descoberta do Alentejo
- 59 Nova Iorque
- 61 Cruzeiro Explorar o Mediterrâneo e Marrocos
- 63 Encontro de reformados em Salamanca
- 66 Por aqui passou Portugal
- 66 Colômbia
- 70 Viagens *City Breaks*
- 74 Apartamentos em *allotment*
- 76 Apartamentos
- 77 Turismo rural

### PARCEIROS 80

### CONTACTOS 81

### A FECHAR 82

## PRINCIPAIS CADERNOS

- > FEVEREIRO  
Férias e Viagens do Grupo Desportivo
- > MAIO  
Campos de Férias  
Relatório e Contas
- > AGOSTO  
Calendário de Visitas Guiadas  
Programa de Cursos de Formação Artística
- > NOVEMBRO  
Festa de Natal e Ano Novo

## FICHA TÉCNICA

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

**N.º de Contribuinte:** 505 065 681

**Director:** Osvaldo Silva

**Grafismo:** Nuno Costa

**Revisão:** Luís Alho

**Secretariado:** Elsa Teixeira

**Colaboradores desta Edição:**

Amália Silva, Ana Bernardo, Ana Sofia, António Rocha, António Rosa, António Vale (fotografia), Artur Ribeiro, Carlos Galvão, Direcção Nacional, Elisabete Gandra, Fernando Barnabé, Fernando Barrias, Fernando Ferreira, Graça Dimas, Ianos Babcinetchi, João Sampaio, João Santos, João Serpa, Jorge Couto, José Caldas, José Ferreira, Luís Calheiros, Manuel Correia, Osvaldo Silva, Pedro Ferreira, Pedro Ribeiro, Sara Frade, Pilar Batoréu, Rafael Franco, Raul Soares, Reis Almeida, Rui Duque, Rui Martins, Rui Simplício, Sandra Almeida, Sandra Nascimento, Teresa Mónica, Tiago Seixas, Victor Camisão, Virgílio Guimarães,

**Imagem da Capa:** Circuito Floresta Negra

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

## Fevereiro

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

**Vá ao Teatro.**  
Consulte o “Em Cartaz”

> 12  
*Trail* Montes Saloios

12  
Tiro – 4.ª Prova do Campeonato Distrital do Inatel

12  
Corrida da Árvore

15  
**Torneio interno de Jogos de Salão**

16  
Leitura de Partituras

18  
Lisboa Story Centre e Museu do Dinheiro

25  
**IV Torneio Aberto de Tênis de Mesa**

25  
Entrudo Galego em Ourense

26  
Rota do Casqueiro

26  
Meia-Maratona Cascais <

## Março

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

**Vá ao Teatro.**  
Consulte o “Em Cartaz”

> 01  
Educar para a Felicidade

04  
1.ª Contagem do CIT em Pegões

05  
Tiro – 5.ª Prova do Campeonato Distrital do Inatel

05  
Corrida das Lezírias

10  
**Maratona de Jogos de Salão**

11  
Pequenas mudanças em casa, grandes resultados na sua vida

11  
*Trail* de Vila de Rei

11  
**Trilho dos Cogumelos**

12  
Corrida Solidariedade APAV

16  
**Passeio à Quinta da Aveleda – recuperação do conceito dos Passeios à Quinta(-feira)**

18  
Visita guiada à Casa Verdades de Faria

18  
Passeio-mistério em família

19  
Corrida do Dia do Pai

22 a 29  
Exposição de bordados nas instalações do Grupo Desportivo no Porto

25  
Por trilhos dos Templários

31  
**Torneio de Poker – Texas Hold'em**

31  
Assembleia Geral Ordinária para deliberar sobre o Relatório e Contas da Direcção <

## Abril

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

**Vá ao Teatro.**  
Consulte o “Em Cartaz”

> 01  
Workshop Indian Head Massage

01 a 04  
**O melhor da Galiza – Vigo, Santiago de Compostela, Corunha, Sanxenxo**

02  
Tiro – 6.ª Prova do Campeonato Distrital do Inatel

22  
2.ª Contagem do CIT em Beja

22  
Visita guiada a Coimbra

22  
Trilho das Levadas

28 a 1 de Maio  
**Rally-Paper por Terras de Alvão** <

## Maio

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

**Vá ao Teatro.**  
Consulte o “Em Cartaz”

> 07  
Tiro – 7.ª prova do Campeonato Distrital do Inatel

07 a 13  
**Circuito Floresta Negra – Frankfurt, Estrasburgo, Obernal, Friburgo, Baden-Baden, Heidelberg**

20  
Visita guiada à Base Naval do Alfeite

20  
3.ª Contagem do CIT em Os Rolos <

---

# Assembleia Geral Ordinária

## Convocatória

Nos termos da alínea a) do n.º 1 do artigo 15.º dos Estatutos, convocam-se os sócios do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI para uma assembleia geral ordinária, a realizar na sede do Grupo Desportivo, sita na Rua de Sá da Bandeira, 70, na cidade do Porto, pelas 18.30 horas do dia 31 de Março de 2017, com a seguinte:

## Ordem de Trabalhos

1. Discutir e deliberar sobre o Relatório e Contas da Direcção, referente ao ano de 2016.
2. Outros assuntos de interesse geral.

A assembleia geral funcionará nos termos do n.º 2 do artigo 17.º dos Estatutos.

Porto, 5 de Janeiro de 2017

**O Presidente da Mesa da Assembleia Geral**



(Artur Manuel Oliveira Ribeiro)

**Nota:** os elementos a discutir na assembleia geral – Relatório e Contas da Direcção – encontram-se à disposição dos sócios para consulta nas instalações do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI sitas na Rua de Sá da Bandeira, 70, no Porto, e na Rua do Almirante Barroso, 32-r/c, em Lisboa.



## Orçamento e Plano de Actividades para 2017

Esta Assembleia Geral Ordinária foi convocada, em tempo, tendo em vista discutir e votar o Orçamento e o Plano de Actividades para 2017, que foi aprovado por unanimidade.

Por Osvaldo Silva

> A Assembleia Geral Ordinária para discutir e deliberar sobre a proposta de Orçamento e Plano de Actividades para 2017, apresentada pela Direcção Nacional



nal do Grupo Desportivo, realizou-se no Porto, na sede do Grupo Desportivo.

A mesa da Assembleia foi presidida pelo Artur Ribeiro, coadjuvado pelo vice-Presidente José Marques e pela primeira-secretária Elsa Verdial.

**O Orçamento e o Plano de Actividades para 2017 foram apresentados pelo tesoureiro da Direcção Regional Norte, António Costa, que referiu os aspectos mais importantes do documento e prestou todos os esclarecimentos solicitados pelos presentes.**

Posto à votação, o documento foi aprovado por unanimidade e aclamação por um grande número de associados presentes. <

## Web Summit... claro que sim.

Foram mais de 200 as startups que concorreram. Depois de todas as apresentações, as três finalistas voltaram a defender as suas ideias no fim da manhã do último dia do evento, tendo a vencedora sido anunciada ao fim da tarde.

Por Rui Duque

> O Grupo Desportivo marcou presença.

Foi uma startup dinamarquesa a vencer o pitch da edição de 2016 da Web Summit, tendo a Kubo-Robot sido considerada a melhor ideia, tendo com ela ganho o prémio de empreendedorismo da conferência, levando para casa os 100 mil euros da Portugal Ventures.

«Normalmente, quando pensamos no ensino da programação, pensamos nos jovens a partir do 9.º ano, utilizando computadores portáteis», contou Tommy Otzen, o CEO da Kubo, mas a equipa decidiu que era necessário chegar aos mais novos, e, para isso, lembraram-se de «tirar a programação drag and drop [arrastar e largar] do ecrã e passá-la para a vida real», como se fossem legos.

Construíram um robô em forma de cubo dotado de um sistema de inteligência artificial, que reconhece sinais básicos, como setas ou cores. Esse robô tem de percorrer um caminho num tabuleiro de jogo, que inclui um rio e uma ponte.

A ideia é que a criança vá colocando ao longo do tabuleiro pequenos cartões com as ordens para o robô avançar pelo caminho certo. Assim dizem os criadores, as

crianças aprendem a controlar o robô utilizando as ordens certas, o que é a base da programação.

**No próximo ano, o Web Summit voltará a Portugal, e o Grupo Desportivo vai estar presente.** <



## Os meninos e as meninas foram ao circo

Senhoras e senhores, meninos e meninas: entrem, entrem, que a grande apresentação vai começar. Entrem sem pressa e assumam os seus lugares. Há espaço para todos! Em breve as portas serão fechadas.

Por Reis Almeida

> Arte das mais antigas do mundo, que remonta aos tempos medievais, em que os circos ambulantes corriam chão para maravilhar os olhos do povo. Hoje foram tirados os animais, que os tempos são outros, dado que os bichos merecem o mesmo respeito que o bicho-homem.



**Fora disso, tudo é festa! E quem não se encantou com ele? Que criança não se eletrizou com os malabarismos e os trejeitos do palhaço? Quem não foi seduzido pela leveza da dançarina? Com a agilidade dos trapezistas, então? E o globo da morte?**

Que diz: então, quando vemos o circo no Porto? Que o circo do Coliseu é um *show*. Neste ano teve dois números que foram premiados no circo de Monte Carlo.

Contámos com a presença dos Srs. Drs. Artur Santos Silva e Manuel Ferreira da Silva a desejar os votos de Boas Festas aos presentes e a quem desde já agradecemos e retribuimos.

Um bem-haja a todos.



## É porque tu ofereces rigor, empenho e qualidade.

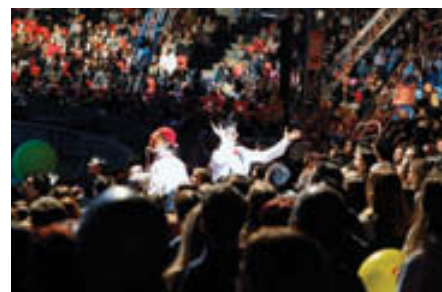
O Presidente da Direcção do Grupo Desportivo aproveitou os intervalos e a oportunidade para desejar em nome do Grupo Desportivo e também do Banco BPI as boas festas a todos quantos nos deram o prazer da sua presença.

Por Rui Duque

> Se alguém te procura...  
Com frio... é porque tu tens o cobertor  
Com alegria... é porque tu tens o sorriso  
Com lágrimas... é porque tu tens o lenço  
Com dor... é porque tu tens o remédio  
Com fome... é porque tu tens o alimento  
Com dúvidas... é porque tu tens o caminho  
Com desânimo... é porque tu tens o estímulo  
Com fantasias... é porque tu tens a realidade  
Com desespero... é porque tu tens a serenidade  
Com segredos... é porque tu tens a cumplicidade

**Para organizar uma Festa de Natal... é porque sabe que tu ofereces rigor, empenho e qualidade.**

Foi isso que, mais uma vez, a Exma. Administração do Banco BPI fez ao Grupo Desportivo: delegou a organização da festa de Natal, no Sul e no Norte, com a consequente distribuição de presentes



aos meninos e às meninas dos colaboradores do Banco BPI.

A festa no Sul aconteceu e terminou no Circo Victor Hugo Cardinali, tendo o Presidente da Direcção do Grupo aproveitado os intervalos e a oportunidade para desejar em nome do Grupo Desportivo e também do Banco BPI as Boas Festas a todos quantos nos deram o prazer da sua presença.

Do circo podemos dizer que se tratou de um excelente espectáculo sempre muito saudado pelo público presente – quer os números com animais, quer o dos trapezistas, os palhaços ou a mulher-*laser*. No próximo ano voltaremos ao circo, provavelmente; pelo menos vamos estar cá para colaborar na organização, de algo tão bom ou melhor.





# ABC – Associação António de Bacelar Carrelhas

Esta luta não é fácil, e quem precisa tem aqui uma óptima ajuda. A ABC também precisa de ajuda, pelo que os associados do Grupo Desportivo estão convidados a participar.

Por João Sampaio

> O Grupo Desportivo divulga a Associação ABC, na Rua Correia Teles, 98, 2.º Esq., 1350-105 Lisboa – [www.aabc.pt](http://www.aabc.pt) – telefones 21 598 21 37 ou 91 170 09 68, organização sem fins lucrativos, que tem como objectivo a erradicação do uso e do abuso de estupefacientes.

Esta luta não é fácil, e quem precisa tem aqui uma óptima ajuda. A ABC também precisa de ajuda, pelo que os associados do Grupo Desportivo estão convidados a participar.

A Associação ABC, criada pela família e por amigos de António de Bacelar Carrelhas, é uma IPSS que encontrou a sua missão na luta contra a pobreza não material e se dedica à promoção da saúde no seu conceito mais amplo e ao desenvolvimento pessoal.

**Actualmente a sua acção foca-se na área dos comportamentos desviantes em adolescentes e jovens com particular destaque no consumo de substâncias psicoactivas e comportamentos violentos.**

Os projectos da ABC encontram-se distribuídos por diversas valências, sendo que cada uma delas corresponde a um nível da intervenção preventiva na área da saúde em geral e dos comportamentos desviantes em particular, com o foco principal no consumo de substân-

cias psicoactivas e comportamentos violentos, designadamente:

## 1 – ABC Prevenção

É um programa de sensibilização e formação, desenvolvido junto de alunos, pais, educadores e pares, que pretende prevenir contra comportamentos desviantes, com especial foco no consumo de substâncias psicoactivas.

## 2 – ABC Intervenção

É uma equipa de intervenção directa que desenvolve acções de prevenção do consumo de substâncias psicoactivas em espaços não formais, em âmbito de diminuição de riscos e aumento de factores de protecção.

## 3 – ABC Orientação

É um gabinete de consultas de aconselhamento e orientação para adolescentes e jovens adultos que tenham iniciado consumos de substâncias psicoactivas, tendo como objectivos interromper o consumo, reestruturar e reintegrar.

## 4 – ABC Casa

Com a inauguração prevista para 2018, o ABC Casa, prevê uma comunidade terapêutica especializada em tratamentos individualizados de curta e de longa duração. <



## Jantar de Natal no Casino

A presença dos sócios e familiares que abrilhantaram esta iniciativa transformaram-na numa grande confraternização entre amigos e colegas de trabalho.

Por José Ferreira



> Como vem acontecendo há largos anos e já se tornou tradição, o Grupo Desportivo realizou o seu jantar de Natal no Casino de Espinho. Todos os participantes que aceitaram o convite para este evento foram recebidos com um beberete no restaurante Baccará, no qual fizeram a seguir a degustação da ementa apresentada, assim como apreciaram, durante o mesmo, o espectáculo residente do casino.

A presença dos sócios e familiares que abrilhantaram esta iniciativa transforma-



ram-na numa grande confraternização entre amigos e colegas de trabalho.

Após a sobremesa, foi servido o tradicional bolo-rei e champanhe, a que se seguiu a distribuição de uma lembrança do Grupo Desportivo, pelos associados.

Para animar o resto da noite os convivas foram presenteados com a actuação de um conjunto musical, que convidava à dança, para assim acabar a festa em grande. Outros, mais ambiciosos, ou porventura menos dançarinos, foram jogar nas máquinas do casino.

## Jantar de Natal S10 Algarve

Desta vez o local escolhido para o jantar de Natal da Direcção de área S10 Algarve, com a participação do CI e CE Algarve e DENPC, foi o Real Picadeiro em Pêra, cuja gerência nos recebeu amavelmente.

Por João Santos



> Iniciada a janta, logo se percebeu a excelente disposição dos convivas, que entre dois dedos de conversa aproveitavam para rever colegas e amigos, que a distância geográfica naturalmente separa, mas que este tipo de eventos insiste em reunir numa só “família” – o BPI Algarve.

Após o jantar, o nosso líder, o Dr. Miguel Portugal, que fica muito feliz quando consegue reunir toda esta família, iniciou o sorteio dos vários brindes angariados pelos balcões, e outros mais uma vez gentilmente cedidos pelo Grupo Desportivo.

Coadjuvado por duas das mais queridas colegas, a Idalécia Alves e a Filomena Santos, viveram-se momentos de muito entusiasmo e expectativa face à valia dos brindes, que culminou com uma viagem em balão de ar quente, oferta do colega Fernando Sá, de Aljezur.

**Com animação musical, os mais atrevidos ainda ensaiaram alguns passos de dança, antes de se “baixar o pano” e desejar a todos os colegas e famílias os votos de Festas Felizes.**

Finalmente os agradecimentos especiais ao Filipe Dias, de Lagoa, que contratou o espaço e o menu, e ao Grupo Desportivo por sempre colaborar com a oferta de brindes.

Festas Felizes e até para o ano.

## S. Martinho em Arcos de Valdevez

Mais uma vez o Grupo Desportivo proporcionou aos seus associados e amigos um convívio para comemorar o S. Martinho.

Por Victor Camisão



> O grupo reuniu-se na Praça Francisco Sá Carneiro, no Porto, e daí iniciou a viagem até Arcos de Valdevez, primeiro local programado para o convívio.

Após a chegada ao Hotel Arcos Nature tivemos um divertido jantar, com animação musical que proporcionou aos presentes o inevitável bailarico. Durante o jantar foram servidas castanhas e a res-



pectiva jeropiga. Após o bailarico, seguiu-se o merecido descanso.

Durante a manhã de sábado, algumas pessoas foram visitar a cidade, enquanto outras ficaram no conforto do hotel. Às onze horas, partimos em direcção à Quinta do Lago do Gerês para almoçar.

Os autocarros ficaram a cerca de duzentos metros do restaurante, o que proporcionou uma pequena caminhada para abrir o apetite, para o agradável almoço. O restaurante tem uma vista espectacular sobre a quinta, por onde não pudemos passear devido à chuva, pois infelizmente a meteorologia não colaborou.

Findo o almoço, e porque a tarde já avançava, regressámos ao Porto.

**Em suma, o Grupo Desportivo proporcionou mais um convívio agradável, e levou-nos a conhecer novos espaços do nosso Portugal.**

## S. Martinho na zona saloia

Fomos até à Ervideira (salóia) comemorar o S. Martinho na companhia de mais de centena e meia de associados numa excelente jornada de convívio e gastronomia

Por Rui Simplício

> Um S. Martinho um pouco cinzento mas sem chuva acolheu no restaurante Portal do Moinho, a mais de centena e meia de associados que escolheram festejar esta efeméride com o Grupo Desportivo, numa passagem pela zona saloia em passeio, o que é sempre agradável.

É uma iniciativa que constituiu mais uma excelente jornada gastronómica e de convívio, a rever velhos e novos amigos, com entradas várias, sopa campone-

sa, prato, sobremesas e vinho da região, febras, caldo-verde, muitas castanhas e água-pé como manda o protocolo do S. Martinho, com alguma animação, e muito convívio entre os participantes.

**Continua a ser um evento de referência no Grupo Desportivo, e no próximo S. Martinho iremos para mais longe, naturalmente na vossa boa companhia, sempre em busca das boas castanhas.**

Até lá.





## Fim do ano nas Termas do Bicanho

Rever caras conhecidas, amigos de longa data, novos participantes... Todos se acomodaram no melhor lugar do autocarro, que nos levaria rumo à freguesia de Samuel, Soure, distrito de Coimbra.

Por Elisabete Gandra

> **Apresentou-se, imponente, nas margens do rio Mondego, o Palace Hotel Spa – Termas do Bicanho. Recente, simples e descontraído. Às 20.00h foi servido o jantar no restaurante do hotel, com música ao vivo, muito animada: a oportunidade para começar a diversão. Danças e gargalhadas não faltaram.**

Durante a manhã, e após o pequeno-almoço, foi possível usufruir dos banhos



dinâmicos que as Termas do Bicanho ofereceram. Após o almoço saímos em passeio rumo à Figueira da Foz. Observámos os preparativos para a actuação do cantor Dengaz e da Banda AHYA na noite da passagem de ano, e, ao final da tarde, regresso ao hotel com tempo para os convivas se aperaltarem para a grande noite.

Ao jantar fomos acompanhados por um artista que tocava saxofone ao vivo, que se transformou em cantor de músicas ligeiras/baile ao vivo, em conjunto com outra cantora. Foram servidos pratos típicos desta quadra e houve oportunidade para agradável convívio, não faltando as fotografias para documentar a noite do novo ano recebido com alegria e em boa companhia!

No dia 1 de Janeiro, após o pequeno-almoço tardio, houve tempo para as leituras junto à lareira na sala de entrada do hotel, jogos de dominó, jogo de bilhar. Após o almoço, por volta das 15.00h, fez-se a viagem de regresso ao Porto.

Bom ano a todos.



## Sintam-se todos abraçados

No Grupo Desportivo, procuramos olhar com os olhos, ver com a alma e apreciar com o coração.

Por Rui Duque



> Com alguma frequência, passamos, olhamos, mas não conseguimos ver. E isso acontece porque não basta apenas olhar. No Grupo Desportivo, procuramos olhar com os olhos, ver com a alma e apreciar com o coração.

Há bastante tempo, percebemos que muitos dos nossos sócios aproveitam esta quadra para dar início a um novo ano na companhia das pessoas que são realmente importantes na sua vida.

Em muitos casos, não são os laços familiares que os unem, mas são amigos de longa data: pessoas que, tendo sido colegas de trabalho no passado, fazem questão de se reencontrar nesta altura para brindar a um novo ano.

Mas também temos famílias inteiras, com várias gerações envolvidas, desde os avós até aos netos.

**Neste ano, o Grupo Desportivo levou os seus sócios para o Vila Galé, em Tavira, que nos reservou um excelente cartaz.**



Na altura da meia-noite, como sempre acontece, muitos foram os brindes e os votos de um ano com saúde e amor.

Passados quase dois meses, o Grupo Desportivo volta a abordar o assunto para desejar que este ano de 2017 seja um ano de muitas conquistas.

Sintam-se todos abraçados.



## Exposição de bordados

A exposição terá lugar nas instalações do Grupo Desportivo no Porto, e decorrerá entre os dias 22 e 29 de Março, no horário compreendido entre as 13.00h e as 17.30h.

Por Amália Silva



> À semelhança do que tem acontecido em anos anteriores e no âmbito da actividade ocupacional de bordados, o Grupo Desportivo vai realizar uma exposição onde serão mostrados os trabalhos efectuados ao longo do ano de 2016.

As peças a expor são unicamente para exibição e contemplam vários estilos, nomeadamente o bordado livre, o bordado

Richelieu, o bordado tradicional, as bainhas abertas e os tapetes de Arraiolos.

A exposição terá lugar nas instalações do Grupo Desportivo no Porto, e decorrerá entre os dias 22 e 29 de Março, no horário compreendido entre as 13.00h e as 17.30h.

A inauguração será acompanhada de um beberete e do tradicional vinho do Porto.

Aguardamos a sua visita. <

## 2017, ano de perigos e desafios

Para 2017 teremos o enorme desafio de continuar a ser um grupo eclético que consegue oferecer aos seus sócios uma multifacetada oferta.

Por Rui Duque

> Em termos mundiais, 2016 teve momentos imprevisíveis: lembramos a vitória do Brexit e do candidato a presidente dos Estados Unidos.

Já para 2017, a palavra «incerteza» é a que melhor define o sentimento de quem faz a previsão da evolução dos mercados.

Perante o provável maior aquecimento económico, o que fará a FED? Haverá crispação entre Reino Unido e UE-27? O preço do petróleo agravar-se-á? São algumas questões a que devemos estar atentos em 2017.

Também o Grupo Desportivo viveu em 2016 um ano turbulento. A mudança de instalações com o encerramento de alguns

serviços, e fontes de receita, obrigou a que também nós nos reestruturássemos.

Para 2017 teremos o enorme desafio de continuar a ser um grupo eclético que consegue oferecer aos seus sócios uma multifacetada oferta em termos de modalidades ou actividades, quer sejam elas recreativas, desportivas ou culturais.

**Para isso vamos continuar a necessitar de todos aqueles que conosco têm colaborado ao longo do tempo.**

Assim, depois de um 2016 que não foi fácil e com um 2017 que se adivinha difícil, entendeu o Grupo Desportivo promover uma acção de convívio que juntou a «família Grupo Desportivo BPI».

Compareceram elementos das Direcções Norte e Sul, colaboradores e responsáveis das várias modalidades.

O senhor presidente da Direcção Nacional, Osvaldo Silva, fez questão de agradecer a presença, reconhecendo o esforço e a dedicação de todos quantos, abdicando do seu tempo pessoal e familiar, continuaram a contribuir para que sejamos cada vez mais e melhor Grupo Desportivo. <



## Rally-Paper por terras do Alvão

O rally-paper do Grupo Desportivo, agora em formato nacional, vai decorrer em terras do Parque Natural do Alvão. Estamos a envidar todos os esforços para que este seja realmente o melhor rally de sempre.

Por Direcção Nacional

> O rally-paper do Grupo Desportivo, agora em formato nacional, vai decorrer em terras do Parque Natural do Alvão. É uma área protegida possuidora de vasto património natural e cultural, que resulta na existência de imensos locais de grande interesse para quem gosta do contacto directo com a natureza.

**Vamos privilegiar a natureza e a ruralidade das várias aldeias, que, com os seus costumes, são cada vez mais pontos de interesse.**

A prova deste ano tem duas vertentes:

1.<sup>a</sup> – um percurso de automóvel com cerca de 50 km até à hora de almoço;

2.<sup>a</sup> – provas com perfil radical num parque aventura.

Estamos a envidar todos os esforços para que este seja realmente o melhor rally de sempre.

O nosso quartel-general vai estar na linda cidade de Vila Real.

Como todos os eventos do Grupo Desportivo, este tem inscrições limitadas; por isso, não deixe para mais tarde a sua inscrição.



### Programa

**28 de Abril** – Chegada, *check-in* e alojamento

**29 de Abril** – de manhã o percurso rally-paper

Almoço no parque aventura e tarde de provas

Jantar com animação

**30 de Abril** – Passeio surpresa de autocarro por terras de Trás-os-Montes com almoço ou dia livre, conforme a preferência.

Jantar com entrega de prémios

**1 de Maio** – *Check-out* e regresso à origem.

**Realização:** de 28 de Abril a 1 de Maio

**Inscrição até:** 31 de Março

**Ponto de encontro:** Hotel Miracorgo\*\*\*\*

– Avenida 1.º de Maio, 76 a 78, Vila Real

**Hora:** 9.00h

**Valor:** 180 euros

### Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

150 euros

**Crianças até 3 anos:** grátis;

**Crianças de 3 a 10 anos:** 50%

**Cama extra:** 18 euros

**Taxa de inscrição:** 36 euros

**Inscrição inclui:** 3 noites de alojamento, almoço e jantar de sábado, passeio, almoço e jantar de domingo, e ainda entrada em todos os locais que constam da prova

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

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e final em Maio

**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



## Passeio à Quinta da Aveleda

Os famosos «Passeios  
à Quinta(-feira)»  
vão voltar

Por Raul Soares



> Retomando uma iniciativa do sempre lembrado Augusto Malheiro vamos regressar à filosofia dos «Passeios à Quinta(-feira)».

**Vamos começar pela Quinta da Aveleda, com visita guiada, prova de vinhos e visita aos seus belos jardins. Almoçaremos no Solar de S. Gens, na Lixa.**

Visitaremos, ainda, o Museu de Penafiel, onde se pode apreciar a arqueologia, a etnografia e a história do concelho.

Por último, daremos um salto a uma das aldeias de Portugal nas terras de Sousa, a de Quintandona, pertencente à freguesia de Lagares, no concelho de Penafiel e inserida na Rota do Românico.

**Realização:** 16 de Março  
**Inscrição até:** 6 de Março  
**Ponto de encontro:** Praça do Município, junto ao Capitólio  
**Hora:** 9.00h  
**Valor:** 35 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 25 euros  
**Inscrição inclui:** transporte, visitas, almoço  
**Inscrição não inclui:** despesas de carácter pessoal  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 2 (duas) prestações, com início em Março  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Número mínimo de 30 e máximo de 50 participantes; este programa está sujeito a alterações.  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

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

**7 noites desde 154€**

 **BPI**  
GRUPO DESPORTIVO

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

## Vinhos medalhados. Segredos bem guardados



Imagem da capa da *Revista de Vinhos* de Janeiro

São vinhos de pequenos produtores não disponíveis nos grandes circuitos comerciais e com 10% de desconto abaixo do preço de distribuidor.

Por Pedro Ferreira

> Após o sucesso da oferta de Natal e o excelente *feedback* que tivemos dos vinhos seleccionados, o Grupo Desportivo, conforme prometido, renovou a sua oferta para continuar a dar oportunidade de adquirirem vinhos certificados a preços competitivos. São vinhos de pequenos produtores, muitos deles vencedores de concursos internacionais, mas não disponíveis nos grandes circuitos comerciais e com 10% de desconto abaixo do preço de distribuidor. Com esta oferta pode ainda adquirir uma assinatura anual da *Revista de Vinhos* com 20% de desconto!

#### Como encomendar:

Reserve por email 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 oferta. Caixa de transporte gratuita; caixa de cartão para oferta (3 garrafas) tem um custo adicional de 0,75 euros; caixa preta exclusiva (3 garrafas) tem um custo adicional de 1,5 euros.

As encomendas são entregues no prazo máximo de 10 dias úteis. Para encomendas acima de 50 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 50 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 20% de desconto sobre o preço de capa.

**Preço:** 45 euros

**Sócios:** 36 euros (12 números)

## Proposta trimestral Grupo Desportivo – AMA Vinhos

### Quinta da Rede Reserva Tinto 2013

**Preço:** 10 euros  
**Sócios:** 9 euros  
**Resumo de prova\*:**  
DOC Douro; 9 meses  
de estágio em barricas  
novas de carvalho francês.  
**Castas:** Tinta Roriz,  
Touriga Franca e Touriga  
Nacional.  
**Prémios:** Vencedor de  
duas medalhas de ouro e  
uma de prata em festivais  
internacionais. 91 pontos  
atribuídos pela revista  
Wine Enthusiast.



### Quinta da Rede Reserva Branco 2015

**Preço:** 10 euros  
**Sócios:** 9 euros  
**Resumo de prova\*:**  
DOC Douro; 3 meses  
de bâtonnage em inox.  
**Castas:** Arinto, Viosinho  
e Gouveio.  
**Prémios:** Vencedor de  
2 medalhas de ouro e  
uma de prata em festivais  
internacionais. 92 pontos  
atribuídos pela  
revista Wine Enthusiast.



### Quinta da Rede Grande Reserva Tinto 2009

**Preço:** 19,90 euros  
**Sócios:** 17,90 euros  
**Resumo de prova\*:**  
DOC Douro; 9 meses  
de estágio em barricas novas  
de carvalho francês.  
**Castas:** Tinta Roriz, Touriga  
Franca e Touriga Nacional.  
**Prémios:** Vencedor de  
3 medalhas de ouro em  
festivais internacionais.  
90 pontos atribuídos pela  
revista Wine Enthusiast.



### Gáudio Clássico Tinto 2013

**Preço:** 8,15 euros  
**Sócios:** 7,30 euros  
**Resumo de prova\*:** DOC  
Alentejo – Vidigueira;  
estágio de 7 meses em  
barricas novas de carvalho  
francês e 12 meses em  
garrafa  
**Castas:** Touriga Nacional,  
Alicante Bouschet,  
Aragonez e Tinta Miúda  
**Prémios:** 91 pontos  
atribuídos por Andreas  
Larsson – melhor  
Sommelier do mundo



### Gáudio Reserva Tinto 2012

**Preço:** 16,64 euros  
**Sócios:** 14,95 euros  
**Resumo de prova\*:** DOC  
Alentejo – Vidigueira;  
estágio de 13 meses em  
barricas novas de carvalho  
francês e 16 meses em  
garrafa  
**Castas:** Touriga Nacional  
e Alicante Bouschet  
**Prémios:** 4 medalhas  
de prata em festivais  
internacionais, 17 pontos na  
Revista de Vinhos, 91 pontos  
na prova Néctar Divino  
BASF 2015



### Gáudio Branco Verdelho 2015

**Preço:** 5 euros  
**Sócios:** 4,5 euros  
**Resumo de prova\*:** DOC  
Alentejo – Vidigueira;  
3 meses de bâtonnage  
em inox.  
**Castas:** Verdelho  
**Prémios:** Avaliado por  
Andreas Larsson – melhor  
Sommelier do mundo



### Vadio Branco 2015

**Preço:** 8,90 euros  
**Sócios:** 8 euros  
**Resumo de prova\*:** DOC  
Bairrada; fermentação com  
temperaturas controladas  
em cubas de inox (Cercial)  
e barricas usadas (Bical),  
estágio sobre as borras  
finas.  
**Castas:** Cercial e Bical.



### Vadio Tinto 2013

**Preço:** 9,80 euros  
**Sócios:** 8,80 euros  
**Resumo de prova\*:**  
DOC Bairrada; estagiou  
cerca de 12 meses  
em barricas usadas de  
225 l de carvalho francês  
e americano e outros  
12 em garrafa.  
**Castas:** Baga



### Vadio Espumante Bruto

**Preço:** 11,50 euros  
**Sócios:** 10,30 euros  
**Resumo de prova\*:**  
DOC Bairrada; fermentação  
em inox e envelhecimento  
de 18 meses em garrafa  
**Castas:** Bical, Cercial  
e Baga



\*Mais notas de prova em:  
<http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=45&parentid=41&detalheid=4511>



## Por trilhos dos Templários

No âmbito da rubrica «Gastronomia via Ferrovia» o Grupo Desportivo vai visitar um verdadeiro “santuário” de história, a bela cidade de Tomar.

Por Virgílio Guimarães

### > 25 de Março – Porto / Entroncamento / Tomar

Embarque na Estação de Campanhã. Chegada à Estação do Entroncamento e *transfer* para autocarro com destino a Tomar.

Iniciaremos as visitas pela Igreja de São João Baptista e depois aos Lagares de el-Rei e à Capela de Santa Iria, padroeira da cidade.

O almoço será no restaurante Chico Elias, que é uma referência na região. Depois do almoço, visita à Igreja de Santa Maria do Olival, e a seguir a visita ao



“tal santuário” da nossa história: o Castelo Templário e o Convento de Cristo.

O jantar será em restaurante referenciado. Alojamento no Hotel dos Templários, ou similar.

### 26 de Março – Tomar / Minde / Alcanena / Porto

Vamos continuar na região do Ribatejo para visitar Alcanena, passando por Minde, famosa pelas mantas. Visita à Igreja de N. Sra. da Assunção.

O almoço será no restaurante típico da região O Malho. Após o almoço, iremos ao encontro das nascentes do rio Alviela – Olhos de Água – inseridas no Parque Natural das Serras de Aires e Candeeiros, e, a seguir, ao Centro de Ciência Viva do Alviela – Carsoscópio – onde faremos uma “viagem” de 175 milhões de anos. Regresso ao Entroncamento e chegada a Porto-Campanhã.



**Realização:** 25 e 26 de Março  
**Inscrição até:** 15 de Março  
**Ponto de encontro:** Estação de Campanhã, Porto  
**Hora:** 7.30h  
**Valor:** 195 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 175 euros  
**Suplemento quarto individual:** 30 euros  
**Inscrição inclui:** viagem em luxuoso *autopullman*, durante todo o percurso; estada-base em quarto duplo, em hotéis de 4\*; refeições de acordo com o programa, com menus de grupo predeterminados de acordo com a gastronomia local, com pratos fixos e bebidas

**Inscrição não inclui:** quaisquer serviços não mencionados e extras efectuados durante a viagem, tais como telefonemas, minibar, lavandaria, etc.; bagageiros no hotel; gratificações a guias ou motoristas; bebidas/águas no autocarro  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 12 (doze) prestações, com início em Março, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Número mínimo de 30 participantes; este programa está sujeito a alterações  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo



## Crepes d'Itália

O verdadeiro sabor  
italiano à mesa  
portuguesa.

Por António Rosa



### Ingredientes (massa)

- 1 e 1/2 xícara (chá) de farinha de trigo
- 1 xícara (chá) de leite
- 2 ovos
- 4 colheres (sopa) de óleo
- Sal e pimenta q.b.

### Ingredientes (recheio)

- 300g de carne de vaca picada
- 1 cebola pequena
- 1 tomate
- 200ml de natas
- 50ml de vinho branco
- 400g de queijo mozzarella fatiado
- Azeite, sal, orégãos e queijo ralado q.b.

### Ingredientes (molho de tomate)

- 500g de tomates frescos e maduros
- 1 cebola roxa (pode ser branca)
- 2 Colheres de sopa de azeite
- Manjericão (8 a 10 folhas)
- Água se necessário

### Preparação da massa

1. Coloque no copo todos os ingredientes e programe **2 min./vel. 5**. Quando terminar, encha uma concha média e despeje em movimentos circulares numa frigideira previamente untada com azeite. Deixe o crepe tostar de ambos os lados e repita o procedimento para o resto da massa.

### Preparação do recheio

1. Pique a cebola e o tomate (**5 seg./vel. 5**), adicione 2 colheres de sopa de azeite e orégãos, e programe **3 min./vel. 2/100°C**.
2. Adicione a carne picada, o vinho e o sal, e programe **5 min./vel. 1/100°C**. Por fim adicione as natas e uma colher de sopa de queijo ralado, e programe mais **3 min./vel. 2/100°C**. Reserve e deixe arrefecer totalmente.

### Preparação do molho de tomate

1. Coloque todos os ingredientes no copo e programe **20 seg./vel. 5**. Abra a tampa, e com a ajuda de uma espátula concentre o molho todo no fundo e programe mais **3 min./vel. 2/100°C**.

Sobre cada folha de crepe, adicione uma fatia de queijo mozzarella e uma porção de recheio, e enrole. Repita o procedimento até guarnecer todos os crepes. Disponha-os num tabuleiro, cubra com o molho de tomate e um pouco de queijo ralado. Opcionalmente pode levar ao forno apenas para gratinar (**5 min. 180°C**).

Nota: poderá efectuar o recheio com outros tipos de carnes, como peru, galinha, porco, cordeiro ou até mistura de várias.

> Mais um ano passou, e 2017 chega com novos sabores e paladares para os amantes da cozinha e da culinária de inovação. E nada como começar o ano a viajar! Com o frio que se aproxima, tornam-se mais apetecíveis aqueles pratos quentes e aromáticos, simples e muito apreciados por todos. Ao conceito de crepe tradicional dei o melhor sabor de Itália – a fragrância da carne picada cozinhada em vinho e do genuíno molho de tomate aromatizado com manjericão. O resultado é um prato alternativo muito fácil de executar, rico em proteínas, vitaminas e antioxidantes, e bastante convidativo para os longos serões de Inverno. Bom apetite e Feliz Ano Novo! <

## Exposição dos trabalhos artísticos

Aproveitamos a oportunidade para agradecer a colaboração de todos os professores e alunos que nos ajudaram na organização desta exposição.

Por Sandra Nascimento

> Realizou-se nas novas instalações do Grupo Desportivo mais uma exposição de pintura e artes decorativas realizadas pelos alunos, durante o ano lectivo de 2015/2016.

**Mais uma vez, e como já vem sendo hábito foi um sucesso, e as obras apreciadas por inúmeros visitantes.**

Estiveram expostas diversas peças entre as quais pudemos ver e destacamos, telas pintadas a óleo, aquarelas, peças



de bijuteria, pintura de azulejo, *découpage*, etc.

Aproveitamos a oportunidade para agradecer a colaboração de todos os professores e alunos que nos ajudaram na organização desta exposição.

Para si, caso neste ano não tenha tido a oportunidade de nos visitar, relembramos-lhe que para o ano cá estaremos novamente para lhe mostrar o que de bonito se ensina, aprende e faz nas nossas aulas. <



## Orfeão Portuscale

2016 foi um ano de sucesso. Diversas foram as saídas, e em todas tivemos um público que nos apreciou.

Por Fernando Barnabé

> Com ensaios semanais, à terça-feira, pelas 18.00h, nas instalações do Sindicato dos Bancários do Norte, na Rua de Cândido dos Reis, no Porto, temos aproveitado esta gentileza para tentarmos deslumbrar.

Não tem sido fácil, mas lá vamos conseguindo. Todos empurram para o mesmo

lado, desde o maestro, aos orfeonistas e aos cônjuges que os acompanham, tanto nos ensaios, como nos espectáculos.

**Para 2017 temos já em vista pelo menos 4 espectáculos, que em devido tempo serão divulgados.**

Em 2016 actuámos nos seguintes espectáculos e locais:

– Na Igreja dos Congregados, o encontro com o Coro Juvenil do Orfeão de Rio Tinto;

– Em Freamunde, o encontro com o Coro Feminino do Vale do Sousa;

– Na Igreja de Santo Ildefonso, no nosso aniversário;

– Na Associação Desportiva e Cultural de Astromil;

– No Centro Social de Cete;

– No Pequeno Auditório do SBN.

Se estiver interessado em cantar ou tocar algum instrumento musical, contacte o Grupo Desportivo. Será muito bem-vindo. <





## Escola Utopia Arte & Ideias

Há 18 anos a criar arte

Por Ianos Babcinetchi

**Estão disponíveis os seguintes cursos e horários:**

**Pintura** – Terça e Quinta-feira, das 14.15h às 16.15h (grupos 1 e 2);  
**Curso intensivo de Pintura** – Quarta-feira, das 19.15h às 21.15h;  
**Cerâmica** – Terça-feira, das 17.00h às 19.30h;  
**Pintura e expressão plástica** (crianças a partir dos 6 anos) – Segunda-feira das 17.00h às 18.30h.

**Contacto:**

Leonor Guedes;  
 telefone 91 349 54 07,  
 utopia.arte.ideias@gmail.com

> O Grupo Desportivo renovou o protocolo com a escola Escola Utopia Arte & Ideias, localizada na Rua da Alegria, 1910, 4200-024 Porto.

Trata-se de um espaço de arte, onde, entre outras, se destacam as artes plásticas. Todas as aulas são ministradas por professores credenciados. A escola realiza também cursos de férias para crianças, cursos de curta duração e *workshops*.



**As condições para os sócios do Grupo Desportivo são as seguintes:**

- 1 – A inscrição deve ser combinada previamente entre o aluno (sócio do Grupo Desportivo) e a escola.
- 2 – A taxa de inscrição de 35,00 euros nos cursos anuais é suportada pelo Grupo Desportivo, desde que o sócio se mantenha durante todo o ano lectivo (11 meses). O não cumprimento da fidelização acarreta o débito em conta.
- 3 – Os sócios beneficiam de um desconto de 20% nos serviços prestados pela Utopia.
- 4 – O sócio tem sempre que se inscrever através do Grupo Desportivo.
- 5 – Os pagamentos são efectuados pelos associados directamente à Escola Utopia.

## Leitura de partituras

A música escrita constitui-se como um código a ser decifrado e que contém muitos paralelismos com a linguagem.

Por Ana Bernardo

> A música escrita constitui-se como um código a ser decifrado e que contém muitos paralelismos com a linguagem. Dentro desta assunção a aprendizagem e o desenvolvimento da leitura musical activam o mesmo processamento mental que a aprendizagem da leitura da linguagem materna.

Uma partitura é um mapa com instruções que se presta a ser decifrado, e para isso é necessário dominar o seu código, assim como desenvolver diversas competências que permitem a sua abordagem com mais naturalidade.



**Programa:**

**Desenvolvimentos:**

**Do sentido rítmico:** reprodução rítmica; exercícios de birritmia e polirritmia; células rítmicas; leitura rítmica.

**Do sentido melódico:** reprodução melódica; leituras melódicas e polifónicas

**Do sentido harmónico:** sequenciações harmónicas; noção auditiva de tónica, dominante e subdominante; leitura polifónica

**De automatismos:** leitura vertical e horizontal de notas; leitura de claves alternadas; leitura de partituras

**Realização:** 16 de Fevereiro

**Inscrição até:** 12 de Fevereiro

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

**Hora:** das 18.30h às 20.00h\*

**Valor:** 55,00 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 50,00 euros

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Mínimo de 8 e máximo de 15 participantes. \*10 aulas.

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

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

# Calendário nacional das caminhadas

Escolha o que mais lhe agrada neste calendário de caminhadas e faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.

## Por Direcção Nacional

- > Por razões de ordem logística a apresentação do calendário de caminhadas apresenta-se separado por Norte e Sul e com diferentes possibilidades de participação.

Em relação à zona Norte estão previstas as seguintes caminhadas, cuja informação pormenorizada pode ser encontrada oportunamente nesta revista *Associativo* ou na nossa página, em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt).

Contamos consigo para nos acompanhar nos seguintes percursos:

### 11 de Março – Barcelos – Trilho dos Cogumelos



### 22 de Abril – Águeda – Trilho das Levadas



### 19 e 20 de Maio – Tua – Trilho do Vale do Tua



### 17 de Junho – Vouzela – Percurso das Poldras (versão reduzida – 7,5km)



### 16 de Setembro – Marco de Canaveses – Caminhos de Canaveses



Em relação à zona Sul, o Grupo Desportivo tem uma parceria com a SAL – Sistemas de Ar Livre, e propõe para o primeiro semestre deste ano as seguintes alternativas:

## Fevereiro

**Costa Vicentina** – O Desafio d'Ó de Mira; e a Conquista do Cabo Sardão;  
**Arrábida** – Nos Caminhos de São Filipe; e Na Pista dos Dinossauros;  
**Cascais** – Na Costa do Guincho;  
**Torres Vedras** – Pelas Vinhas da Ira;  
**Alhandra** – Triunfo sobre Massena.

## Março

**Sintra** – O Romantismo e as Magias;  
**Costa Vicentina** – Pela Ribeira de São Teotónio; e Deixando o Sardão a Norte;  
**Arrábida** – Em Terras de Alcube; e Sesimbra dos Sete Caminhos;  
**Sintra** – Conquista da Pedra Amarela.

## Abril

**Arrábida** – Terras do Queijo, Pão e Vinho; e Caminhos Romanos;  
**Sintra** – Descobrir Azenhas do Mar;  
**Mafra** – Socorro;  
**Costa Vicentina** – Arribas da Zambujeira; e Canais de Odeceixe.

## Maio

**Mafra** – Senhora do Arquitecto;  
**Cascais** – Descobrir o Cabo Raso;  
**Costa Vicentina** – Pontal da Carrapateira; e Chegar ao Cabo de São Vicente;  
**Caparica** – Pela Arriba Fóssil;  
**Sintra** – Nas areias do Magoito.

## Junho

**Cascais** – Na Boca do Inferno;  
**Lisboa** – Nos Passos de Pessoa.

Os bilhetes pré-comprados para pagamento destas caminhadas estão disponíveis na Secretaria de Lisboa do Grupo Desportivo. Oportunamente daremos informação detalhada sobre cada uma das caminhadas.

## Trilho dos Cogumelos

Alguns moinhos encontram-se em perfeito estado de funcionamento, constituindo-se como um dos melhores núcleos de moinhos de água de todo o concelho de Barcelos.

Por Reis Almeida



> Este percurso em Creixomil – Barcelos – é de tipologia de pequena rota, tem cerca de dez quilómetros, é de dificuldade média e de âmbito paisagístico/ambiental, privilegiando no traçado as zonas florestais, caminhos rurais e carreiros de beira-rio e uma duração de 3 a 4 horas.

**Para além da vertente ambiental que marca esta rota, é importante desta-**

**Realização:** 11 de Março  
**Inscrição até:** 6 de Março  
**Ponto de encontro:** Praça de Francisco Sá Carneiro (junto ao balcão BPI)  
**Hora:** 8.00h  
**Valor:** 25,00 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 22,50 euros  
**Inscrição inclui:** autocarro, seguro, guias, almoço

**car ainda os moinhos instalados ao longo de um ribeiro que corre, límpido, rumo ao Cávado.** Trata-se de elemento de grande interesse e que rememora o passado económico e social desta área do concelho. Alguns moinhos encontram-se em perfeito estado de funcionamento, constituindo-se como um dos melhores núcleos de moinhos de água de todo o concelho de Barcelos. <

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

## Trilho das Levadas

O PR2 decorre, quase sempre, pelo corredor ecofluvial do rio Marnel. É em circuito e tipologia de pequena rota, na distância de 7,5 km, de âmbito paisagístico/ambiental e com uma duração prevista de 2 a 3 horas.

Por Reis Almeida



> Ruma-se ao lugar do paço pela «rua da Ponte do rio Marnel» e depois pela «rua do Paço» e a seguir à esquerda, até ao lugar das Picadas, onde se toma, à direita, a «rua das Balboas».

Após umas “alminhas” que se encontram à esquerda passados uns 100 metros, deixa-se o asfalto para se tomar, à esquerda, um caminho no limite da floresta que conduz a um secular bosque de carvalhos, testemunho do que seria

o antigo coberto florestal antes do eucalipto.

Após a travessia de um estreito mas profunda regato, sobe-se até junto à última casa do lugar, viramos à direita em suave subida e logo se toma à esquerda, um caminho que desce. **No fim da descida encontram-se os «moinhos do ribeiro», na margem direita do rio Marnel, cujo corredor ripícola impressiona o visitante.** <

**Realização:** 22 de Abril  
**Inscrição até:** 17 de Abril  
**Ponto de encontro:** Praça de Francisco Sá Carneiro (junto ao balcão BPI)  
**Hora:** 8.00h  
**Valor:** 27,50 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 25,00 euros  
**Inscrição inclui:** autocarro, seguro, guias, almoço

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



## Educar para a felicidade

Pretende ajudar a reforçar o potencial enquanto pai/mãe para ser e ajudar os filhos a serem (ainda) mais felizes!

Por Sara Frade

> **A BestKIDS&Teens em parceria com o Grupo Desportivo BPI organiza o workshop gratuito Educar para a Felicidade.**

Este evento é direccionado para pais e mães (ou futuros pais), e pretende apresentar novas metodologias e abordagens

**Realização:** 1 de Março  
**Inscrição até:** 22 de Fevereiro  
**Ponto de encontro:** Rua do Almirante Barroso, 32-6.º piso (ao Largo de D. Estefânia) – Lisboa  
**Hora:** das 17.30h às 18.30h  
**Valor:** gratuito  
**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

na educação, baseado na ciência da felicidade e *coaching* parental, relacionamento interpessoal e papel da família para com as suas crianças e adolescentes.

Pretende ajudar a reforçar o potencial enquanto pai/mãe para ser e ajudar os filhos a serem (ainda) mais felizes!



## Pequenas mudanças em casa, grandes resultados na sua vida

O *feng shui*, arte milenar chinesa, estuda a forma como a energia flui num espaço. Se esta fluir, as pessoas tendem a sentir-se bem e os ambientes tornam-se saudáveis.

Por Graça Dimas



> Sofia Lobo Cera, profissional de *feng shui*, vai explicar com exemplos muito práticos como podemos preparar a nossa casa para que a energia flua... E a Primavera é a altura ideal: é a estação em que tudo rebenta e explode de energia, ótima para nos libertarmos do que é velho e dar oportunidade ao novo. Este passo é fundamental e deve ser fei-

**Realização:** 11 de Março  
**Inscrição até:** 5 de Março  
**Ponto de encontro:** Rua do Almirante Barroso, 32-6.º piso (ao Largo de D. Estefânia) – Lisboa  
**Hora:** das 9.30h às 13.00h  
**Valor:** 35 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 30 euros  
**Inscrição inclui:** o livro *Mude a sua casa, enriqueça a sua vida – Amor. Dinheiro. Família. Trabalho. Saúde*, da autora Sofia Lobo Cera  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Mínimo de 10 e máximo de 30 participantes  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

to a vários níveis, que vão desde a casa ao nosso corpo, ao escritório, ao carro, às malas, até ao telemóvel.

**Em casa, são inúmeras as dicas, desde a organização, dos roupeiros e das gavetas, às cores favoráveis, o tipo de plantas consoante a divisão...**

Abrace este momento e desfrute dele!

## Casa Verdades de Faria

Vamos conhecer esta casa de renome, actualmente Casa Museu.

Por Teresa Mónica



> «Deixo a minha casa e quinta denominada Torre de S. Patrício (...) à Câmara Municipal de Cascais, nas seguintes condições:

**1.º – o edifício principal, e uma área de cerca de cinco mil metros quadrados, constituindo o jardim e a moldura verde da fachada sul, para serem utilizados como Casa-Museu e jardim público;**

**Realização:** 18 de Março  
**Inscrição até:** 3 de Março  
**Ponto de encontro:** Sete-Rios, junto da entrada do Jardim Zoológico de Lisboa  
**Hora:** 9.00h  
**Valor:** 31 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 25 euros  
**Inscrição inclui:** transporte e visita aos monumentos acompanhada do Prof. Miguel Soromenho  
**Inscrição não inclui:** despesas de carácter pessoal

2.º – (...) A Casa-Museu terá a designação de Museu Verdades de Faria.»

Rezava assim o testamento de Henrique Mantero de Albuquerque e Castro, que pretendia perpetuar o nome da esposa, Gertrudes Eduarda Verdades de Faria Mantero, mais ligada às coisas do espírito. Para esse efeito, doou ainda mobílias, quadros, livros, jóias, pratas e outros objectos.

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.qdbpi.pt>. Inscrições consideradas por ordem de chegada, até ao máximo de 30 participantes; consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso site em [http://www.qdbpi.pt/attachs/4317\\_1470951766.pdf](http://www.qdbpi.pt/attachs/4317_1470951766.pdf)  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.qdbpi.pt](http://www.qdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

## Workshop Indian Head Massage

Nada como iniciar um novo ano com novos conhecimentos e práticas, que nos façam sentir melhores e mais leves.

Por Ana Sofia

**Realização:** 1 de Abril  
**Inscrição até:** 27 de Março  
**Ponto de encontro:** Rua de Sá da Bandeira, n.º 70  
**Hora:** das 10.00h às 13.00h e das 14.30h às 16.30h  
**Valor:** 35 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 30 euros  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.qdbpi.pt>. Uso de roupa confortável, meias, mola para cabelo.  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.qdbpi.pt](http://www.qdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo ou Ana Sofia Gomes ([geral@anjali.pt](mailto:geral@anjali.pt))

> O Grupo Desportivo lança novamente o *workshop* de Indian Head Massage para todos os que pretendam saber como efectuar uma massagem à cabeça, segundo a tradição indiana.

Será efectuada uma abordagem teórica e prática da mais conhecida terapia indiana para o alívio de inúmeros sintomas e patologias: *stress*, insónias, cansaço generalizado, dores de cabeça, dores de pescoço, entre outros. Massagem rápida, fácil e simples.

**Venha passar um dia diferente, com energias positivas, e leve para casa “ferramentas” que lhe permitirão melhorar a sua qualidade de vida!**



## Coimbra

Vamos até ao centro do País, descobrir as várias lendas desta cidade...

Por Teresa Mónica



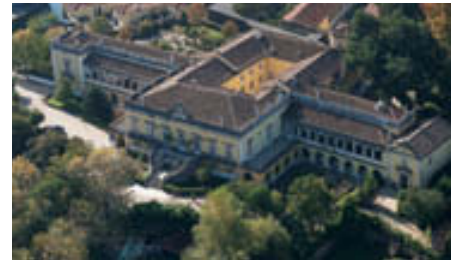
> Portugal tem outros locais notáveis classificados como Património da Humanidade, mas Coimbra é uma cidade fantástica e encantada, que bem o merecia.

Possui uma mística própria, um passado cheio de factos relevantes, e as memórias de muitas dezenas de milhares de portugueses que, por todo o País ou além-fronteiras, lembram os anos de juventude aqui passados.

A Quinta das Lágrimas, onde Pedro e Inês secretamente se encontravam – uma história de amor torna-se grande pelas lendas que a mantêm viva.

**Realização:** 22 de Abril  
**Inscrição até:** 7 de Abril  
**Ponto de encontro:** Sete-Rios, junto da entrada do Jardim Zoológico de Lisboa  
**Hora:** 9.00h  
**Valor:** 62 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 55 euros  
**Inscrição inclui:** transporte, almoço e visita aos monumentos acompanhada do Prof. Miguel Soromenho  
**Inscrição não inclui:** despesas de carácter pessoal

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Inscrições consideradas por ordem de chegada, até ao máximo de 40 participantes; consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso site, em [http://www.gdbpi.pt/attachs/4317\\_1470951766.pdf](http://www.gdbpi.pt/attachs/4317_1470951766.pdf)  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo



**Coimbra será uma visita para rever o passado e deixar que a sua mente se perca na descoberta deste lugar.**

A Primavera chega assim ao Grupo Desportivo. <

## Base Naval do Alfeite

Vamos dar um passeio pela Marinha Portuguesa, descobrir algumas das histórias desta base, visitar as suas instalações e aguardar as surpresas que nos reservam.

Por Teresa Mónica

> A Base Naval de Lisboa é um órgão de base da Marinha Portuguesa e constitui a sua única grande base operacional, estando ali baseados quase todos os navios da esquadra.

Porque a maioria das instalações se localiza na antiga Quinta Real do Alfeite, a base é frequentemente referida como Base Naval do Alfeite e está integrada no Perímetro Militar do Alfeite, na margem sul do rio Tejo, junto à cidade de Almada, que também abrange outras unidades da Marinha: a Escola Naval, a Escola de Tecnologias Navais, o Arsenal do Alfeite e a Base de Fuzileiros.

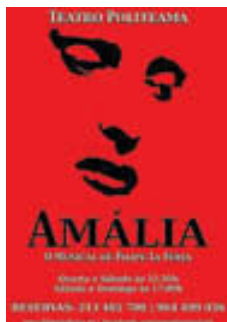
**Desta vez o Grupo Desportivo vai navegar.** <



**Realização:** 20 de Maio  
**Inscrição até:** 5 de Maio  
**Ponto de encontro:** Sete Rios, junto da entrada do Jardim Zoológico de Lisboa  
**Hora:** 9.00h  
**Valor:** 31 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 25 euros  
**Inscrição inclui:** transporte e visita aos monumentos acompanhada do Prof. Miguel Soromenho  
**Inscrição não inclui:** despesas de carácter pessoal  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Inscrições consideradas por ordem de registo, até ao máximo de 40 participantes; consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso site em [http://www.gdbpi.pt/attachs/4317\\_1470951766.pdf](http://www.gdbpi.pt/attachs/4317_1470951766.pdf)  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo



## Em Cartaz



### Teatro Politeama Amália – O Musical

De quarta-feira a sábado às 21.30h  
Ao sábado e ao domingo às 17.00h

Atendendo a centenas de pedidos, o Teatro Politeama vai pôr de novo em cena *Amália – o Musical*. Esta nova versão terá a participação de todo o elenco original, que reúne os mais significativos nomes do fado e do teatro português, como Alexandra, Anabela, Liana, Carlos Quintas e Tiago Diogo, à frente de um elenco de mais de 50 fadistas, actores, bailarinos e músicos. Informe-se dos descontos para o Grupo Desportivo BPI junto da bilheteira do teatro ou pelos telefones 21 340 57 00 ou 96 440 90 36.



### Teatro Aberto O Pai

De quarta-feira a sábado às 21.30h  
Ao domingo às 16.00h

Não sabe onde deixou o relógio e em que casa está. Suspeita de que o andem a roubar e lhe queiram ficar com a casa. O tempo, o lugar, as pessoas, o mundo à sua volta, tornam-se cada vez mais estranhos. Quem está esquecido, confuso, errado? O pai? A filha? O genro? Os outros, que aparecem para ajudar? No labirinto em que a vida se transformou, são muitas as encruzilhadas porque as grandes questões da existência irrompem na normalidade do quotidiano. É preciso encontrar soluções para a perda de autonomia, o desvanecer da identidade e a solidão. E continuar a viver.  
Encenação: João Lourenço  
Figurinos: Dino Alves  
Intérpretes: Ana Guiomar; João Perry; João Vicente; Patrícia André; Paulo Oom; Sara Cipriano  
Descontos: jovens até 30 anos – 7,50 euros; seniores + de 65 anos – 12,00 euros  
Bilheteira: telefone 21 388 00 89



### Teatro da Trindade Vanessa Vai à Luta

De 11 de Fevereiro a 1 de Abril  
Ao sábado às 16.00h

Era uma vez uma menina que queria como prenda de anos uma metralhadora. Mas a mãe leva-a à loja a ver os brinquedos próprios das meninas: bonecas cor-de-rosa, espanadores, aspiradores, vestidinhos cor-de-rosa, máquinas de lavar roupa cor-de-rosa. E aí começa a luta da Vanessa para ter aquilo que ela quer, e, no processo, perceber porque é que as pessoas pensam que há coisas próprias de meninas e coisas próprias de rapazes... e se sempre foi assim e se tem mesmo de ser assim. Uma peça para todos que trata em tom de comédia as questões pertinentes da formatação familiar e social de indivíduos cujo potencial infinito é à partida reduzido aos papéis tradicionais de homem e mulher.  
Texto: Luísa Costa Gomes  
Encenação: António Pires  
Interpretes: Carolina Campanela, Cátia Nunes, Hugo Mestre Amaro e João Veloso  
Informações na bilheteira ou pelos telefones 21 342 32 00 ou 21 342 08 10

[ atletismo ]

# Calendário nacional de atletismo

Escolham as provas que sejam do vosso interesse, juntem-se a nós e participem.

Por Direcção Nacional



➤ Para os associados do Grupo Desportivo, o atletismo em 2016 foi fantástico. Várias centenas de atletas participaram nas mais diversas provas com as cores do Grupo Desportivo. O ano ficou marcado por companheirismo, boa-dispo-

sição, *selfies* nos diversos percursos e com distâncias acessíveis a todos e para todas as idades.

Para este ano de 2017 o Grupo Desportivo apoia a Norte e a Sul as provas deste calendário.

## Janeiro

<b>29</b>	<b>GP Fim da Europa</b>	Sintra	17 km
-----------	-------------------------	--------	-------

## Fevereiro

<b>12</b>	<b>Corrida da Árvore</b>	Lisboa	10 km
<b>12</b>	<b>Trail Montes Saloios</b>	Sintra	11/26 km
<b>26</b>	<b>Meia-Maratona Cascais</b>	Cascais	21,1 km

## Março

<b>05</b>	<b>Corrida das Lezírias</b>	Vila Franca de Xira	15 km
<b>11</b>	<b>Trail de Vila de Rei</b>	Vila de Rei	20/50 km
<b>12</b>	<b>Corrida Solidariedade APAV</b>	Lisboa	10 km
<b>19</b>	<b>Corrida do Dia do Pai</b>	Porto	7/10 km

## Abril

<b>02</b>	<b>Corrida do Mar</b>	Matosinhos	5/10 km
<b>02</b>	<b>Trail de Monsaraz</b>	Reguengos de Monsaraz	15/30 km
<b>02</b>	<b>Corrida dos Sinos</b>	Mafra	15 km
<b>23</b>	<b>Volta a Campanhã</b>	Porto	5/10 km
<b>23</b>	<b>Estafeta Cascais Lisboa</b>	Estoril	20 km
<b>24</b>	<b>Corrida e Caminhada Liberty Seguros</b>	Viseu	5/10 km
<b>25</b>	<b>Corrida da Liberdade</b>	Lisboa	10 km

## Mai

<b>01</b>	<b>Corrida 1.º de Maio</b>	Lisboa	15 km
<b>06</b>	<b>Médis Marginal Douro</b>	Vila Nova de Gaia	5/10 km
<b>07</b>	<b>Corrida Saúde Mais Solidária</b>	Lisboa	10 km
<b>13</b>	<b>Trilho das Lampas</b>	Sintra	20 km
<b>21</b>	<b>Corrida da Mulher</b>	Porto	5 km
<b>28</b>	<b>Meia-Maratona Douro Vinhateiro</b>	Régua	21 km
<b>28</b>	<b>Corrida Portucale</b>	Porto	5/15 km
<b>28</b>	<b>Meia-Maratona na Areia</b>	Costa da Caparica	21,1 km



### Junho

<b>04</b>	<b>Corrida do Oriente</b>	Lisboa	10 km
<b>18</b>	<b>Corrida de S. João do Porto</b>	Porto	5/15 km
<b>24</b>	<b>Corrida das Fogueiras</b>	Peniche	15 km

### Julho

<b>01</b>	<b>Porto a subir</b>	Porto	
<b>02</b>	<b>Corrida de S. Pedro da Póvoa de Varzim</b>	Póvoa de Varzim	5/10 km

### Agosto

<b>12</b>	<b>Trail nocturno Lagoa de Óbidos</b>	Óbidos	25/50 km
-----------	---------------------------------------	--------	----------

### Setembro

<b>09</b>	<b>Meia-Maratona de S. João das Lampas</b>	Sintra	21,1 km
<b>17</b>	<b>Corrida do Aqueduto</b>	Amadora	10 km
<b>17</b>	<b>Meia-Maratona Sport Zone</b>	Porto	5/21 km
<b>23</b>	<b>Marginal de Matosinhos à noite</b>	Matosinhos	8 km

### Outubro

<b>08</b>	<b>Meia-Maratona Ribeirinha da Moita</b>	Moita	21,1 km
<b>15</b>	<b>Rock' n' Roll Maratona de Lisboa</b>	Lisboa	21/42 km
<b>29</b>	<b>20 km de Almeirim</b>	Almeirim	20 km

### Novembro

<b>05</b>	<b>Maratona do Porto</b>	Porto	5/15/42 km
<b>11</b>	<b>Trail do Zêzere</b>	Ferreira do Zêzere	17/30/55 km
<b>12</b>	<b>Meia Maratona da Nazaré</b>	Nazaré	21,1 km

### Dezembro

<b>05</b>	<b>Meia-Maratona dos Descobrimentos</b>	Lisboa	21,1 km
<b>08</b>	<b>59.ª Volta a Paranhos</b>	Porto	4/10 km
<b>10</b>	<b>GP de Natal</b>	Lisboa	10 km
<b>17</b>	<b>S. Silvestre do Porto</b>	Porto	5/10 km
<b>30</b>	<b>S. Silvestre de Lisboa</b>	Lisboa	10 km



[ atletismo ]

## 59.<sup>a</sup> Volta a Paranhos

A partida foi na Rua Alfredo Allen, junto à Faculdade de Psicologia. O percurso levou-nos a percorrer as artérias mais importantes da freguesia de Paranhos.

Por Sandra Almeida

> Realizou-se a 59.<sup>a</sup> Volta a Paranhos num dia cheio de sol, com música e muita alegria no ar.

Participaram na prova cerca de 3000 atletas das mais diversas idades. O Grupo Desportivo fez-se representar por 14 atletas na prova mais antiga e carismática de 10 km da região norte, ou na caminhada de 4 km organizada pelo Sport Clube Salgueiros.

A partida foi dada na Rua Alfredo Allen,



junto à Faculdade de Psicologia. O percurso levou-nos a percorrer as artérias mais importantes da freguesia de Paranhos.

Paranhos, como curiosidade histórica, possui alguns regatos de pequena dimensão utilizados outrora pelos lavradores, para regarem os seus terrenos de cultivo.

A freguesia é conhecida pelas suas sete nascentes, com água de excelente qualidade, como as águas de Arca d'Água, utilizadas para abastecer toda a cidade do Porto, desde finais do século XVI. Da famosa Arca d'Água, partiam três nascentes da Arca Nova e quatro da Arca Velha.

Na primeira quinzena do mês de Agosto de cada ano realizam-se as festas em honra da Nossa Senhora da Saúde, com muita animação, barraquinhas de comer e beber e onde grande parte da população da freguesia de Paranhos se encontra para um convívio popular.

A 59.<sup>a</sup> Volta a Paranhos foi uma manhã bem passada e divertida a fazer desporto. <

## 13.<sup>a</sup> Maratona do Porto

O Grupo Desportivo fez-se representar neste evento com 42 atletas: 17 na Maratona, 6 na Family Race e 19 na Fun Race.

Por Tiago Seixas

> Chegou o grande dia pelo qual todos os que gostam de correr anseiam: a mítica distância dos 42,125 km. Foi a minha segunda maratona e a adrenalina da prova começou a apoderar-se de mim no dia anterior, na Expo-Maratona.

O tempo estava ótimo e o percurso era perfeito, mas a preparação não foi a ideal. No entanto, chegado ao local da partida, aquele mar de gente, aquela paisagem, a música, a boa-disposição e a alegria que se sentiam no ar foi o cenário perfeito para o início da prova e uma motivação extra para a mim.



A prova correu dentro daquilo que tinha perspectivado, tendo conseguido desfrutar ao máximo da minha corrida até aos 36km, mas a partir daí a falta de treino e preparação fez-se sentir, uma ou duas câibras apareceram, bem como a consciência de que esta distância merece de facto muito respeito dos atletas.

Mas recuperei rapidamente e cheguei aos 40km com algum sacrifício, e a partir daqui, como costume dizer são 2 km de graça; desfrutei de todo o ambiente que me rodeava, e aproveitava cada metro que corria. A chegada aos últimos 200 metros com aquela multidão e com a meta ao alcance dos meus olhos, é uma sensação indescritível e única, que todos deviam sentir pelo menos uma vez na vida.

Parabéns ao nosso colega Carlos Canto, pelo honroso 1.<sup>o</sup> lugar na equipa do Grupo Desportivo. Para 2017 há mais, e espero ser eu! <

## Meia-Maratona dos Descobrimentos

Prova com mais de 5000 participantes que teve como particularidade o mau tempo que se abateu sobre Lisboa.

Por Luís Calheiros



> Disputou-se a quarta edição da Meia-Maratona dos Descobrimentos, prova com duas distâncias, de 10km para os atletas que pretendem uma distância mais curta, e a meia-maratona.

Às 9.35h iniciou-se a prova dos 10km com a representação do Grupo Desportivo a cargo do atleta Alberto Santos. Às 10h iniciou-se a prova da meia-maratona, e a representar o Grupo Desportivo encontrava-se uma equipa de 14 atletas.

É uma prova com mais de 5000 participantes que teve como particularidade o mau tempo que se abateu sobre Lisboa, tornando ainda mais complicada uma prova já de si difícil, devido à distância.

Neste ano a competição sofreu uma alteração de trajecto, não tendo no seu início a subida até ao estádio do Belenenses.

Partida em direcção a Cascais com retorno em Algés em direcção a Santa Apolónia, onde se deu a volta para o regresso. Ao chegar à Praça do Comércio, a prova virou à direita e fomos até ao Rossio para então regressar a Belém.

A muita chuva que se fez sentir e algum vento dificultou a prova, devido às inúmeras poças de água que obrigam a um cuidado redobrado, para evitar entorses ou eventualmente quedas. Mas os atletas do Grupo Desportivo são bravos, e todos os que iniciaram a prova terminaram, com maior ou menor dificuldade, tendo mesmo alguns batido o seu record da distância.

Penso que é de salientar a crescente adesão de atletas a esta modalidade.

Para o ano lá estaremos quer faça chuva ou sol.

## 23.ª S. Silvestre do Porto

A Av. dos Aliados engalanou-se para receber as 16 000 pessoas que foram participar na 23.ª edição da S. Silvestre do Porto.

Por Rui Martins

> O Grupo Desportivo esteve muito bem representado com 57 atletas, 43 na corrida e 14 na caminhada.

Os objectivos foram bastantes díspares: só uma ínfima percentagem é que correu para ganhar; os restantes correram contra o seu melhor tempo, e os mais relaxados foram pelo convívio e diversão.

O ambiente estava electrizante, o frio esbatia-se à medida que integrávamos a enorme moldura humana, os barretes de

Pai Natal cobriam os atletas, e o nervoso-miudinho só cessou com o tiro de partida.

Neste ano o percurso mudou... e para melhor! Os primeiros 5 km foram os mais exigentes: um carrossel de longas subidas e curtíssimas descidas; contornámos a estação de São Bento, inflectimos para a esquerda rumo ao jardim de São Lázaro, e cá fomos nós “escalar uma parede” chamada Rua Dom João IV e Alegria coroada no Marquês de Pombal.

A partir daqui as descidas apareceram e a gravidade ajudou. Mal mergulhámos no Túnel de Ceuta sentimos o troar do marchar de centenas de atletas, e, de repente... Aliados à vista, meia volta e estávamos na recta final!

Tira-se a *selfie* da praxe com a árvore em pano de fundo, e estamos prontos para receber, sem qualquer peso de consciência, todas as calorias merecidas nesta época festiva!



[ basquetebol ]

## Campeonato Distrital de Basquetebol do Inatel Lisboa

O Inatel organiza mais uma edição do chamado DBA – Distrital Basquetebol Amador, campeonato que é uma tradição no basquetebol amador de Lisboa, e onde, como é habitual, o Grupo Desportivo marca presença com uma equipa.

Por Rafael Franco

> Nesta época a equipa não sofreu grandes alterações, mas conta com caras novas e jovens, que trazem uma maior energia e resistência à equipa. A estrutura de base não se alterou, o que é bastante positivo: a equipa é comandada em



campo pelo Pedro Jorge, o nosso marcador de lances de 3 pontos, acompanhado pela nossa estrela Guálter Almeida e os irmãos Álvaro e Pedro Firme, cujo apelido diz tudo!

O campeonato conta com 30 equipas, divididas em 3 grupos, e o Grupo Desportivo ficou no Grupo A com as seguintes equipas: Malveira Basket, Clube Nacional de Natação, Instituto Superior Técnico, Associação Juvenil 7.ª Vaga, CF Os Belenenses, Estoril Basket Clube, Maria Pia Sport Clube, Banco Credibom e Clube BBVA.

Neste início de campeonato, conseguimos 6 pontos em 9 possíveis, derrotando o BBVA e o Maria Pia, tendo sido derrotados apenas pelo Belenenses por meros 2 pontos, conseguidos no apito final. O ano fechou com a nossa equipa a ocupar o 4.º lugar da tabela, pelo que estamos bastante confiantes em fazer uma boa época e – quem sabe? – melhor do que a anterior.

Acompanhe a nossa equipa no *site* e venha assistir aos nossos jogos; o seu apoio é muito importante para nós.



## Um trimestre de invencibilidade

O arranque da época foi “em pleno” para a nossa equipa!

Por Manuel Correia



> No último jogo de preparação para a nova temporada, deslocámo-nos a Aveiro para jogar contra a equipa do Galitos, que é a actual campeã da Liga Master da Federação Portuguesa de Basquetebol. Após três períodos de grande equilíbrio, entrámos muito bem no período decisivo e conseguimos uma vitória surpreendente por 75-59!

Terminada a pré-época, começou a competição a sério. Neste ano a Liga Inatel é composta por 15 equipas, que foram divididas por três grupos. No nosso grupo ficaram integradas as equipas do Matosinhos Basket, Paroquial de Oliveira do Douro, Maia Basket e Banda Musical da Lixa.

O nosso principal objectivo é de terminar esta série nos dois primeiros lugares, que

dão acesso directo ao grupo que irá disputar o título de campeão. Com vista ao cumprimento desse objectivo, podemos dizer que começámos da melhor maneira, uma vez que alcançámos três vitórias nos três primeiros jogos realizados: 57-48 contra o Paroquial, 62-53 contra o Maia Basket, e 43-32 contra a Banda da Lixa.

Apesar das diferenças registadas, todas estas vitórias foram muito difíceis de alcançar, sendo que contra o Maia Basket chegámos mesmo a estar com 11 pontos de desvantagem já na segunda parte do jogo.

Deste modo, fechámos o ano de 2016 ainda sem derrotas nesta série, e, apesar da sensação de que ainda temos muitos aspectos a melhorar, com o sentimento do dever cumprido!





## Bowling de alto nível

O SBSI escolheu Guimarães para ser o palco da final do XI Torneio Nacional de Bowling.

Por Rui Duque

> Situada no distrito de Braga, a pitoresca cidade de Guimarães é um dos mais importantes destinos históricos do país.

Esta encantadora cidade histórica é um labirinto de vielas sinuosas ladeadas por casas antigas decoradas com estatuária que conduzem à bela praça principal, o Largo da Oliveira, e ao antigo palácio ducal.



D. Afonso Henriques, o primeiro rei de Portugal, escolheu esta antiga cidade romana como capital do Reino de Portugal após a sua vitória na Batalha de São Mamede, em 1128.

O SBSI escolheu Guimarães para ser o palco da final do XI Torneio Nacional de Bowling.

Como se pode verificar pela foto, o Grupo Desportivo esteve muito bem representado neste torneio, mas na final nacional foi o Jorge Teixeira quem mais se destacou, conseguindo arrecadar, uma vez mais, o troféu destinado ao vice-campeão.

Neste ano de 2017 estaremos uma vez mais representados e com os mesmos objectivos de sempre.

## Passeio mistério em família

O Grupo Desportivo está a organizar uma brincadeira familiar, para que possa participar com a família e contribuir para uma causa solidária.

Por Rafael Franco

> Pois é! Que tal um passeio mistério em bicicleta por terras de Belém? O passeio que propomos é uma prova de observação em bicicleta, que terá perguntas às quais deverá responder, sendo que am-

**Realização:** 18 de Março  
**Inscrição até:** 15 de Março  
**Ponto de encontro:** Torre de Belém  
**Hora:** 9.00h  
**Valor:** Contributo para o Banco Alimentar  
**Inscrição inclui:** reforço alimentar e águas  
**Inscrição não inclui:** seguro de acidentes  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.qdbpi.pt>.  
**Obrigatórios:** a bicicleta, o capacete e a caneta; o participante é responsável pela sua total integridade física, devendo apresentar-se em perfeitas condições de saúde para a prática desportiva  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.qdbpi.pt](http://www.qdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

bas, perguntas e respostas, indicam o caminho a seguir. O objetivo é conseguir chegar ao final, o que significa que conseguiu responder a todas as perguntas.

É um passeio basicamente em terreno plano, para que possa levar a família junto ao rio. Não terá a vertente competitiva para que seja tranquilo, apesar de ter tempo-limite, conciliado com a iniciativa de poder contribuir para o Banco Alimentar contra a Fome.

Contamos com a sua presença neste passeio-mistério em bicicleta. Participe por uma boa causa e principalmente pela diversão.



[ fotografia subaquática/jogos de salão ]

## Campeonato Europeu de Fotografia Subaquática

«Excelente oportunidade de contacto com praticantes da modalidade, uma experiência enriquecedora e um sentimento de missão cumprida.»

Por Rafael Franco



> Rui Palma e Carla Siopa foram selecionados pela Federação Portuguesa de Atividades Subaquáticas para representar



Portugal no Campeonato Europeu de Fotografia Subaquática, muito devido à excelente época que conseguiram, concluída com o título de campeões nacionais.

A competição teve lugar em Espanha, em La Herradura, onde estiveram representados 19 países, reunindo 23 equipas, constituídas por um fotógrafo e um modelo, envolvendo 46 praticantes de fotografia subaquática ao longo de sete dias.

Em entrevista a Rui Palma e Carla Siopa, apercebemo-nos do quanto gostaram desta experiência, com a sua vertente de aventura e como foi bom o sentimento de representar a nossa Nação: «É uma sensação difícil de explicar, dado que por um lado é muito pesada e forte; não é o nosso nome que estamos a representar, é o de Portugal. Por outro lado, é muito compensador sentir o imenso orgulho de transportar as nossas quinas ao peito e defendermos a nossa Pátria.»

A equipa conseguiu colocar uma foto no *top ten* em categoria macro, obtendo um magnífico 7.º lugar. Parabéns, equipa! <

## Torneio Interno de Jogos de Salão

Aproxima-se a abertura dos nossos Jogos de Salão, e mais uma vez teremos as edições dos torneios: de sueca, de *king*, de *snooker*, de bilhar livre e de matraquilhos.

Por Fernando Ferreira

> A todos os colegas e amigos(as) que queiram, em ambiente de harmonia, mostrar as suas qualidades e habilidades nestas actividades, podem desde já começar a fazer as vossas inscrições, pois o momento do início dos jogos está muito próximo.

O torneio de sueca vai abrir a campanha de 2017, nos moldes do ano anterior, e recordo que os atuais campeões, a equipa Humberto Cerqueira e Jaime Moreira, vão naturalmente querer repetir o feito de 2016. Será que os vão deixar conseguir? <

Inscribe-te e vem desfrutar destes jogos. <



**Realização:** 15 de Fevereiro

**Inscrição até:** 12 de Fevereiro

**Ponto de encontro:** Grupo Desportivo na Rua de Sá da Bandeira, 70-3.º

**Hora:** 15.00h

**Valor:**

**Sueca:** 5,00 euros

**King:** 5,00 euros

**Bilhar livre:** 10,00 euros

**Bilhar snooker:** 10,00 euros

**Matraquilhos:** 5,00 euros

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

**Sueca:** 2,50 euros

**King:** 2,50 euros

**Bilhar livre:** 5,00 euros

**Bilhar snooker:** 5,00 euros

**Matraquilhos:** 2,50 euros

**Recomendações:** faça a inscrição

*on-line* na sua área pessoal em

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

O sorteio dos jogos realiza-se a 13 de Fevereiro

**Ficha de inscrição disponível:**

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

**Para mais informação contacte:**

o Grupo Desportivo

## Torneio de Poker – Texas Hold'em

As cartas já estão lançadas. As regras do jogo vão estar disponíveis na nossa página, anexas à notícia que divulga este torneio.

Por Pedro Ribeiro



**Realização:** 31 de Março  
**Inscrição até:** 17 de Março  
**Ponto de encontro:** Rua do Almirante Barroso, n.º 32 r/c  
**Hora:** 18.30h às 22.00h  
**Valor:** 10 euros  
**Inscrição não inclui:** bebidas  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Torneio reservado até ao máximo de 50 inscrições; a inscrição é gratuita para o vencedor  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

- > Sejam bem-vindos a mais um *torneio de poker*, que promete trazer às mesas do Grupo Desportivo os melhores jogadores amadores da esfera bancária. Será também uma ótima oportunidade para ficarem a conhecer as novas instalações do Grupo Desportivo.

As regras do jogo vão estar disponíveis na nossa página, anexas à notícia que divulga este torneio em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=37&parentid=3&detailid=4510>

Sem *bluffs!*

## Maratona de Jogos de Salão

A próxima edição da Maratona de Jogos de Salão vai ser nas novas instalações do Grupo Desportivo na Almirante Barroso.

Por Pedro Ribeiro

**Realização:** 10 de Março  
**Inscrição até:** 27 de Fevereiro  
**Ponto de encontro:** Rua do Almirante Barroso, n.º 32 r/c  
**Hora:** 18.30h  
**Valor:** 8 euros por equipa  
**Inscrição não inclui:** bebidas  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Torneio reservado até ao máximo de 50 inscrições.  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

- > A maratona inclui provas de dardos, *snooker* e *matraquilhos*.

Relembramos as regras gerais:

Cada equipa é composta por 2 elementos e escolherá um deles para a representar em cada uma das modalidades, com excepção dos *matraquilhos*, em que participam ambos os jogadores.

A maratona realiza-se no sistema de *poule*, com uma fase de apuramento, quartos-de-final, semifinal e finalíssima para cada modalidade.

A maratona é pontuado em cada modalidade na seguinte ordem:

*Matraquilhos* (1 jogo = ao melhor de 9 bolas) > vitória = 10 pontos; derrota = 2 pontos

*Snooker* (*pool* = 1 jogo) > vitória = 5 pontos; derrota = 1 ponto

*Dardos* (301 = 1 jogo) > vitória = 5 pontos; derrota = 1 ponto





[ futsal ]

## Final do XIV Torneio Interno de Futsal

Sul do Douro Boys e New Jovet's foram os finalistas, e a vitória sorriu aos New Jovet's

Por Fernando Barrias

> Após sucessivos adiamentos motivados por razões de natureza diversa, só em Janeiro de 2017 é que finalmente se apurou o campeão do XIV Torneio Interno de Futsal, que opôs o vencedor da edição anterior (Sul do Douro Boy's) aos New Jovet's (vencedor do II Torneio de Outono em 2015). Não foi fácil organizar esta competição.

Atendendo à grande valia técnica dos elementos que integram ambas as equipas, foi uma final muito bem disputada e sempre a alta velocidade.

O vencedor, com inteira justiça, foi a equipa New Jovet's, a quem damos os parabéns. Claro que os vencidos também merecem ser louvados.



Por fim, não podemos esquecer o empenho e a colaboração prestadas pelas restantes equipas que participaram neste torneio, como foram os casos dos Maiatrecos, Galácticos da Guarda e Bracara Augusta, que com as suas presenças mais uma vez prestigiaram esta prova. <

## Torneio Patricius no Porto

Vai decorrer, a partir do 1.º Sábado de Março, mais uma edição do torneio mais antigo de futebol de 7, em Portugal.

Por João Serpa



> O Grupo Desportivo vai participar neste torneio com duas equipas:

- Uma, para jovens maiores de 14 anos, no 34.º Patricius Original
- Outra, para outros jovens com idade superior a 36 anos, no 14.º Patricius Velhas Guardas.

Se estiver interessado em participar – sócios, cônjuges, filhos ou netos –, contacte o Grupo Desportivo até ao final do mês de Fevereiro. A sua participação é desejada e pode fazer a diferença.

Os jogos decorrerão nos campos de relva sintética do Parque da Cidade do Porto, ao sábado, entre Março e Junho.

A foto mostra a equipa campeã do 25.º torneio. Como se pode ver, a idade não interessa. <

## Bicampeão no Kartódromo de Fafe

Se dúvidas existiam elas foram dissipadas na primeira manga, com o Tó Costa a vencer a prova e a sagrar-se bicampeão, numa prova que dominou do princípio ao fim.

Por José Caldas

> O dia nasceu mais tarde para assistir à consagração do piloto Tó Costa. É a primeira vez em que o Grupo Desportivo tem um bicampeão em *karting*.

Com uma possibilidade matemática



de ser campeão, o piloto António Sérgio apresentou-se em boa forma para discutir o título, mas o Tó Costa tinha os deuses ao lado dele e conseguiu ganhar tudo o que havia para ganhar.

Se dúvidas existiam elas foram dissipadas na primeira manga, com o Tó Costa a vencer a prova e a sagrar-se bicampeão, numa prova que dominou do princípio ao fim.

Com o campeão já conhecido, teve início a segunda manga, e mais uma vez o Tó Costa parte do último lugar da grelha e vai cortar a meta em primeiro lugar.

O Tó Costa revalida o título de campeão com um total de 195 pontos, seguido pelo Luís Fernandes com 166 e ficando o terceiro lugar entregue ao António Sérgio com 164.

A entrega dos prémios realizou-se no Kartódromo de Fafe com os pilotos a testar novos *karts* para o próximo campeonato, tendo o Grupo Desportivo distribuído lembranças a todos os participantes e o troféu de campeão ao Tó Costa. <

## Início da época de pesca da zona Norte

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

Por Jorge Couto

> Como já vem sendo habitual, a secção de pesca da zona Norte, prestou homenagem a dois dos atletas mais antigos, o Júlio Almeida e o José Pedrosa, e para tanto organizou uma visita cultural, tendo cabido desta vez a escolha ao Museu de Ílhavo, que,



como não podia deixar de ser, é dedicado à pesca do bacalhau, e que nos proporcionou um melhor e mais profundo conhecimento daquela que era uma das artes mais difíceis e perigosas daquela época.

No aquário existente no museu pudemos ver alguns exemplares de bacalhau no seu *habitat* fazendo-nos roer de inveja por não podermos lançar a cana.

Seguiu-se a ida para o restaurante, onde nos foi servida a refeição (bacalhau – está claro!) com várias maneiras de o confeccionar que agradou a todos.

Em 2016 o campeão de Mar foi o Mário Santos; no Rio foi o Vítor Barreto, e o campeão absoluto foi o Fernando Costa. Os campeonatos de 2017 já estão em preparação, estando prevista a 1.ª prova de Mar para finais de Fevereiro.

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

Colega, inscreve-te, vem praticar desporto pelo Grupo Desportivo. <

[ ténis de campo ]

## Torneio de Outono de Ténis de Campo

Este torneio bateu o número de inscrições de torneios anteriores com a presença de doze atletas.

Por José Caldas



> Realizámos o torneio de ténis de Outono. Devido à chuva que se fez acompanhar (sem inscrição) ao longo dos três dias, a organização teve necessidade de alterar alguns horários dos jogos, de modo que estes se realizassem em campo coberto.

No entanto, nem esta alteração desmotivou os atletas, que acolheram de bom grado estas alterações.

O *fair-play* e a boa-disposição imperaram ao longo do torneio, e, apesar de alguns resultados desnivelados, houve também equilíbrio, bons jogos e pontos espectaculares.

Uma vez mais, o Ivo Francisco, da Co-sec, superou a concorrência, desta vez com uma vitória concludente na final sobre o Fernando Almeida.

A final de consolação foi disputada entre os Antónios da DOQ, mas o António Rodrigues mostrou mais organização e qualidade que o António Pinheiro. <

## Torneio de Ténis de Campo do SBN

Ficaram apurados para a Final Nacional Interbancária, que terá lugar no início do ano de 2017, os atletas Fernando Almeida, António Rocha e Joaquim Silva.

Por António Rocha

> Com a excelente participação de cinco atletas em representação do Grupo Desportivo, decorreu nos *courts* do Complexo Municipal da Maia o 34.º Torneio Regional Interbancário de Ténis de campo organizado pelo Sindicato dos Bancários do Norte (SBN).

É digna de realce a participação de tenistas em quase todos os escalões da modalidade: o David Silva nos seniores, o Fernando Almeida no escalão de mais de 45 anos, o António Rocha e o Adalberto Ribeiro no de mais de 55 anos, e o Joaquim Silva em mais de 60 anos.

Como balanço deste torneio, em representação do Grupo Desportivo do Banco BPI, foram apurados para a Final Nacional Interbancária, que terá lugar no início do ano de 2017, os seguintes atletas: Fernando Almeida, António Rocha e Joaquim Silva. <





## IV Torneio Aberto de Ténis de Mesa

O Grupo Desportivo vai realizar o seu IV Torneio Aberto, a contar para o Ranking List do Lazer e Desporto para Todos, no Pavilhão Desportivo Municipal de Mafra.

Por Carlos Galvão



> Neste torneio podem participar atletas filiados no Lazer e Desporto para Todos da Federação Portuguesa de Ténis de Mesa, com licença desportiva.

O Grupo Desportivo BPI estará representado pelos seus 16 atletas filiados. Esperamos reunir neste torneio mais de 200 atletas em competição.

Desloca-te a Mafra e vem apoiar os nossos atletas e a nossa equipa num parque desportivo maravilhoso. <

### Programa:

**09.15h** – Treino de adaptação às mesas

**10.00h** – Início da competição II Escalão

**12.00h** – Início da competição III Escalão

**14.00h** – Início da competição I Escalão

**15.30h** – Início da competição Seniores Femininos

**Realização:** 25 de Fevereiro

**Inscrição até:** 20 de Fevereiro\*

**Ponto de encontro:** Pavilhão Desportivo Municipal de Mafra

**Hora:** 9.00h

**Valor:** 4,00 euros (participação individual e participação por equipa)

**Inscrição inclui:** participação no torneio

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

Vestuário desportivo oficial e equipamento de ténis de mesa.

\*O sorteio realiza-se no dia 21 nas instalações da FPTM.

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

**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo ou Carlos Galvão, telemóvel 91 674 53 73

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

**7 noites**  
desde  
**154€**

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

# 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.

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:

**Amesterdão**  
**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.**



**O melhor da Galiza**  
de 1 a 4 de Abril



**Circuito Floresta Negra**  
de 7 a 13 de Maio



**Açores, 2 ilhas Terceira e São Miguel**  
de 25 a 29 de Maio



**Montanhas mágicas e Passadiços do Paiva**  
de 27 a 28 de Maio



**Croácia, Eslovénia, Bósnia e Montenegro**  
de 11 a 18 de Junho



**Corpus Christi em Toledo**  
de 13 a 16 de Junho



**Encontro com o Douro**  
de 30 de Junho a 2 de Julho



**Convívio de Reformados, à descoberta do Alentejo**  
de 29 de Julho a 3 de Agosto



**Nova Iorque**  
de 1 a 5 de Setembro



**Cruzeiro explorar o Mediterrâneo e Marrocos**  
de 25 de Setembro a 4 de Outubro



**Encontro de Reformados em Salamanca**  
de 5 a 8 de Outubro



**Colômbia**  
de 16 a 26 de Novembro



# O melhor da Galiza



Vigo, Santiago de Compostela, Corunha, Sanxenxo, de 1 a 4 de Abril

Por Direcção Nacional

> **1 de Abril** – Porto / Vigo / Santiago de Compostela

Saída pela A3, Valença, Tui (breve pausa) e continuação até Vigo. Tempo livre e almoço em restaurante local. De tarde, continuação com chegada ao fim do dia a Santiago de Compostela. *Check-in*, jantar e alojamento no hotel.

**2 de Abril** – Santiago de Compostela

Estada no hotel em regime de pensão completa. Ao início da manhã, visita da cidade com orientação de guia local, que nos dará a conhecer, de forma panorâmica, a beleza monumental desta cidade, terminando na catedral. Tarde livre para actividades de gosto pessoal.





[ O melhor da Galiza ]

**Realização:** de 1 a 4 de Abril

**Inscrição até:** 1 de Março

**Ponto de encontro:** Praça

Francisco Sá Carneiro

**Hora:** 7.30h

**Valor:** 355 euros

**Suplemento de quarto**

**individual:** 75 euros

**Taxa de inscrição:** 36 euros

**Inscrição inclui:** viagem em luxuoso *autopullman*, durante todo o percurso; estada conforme programa, base quarto duplo no regime indicado, em hotéis categoria 4\*; refeições de acordo com programa, com menus de grupo predeterminados de acordo com a gastronomia local, com pratos fixos e bebidas; visitas indicadas às cidades de Santiago de Compostela e Corunha, com orientação de guia local; visita da Bodega Palacio de Fefianes; Festa da queimada e cruzeiro nas rias; seguro de viagens com inclusão de cancelamento e interrupção de viagem; assistência telefónica 24 horas; assistência durante toda a viagem por delegado da Flash. **Inscrição não inclui:** extras de carácter pessoal

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

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Número mínimo de 30 participantes; 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:** Flash Viagens, matriculada na Conservatória do Registo Comercial do Porto com o n.º 51472, RNAVT 2094

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



### 3 de Abril – Santiago de Compostela / Corunha / Santiago de Compostela

Estada no hotel em regime de meia pensão (jantar e alojamento).

Ao início da manhã, saída para a sempre maravilhosa cidade da Corunha; visita da cidade com orientação de guia local. Almoço em restaurante local.

A meio da tarde, regresso a Santiago de Compostela. Nesta noite, teremos a tradicional festa da queimada, com muita animação. Divirta-se.

### 4 de Abril – Santiago de Compostela / Sanxenxo / Porto

Saída com visita dedicada a uma das zonas mais bonitas da Galiza, panorâmica de Vilagarcía de Arosa, Cambados, onde visitaremos a Bodega Palacio de Fefianes, com degustação de alvarinho. Continuação até ao Grove e almoço de marisco em restaurante local. De tarde, faremos um relaxante cruzeiro, onde poderemos visitar o cultivo de mexilhões, ostras e vieiras. Continuação por Valença (pausa), A3 e Porto.



## Circuito Floresta Negra



Lisboa, Frankfurt,  
Estrasburgo, Obernai,  
Friburgo, Baden-Baden,  
Heidelberg,  
de 7 a 13 de Maio

Por Direcção Nacional

### > 7 de Maio – Lisboa / Frankfurt / Estrasburgo

Encontro no aeroporto para embarque em voo directo da TAP para Frankfurt. Transporte para o hotel e *check-in*. Partida para a Alsácia, região salpicada de povoações e cidades cujos centros históricos parecem contos de fadas. Visita panorâmica de Estrasburgo: a catedral, o Bairro Antigo, o Palácio de Rohan, “La Petite France” e o distrito das instituições europeias. Jantar e alojamento.

### 8 de Maio – Estrasburgo (rota dos vinhos)

Saída para Colmar, ponto importante da região vinícola, com relevo para a “Petite Venise”. Prosseguimento para a rota dos vinhos, com paragens nas povoações de Riquewhir e Ribeauville. Tempo livre e regresso a Estrasburgo. Jantar e alojamento.



### [ Circuito Floresta Negra ]

**Realização:** de 7 a 13 de Maio  
**Inscrição até:** 24 de Fevereiro  
**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 1590 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 230 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 132 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Inscrição inclui:** estada de 6 noites nos hotéis mencionados ou similares; guia local para visita das cidades; pensão completa com água e vinho; entrada nos museus e nos locais mencionados; taxas de aeroporto, segurança e combustível: 132 euros, (valor sujeito a alteração); acompanhamento por representante da Mil Destinos; alojamento ou similares: Ibis Centre Petite France\*\*\* em Estrasburgo; B&B Sud \*\*\* em Freiburg, e Crown Plaza City Centre\*\*\*\* em Heidelberg.  
**Inscrição não inclui:** despesas de carácter pessoal e tudo o que não consta no programa  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 12 (doze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e final em Novembro  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão  
**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:** Mil Destinos – Viagens e Turismo Lda., matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Seixal, sob o número 4898 / 981016 e com o RNAVT n.º 2013.  
**Condições gerais da viagem:** disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=2609>



#### 9 de Maio – Estrasburgo / Obernai / Friburgo

Saída para Obernai, povoação encravada entre as montanhas Vosges e o monte de Saint Odile, considerada uma das mais belas de França. Tempo livre para visitar o centro histórico. Travessia da fronteira com a Alemanha e entrada na Floresta Negra. Visita panorâmica de Friburgo, a capital da região; a catedral, a Praça dos Agustinos, a antiga Cervejaria Faierling, Markthale e a Câmara Municipal. Jantar e alojamento.

#### 10 de Maio – Friburgo (Floresta Negra)

Excursão nesta região, assim chamada pela obscuridade dos caminhos que atravessam os densos bosques. Paragem em Gutach para visitar o museu ao ar livre de Vogstbauernhof, e em Triber, e visita ao Museu dos Relógios de Cuco. Prosseguimento para o lago Titisee, lugar rodeado de frondosos bosques. Passeio de barco e almoço. Regresso a Friburgo. Alojamento.

#### 11 de Maio – Friburgo / Baden-Baden / Heidelberg

Saída para a estação termal de Baden-Baden, desenvolvida em estilo *belle époque*, frequentada pela burguesia europeia no séc. XIX. Tempo livre. Continuação para Heidelberg, nas margens do rio Neckar, visita ao castelo e breve passeio panorâmico pela cidade de ambiente romântico, com localização privilegiada entre bosques e vinhas, pitorescas ruelas e impressionantes monumentos. Jantar e alojamento.

#### 12 de Maio – Heidelberg / Frankfurt

Passeio de barco pelo rio Neckar e viagem de regresso a Frankfurt. Visita panorâmica da capital financeira da Alemanha, destacando-se a Câmara Municipal, a Fonte da Justiça, o Kaiser Dom e a Igreja de S. Paulo. Alojamento.

#### 13 de Maio – Frankfurt / Portugal

Após o pequeno-almoço, transporte para o aeroporto e embarque com destino a Portugal.





---

## Açores, 2 ilhas Terceira e São Miguel

---

Ilha Terceira, ilha de S. Miguel (Ponta Delgada), Vila Franca do Campo, Furnas, Lagoa do Fogo, Ribeira Grande, Sete Cidades, de 25 a 29 de Maio

---

Por Direcção Nacional

### > 25 de Maio – Lisboa ou Porto / ilha Terceira (Lages)

Comparência no aeroporto de Lisboa ou do Porto para formalidades de embarque com destino à ilha Terceira. Chegada, assistência pelo guia e início da excursão à ilha Terceira. Principais destaques: Monte Brasil, Baía da Salga, Porto Martins, Praia da Vitória, serra do Cume e São Sebastião. Almoço em restaurante local. Continuação até à caldeira de Guilherme Moniz, vulcão do Algar do Carvão, piscinas vulcânicas dos Biscoitos, Mistérios Negros, Estrada das Doze Ribeiras, Cinco Ribeiras e Porto de São Mateus. *Check-in* e jantar no hotel.





[ Açores, 2 ilhas  
Terceira e São Miguel ]



**Realização:** de 25 a 29 de Maio  
**Inscrição até:** 25 de Abril  
**Ponto de encontro:** Aeroporto do Porto ou Lisboa  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 1013 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 55,00 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 32,02 euros, incluídos (valor sujeito a alteração no acto de emissão da documentação)  
**Inscrição inclui:** passagem em voos SATA/TAP; transporte de 20kg de bagagem (1pc); taxas de aeroporto, segurança e combustível: 32,02 euros, (valor sujeito a alteração

### 26 de Maio – Ilha Terceira / ilha de São Miguel

Início de panorâmica, da qual realçamos: Jardim do Duque da Terceira, Palácio dos Capitães Generais, Câmara Municipal, Sé Catedral, Convento de São Gonçalo, Cais da Cidade e Baía de Angra. *Transfer* para o aeroporto, e embarque com destino à ilha de São Miguel. Chegada e *transfer* até ao restaurante, onde irá ter um pica-pica. De tarde, início da visita ao centro de Ponta Delgada para passeio a pé, destacando-se o centro histórico, a Praça de Gonçalo Velho Cabral, Portas da Cidade, Igreja de São Sebastião, Igreja de São José, e Mercado da Graça. *Check-in* e jantar no hotel.

### 27 de Maio – Ilha de São Miguel (Ponta Delgada) / lagoa das Furnas / Ponta Delgada

Início de excursão em direcção a Vila Franca do Campo com pequena paragem para prova das famosas queijadas. Continuação em direcção às furnas com visita e passeio ao Parque Terra Nostra para observar o fascinante Jardim Botânico. Seguimos até à lagoa das Furnas, para observação da confecção do famoso cozido, sendo este o almoço do dia. De tarde, continuação da visita ao miradouro do Ferro, à fábrica do chá Gorreana e ao miradouro de Sta. Iria. Regresso, jantar e alojamento no hotel.

no acto de emissão da documentação); transporte hotel / aeroporto / hotel, com assistência de guia; alojamento em regime de MP com bebidas (4 jantares); excursões mencionadas no programa com acompanhamento de guia local e refeições com bebidas (4 almoços + 1 pica-pica); IVA; taxas hoteleiras de turismo e serviços; seguro de viagem com inclusão de cancelamento e interrupção de viagem; assistência, durante toda a viagem, de delegado Flash.

**Inscrição não inclui:** extras de carácter pessoal

**O pagamento poderá ser efectuado em até:**

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

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Número mínimo de 25 participantes; qualquer excursão poderá ser alterada localmente pelo guia, garantindo os pontos principais indicados nas descrições acima

**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:** Flash Viagens, matriculada na Conservatória do Registo Comercial do Porto com o n.º 51472, RNAVT 2094

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



### 28 de Maio – Ponta Delgada / Ribeira Grande / Ponta Delgada

Início do *tour*, com visita à cidade da Lagoa. Paragem na Fábrica de Cerâmica Vieira, única dos Açores; subida ao pico da Barrosa para contemplar a lagoa do Fogo. Descendo pela costa norte, paragem no Monumento natural e regional da Caldeira Velha, com observação da sua fauna endémica. Almoço em restaurante local. Prosseguimento da visita a pé aos pontos mais interessantes da cidade da Ribeira Grande, com prova de licores. Jantar e alojamento no hotel.



### 29 de Maio – Ponta Delgada / Lisboa ou Porto

Início de excursão pelo pico do Carvão, Vista do Rei (lagoas Azul e Verde), Sete Cidades, miradouro do Escalvado, Bretanha. Almoço em restaurante local. De tarde, continuação com a visita a uma plantação de ananases em estufa, com observação das várias fases de crescimento do fruto e prova do seu delicioso licor. Continuação até ao aeroporto. Embarque e viagem com destino a Lisboa ou ao Porto.



## Montanhas Mágicas e passadiços do Paiva



Lisboa, S. Pedro do Sul,  
Arouca,  
de 27 a 28 de Maio

Por Direção Nacional

► «As Montanhas Mágicas localizam-se no centro/norte de Portugal, entre os rios Douro e Vouga, abrangendo as serras de Freita, Arada e Arestal, pertencentes ao maciço da Gralheira, e a serra de Montemuro, pertencente ao maciço com o mesmo nome. Território de excepcionais valores naturais, certificado como destino turístico sustentável desde Novembro de 2013, as Montanhas Mágicas englobam quatro sítios da Rede Natura 2000 e um geoparque da UNESCO, pautando-se pela oferta de um modelo turístico responsável e sustentável, focado no ecoturismo, no geoturismo e no turismo activo.

A singularidade dos fenómenos geológicos que aqui ocorrem, a notável biodiversidade que alberga, e as particularidades da sua geomorfologia, fazem das Montanhas Mágicas um destino de excelência para a observação e interpretação da natureza. Ocupado desde tempos pré-históricos, por todo o território são visíveis vestígios arqueológicos e monumentos que testemunham a sua longa história: enigmáticas gravuras rupestres de arte atlântica, monumentos megalíticos, pontes e vias romanas, mosteiros e templos medievais, santuários e igrejas de toda a feição, aldeias típicas de xisto e granito, minas históricas e muito mais...»



**Realização:** de 27 a 28 de Maio  
**Inscrição até:** 30 de Março  
**Ponto de encontro:** Sete Rios, junto da entrada do Jardim Zoológico de Lisboa  
**Hora:** 7.30h  
**Valor:** 230 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 15 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Inscrição inclui:** transporte, alojamento em regime de pequeno-almoço, 3 refeições, seguro de acidentes pessoais  
**Inscrição não inclui:** despesas de carácter pessoal  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e final em Maio

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

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

**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: Ponto por Ponto, Rua da Cidade de Espinho, 3-r/c 5000-611 Vila Real, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Vila Real, e com o RNAVT n.º 3645  
**Condições gerais da viagem:** Disponíveis na nossa página em <http://www.qdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detailh eid=2609>



### 27 de Maio – Lisboa / S. Pedro do Sul / Arouca

Saída de Lisboa em direcção a S. Pedro do Sul. Almoço. Continuação para o Bioparque de Carvalhais / Floresta do Pisão para visita com degustação de broa com mel. Continuação para o Alto de S. Macário, coração das Montanhas Mágicas, com paragem e contemplação do maciço da Gralheira, das serras de Montemuro, Estrela e Caramulo, assim como do vale de Lafões. Prossegue-se para a serra do Arade com paragem no Portal do Inferno e na Garra, para contemplação. Continuação para Arouca, *check-in* no Hotel S. Pedro, jantar e alojamento.



### 28 de Maio – Arouca / Lisboa

Saída para Areinho em percurso pedestre pelos passadiços do Paiva, pela margem esquerda do rio, até Espiunca, com passagem por cinco geossítios do Arouca Geopark: garganta do Paiva, cascata das Agueiras, praia fluvial do Vau, gola do Salto, e falha de Espiunca.

Segue-se para Canelas para visita ao Museu do Centro de Investigação Geológica de Canelas-Arouca, conhecido como Museu das Trilobites Gigantes, regresso a Arouca e almoço regional com a célebre carne arouquesa. Saída para a serra da Freita passando pelo miradouro da Frecha da Mizarela até Castanheira com visita à Casa das Pedras Parideiras. Continuação para o radar meteorológico com contemplação da paisagem. Regresso à origem.



---

## Croácia, Eslovénia, Bósnia e Montenegro

---

Zagreb, Sarajevo, Mostar, Dubrovnik,  
Kotor, Split, Trogir, Zadar, Lagos  
Plitvice, Ljubljana, Bled, Postojana,  
Zagreb, de 11 a 18 de Junho

---

Por Direcção Nacional

> **11 de Junho** – Porto ou Lisboa /  
Zagreb

Formalidades de embarque e saída em voo com destino a Zagreb, via cidade europeia. Chegada, recepção pelo guia acompanhante, e início da visita panorâmica da cidade com guia local. *Transfer*, *check-in*, jantar e alojamento no hotel.





**Realização:** de 11 a 18 de Junho

**Inscrição até:** 11 de Maio

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

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

**Valor:** 1395 euros

**Suplemento de quarto**

**individual:** 230 euros

**Taxa de inscrição:** 36 euros

**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 155 euros, incluídos (valor sujeito a alteração até 20 dias antes da partida)

**Inscrição inclui:** voos de base de ida e volta em classe económica LH do Porto e de Lisboa; autocarro privativo para todas as visitas e *transfers*; estada conforme programa em quarto duplo, alojamento e pequeno-almoço *buffet*, hotéis de 4\* (excepto Plitvice, onde será de 3\*); 13 refeições conforme programa, com menus de grupo predeterminados de acordo com a gastronomia local; taxas de aeroporto, segurança e combustível, 155 euros (valor sujeito a alteração até 20 dias antes da partida); guia acompanhante croata de língua portuguesa; assistente Flash no aeroporto; todas as visitas mencionadas no programa como incluídas com entradas em Túnel de Guerra de Sarajevo, Casa Turca em Mostar, Mosteiro Franciscano e Palácio Rector em Dubrovnik, taxa de cidade de Kotor, Palácio Diocleciano em Split, Lagos de Plitvice, Castelo



### 12 de Junho – Zagreb / Sarajevo / Mostar

Saída para Sarajevo, capital da Bósnia e Herzegovina. Chegada e início da visita panorâmica: o mercado Bascarsija, a Mesquita Gazi Husrevv Bey, as igrejas ortodoxa e católica romana, a ponte romana, o Museu do Túnel de Guerra, etc. Almoço. Continuação para Mostar. *Check-in*, jantar e alojamento no hotel.

### 13 de Junho – Mostar / Dubrovnik

Visita panorâmica de Mostar, conhecida pela sua ponte velha (*Stari most*), construída no período dos Turcos Otomanos e reconstruída em 2004. A ponte velha e o centro histórico de Mostar foram classificados como património mundial. Continuação para Dubrovnik. Almoço. Visita panorâmica com guia local desta cidade, declarada património da Humanidade. Veremos a catedral, o Palácio de Knezev Dvor; a farmácia mais antiga do mundo, com inventários que datam de 1317, a zona pedonal de Stradun, etc. Opcionalmente poderá visitar as muralhas, que encerram a cidade velha. Tempo livre. Jantar e alojamento.

### 14 de Junho – Dubrovnik / Kotor / Split

Saída para excursão ao Montenegro, incluindo a baía e a cidade de Kotor. Regresso à Croácia, almoço no percurso para Split. Chegada. Jantar e alojamento.





## Férias e viagens

| Fevereiro-Abril 2017 | 50 |

[ Croácia, Eslovénia, Bósnia e Montenegro ]

Bled e grutas Postojna; seguro de viagens; assistência nas formalidades de *check-in* no dia da partida por Flash Viagens; assistência nas formalidades de *check-in* no dia de regresso pelo guia.

**Inscrição não inclui:** extras de carácter pessoal, bebidas ou dietas especiais

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

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Número mínimo de 25 participantes; os cidadãos portugueses em visita turística, necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão, excepto para a visita de Montenegro em que é obrigatório o passaporte; a inscrição pode ser cancelada sem custos até 9 de Março.

**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: Flash Viagens, matriculada na Conservatória do Registo Comercial do Porto com o n.º 51472, RNAVT 2094

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



### 15 de Junho – Split / Trogir / Zadar / Lagos de Plitvice

Visita da cidade, capital de Dalmácia: o Palácio de Diocleciano na baía de Aspálatos, o Teatro Nacional, de 1891, etc. Saída para a cidade de Trogir, fundada pelos Gregos no século III a.C., com destaque para a Cidadela de Kamerlengo e a Torre de S. Marcos, a Câmara, a Torre do Relógio. Continuação para Zadar, centro administrativo da Dalmácia Bizantina. Visita com guia local do centro histórico e do famoso órgão de mar, o porto, a cidade velha com a Igreja de S. Donato (séc. IX), etc. Almoço. De tarde, saída para o Parque Nacional dos Lagos de Plitvice. Jantar e alojamento nesta região.

### 16 de Junho – Lagos de Plitvice / Ljubljana (Eslovénia)

Visita desta zona florestal a 500 m de altitude, com os 16 lagos comunicando por 92 cataratas e cascatas que vertem as suas águas no rio Korana. Visita a pé que inclui um passeio de barco pelo lago Kozjak, continuando a pé para o lago de Glovac e regresso em autocarro ao local inicial. Saída para Ljubljana. Almoço no percurso. Chegada e visita guiada também a pé no centro histórico da cidade. Chegada ao hotel. Tempo livre. Jantar e alojamento.

### 17 de Junho – Ljubljana / Bled / Postojna / Zagreb

Pequeno-almoço. A primeira paragem do dia será em Bled, junto ao lago do glaciário Bohinj. Embarque para um passeio de barco típico a remos no lago com visita a uma pitoresca ilha. Em seguida, visita ao Castelo de Bled. Almoço. De tarde, saída para Postojna. Visita das grutas, as maiores da Eslovénia. A visita é efectuada de comboio no interior e na maior parte a pé, e tem uma duração de 1.30h. Continuação para Zagreb. Jantar e alojamento.

### 18 de Junho – Zagreb / Lisboa ou Porto

Tempo livre até ao *transfer* para o aeroporto. Formalidades de embarque e saída em voo de regresso à sua cidade de origem via uma cidade europeia. Chegada.



## Corpus Christi em Toledo



Trujillo, Toledo, Aranjuez,  
Guadalupe,  
de 13 a 16 de Junho

Por Direcção Nacional

> *Corpus Christi* (expressão latina que significa Corpo de Cristo) é uma festa católica. Realiza-se na quinta-feira seguinte ao domingo da Santíssima Trindade, que, por sua vez, acontece no domingo seguinte ao de Pentecostes. É uma “festa de guarda”, isto é, para os católicos é obrigatório participar da Santa Missa neste dia, na forma estabelecida pela conferência episcopal do país respectivo.

A procissão pelas vias públicas, quando é feita, atende a uma recomendação do Código de Direito Canónico (cânone 944) que determina ao bispo diocesano que a providencie, onde for possível, «para testemunhar publicamente a adoração e a veneração para com a Santíssima Eucaristia, principalmente

na solenidade do Corpo e Sangue de Cristo». É recomendado que, nestas datas, a não ser por causa grave e urgente, não se ausente da diocese o bispo (cânone 395).

As comemorações do *Corpus Christi* em Toledo são uma das festas religiosas mais importantes de toda a Península Ibérica.

Será uma viagem por três patrimónios mundiais da Humanidade!

### 13 de Junho – Lisboa / Toledo

Saída de Lisboa em direcção a Trujillo, almoço, pequena visita a Trujillo e continuação para Toledo, património mundial da Humanidade. Jantar e alojamento no hotel.



[ *Corpus Christi* em Toledo ]

**Realização:** de 13 a 16 de Junho

**Inscrição até:** 30 de Março

**Ponto de encontro:** Sete Rios, junto da entrada do Jardim Zoológico de Lisboa

**Hora:** 7.00h

**Valor:** 498 euros

**Suplemento de quarto individual:** 94 euros

**Taxa de inscrição:** 36 euros

**Inscrição inclui:** alojamento em regime de pequeno-almoço, transporte em autocarro, cinco refeições conforme programa, seguro de acidentes pessoais, visitas conforme programa

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

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 7 (sete) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e final em Agosto

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão

**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:** Ponto por Ponto, Rua da Cidade de Espinho, 3-rc 5000-611 Vila Real, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Vila Real, e com o RNAVT n.º 3645

**Condições gerais da viagem:**

disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=2609>

### 14 de Junho – Toledo / Aranjuez / Toledo

Passo inteiramente dedicado à cidade de Aranjuez, património mundial da Humanidade. Visita ao Palácio Real, à Casa do Lavrador, ao Museo de Faúas, ao Jardín del Príncipe, ao Jardín de La Isla e ao Jardín de Paarterre. Almoço e regresso a Toledo. Tempo livre. Jantar no hotel. Visita nocturna a Toledo – «La tradición esotérica y el ocultismo» –, e às 24.00h o fogo-de-artifício.

### 15 de Junho – Toledo

Desfile de gigantones, a missa no rito moçárabe de *Corpus Christi* às 10.00h e a Procissão do Santíssimo Corpo de Deus às 11.00h. Almoço livre. Visita a Toledo, objectos de poder e a tradição visigótica; a casa dos Templários; as Virgens Negras e Brancas, ou quando a Virgem branca é negra; Maria Madalena e a tradição visigótica; El Transparente e o caminho do céu.

Saída para jantar. Alojamento.



### 16 de Junho – Toledo / Guadalupe / Lisboa

*Check-out* e saída em direcção ao Real Mosteiro de Santa Maria de Guadalupe, património mundial da Humanidade (Cáceres). A sua história remonta a 1389, quando o rei João I de Castela outorga um privilégio pelo qual entrega à ordem dos Jerónimos a igreja do santuário de Nossa Senhora de Guadalupe, lugar no qual fora achada uma imagem da Virgem em finais do século XIII ou princípios do XIV por um camponês de nome Gil Cordero. A imagem estivera séculos atrás junto ao corpo de São Lucas, exposta em Roma e em Sevilha, até que, em 714, em plena invasão muçulmana, a imagem foi escondida junto ao rio Guadalupe, que quer dizer “rio escondido”, onde permaneceu até ao seu achado por Gil Cordero.

Almoço livre; regresso a Lisboa.



## Encontro com o Douro



---

Lisboa, Porto, Tabuaço,  
S. João da Pesqueira,  
Meda,  
de 30 de Junho  
a 2 de Julho

---

Por Direcção Nacional

➤ «Tarde pintada por não sei que pintor.  
Nunca vi tanta cor tão colorida! Se é  
de morte ou de vida, não é comigo. Eu,  
simplesmente, digo que há fantasia  
neste dia, que o mundo me parece  
vestido por ciganas adivinhas, e que  
gosto de o ver, e me apetece ter folhas,  
como as vinhas.»  
Miguel Torga, Diário X (1966)

**30 de Junho – Lisboa / Porto**  
Saída de Lisboa em direcção ao Porto.  
Jantar livre. Alojamento no hotel.

**1 de Julho – Porto / Tabuaço**

*Transfer* em autocarro até ao cais da  
Ribeira, e às 8.30h embarque em barco  
rabelo e início de cruzeiro no rio Douro  
com Porto de boas-vindas. Subida da  
barragem de Crestuma-Lever.  
Continuação passando a foz do rio  
Tâmega até à barragem de Carrapatelo,  
subida da eclusa e continuação até Peso  
da Régua com almoço a bordo. Chegada  
ao cais de Peso da Régua; prossegue-  
-se para a Quinta do Tedo para visita  
e prova de vinhos. Continuação para  
Tabuaço, alojamento e jantar no hotel.



### [ Encontro com o Douro ]

**Realização:** de 30 de Junho a 2 de Julho

**Inscrição até:** 30 de Março

**Ponto de encontro:** Sete-Rios, junto da entrada do Jardim Zoológico de Lisboa

**Hora:** 16.30h

**Valor:** 275 euros

**Suplemento de quarto**

**individual:** 60 euros

**Taxa de inscrição:** 36 euros

**Inscrição inclui:** transporte, alojamento em regime de pequeno-almoço, três refeições, seguro de acidentes pessoais

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

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 6 (seis) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e final em Julho

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

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

**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo A organização técnica da viagem é da

**responsabilidade de:** Ponto por Ponto, Rua da Cidade de Espinho, 3-r/c 5000-611 Vila Real, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Vila Real, e com o RNAVT n.º 3645

**Condições gerais da viagem:** disponíveis na nossa página em <http://www.qdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=2609>



### 2 de Julho – Tabuaço / S. João da Pesqueira / Meda / Porto / Lisboa

Saída em passeio panorâmico pelos vinhedos no vale do rio Tordo e margem esquerda do rio Douro até S. João da Pesqueira e visita ao Museu do Vinho. Segue-se em direção a Ferradosa, continuando até ao miradouro de Vargelas com paragem e interpretação da paisagem. Continuação pela Touça até Poço do Canto, Meda. Almoço regional de cabrito assado com arroz de miúdos. Regresso à origem.





## Convívio de reformados, à descoberta do Alentejo

Santarém, Évora,  
Reguengos de Monsaraz,  
Monsaraz, Mourão,  
Amareleja, Safara,  
Moura, Alqueva, Amieira,  
Portel Vidigueira, Cuba,  
Alvito, Vila de Frades,  
Vila Viçosa, Redondo,  
S. Pedro de Corval, de 29  
de Julho a 3 de Agosto.

> O convívio anual dos reformados vai fazer-se numa viagem ao interior alentejano, uma região com quase 32 mil quilómetros quadrados. Preparámos uma viagem ao Alentejo profundo, uma paisagem alentejana pintada de sobreiros, casas brancas e histórias seculares que ajudam a definir o que é hoje Portugal. Aproveite este roteiro pelo interior do Alentejo.

### 29 de Julho – Porto / Santarém / Évora

Saída do Porto em autocarro com destino a Évora, com passagem por Santarém para almoço. Chegada a Évora, *check-in* no Hotel Évora, resto da tarde livre e jantar.

### 30 de Julho – Évora

Évora uma verdadeira cidade-museu, considerada património mundial pela

Por Direcção Nacional



[ Convívio de reformados,  
à descoberta do Alentejo ]

**Realização:** de 29 Julho a 3 de Agosto  
**Inscrição até:** 30 de Junho  
**Ponto de encontro:** junto ao Capitólio, do lado esquerdo da Câmara do Porto  
**Hora:** 9.00h  
**Valor:** 459 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 395 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 100 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Inscrição inclui:** transporte em *autopullman*, alojamento em hotel – 5 noites, 6 dias –, 11 refeições com bebidas de acordo com o programa, visitas, e tudo o que consta no programa  
**Inscrição não inclui:** extras de carácter pessoal, tais como, lavandaria, telefone, etc.; outros serviços desde que não devidamente mencionados como incluídos  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 12 (doze) prestações, com início em Março, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Número mínimo de 45 participantes  
**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:** Grupo Desportivo



Unesco desde 1986. As suas muralhas guardam ruas e edifícios praticamente inalterados ao longo dos séculos, uma riqueza histórica e cultural que atrai cada vez mais visitantes. Digamos que é um “segredo” muito mal guardado. Visita guiada durante a manhã, entre outros, ao Templo Romano, ao Museu Romano, ao Museu Regional, à Igreja de São Francisco, à cidade velha, seguida de almoço. Continuação da visita durante a tarde; jantar e alojamento.

### 31 de Julho – Évora / Reguengos de Monsaraz

O Alqueva é uma barragem com 250km<sup>2</sup> e mais de 1100km de margens e o maior lago artificial da Europa. Abrange cinco concelhos do Alentejo. Saída de Évora com passagem e visita a Monsaraz, Mourão, Amareleja e Safara, com paragem para almoço. Continuação para Moura, Alqueva, Reguengos Monsaraz; *check-in* no hotel, jantar e alojamento.

### 1 de Agosto – Reguengos de Monsaraz / Amieira – marina / Reguengos de Monsaraz

Amieira é uma aldeia pacata situada num vale entre a ribeira da Amieira e o rio Degebe; é uma das aldeias ribeirinhas do grande lago de Alqueva. Visita à marina e passeio de barco no grande lago, seguindo-se o almoço na localidade de Alqueva. No Alentejo de hoje as palavras ganham forma e fama através do cante.

Continuação da visita, a Portel, Vidigueira, Cuba e Alvito. Jantar em Vila de Frades, regresso a Reguengos de Monsaraz e alojamento.

### 2 de Agosto – Reguengos de Monsaraz / Redondo / Reguengos de Monsaraz

Saída para visita à bela Vila Viçosa, em especial ao Paço Ducal e ao Museu dos Coches, seguido de almoço. Continuação até à vila de Redondo, para visita ao Museu do Barro, à Torre de Menagem, ao Castelo de Redondo, Igreja Matriz. Jantar e regresso a Reguengos de Monsaraz para alojamento.

### 3 de Agosto – Reguengos de Monsaraz / Porto

Em São Pedro do Corval, e em associação com o restaurante O Aloendro, a olaria Joaquim Lagareiro disponibiliza ao grupo a visita às suas instalações e à galeria de peças de cerâmica, produzidas na sua oficina, em visita gratuita. A olaria Joaquim Lagareiro é das mais antigas de São Pedro do Corval, e o seu conhecimento justifica a qualidade dos seus produtos e serviços.

Seguiremos para visita guiada à Cooperativa Carmim, a maior de Portugal e 2.<sup>a</sup> a nível ibérico. Após estas duas visitas segue-se o almoço no restaurante O Aloendro. Continuação com destino à cidade do Porto; chegada e fim da viagem.





---

## Nova Iorque

---

A cidade que nunca dorme,  
de 1 a 5 de Setembro

---

Por Direcção Nacional

**Realização:** de 1 a 5 de Setembro

**Inscrição até:** 30 de Março

**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa

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

**Valor:** 1990 euros

**Suplemento de quarto Individual:**  
493 euros

**Taxa de inscrição:** 36 euros

**Taxas de aeroporto, segurança  
e combustível:** 382 euros, incluídos  
(valor sujeito a alteração)

**Inscrição inclui:** passagem aérea Lisboa  
/ Nova Iorque / Lisboa em voo TAP com  
bagagem incluída; transporte privado  
aeroporto / hotel / aeroporto; estada de



### [ Nova Iorque ]

4 noites em alojamento 4\*, central, com pequeno-almoço; visita de meio dia à cidade, com transporte privado e guia em português; transporte e entrada no Ground Zero Museum; entrada no Empire State Building; taxas de aeroporto, segurança e combustível: 382 euros (valor sujeito a alteração); representante da agência Mil Destinos durante a viagem; seguro de assistência em viagem e cancelamento; taxas hoteleiras

#### **Inscrição não inclui:**

quaisquer serviços que não se encontrem devidamente mencionados no presente itinerário e extras de carácter pessoal (ex. telefonemas, bar, minibar, lavandaria, etc.); bebidas às refeições

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

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.qdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística aos Estados Unidos necessitam de passaporte com validade mínima de 6 meses à data da viagem, sendo obrigatório para entrar nos EUA o ESTA (Electronic System for Travel Authorization)

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

**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo A organização técnica da viagem é da

**responsabilidade de:** Mil Destinos – Viagens e Turismo Lda., matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Seixal, sob o número 4898/981016 e com o RNAVT n.º 2013

**Condições gerais da viagem:** disponíveis na nossa página em <http://www.qdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detailheid=2609>



#### > **1 de Setembro – Lisboa / Nova Iorque**

Comparência no aeroporto, formalidades de embarque e partida em voo da TAP com destino a Nova Iorque. Chegada, formalidades aduaneiras e transporte privado para hotel 4\* em zona central. Resto de tarde livre. Alojamento.

#### **2 de Setembro – Nova Iorque**

Pequeno-almoço no hotel. Pela manhã, visita panorâmica com guia em português pelos locais mais emblemáticos de The Big Apple. Conheça Manhattan, o mais antigo e povoado dos 5 distritos de Nova Iorque. Passagem por Central Park; 5.ª Avenida, repleta de museus e outras instituições de arte a não perder; Trump Tower; S. Patrick's Cathedral; a famosa joalheria Tiffany; o Rockefeller Center; a Biblioteca de Nova Iorque, e muitos mais. A visita não ficaria completa sem a passagem pelos bairros de Greenwich Village, Soho, Little Italy e Chinatown. Regresso ao hotel. Tarde livre. Alojamento.

#### **3 de Setembro – Nova Iorque**

Após o pequeno-almoço no hotel, saída de autocarro para visitar o Battery Park, a partir do qual se pode admirar a imponente Estátua da Liberdade. Manhã dedicada também para visita do Ground Zero, local do ataque terrorista e de destruição do World Trade Center no dia 11 setembro 2001. Resto de tarde livre. Alojamento.

#### **4 de Setembro – Nova Iorque**

Pequeno-almoço no hotel. Passeio pedestre livre, onde o sonho americano não seria o mesmo se não subir ao *deck* de observação do 86.º andar do Empire State Building para admirar a vista de Nova Iorque. Tarde livre. Alojamento.

#### **5 de Setembro – Nova Iorque / Lisboa**

Pequeno-almoço no hotel. Manhã livre para a despedida da cidade que nunca dorme. Em hora a determinar, transporte privado para o aeroporto. Formalidades de embarque e saída no voo da TAP com chegada prevista a Lisboa pelas 5.50h.



# Cruzeiro Explorar o Mediterrâneo e Marrocos

Lisboa, Barcelona, Marselha,  
Aix-en-Provence, Génova, Málaga,  
Casablanca, Rabat,  
de 25 de Setembro a 4 de Outubro

Por Direcção Nacional

**Realização:** de 25 de Setembro a 4 de Outubro

**Inscrição até:** 30 de Março

**Ponto de encontro:** Terminal de Cruzeiros  
de Lisboa

**Hora:** 12.00h

**Valor:**

**adulto em cabine dupla interior:** 990 euros

**adulto em cabine dupla com vista de mar:**  
1270 euros

**Suplemento de cabine individual interior:**  
455 euros

**Suplemento de cabine individual com vista  
de mar:** 495 euros

**Taxa de inscrição:** 36 euros

**Taxas portuárias:** 195 euros, incluídos (valor  
sujeito a confirmação no acto da emissão)

**Inscrição inclui:** cruzeiro *MSC Magnifica* de 10  
dias conforme o itinerário; pensão completa a  
bordo com chá, café e água nos restaurantes  
*buffet*; acompanhamento de representante  
da Mil Destinos; taxas portuárias de 195 euros  
(sujeitas a confirmação no acto da emissão);  
gratificações a bordo 90 euros; seguro de  
viagem e cancelamento com coberturas  
específicas

**Inscrição não inclui:**

**Pacote de bebidas Clássico água e vinho**

– 7 garrafas de vinho e 7 garrafas de água  
mineral de 1L para acompanhar as refeições  
na sala de jantar principal. Pode escolher





### [ Cruzeiro Explorar o Mediterrâneo e Marrocos ]

vinhos de uma selecção variada, como *chardonnay, sauvignon blanc, riesling, piñot gris, merlot, cabernet sauvignon, chianti, piñot noir, prosecco*. Os vinhos incluídos no pacote estão disponíveis apenas nos principais restaurantes: 60 euros p.p.

#### **Pacote de bebidas Alegríssimo**

– Consumo ilimitado de bebidas espirituosas, licores, aperitivos e *cocktails* da lista do bar, uma selecção dedicada de vinhos a copo, cerveja de pressão, refrigerantes, sumos de fruta, água mineral, café e cappuccino e outras bebidas quentes e clássicas, bem como *take away* de gelados em cone ou copo. As bebidas incluídas neste pacote podem ser consumidas em todos os bares, *buffett*

e restaurantes, incluindo os restaurantes de especialidade: 235 euros p.p.

Excursões opcionais; despesas de carácter pessoal e tudo o que não esteja incluído no programa **O pagamento poderá ser efectuado em até: 12 (doze) prestações**, com início em Fevereiro, duas em Abril e final em Novembro

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de passaporte com validade mínima de 6 meses à data da viagem

**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:** Mil Destinos – Viagens e Turismo Lda., matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Seixal, sob o número 4898 / 981016 e com o RNATV n.º 2013.

**Condições gerais da viagem:** disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=2609>



#### ➤ **25 de Setembro** – Lisboa / Cruzeiro *MSC Magnifica*

Formalidades de embarque no cruzeiro *MSC Magnifica*. Após a entrada no navio, tempo livre para desfrutar de todos os serviços que a MSC Cruzeiros oferece.

**26 de Setembro** – Navegação, desfrutar das facilidades, diversões, concursos, espectáculos.

**27 de Setembro** – Barcelona – visita à cidade (4 horas) 52 euros.

**28 de Setembro** – Marselha – visita à cidade (4 horas) ou Aix-en-Provence (4 horas) 55 euros.



**29 de Setembro** – Navegação, desfrutar das instalações, diversões, concursos, espectáculos.

**30 de Setembro** – Génova – visita ao centro histórico (3 horas e meia) 42 euros

**01 de Outubro** – Málaga – visita à cidade (4 horas) 52 euros

**02 de Outubro** – Casablanca – visita a Casablanca e Rabat (10 horas) 129 euros.

**03 de Outubro** – Navegação, desfrutar das facilidades, diversões, concursos, espectáculos.

**04 de Outubro** – Cruzeiro *MSC Magnifica* / Lisboa

Após o pequeno-almoço, desembarque do cruzeiro. <



---

## ENCONTRO DE REFORMADOS EM SALAMANCA

# Por aqui passou Portugal



---

Lisboa, Ciudad Rodrigo, Salamanca, Coreses, Zamora, Alcañices, Toro, Valladolid, Tordesilhas, de 5 a 8 de Outubro

---

Por Direção Nacional

➤ O Tratado de Tordesilhas, assinado na povoação castelhana de Tordesilhas em 7 de Junho de 1494, foi celebrado entre o reino de Portugal e o recém-formado reino de Espanha para dividir as terras «descobertas e por descobrir» por ambas as coroas fora da Europa. Este tratado surgiu na sequência da contestação portuguesa às pretensões da coroa espanhola resultantes da viagem de Cristóvão Colombo, que um ano e meio antes chegara ao chamado Novo Mundo, reclamando-o oficialmente para Isabel, a Católica. O tratado definia como linha de demarcação o meridiano 370 léguas

a oeste da ilha de Santo Antão, no arquipélago de Cabo Verde. Esta linha estava situada a meio caminho entre estas ilhas e as das Caraíbas descobertas por Colombo, no tratado referidas como Cipango e Antília. Os territórios a leste deste meridiano pertenceriam a Portugal, e os territórios a oeste, a Espanha. O tratado foi ratificado pela Espanha a 2 de Julho e por Portugal a 5 de Setembro de 1494. Algumas décadas mais tarde, na sequência da chamada “questão das Molucas”, o outro lado da Terra seria dividido, assumindo como linha de demarcação, a leste, o antimeridiano

[ Encontro de reformados em Salamanca  
Por aqui passou Portugal ]



**Realização:** de 5 a 8 de Outubro  
**Inscrição até:** 30 de Março  
**Ponto de encontro:** Sete-Rios, junto da entrada do Jardim Zoológico de Lisboa  
**Hora:** 7.00h  
**Valor:** 575 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 95 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Inscrição inclui:** transporte em autocarro, alojamento em regime de pequeno-almoço, sete refeições, seguro de acidentes pessoais

correspondente ao meridiano de Tordesilhas, pelo Tratado de Saragoça, a 22 de Abril de 1529. No contexto das relações internacionais, a sua assinatura ocorreu num momento de transição entre a hegemonia do papado, poder até então universalista, e a afirmação do poder singular e secular dos monarcas nacionais – uma das muitas facetas da transição da Idade Média para a Idade Moderna. Para as negociações do tratado e a sua assinatura, D. João II de Portugal



designou como embaixador D. Rui de Sousa na corte da sua prima de Castela (filha de uma infanta portuguesa). Os originais de ambos os tratados estão conservados no Arquivo General de Índias em Espanha e no Arquivo Nacional da Torre do Tombo em Portugal.

### 5 de Outubro – Lisboa / Ciudad Rodrigo / Salamanca / Coreses

Saída de Lisboa em direção a Ciudad Rodrigo, continuando para Salamanca. Almoço e visita ao centro histórico, com passagem pela Plaza Mayor, Catedrais Nova e Velha e Casa das Conchas. Visita ao Museo Art Nouveau y Art Déco e Casa Lis; Segue-se para Coreses, jantar e alojamento no hotel.

### 6 de Outubro – Coreses / Zamora / Alcañices / Toro / Coreses

Saída em direção a Zamora para visita à catedral românica, à Iglesia de la Magdalena, às plazas Viriato e Mayor, ao Mirador del Troncoso, e às ruínas do castelo, com evocação ao Tratado de Zamora, que deu lugar em 1143 ao aparecimento de Portugal como país soberano num acto liderado por D. Afonso Henriques e Afonso VII de Castela. Almoço. Continuação para





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

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

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.qdbpi.pt>; os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão

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

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

**A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:** Ponto por Ponto, Rua da Cidade de Espinho, 3-r/c – 5000-611 Vila Real, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Vila Real, e com o RNAVT n.º 3645

**Condições gerais da viagem:** disponíveis na nossa página em <http://www.qdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detailh=2609>

Alcañices com paragem e visita ao centro histórico e evocação do Tratado de Alcanices, assinado em 1297 pelo nosso rei D. Dinis com Fernando IV de Castela. Segue-se para Toro com pequena paragem para visita ao centro histórico e passagem pelo Alcázar. Regresso a Coreses, jantar e alojamento.

### 7 de Outubro – Coreses / Valladolid / Tordesilhas / Coreses

Saída com destino a Valladolid para visita guiada pelo centro histórico e seus monumentos, como o edifício do Ayuntamiento, a Rua Juan Mambrilla, o Canal de Castilla, a Casa de Cervantes, a Catedral, o Convento de Santa Isabel,



a Igreja de Santa María la Antigua, e El Pasaje. Almoço em La Parrilla de S. Lorenzo (*lechazo de raza churra asado en nuestro horno de leña*). Continuação para Tordesilhas, com visita ao centro histórico e ao Museu do Tratado, ao Museu y Centro Didáctico del Encaje de Castilla y León, e ao Real Mosteiro de Santa Clara.

Jantar, regresso a Coreses e alojamento.

### 8 de Outubro – Coreses / Ciudad Rodrigo / Lisboa

*Check-out* e saída para Ciudad Rodrigo com visita ao centro histórico. Almoço. Regresso à origem. <





## Colômbia



Lisboa, Bogotá, Arménia, el Peñon, Guatapé, Medellín, Santa Fé de Antioquia, Cartagena das Índias, ilhas do Rosário, ilha Majagua, Bogotá, Madrid, Lisboa, de 16 a 26 de Novembro

Por Direcção Nacional

### > 16 de Novembro – Lisboa / Bogotá

Partida em voo regular da Iberia com destino a Madrid. Chegada, trânsito imediato e continuação da viagem com destino a Bogotá. Refeições a bordo. Chegada a Bogotá, assistência e transporte para o hotel. Bebida de boas-vindas, *check-in*, alojamento e jantar no hotel.

### 17 de Novembro – Bogotá

Saída para visita da cidade de Bogotá com início no centro histórico para, em passeio pedonal, visitar a a Plaza de Bolívar e seus edifícios, como o Capitólio Nacional, La Casa de los Comuneros e a Catedral Primada. Segue-se a visita do Museu do Ouro e do Museu Donación Botero. Continuação para o cerro de Monserrate, de onde se tem uma maravilhosa e abrangente vista da cidade. Almoço no restaurante Santa Clara com vista sobre a cidade. Regresso a Bogotá; tempo livre ou de repouso. À noite, saída para jantar no restaurante Andrés D.C. Regresso ao hotel e alojamento.

### 18 de Novembro – Bogotá

Dia dedicado a visita da povoação de Zipaquirá, para visita da Catedral do Sal. Após a visita da catedral, almoço no restaurante Funzipa. Continuação para visita da Laguna de Guatavita uma das lagoas sagradas dos Muiscas. O Parque Natural Laguna de Guatavita, onde está o lago, tem 693 hectares e atualmente 30 metros de profundidade, seguindo o formato cónico das montanhas ao seu redor. Regresso ao hotel para descanso. À noite, saída para jantar no Restaurante Club Colombia.

### 19 de Novembro – Bogotá / Arménia

Transporte para o aeroporto e embarque em voo regular com destino à cidade de Arménia. Chegada, assistência local e visita da Hacienda San Alberto. A Colômbia tem 914 mil hectares de cafezais e produz anualmente uma média de 9,7 milhões de sacos de 60 quilos de café. Esta será uma visita guiada pelos cafezais, onde terão oportunidade de conhecer

**Realização:** de 16 a 26 de Novembro  
**Inscrição até:** 30 de Março  
**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 3950 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 420 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 563,01 euros, incluídos (a reconfirmar e actualizar na altura da emissão da documentação)  
**Inscrição inclui:** passagem aérea em classe económica para percurso Lisboa / Madrid / Bogotá / Madrid / Lisboa, em voos regulares da Iberia; passagem aérea em classe económica para percurso Bogotá / Arménia / Bogotá / Medellín / Santa Marta / Cartagena / Bogotá, em voos regulares da Avianca; 9 noites / 11 dias de viagem em alojamento em hotéis de 5\* e 4\*; 9 pequenos-almoços nos hotéis (1 dos quais do tipo picnic box); 18 refeições; taxas de aeroporto, segurança e combustível: 563,01 euros (a reconfirmar e actualizar na altura da emissão da documentação); todos os transportes como indicado no

todo o processo do cultivo do café e das instalações onde se processa o café San Alberto.

Almoço típico na fazenda. Ao final da tarde, regresso ao hotel. Saída para jantar no restaurante El Solar, com grande *show* folclórico típico incluído. Regresso ao hotel e alojamento.

#### 20 de Novembro – Arménia

Saída para uma visita de dia inteiro a Salento e Vale de Cocora, situado numa linda área da cordilheira central colombiana. À chegada, um *cocktail* típico de boas-vindas, o Canelazo. Continuação para o bosque de névoa para apreciar a biodiversidade local. Aqui terá lugar o chamado ritual da palma de cera do Quindío, que consiste em conhecer a história de como os aborígenes adoravam esta palmeira. Continuação para visita da povoação de Salento, com as suas casas coloridas, varandas típicas, lojinhas de artesanato, miradouro de Cocora. Neste dia, uma parte do percurso será feito nos tradicionais jipes Willys... um *must*. Almoço no restaurante típico Bosques de Cocora. Pela tarde, regresso ao hotel, jantar e alojamento.



#### 21 de Novembro – Arménia / Bogotá / el Peñon / Guatapé / Medellín

Distribuição de pequeno-almoço tipo *picnic box* e transporte para o aeroporto, para embarque em voo regular com destino a Medellín via Bogotá, localizada sobre o mar das Caraíbas, conhecida por ser uma das cidades mais antigas da América do Sul mas também pelas suas maravilhas naturais. Transporte para Marinilla, conhecida como a “Espana Colombiana”, hoje convertida num grande centro cultural de Antioquia e da Colômbia, e que é terra de histórias, guitarras e grande beleza natural. Continuação para visita do maciço de Peñón de Guatapé, com os seus 200 metros de altura e 644 degraus.





[ Colômbia ]



programa; *autopullman*, com ar condicionado, durante todo o percurso; guias locais de idioma castelhano; todas as visitas e entradas mencionadas no itinerário; passeio de *tuk-tuk* em Santa Fé de Antioquia; percurso em jipes Willys em Arménia; passeio em carros típicos *chivas*; todos os impostos aplicáveis; gratificações a guias e motoristas; seguro de viagem – multiviagens VIP – MIP 60 000 euros; acompanhamento durante toda a viagem por um representante Tryvel  
**Inscrição não inclui:** quaisquer serviços que não se encontrem devidamente mencionados no presente itinerário e extras de carácter pessoal (ex. telefonemas, bar, minibar, lavanderia, etc.); bebidas às refeições

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

Almoço típico no município de Guatapé. Chegada ao final do dia ao hotel escolhido, alojamento e jantar.

### 22 de Novembro – Medellín / Santa Fé de Antioquia / Medellín

Saída para visita de Santa Fé de Antioquia. A entrada nesta cidade é feita pela sua Ponte Colgante de Ocidente (Ponte Suspensa do Ocidente), que foi construída com madeira sobre o rio Cauca e é considerada «berço da raça *paisa* (da Antioquia)». Durante a visita, passeio em *motochivas/tuk-tuks*. Almoço em restaurante. De regresso à cidade, visita panorâmica de Medellín com destaque para a Plaza Botero, que tem obras gigantescas de bronze; o Parque dos Pés Descalços, a Catedral Metropolitana e ainda a colina Nutibara, onde se encontra a réplica de um povoado ou aldeia *paisa*. Foco ainda na vida do famoso Pablo Escobar. À noite, saída para jantar, a pé,





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

Os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de passaporte com validade mínima de 6 meses à data da viagem

**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:** Tryvel, Lda. Av. Duque de Loulé, 72-3.º – 1050-091 Lisboa, contribuinte fiscal n.º 510 696 678, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, com o RNAVT n.º 4018

**Condições gerais da viagem:**

Disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=25&parentid=4&detalheid=2609>



no restaurante Hato Viejo. Regresso ao hotel e alojamento.

### 23 de Novembro – Medellín / Cartagena das Índias

Transporte para o aeroporto para voo regular com destino a Cartagena das Índias, localizada junto ao mar das Caraíbas, considerada Património Cultural da Humanidade pela UNESCO e onde muito encontramos da vida e obra de Gabriel García Márquez, o seu mais ilustre morador. Chegada e transporte para o restaurante Palo Santo para almoçar. Em seguida, visita do centro histórico, com relevo para a Torre do Relógio, o Camellón de los Mártires, o Muelle de los Pegasos e o Monumento a los Zapatos Viejos, até ao cerro da Popa, onde se localiza a antiga igreja e o convento dos Agostinhos. O circuito termina com a visita ao forte Castillo de San Filipe, que durante vários séculos protegeu a cidade. Chegada ao hotel escolhido, *check-in*, jantar e alojamento.

**24 de Novembro – Cartagena das Índias / ilhas do Rosário / ilha Majagua / Cartagena das Índias** Dedicado a passeio de dia inteiro ao Parque Natural das Ilhas do Rosário,

arquipélago formado por 27 ilhas, e situado a cerca de 1 hora de Cartagena das Índias. Saída em lancha até à baía de San Pedro de Majagua, situado na ilha Grande. Tempo livre para praia. Almoço típico. No decorrer da tarde, regresso a Cartagena e ao hotel. À noite, passeio a caminho do restaurante, em carros típicos *chivas*, com música a bordo, para jantar no restaurante El Santíssimo. Regresso ao hotel de autocarro, e alojamento.

### 25 de Novembro – Cartagena das Índias / Bogotá / Madrid

Transporte para o aeroporto de Cartagena e embarque em voo regular de regresso à capital colombiana. Almoço em restaurante ou hotel na periferia do aeroporto. Novas formalidades de embarque em Bogotá com a Iberia e partida em voo de regresso a Madrid. Refeições e noite a bordo.

### 26 de Novembro – Madrid / Lisboa

10h10 – Chegada a Madrid. Tempo de escala e mudança de avião.  
15h40 – Continuação da viagem em voo regular Iberia com destino a Lisboa.  
15h55 – Chegada a Lisboa, ao aeroporto Humberto Delgado.



[ viagens city breaks ]

## Viagens City Breaks

A complementar a proposta de viagens para 2017 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%.

### Escapada a Amsterdão

> 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

### 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 em 4 (quatro) prestações  
**Recomendações:** os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão



### Fichas de inscrição:

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

### Para mais informação:

contacte o Grupo  
Desportivo

### A organização técnica das viagens 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 das

viagens: disponíveis  
na nossa página em  
[http://www.gdbpi.pt/  
main.asp?id=4&parentid=  
0&detalheid=2609](http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=2609)

## 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 Berlin\*\*\*; 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

## Escapada a Istambul



**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;

- > 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.

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

**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 passaporte válido por seis meses.

[ viagens city breaks ]

Por outro lado, se preferir uma viagem “por medida” não deixe de consultar o Grupo Desportivo. **Somos capazes de o surpreender.**

## 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

## 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



### Fichas de inscrição:

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

### Para mais informação:

contacte o Grupo  
Desportivo

### A organização técnica das viagens 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 das

viagens: disponíveis  
na nossa página em  
[http://www.gdbpi.pt/  
main.asp?id=4&parentid=  
0&detalheid=2609](http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=2609)

## 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

## 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

## Apartamentos em *allotment*

Promoção especial: alugue por 7 noites e pague só 6.  
De 29 de Abril a 3 de Junho e de 23 de Setembro a 7 de Outubro em todos os apartamentos. Para mais informação contacte o Grupo Desportivo.

Apartamentos disponíveis de 1 de Janeiro a 31 de Dezembro

### 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.



#### Características:

Apartamentos T1 e T2, para 4 ou 6 pessoas, devidamente equipados, com direito a utilização gratuita da piscina. Os apartamentos têm quartos com cama de casal ou duas camas, sala com sofá-cama, cozinha e casa de banho, e estão equipados com fogão, microondas, frigorífico, esquentador, máquinas de lavar roupa e loiça, televisão, roupa e loiça para 4 ou 6 pessoas. Todos os apartamentos estão equipados com ar condicionado.

#### Condições:

A limpeza dos apartamentos é feita apenas duas (2) vezes por semana. A lavagem da loiça é da responsabilidade do utente. A mudança de roupa é feita semanalmente ou sempre que mude o utente. Não são permitidos animais nos apartamentos. É necessário apresentar credencial emitida pelo Grupo Desportivo.

### Monte da Balaia – 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.



#### Inscrição

A taxa de inscrição é de 36 euros. Nos períodos entre 20 de Maio e 23 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 29 de Abril a 3 de Junho e de 23 de Setembro a 7 de Outubro, alugue por 7 noites e pague só 6, em todos os apartamentos.

Tabela de preços dos apartamentos em *allotment* – 2017

		ÉPOCAS E PREÇOS					
		BAIXA	PÁSCOEA E NATAL	MÉDIA/BAIXA	MÉDIA	MÉDIA/ALTA	ALTA
		01/01 a 08/04	08/04 a 22/04	22/04 a 03/06	03/06 a 01/07	01/07 a 15/07	15/07 a 02/09
		07/10 a 16/12	16/12 a 31/12	30/09 a 07/10	16/09 a 30/09	02/09 a 16/09	
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



# 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.



Apartamentos disponíveis de 1 de Abril a 5 de Novembro

### 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 20 de Maio e 23 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 29 de Abril a 3 de Junho e de 23 de Setembro a 7 de Outubro, alugue por 7 noites e pague só 6, em todos os apartamentos.

## Tabela de preços dos apartamentos – 2017

ÉPOCAS E PREÇOS					
BAIXA	PÁSCOA	MÉDIA/BAIXA	MÉDIA	MÉDIA/ALTA	ALTA
01/04 a 08/04	08/04 a 22/04	22/04 a 03/06	03/06 a 01/07	01/07 a 15/07	15/07 a 02/09
07/10 a 05/11		30/09 a 07/10	16/09 a 30/09	02/09 a 16/09	
22,00 euros	44,00 euros	44,00 euros	48,00 euros	73,00 euros	90,00 euros

## Turismo rural



### Almeirim Casa de Besteiros

**Telefones:** 243 595 474/91 752 60 10

**Localização:** Quinta da Variorum, Estrada do Ameiro 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:** Carvalhal, Avidagos, coordenadas GPS: 41°23'16.4"N/ 7°16'37.5"W

**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 20% em relação à melhor tarifa disponível.



### 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

**Telefone:** 253 662 202 / 91 663 54 66

**Localização:** edifício do século XVII, inserido no turismo em espaço rural, localizado em Alvite, Cabeceiras de Basto.

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



### Caldas da Felgueira - Nelas Casas do Pátio

**Telefone:** 96 654 03 30 / 96 848 79 75

**Localização:** aldeia termal de Caldas da Felgueira, no concelho de Nelas

**Condições:** a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 15% em estada e 10% noutros produtos comercializados pela empresa Casas do Pátio, Lda.



### Castelo de Vide Casa Amarela

**Telefone:** 245 901 250

**Localização:** situada na bonita cidade de Castelo de Vide, na Praça D. Pedro V.

**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de, entre 10% 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.



### Figueira de Castelo Rodrigo Hospedaria do Convento

**Telefone:** 271 311 819

**Localização:** próximo de Figueira de Castelo Rodrigo, Foz Côa. Seguir pelo IP5 em direcção a Vilar Formoso; depois da Guarda sair para Almeida (saída n.º 30 da A25).

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

[ turismo rural ]



### Folhada

Marco de Canaveses  
Casa da Quintã

**Telefone:** 255 423 873

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

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



### 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*).





**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.



**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.



**Vieira do Minho**  
Casa dos Martinhos

**Telefone:** 253 656 331  
**Localização:** sair da A3 em Braga e seguir em direcção a Chaves; 27 km depois (Cerdeirinha), virar à direita em direcção à vila de Vieira do Minho, seguir as indicações para a aldeia turística de Agra e manter essa rota até percorrer cerca de 14 km.  
**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de, entre 10% a 20% sobre o preço de balcão.



**Vilarinha, Bordeira**  
Monte da Vilarinha

**Telefone:** 285 973 218  
**Localização:** siga pela A2 para o Algarve e tome a direcção de Lagos via A22. Saia para Aljezur/Sines, na rotunda de Bensafrim e siga pela N120 em direcção a Aljezur. No cruzamento com a N268 vire para Sagres/Vila do Bispo. Uma vez na Carrapateira, siga as indicações para a Vilarinha.  
**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto: de 15% na época alta; 20% na época média e 25% na época baixa, sobre o preço de balcão.



**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*.



**Vale de Cambra – Rôge**  
Traços de Outora

**Telefone:** 91 879 56 74 / 91 490 72 48  
**Localização:** aldeia do Trebilhadouro 3730-704 Rôge – Vale de Cambra  
**Condições:** a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 15% no alojamento.



**Vieira do Minho**  
Quinta de S. Simão

**Telefone:** 253 668 270 / 93 409 00 77  
**Localização:** sair da A3 em Braga e seguir em direcção a Chaves; 27 km depois (Cerdeirinha), virar à direita em direcção à vila de Vieira do Minho e seguir as indicações da quinta, que se encontra logo a 1 km.  
**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



**Vila Ruiva – Cuba**  
Casa do Alto da Eira

**Telefone:** 284 412 619 / 96 557 99 18  
**Localização:** situada em Albergaria dos Fusos, no concelho de Cuba, próximo da barragem do Alvito.  
**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.

**+800**  
Parceiros

Consulte as nossas parcerias em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt).

Novos Parceiros:

### ALIMENTAÇÃO



> Revista de Vinhos  
Lisboa  
Tel.: 21 591 81 32

### ARTIGOS DIVERSOS



> Promo - Serviços Integrados de Marketing SA  
Prior Velho  
Tel.: 21 949 71 66

### ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS



> Academia do Som  
Lisboa  
Tel.: 21 840 06 11



> Dance4u  
Matosinhos  
Tel.: 22 609 25 90

### GINÁSIO HEALTH CLUB



> Twins fitness station  
Santarém  
Tel.: 21 315 30 88

### INFORMÁTICA



> Backpackwifi  
Oeiras  
Tel.: 96 524 15 06



> MHD – Serviços e Sistemas Informáticos, Lda.  
Lisboa  
Tel.: 21 315 34 54

### SAUDE E BEM ESTAR



> A Loja do Avô  
Lisboa  
Tel.: 21 357 90 40



> Ortodivel  
Odivelas - Pontinha  
Tel.: 21 933 40 58  
21 901 38 08



PHYSIOKINESIS  
Clínica Fisioterapia

> Physiokinesis – Clínica de Fisioterapia  
Lisboa  
Tel.: 21 131 67 03

reabilita



> Reabilita  
Ovar  
Tel.: 93 655 81 08  
91 030 21 39



> Thalasso Costa de Caparica  
Costa da Caparica  
Tel.: 21 290 56 55

### VESTUÁRIO



> Bebés e Amor  
Lisboa  
Tel.: 21 406 13 84



> Maison La Bohème  
Lisboa  
Tel.: 21 851 63 68



> Sapateiro Expresso  
Lisboa  
Tel.: 21 386 00 28

### VIAGENS



> GlideTours  
Oeiras  
Tel.: 91 312 66 52

**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  
grupodesportivo-  
sul@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  
grupodesportivo-  
norte@bancobpi.pt  
**Cod. CI** – 2039

**SITE**

[www.gdbpi.pt](http://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.: 21 322 42 83  
grupodesportivo-  
sul@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  
pilarbatoreru@gmail.com

**José Almeida**  
tel.: 22 207 53 00  
jose.reis.almeida@gmail.com

**Victor Camisão**  
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 Camisão**  
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  
pilarbatoreru@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

**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

**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 Camisão**  
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

**TÉNIS**

**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

**TÉNIS 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  
grupodesportivo-  
sul@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.aranja@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



[ a fechar ]



JOSÉ CALDAS

## O associativo(ismo)

«Associativismo é o meio de organizar grupos de interesses colectivos com base na consciência e no direito individual, e a necessidade de agregação e conjugação de esforços.»

> Com esta edição n.º 50 da nossa revista *Associativo*, um dos meios de comunicação privilegiada entre o Grupo Desportivo e os sócios, quero, neste artigo, realçar a importância que o Grupo Desportivo tem no complemento da oferta cultural, desportiva e de lazer, para os Sócios.

Faço parte dos Órgãos Sociais do Grupo Desportivo há alguns anos, ligado à área desportiva, tendo já no passado exercido funções na Direcção Nacional do Grupo Desportivo. Para mim tem sido uma experiência muito enriquecedora, pois tive e tenho a possibilidade de conviver e conhecer colegas de várias regiões e partilhar com eles actividades fora do contexto laboral.

Com uma oferta de actividades transversal a todas as faixas etárias, o Grupo Desportivo está empenhado em alargar cada vez mais esta oferta a todo o território nacional. Para ajudar a quebrar as barreiras geográficas, estão a ser implementados pólos locais, onde os Sócios mostrem interesses colectivos comuns.

Estes pólos não são mais que grupos de Sócios que se organizam para realizar uma actividade de âmbito regional em representação do Grupo Desportivo. As actividades de atletismo, BTT, *karting* e pesca são exemplos do que agora está a dar os primeiros passos nos respectivos pólos.

O Grupo Desportivo, nas suas instalações, põe à disposição dos Sócios salas de convívio dotadas de televisão por cabo, jogos tradicionais e internet. Estas infra-estruturas têm como missão estimular o convívio entre os Sócios e o de manter a ligação entre os mesmos, após a sua passagem à situação de reforma.

Os Sócios também têm à sua disposição uma rede de parcerias que tem como objectivo oferecer um leque de bens e serviços a preços convidativos.

Após leitura deste artigo, e se nunca participou nas nossas actividades, fica aqui o convite; no entanto, se tem participado, com regularidade ou não, continua a ser sempre bem-vindo.

Aproveito para destacar o *rally-paper*, que neste ano se realiza na região de Trás-os-Montes – é um evento importante no Grupo Desportivo, e do qual pode obter todas as informações no interior desta revista.

Bem hajam. Até breve.





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)

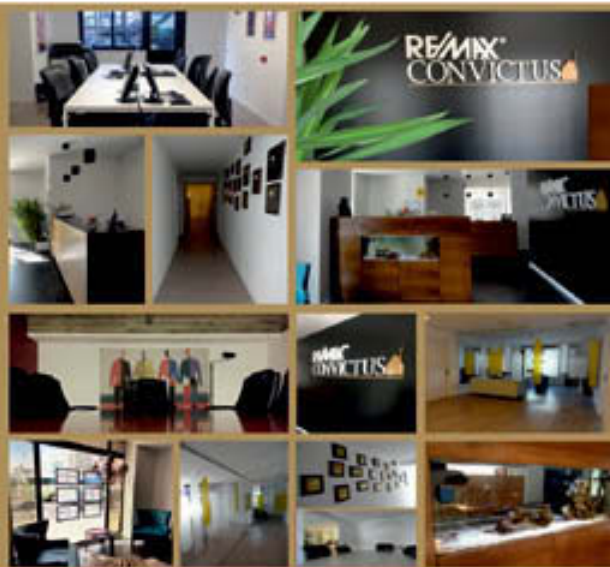


**VANESSA ESPADA**

Tlm.: 927 246 077

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

«Uma casa é feita de  
sonhos e amor»



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

Cada agência é de gestão e propriedade independente. AMI 4719

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



GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL  
DOS EMPREGADOS DO BANCO BPI

