

associativo

REVISTA DO GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL DOS EMPREGADOS DO BANCO BPI



[n.º 85 | Novembro
Janeiro
2026 | Trimestral | Distribuição
Gratuita | www.gdbpi.pt]

GRUPO DESPORTIVO



p. 11

Já há fumo branco
para o Rally-Paper 2026

p. 12

O circo de Natal
do Banco BPI

p. 18

Réveillon
em Coimbra

p. 44

Calendário de Viagens
para 2026

p. 17

O Grupo Desportivo
em Lisboa mudou
de instalações



Concretize um Sonho

Sabia que pode transformar um simples contacto num grande negócio?

Conhece alguém que queira comprar ou vender casa, fale comigo!

Ao confiar em mim e na força do Grupo Remax Latina, está a garantir:

- Uma rede de contactos para vender/comprar com segurança.
- Um serviço personalizado e dedicado a cada cliente.
- A experiência e a solidez de quem sabe fazer acontecer.

Vamos juntos fazer o melhor negócio possível?

Miguel Ferreira

Consultor Imobiliário | Real Estate Agent

+351 932 350 406

miguel.cferreira@remax.pt



VENDA OU COMPRA, tem dúvidas ou questões, CONTACTE-ME.

CONTE COMIGO para apoio ou esclarecimento e ganhe até "3.500€"

TIAGO CADEIREIRO
CONSULTOR IMOBILIÁRIO



+351 965 495 053



tclopes@remax.pt



tcconsultor

"HÁ 12 ANOS A AJUDAR OS MEUS CLIENTES A TOMAR BOAS DECISÕES"

GRUPO DESPORTIVO



[editorial]

O Grupo Desportivo e as instalações

O Grupo Desportivo, a propósito das novas instalações em Lisboa, no edifício Monumental, preparadas pelos serviços do Banco BPI no piso –1 com entrada pelo n.º 51 da Av. de Fontes Pereira de Melo.



OSVALDO SILVA

[DIRECTOR]

> O Grupo Desportivo tem acompanhado as sucessivas acções de reordenamento dos espaços do Banco BPI e mudado de instalações várias vezes. Verdade se diga que sempre estivemos instalados em espaços adequados – uns mais que outros... é certo!

Neste final de Outubro mudámo-nos para o edifício Monumental, para umas instalações no piso –1 do edifício, preparadas pelos serviços do Banco BPI especificamente para o Grupo Desportivo, atentas as necessidades manifestadas.

Nestes muitos anos em que o Grupo Desportivo tem acompanhado o Banco BPI e os esforços de reagrupamento dos seus activos, pela primeira vez sentimos estar mais próximos dos sócios e que estes por uma razão ou por outra acabarão por tropeçar no Grupo e reconhecer que este pode ser – é-o já, mas alguns sócios ou futuros sócios ainda não sabem, não se aperceberam disso – uma grande valia em qualquer vertente de análise.

Na verdade, não é a primeira vez que faço esta reflexão sobre as actividades do Grupo Desportivo por exemplo na área desportiva – onde patrocinamos modalidades como sejam o atletismo, o basquete, o ciclismo, o karting, o futsal, a pesca desportiva, o padel, o ténis de campo, o ténis de mesa, etc., que dão forma àquela velha máxima latina, julgo

que do poeta Juvenal: *mens sana in corpore sano*.

Vejamos também a área cultural, as propostas de cursos de formação, *workshops* disto, daquilo e daqueloutro; a culinária é um tema sensível para mais e menos novos; as visitas guiadas, os passeios, as caminhadas, as propostas de espectáculos, concorrem também para dar força e tranquilidade – «a mente sã em corpo são» – aos colaboradores do Banco, no activo e reformados, enquanto ajudam ao crescimento do espírito de família, da grande família BPI.

Sem reformados não haveria activos. Sem Afonso Henriques, pelo menos, não haveria este País.

Se pensarmos na área do puro lazer, a recreativa, vamos encontrar eventos que reúnem centenas de sócios e familiares, no *rally-paper*, no S. Martinho, no Fim do Ano, ou no Jantar de Natal.

O Grupo Desportivo tem vindo a colaborar activamente com o voluntariado do Banco, procurando que os sócios tomem conhecimento da intervenção desta área do Banco junto da sociedade portuguesa e fiquem a saber como participar, se essa for a sua vontade.

Também temos participado na Semana da Saúde e Bem-Estar, patrocinada pelo Banco BPI, na organização de alguns eventos e também na contratação graciosa de alguns serviços de parceiros nossos.

Isto atesta a vitalidade e diz muito do Grupo Desportivo, razão por que também estamos muito contentes com as novas instalações, que queremos crer podem ser um factor de crescimento do Grupo, que passou a ficar ainda mais visível, mais próximo e mais confortável para todos os colaboradores do Banco.

Daqui a pouco vamos ter a Festa de Natal do Banco BPI, que anima o último mês do ano. O Grupo Desportivo participa activamente neste evento que junta milhares de colaboradores do Banco e familiares no Circo de Natal. O Grupo Desportivo, em Lisboa e no Porto, distribui pelos filhos dos colaboradores alguns milhares de brinquedos que muito vão ajudar ao Natal das famílias.

E a partir de Janeiro, já estaremos a propor aos sócios as novas viagens para 2026, a trabalhar no Rally-Paper de 2026, a atender os sócios com o mesmo carinho e consideração de sempre, a procurar novos parceiros e novas e melhores condições noutros, a trabalhar para os sócios que na verdade são o Grupo Desportivo.

Este é o Grupo Desportivo.

Entretanto vem aí o Natal das famílias, e aproveito esta revista para na oportunidade lhe desejar a si e à sua família um Bom Natal e um excelente Ano Novo... e que o próximo ano possa ser o seu!

E por favor aceite o meu abraço de amizade.

ÍNDICE

EDITORIAL

03

CALENDÁRIO

05

VIDA ASSOCIATIVA

06

- 06 Convocatória
Assembleia Geral Ordinária
- 07 Convívio de Reformados em
Cabo Verde
- 08 Festa da cereja
- 08 Festa da Flor no Redondo
- 09 Festa da Vindima na Quinta da
Boeira
- 09 Ser voluntário é ser embaixador
do amor
- 10 Viagem ao Egipto
- 11 Já há fumo branco para o Rally-
-Paper 2026
- 12 O circo de Natal do Banco BPI
- 14 Entrega das prendas de Natal
- 16 Lista das prendas de Natal 2025
- 17 O Grupo Desportivo em Lisboa
mudou de instalações
- 18 Réveillon em Coimbra
- 19 Noite de Fados e Alma em
Alfama
- 20 Gastronias – sim, são manias
- 22 Vinhos de garrafeira a preços
exclusivos para sócios

CULTURA

26

- 26 Crónica do passeio às aldeias de
xisto na Lousã
- 26 Arte com alma
- 27 XXI aniversário do PortusCale
- 28 Grande Rota das Montanhas
Mágicas – 1.ª etapa
- 29 Feira de Doçaria de Alcáçovas
- 30 Valora (Banco de Portugal,
no Carregado)

- 30 Hospital dos Capuchos
- 31 Workshop Bife Wellington
- 31 Workshop Pratos de Bacalhau
- 32 Workshop Magia de reciclagem
- 32 Workshop de Música
- 33 Em Cartaz

DESPORTO

35

- 35 Hábitos Saudáveis
- 35 II Corrida IPO Porto 2025
- 36 Corrida no Porto de Leixões
- 36 Nova época, esperança renovada
- 37 Basquetebol no Sul
- 37 Crónica (quase épica)
- 38 Final Nacional de Bowling em
Cantanhede
- 39 Lousã Granfondo 2025
- 40 Campeonato Interbancário de
Pesca Desportiva de Mar
- 41 XLV Campeonato Interbancário
de Pesca Desportiva de Mar
- 41 XLVII Campeonato Interbancário
de Pesca Desportiva de Rio
- 42 Campeonatos Internos Regionais
Norte
- 43 II Torneio Interno de Ténis de
Mesa

FÉRIAS E VIAGENS

44

- 44 Calendário de Viagens para 2026
- 45 Viagens *City Breaks*
- 49 Turismo rural

PARCEIROS

52

CONTACTOS

53

A FECHAR

54

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: Victória Cuzmici

Colaboradores desta Edição:

Ana Vitorino, António Cardoso,
António Vale (fotografia), Carlos Galvão,
Célia Soares, Direcção Nacional,
Emília Maia, Fátima Pereira,
Fernanda Abrunhosa, Francisco Barata,
Francisco Ortigão, Francisco Ribeiro,
Jorge Pires, José Caldas, José Duarte,
Luísa Bahia, Manuel Correia,
Maria do Carmo Couto, Osvaldo Silva,
Pedro Cunha, Pedro Ferreira,
Pedro Ribeiro, Pilar Batoréu, Rui Duque,
Rui Simplicio, Sandra Nascimento,
Victória Cuzmici

Imagem da Capa: O Grupo Desportivo
em Lisboa mudou de instalações

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: 5 000 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

Av. de Fontes Pereira de Melo,
n.º 51 – piso –1,
1069-042 Lisboa

Telefone: 21 723 42 70

E-mail: sul@gdbpi.pt

Site: www.gdbpi.pt



Os descontos no combustível são de até 16 cêntimos, e também pode ter o Cartão Repsol Mobilidade Eléctrica. Não deixe de consultar os custos da mobilidade eléctrica em vigor desde 1 de Janeiro de 2025. Mas tem um **desconto de 3 cêntimos na tarifa da electricidade**.

Consulte o verso da contracapa desta revista ou saiba mais em: <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=53&parentid=5&detalheid=7580>



Se quer vender, arrendar ou comprar um imóvel em qualquer lugar do País, consulte o Tiago Cadeireiro ou o Miguel Ferreira, da Remax, e ganhe até 3500 euros ou mais. Consulte o verso da capa desta revista ou vá a <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=53&parentid=5&detalheid=48418>



Se quer vacinar-se contra... o que precisar, então agende na Farmácia Internacional e aproveite as vantagens que a parceria com o Grupo Desportivo lhe oferece. Saiba mais na contracapa desta revista ou em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=53&parentid=5&detalheid=38300>



Vinhos de garrafeira a preços exclusivos – consulte a nossa proposta para este trimestre de Novembro a Janeiro, nas páginas de 22 a 25, ou vá a <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=45&parentid=41&detalheid=58489>

Vá ao teatro com a sua família. Aproveite as sugestões e as vantagens que o Grupo Desportivo lhe oferece. Consulte as páginas 33 e 34 desta revista.

Iniciativas em destaque

Gastromanias – desconto de 30% no Pregão do Lombo, entre 1 de Novembro e 31 de Janeiro de 2026. Consulte as páginas 20 e 21

Rally-Paper 2026 – Já há fumo branco. Consulte a página 11

Lista das Prendas de Natal – consulte a página 14

O Grupo Desportivo em Lisboa mudou de instalações – consulte a página 17

Calendário de Viagens – consulte a página 44

06 – Visita guiada à Feira de Doçaria de Alcáçovas

06 – Grande Rota das Montanhas Mágicas – 6.ª etapa

06 – O Circo de Natal do Banco BPI em Lisboa

08 – Último dia para se inscrever no Workshop Pratos de Bacalhau

09 – Entrega das Prendas de Natal

12 – Último dia para se inscrever no Réveillon em Coimbra

13 – Workshop Pratos de Bacalhau

13 – Tela em Três Dimensões

13 – O Circo de Natal do Banco BPI no Porto

23 – Último dia para se inscrever na S. Silvestre Liberty Seguros

28 – S. Silvestre Liberty Seguros

30 – Réveillon em Coimbra

31 – Último dia para se inscrever na Grande Rota das Montanhas Mágicas – 7.ª etapa

> Em Novembro

17 – Último dia para se inscrever no II Torneio Interno de Ténis de Mesa

17 – Último dia para se inscrever no Workshop Bife Wellington

18 – Último dia para se inscrever no Workshop Magia de Reciclagem

19 – Último dia para se inscrever na Grande Rota das Montanhas Mágicas – 5.ª etapa da Caminhada

22 – Grande Rota das Montanhas Mágicas – 5.ª etapa da Caminhada

22 – Workshop Magia de Reciclagem

22 – Workshop Bife Wellington

22 – II Torneio Interno de Ténis de Mesa

25 – Assembleia Geral Ordinária para discutir e deliberar sobre o Orçamento e Plano de Actividades para 2026

27 – Último dia para se inscrever para a visita guiada Feira de Doçaria de Alcáçovas

> Em Dezembro

03 – Último dia para se inscrever na Grande Rota das Montanhas Mágicas – 6.ª etapa

05 – Último dia para se inscrever no workshop Tela em Três Dimensões

> Em Janeiro

03 – Grande Rota das Montanhas Mágicas – 7.ª etapa

15 – Último dia para se inscrever na visita guiada na Valora – Banco de Portugal no Carregado

24 – Visita guiada à Valora – Banco de Portugal no Carregado

> Em Fevereiro

02 – Último dia para se inscrever no Workshop Música

07 – Workshop Música

12 – Último dia para se inscrever na visita guiada ao Hospital dos Capuchos

15 – Último dia para se inscrever na Noite de Fados e Alma em Alfama

21 – Visita guiada ao Hospital dos Capuchos

27 – Noite de Fados e Alma em Alfama

Convocatória

Assembleia Geral Ordinária

Orçamento e Plano de Actividades para 2026

Nos termos da alínea b) 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 D. João IV, 640 na cidade do Porto, pelas 17.30 horas do dia 25 de Novembro de 2025, com a seguinte

Ordem de Trabalhos

1. Discutir e deliberar sobre o Orçamento e Plano de Actividades para o ano de 2026;
2. Outros assuntos de interesse geral.

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

Porto, 1 de Setembro de 2025

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral



(Maria do Carmo Máximo Esteves Couto)

Nota: Os elementos a discutir na Assembleia Geral – Orçamento e Plano de Actividades para 2026 – encontram-se à disposição dos sócios, para consulta, nas instalações do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI sitas na Rua D. João IV, 640, no Porto, e na Av. de Fontes Pereira de Melo, 51, piso –1, em Lisboa.

Convívio de Reformados em Cabo Verde

Na viagem à ilha da Boavista, começámos o dia bem cedinho. Com um grupo de 50 pessoas, lá nos juntámos no Aeroporto de Francisco Sá Carneiro às 5.00h, para iniciar mais uma aventura.

Por Ana Vitorino



➤ O voo demorou sensivelmente 4 horas. Chegamos ao Aeroporto de Aristides Pereira e após o *transfer* em autocarro, chegámos ao Hotel Riu Touareg****, onde iríamos passar a nossa semana, em regime de tudo incluído e dias livres.

Da cadeia Riu, este é o maior empreendimento do mundo desta companhia, com uma capacidade para 2800 pessoas. Localizado na praia de Lacacao, tem mais de 1000m² de piscinas, acesso privado à praia, vários restaurantes – dos quais alguns temáticos. O grupo teve oportunidade de experienciar alguns destes jantares, nos restaurantes cabo-verdianos, ou no italiano e também no asiático.

Com os dias completamente livres, os sócios dividiram-se em pequenos grupos e efectuaram várias visitas à ilha: uns visitaram a capital da ilha da Boavista, que é Sal Rei; outros fizeram viagens ao Norte e ao Sul da ilha, onde tiveram oportunidade de

apreciar praias lindíssimas de águas calmas e de areais a perder de vista.

Na viagem ao Sul da ilha visitaram a praia de Chaves, com uma vista fantástica, passando pelas dunas de areia branca, escaladas pelo nosso guia de uma forma soberba, passando pela praia da Varandinha, onde pudemos visitar as grutas e tirar fotos de perder o fôlego, visitar o local de alimentação das tartarugas, com vários exemplares a brindar-nos com a sua presença, e ainda um pouco mais à frente... avistamento de tubarões – Uau!

Antes de deixarmos a costa ainda tivemos oportunidade de tomar um banho – e que belo banho! – na praia de Santa Mónica.

Para terminar o passeio ainda visitámos a Povoação Velha – uma pequena aldeia escondida na base das montanhas com apenas 141 habitantes.

É a povoação mais antiga da ilha, tendo sido capital até 1810. Dada a sua localização, albergava à altura a quase totalidade da população da ilha, que assim se mantinha segura dos ataques piratas e ainda houve tempo para adquirir algumas lembranças.

O Grupo Desportivo em articulação com o hotel conseguiu juntar todos os participantes deste evento no último jantar e aí todos convivemos a contar as peripécias de cada um, e no final do mesmo fizemos um brinde à vida. E num piscar de olhos, estava terminada a nossa semana.

O que dizer em resumo?: Muito obrigado; grupo fantástico e férias fabulosas.



Festa da cereja

Todos os anos, por esta altura, Alfândega da Fé veste-se de vermelho para celebrar a tradição da festa da cereja.

Por Francisco Ribeiro



> Logo pela manhã e na hora prevista saímos do Porto, com destino a Alfândega da Fé. Depois de umas horas de viagem e com algumas paragens pelo caminho, finalmente chegámos ao destino, onde nos esperava a guia Sónia Vieira, que nos iria levar ao imenso pomar, com cerejeiras acessíveis, onde o Grupo Desportivo mergulhou na apanha e na prova da cereja, algo que proporcionou prazer e alegria a todos nós.

Seguiu-se uma pequena visita guiada à vila, ao centro de Alfândega da Fé, cujos pontos de interesse foram: Torre do Relógio; Parque Verde; Casa da Cultura do Mestre José Rodrigues; Miradouro do Castelo; esculturas e murais.

Após o término da visita era hora para um almoço bem merecido, tendo sido escolhido o Restaurante O Jardim.

Já bem almoçados, foi hora de seguir-



mos até o Hotel OCA Douro Valley para *check-in* e um pouco de descanso.

Voltámos à vila para fazer mais uma visita e mais uma refeição, o jantar, no Restaurante S. Sebastião, regressando mais tarde ao hotel.

Após uma boa noite de descanso, foi hora do pequeno-almoço, seguido do *check-out*. Voltámos à vila para visitar a feira anual, com muitos *stands* para a comercialização de cereja e outros produtos locais.

Chegada a hora do almoço o repasto fez-se no Restaurante O Jardim, de excelente qualidade.

De volta ao Porto, com um agradecimento profundo ao amigo Ribeiro, organizador dos nossos passeios, ficámos a aguardar um próximo para nos revermos e nos divertirmos.

Porque a vida é um momento!



Festa da Flor no Redondo

A Vila de Redondo em festa esperava-nos!

Por Emília Maia

> Com a pontualidade habitual, saímos do Porto pelas 14h de sexta-feira. O calor era intenso, mas feita a viagem num bom autocarro, com um motorista bem simpático, nada custou.

Fomos directos ao Restaurante O Parque dos Leitões, onde nos serviram um óptimo jantar; a noite foi tranquila no bom Évora Hotel.

Pelas 9.30h saímos com destino à vila de Redondo, para ver as 25 ruas e praças ornamentadas com flores, motivos e várias temáticas em papel, trabalho elaborado pelos seus habitantes ao longo de vários meses com uma perfeição impressionante. De louvar este legado das gentes da terra.

Em direcção a Vila Viçosa, observámos a paisagem alentejana e almoçámos no Restaurante Os Cucos – umas boas migas de espargos com carne de porco.

De volta, fizemos uma paragem em Évora, para recordar esta histórica cidade.



De regresso ao hotel, refrescámo-nos um pouco, e fomos jantar um bom leitão, onde também não faltou a sobremesa de sericaia.

O silêncio não reinou, pois éramos um grupo grande e muito conversador.

Na manhã de domingo, depois da foto de grupo da praxe, seguimos viagem até Almeirim, terra de bom melão. O calor era quase insuportável, mas no fresco do famoso Restaurante O Forno não faltou a não menos famosa sopa de pedra.

De volta ao Porto, com um agradecimento profundo ao amigo Ribeiro, organizador dos nossos passeios, ficámos a aguardar um próximo para nos revermos e nos divertirmos.

A vida é um momento!



Festa da Vindima na Quinta da Boeira

O Grupo Desportivo voltou a mostrar que sabe juntar tradição, convívio e boa-disposição.

Por José Caldas

> O programa prometia desde o primeiro momento: uma visita a um lagar de azeite, ponto de partida para um dia recheado de aromas, sabores e muita animação.

Ao final da manhã, o grupo mergulhou na arte de transformar a azeitona em ouro líquido. Entre explicações técnicas da arte de produzir azeite, não faltaram perguntas curiosas nem aquele sorriso cúmplice de quem já imaginava o azeite a temperar o pão caseiro.

Seguiu-se o almoço, onde às mesas fartas de boas iguarias se juntou a boa conversa, criando o ambiente perfeito para retemperar forças antes da próxima paragem, as vinhas.

A visita ao coração da vinha trouxe a verdadeira festa, a tradicional lagarada. Com os pés descalços, o entusiasmo correu tão solto quanto o mosto a nascer.

Entre cantorias, palmas e brincadeiras, ninguém resistiu a dar o seu contributo para esta vindima vivida de forma tão ge-



nuína. Foi o momento alto da tarde, onde a tradição se misturou com a alegria contagiante do grupo.

E porque um dia assim só podia acabar em grande, o jantar com pratos bem servidos, brindes cheios de significado e música ao vivo, com alguns a acompanhar as canções com belos passos de dança, a noite prolongou-se num clima de verdadeira amizade.

No fim, ficou a certeza de que se tratou não apenas de uma visita ou de uma refeição, mas de um dia inteiro partilhado em que o azeite, o vinho e a música foram apenas pretexto para celebrar o que o Grupo Desportivo tem de melhor: a união e a alegria de estarmos juntos.

Obrigado à Quinta da Boeira por este dia magnífico.



Ser voluntário é ser embaixador do amor



Foi em Outubro que nasceu uma figura especial: o *embaixador do BPI Voluntariado*. Mais do que um título, é um símbolo de compromisso, inspiração e generosidade.

Por Rui Duque

> Foi em Outubro que nasceu uma figura especial: o *embaixador do BPI Voluntariado*. Mais do que um título, é um símbolo de compromisso, inspiração e generosidade. Esta figura existe para reforçar o propósito do voluntariado, dar voz a causas que merecem ser ouvidas, promover ideias transformadoras, motivar colegas e aumentar o impacto de acções que fazem a diferença.

O Grupo Desportivo não podia faltar a este movimento e orgulha-se de ter um embaixador que representa com paixão tudo o que esta missão abraça. Mas esta jornada não é feita por uma só pessoa – é feita por todos nós. Por isso, lançamos um convite com alma: desafie-se. Descubra o

que pode fazer pelos outros e, surpreendentemente, por si mesmo.

Hoje, há dezenas de iniciativas espalhadas pelo país à espera de corações generosos como o seu. Talvez se reveja em alguma delas:

- Ajudar a Dona Ajuda no Mercado do Rato
- Apadrinhar um avô em Vila Pouca de Aguiar ou Torres Vedras
- Preparar *kits* alimentares para pessoas em situação de sem-abrigo em Lisboa
- Apoiar o futebol feminino em Albergaria-a-Velha, Valadares Gaia, Setúbal, Barcelos ou Amora

Estes são apenas alguns exemplos. Cada gesto conta. Cada minuto oferecido tem valor. E, acima de tudo, cada acção devolve-nos algo maior: a certeza de que estamos a construir um mundo mais humano.

Atreva-se e seja solidário. Participe porque dar é também receber.

Parte de si transformar vidas.

Tudo conta.



Viagem ao Egipto

Considero que a viagem proposta pelo Grupo Desportivo do Banco BPI foi muito interessante, e, mais do que isso, foi um verdadeiro sucesso.

Por Fernanda Abrunhosa

**Caro sócio e amigo,
pode aceder à
versão completa
desta crónica no
seguinte endereço:**



➤ Viajar para o Egipto não é uma decisão fácil, dado que é um país do terceiro mundo, onde os nossos padrões de vida ocidentais vão ser frequentemente postos em causa e onde as temperaturas do ar são bastante elevadas. No entanto, visitar o Egipto é igualmente muito estimulante, dos pontos de vista quer cultural quer social.

Em termos culturais tem-se a oportunidade de ver como há mais de 4000 anos – em alguns casos – a civilização egípcia, alicerçada no culto dos seus faraós e de uma panóplia de deuses, permitiu a construção de túmulos e templos que nos deixam perplexos – mas encantados com as suas arquitectura, dimensão e decoração – e ainda hoje preservados pese embora a passagem de milénios com todos os incidentes por que passaram: guerras, terremotos, tempestades, vandalismo, etc.

Em termos sociais nesta viagem tivemos oportunidade de ver como um país com cerca de 120 milhões de habitantes, maioritariamente muçulmanos, e com um território desértico, onde apenas 4% da sua área é cultivável, tem de lutar diariamente pela sua sobrevivência e onde o turismo, como o que estávamos a fazer, tem um papel muito importante para a sua economia. Daí a profusão de vendedores de toda a espécie de quinquilharia, muitas vezes crianças, ser uma realidade incontornável que quem viaje para o Egipto tem de assumir como natural, pese o incómodo que muitas vezes causa aos visitantes, pois é o sustento de muitíssima gente.

Importa, contudo, assinalar o enorme esforço de desenvolvimento do país que está em curso, bem patente em grandes obras públicas – como, por exemplo, o investimento em vias de comunicação e nas

“obras faraónicas” do projecto que visa o aproveitamento das águas do Nilo, no lago Nasser, para aumentar a irrigação e a área cultivável do país.

De igual modo, não pode deixar de se registar os dois novos museus do Cairo: o fabuloso Museu da Civilização Egípcia, inaugurado em 2021 e que, entre outros atractivos, alberga 22 múmias reais (incluindo a do faraó Ramsés II e a da rainha-faraó Hatshepsut) e o já parcialmente inaugurado Grande Museu Egípcio, o maior museu do mundo dedicado a uma única civilização, e que dista cerca de dois quilómetros das pirâmides de Gizé.

Os museus surpreendem não só pela sua arrojada arquitectura, mas também pela forma inédita da exposição das suas colecções, o que facilita o conhecimento que pretendem transmitir aos visitantes. A visita a estes museus, a par das pirâmides de Gizé, justifica por si só uma viagem ao Cairo.

Por isso considero que a viagem proposta pelo Grupo Desportivo do Banco BPI foi muito interessante e, mais do que isso, foi um verdadeiro sucesso.

Todos os aspectos referidos no programa foram cumpridos, sendo de salientar os seguintes:

– A óptima escolha do guia Gamal, que nos acompanhou durante quase toda a viagem e que é indiscutivelmente um profissional de altíssimo nível, que fala um português perfeito, conhece as características e a cultura dos portugueses (ele próprio viveu em Portugal e tem nacionalidade portuguesa), o que facilitou o diálogo e a compreensão das suas informações;

– Os hotéis e o barco que nos transportou de Luxor até Assuão pelo rio Nilo (e onde passámos quatro noites)...

Já há fumo branco para o Rally-Paper 2026

Vai ser algures entre Bragança e Manta Rota, seguramente em Abril, provavelmente na zona Centro; ou seja, onde o GPS ainda se diverte!

Por Direcção Nacional

> Sabemos que vai ser divertido. Sabemos que vai ter rasteiras. Sabemos que vai ter perguntas que fazem suar até os carecas. E sabemos, acima de tudo, que no fim... vais querer saber quando é o próximo. Podemos dizer-te já que vai ser em 2027 😊.

Por agora, pedimos-te só uma coisa: marca na agenda. Reserva energia. E começa a afiar a perspicácia.

Na próxima revista *Associativo*, vamos revelar:

- A data oficial
- A localização exata
- E os valores da inscrição

Grande novidade deste ano: se conseguires indicar uma equipa que não tenha participado nos últimos 5 anos, comesças logo com 30 pontos extra. Sim, leste bem.

É como acertar 3 perguntas sem sequer abrir o mapa.

É caso para dizer: «Ainda não comecei... e já estou a ganhar!»

Vai pensando no assunto. Vai desafiando os colegas. E prepara-te, porque este *rally* vai ser daqueles que ficam na história – ou pelo menos nos grupos de WhatsApp durante meses.



O circo de Natal do Banco BPI

O circo faz parte da Festa de Natal do Banco BPI. No dia do espectáculo faça-se acompanhar do seu cartão de colaborador do Grupo Caixa Bank em Portugal no activo ou reformado, ou, em alternativa, do cartão de sócio do Grupo Desportivo. Por favor, respeite o trabalho do Grupo Desportivo e evite situações constrangedoras.

Por Direcção Nacional



> O espectáculo de circo faz parte da Festa de Natal do Banco BPI, e vai realizar-se no Coliseu do Porto e no Circo Cardinali, em Lisboa. Quanto aos programas, sabemos que vamos poder contar com uma selecção de artistas que muito bem interpretam a tradição circense: trapezistas, acrobatas, palhaços e ilusionistas, malabaristas, funâmbulos e antipodistas, de referência internacional, de elevada qualidade.

Temos procurado corresponder à confiança da Exma. Administração do Banco

BPI produzindo um trabalho que proporcione a todos os colaboradores e familiares, no activo ou reformados, uma Festa de Natal com qualidade, mas descomplicada.

Para que a logística da Festa de Natal seja fluida e possamos disponibilizar os bilhetes pedidos, solicitamos a todos os colaboradores do Grupo Caixa Bank em Portugal que requisitem apenas os bilhetes indispensáveis ao seu agregado familiar, atempadamente, dentro do prazo que informamos.



Para pedir os bilhetes:



1.º – Todos os colaboradores do Grupo Caixa Bank em Portugal estão registados na plataforma informática do Grupo Desportivo; neste particular mesmo os que não são sócios possuem uma *password* que lhes permite aceder à sua área pessoal no endereço <https://secretaria.gdbpi.pt>.



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



3.º – A requisição de ingressos para o circo é feita exclusivamente através da plataforma do Grupo Desportivo, na área pessoal de cada colaborador, devendo ser preenchidos todos os dados que são solicitados.

Não há outra forma, e deve aproveitar para actualizar os seus dados, incluindo o código de correspondência, se ainda não o tiver feito.



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



5.º – Todos os que não tiverem acesso à Internet devem contactar a Secretaria do Grupo Desportivo e autorizar o tratamento dos seus dados pessoais, conforme com o Regulamento-Geral de Protecção de Dados.



6.º – Os pedidos de ingressos devem ser efectuados até ao dia 24 de Novembro para o Circo Cardinali em Lisboa, e até ao dia 28 de Novembro para o circo no Coliseu do Porto. Após estas datas, é feita a sua distribuição.



7.º – Todos os colaboradores que tenham solicitado bilhetes para o circo em Lisboa vão receber uma carta certificada do Grupo Desportivo a validar o número de ingressos que lhes foram atribuídos, que deverá ser entregue

na entrada, acompanhada da exibição do cartão de colaborador do Grupo Caixa Bank em Portugal, no activo ou reformado, ou, em alternativa, do cartão de sócio do Grupo Desportivo.



8.º – No dia do espectáculo faça-se acompanhar do seu cartão de colaborador do Grupo Caixa Bank em Portugal ou do Grupo Desportivo. Por favor, respeite o trabalho do Grupo Desportivo e evite situações constrangedoras.

9.º – Este ano, queremos que a magia do circo vá além da lona. Por isso, o Grupo Desportivo desafia todos os sócios, familiares e amigos a juntarem-se a um gesto simples, mas profundamente solidário: por cada bilhete pedido, pedimos que tragam um alimento não perecível, a ser entregue no próprio dia do espetáculo, diretamente a um responsável do Grupo Desportivo presente no local. Porque enquanto nos rimos com os palhaços, nos deslumbramos com os acrobatas e nos emocionamos com a tradição circense, há quem precise de algo tão básico como um prato de comida. Este pequeno gesto pode ser o grande presente de Natal de alguém. Vamos transformar esta Festa de Natal num momento de partilha verdadeira – onde o espírito natalício se sente não só no ar, mas também no coração.

DATA
6 de Dezembro
CIRCO
Circo Cardinali
LOCAL
Lisboa: Passeio Ribeirinho de Algés
1.ª SESSÃO 09.00h
2.ª SESSÃO 11.30h

DATA
13 de Dezembro
CIRCO
Coliseu
LOCAL
Porto:
Rua de Passos Manuel, 137
1.ª SESSÃO 10.00h
2.ª SESSÃO 14.00h

Entrega das prendas de Natal

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

Por Direcção Nacional



> Entrega das prendas:



Como receber as prendas de Natal

Para que a entrega das prendas dos filhos dos colaboradores do Grupo Caixa Bank em Portugal com idades até 12 anos possa ser feita, deve registar ou assegurar-se de que o seu filho está registado na base de dados do Grupo Desportivo. Se não o fizer, não vamos estar a contar com a prenda para o seu filho. Se já o fez, salte o parágrafo seguinte.



Como registar o seu filho

Seja ou não sócio do Grupo Desportivo, deve registar o seu filho na nossa base de dados.

Os elementos necessários para o registo são os seguintes: número de sócio (número mecanográfico, quando não for sócio), data de nascimento (aaaa.mm.dd) e nome completo do filho. Em caso de dúvida, por favor, contacte a Secretaria do Grupo Desportivo, <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=50>.



Actualização do local de trabalho

Se mudou recentemente de local de trabalho, não se esqueça de comunicar essa alteração junto do Grupo Desportivo, para evitar que o brinquedo do seu filho seja enviado para um local que já não seja aquele em que agora se encontra, porque isso significa custos e trabalho acrescidos e desnecessários. Vamos enviar as prendas para o local de trabalho registado, pelo que os colaboradores do Banco BPI que estiverem em teletrabalho devem providenciar ao seu levantamento. Faça a actualização na sua área pessoal, ou, se não for sócio, contacte a Secretaria, <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=50>.





Fazer-se sócio do Grupo Desportivo

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

Aceda a «Quero ser sócio», em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>, preencha o formulário, submeta-o, e pronto, já está!



Levantamento das prendas:



Sugestão

Sugerimos, como forma de evitar ajuntamentos e filas de espera, que cada serviço, parte de um serviço, um grupo de pais, etc., faça uma relação dos pais cujos filhos recebem prenda e a envie por *e-mail* para o Grupo Desportivo, que, após reunir as prendas, devolverá o *e-mail* de modo que uma equipa reduzida as possa levantar, com rapidez e em segurança. Em anos anteriores esta facilidade de levantamento tem sido utilizada com muito sucesso.



Recomendação

Recomendamos a todos os colaboradores do Grupo Caixa Bank em Portugal que procedam ao levantamento das prendas a que os seus filhos têm direito dentro dos prazos indicados, porque após essa data não é possível garantir a existência da prenda adequada.

Nos dias 15 e 16 de Dezembro, em Lisboa e no Porto, caso haja brinquedos disponíveis, poderão fazer-se trocas por outros, de escalão etário imediatamente inferior ou superior, excepto nos escalões de 9 a 12 anos, onde não são permitidas trocas.



Calendário para levantamento das prendas

Unidades

Serviços Centrais do Banco BPI
Sucursal do Caixa Bank
BPI Vida e Pensões
BPI Gestão de Activos
ItNow
Silk
Consumer Finance

Dias

De 9 a 12 de Dezembro

Horário

Das 12.00h às 14.00h
e das 16.00h às 17.30h

Local de entrega

Av. de Fontes Pereira de Melo, n.º 51
– piso –1, em Lisboa
Rua Dom João IV, n.º 640, no Porto

Balcões

Envio via EMS ou equivalente

Lista das prendas de Natal 2025

Por Direcção Nacional



0 M/F

Mochila Fisher Price
+ 4 amigos sensoriais



4 M

Motinha hospital



6 M

Metropolis veículo
c/guindaste + livro



8 M/F

Planetário



9 M/F

Conhecer a Europa



1 M/F

Soft Clemy autocarro
do Stitch



4 F

Motinha shopping



6 F

Giros Wireless Karaoke
Speaker 2 em 1 + Livro



10 M/F

Fish Lamp c/leds +
minicoluna Bluetooth



2 M/F

Cuentacuentos



5 M

Conjunto Fitness
Smartwatch Dino Boy



7 M

Giros Game console Sup



11 M/F

Coluna Bluetooth led
Cinza/Branca



3 M/F

Baby padel divertido



5 F

Wireless Karaoke Led
s/fios



7 F

Cool Maker Pop Style
Estudio pulseiras



12 M/F

Smartwatch
c/ headphones + Trolley

O Grupo Desportivo em Lisboa mudou de instalações



De resto nada mudou, o Grupo mantém os mesmos acessos, o e-mail sul@gdbpi.pt, os telefones e telemóveis, o mesmo atendimento personalizado, calmo e gentil, de sempre e a mesma oferta séria de serviços.

Por Osvaldo Silva

> Para os que eventualmente ainda se lembrem, o Grupo Desportivo em Lisboa, num passado recente, esteve sediado na Praça do Município, durante alguns anos no início deste século, tendo-se transferido para a Rua do Almirante Barroso, onde se manteve até ao final de Outubro deste ano de 2025.

Por força da realocação e optimização de espaços que o Banco BPI naturalmente entende fazer com a concentração de serviços nos edifícios da Casal Ribeiro e Monumental, o Grupo Desportivo ocupa agora um espaço no edifício Monumental, no piso -1, desde o final de Outubro, com entrada pelo n.º 51 da Avenida de Fontes Pereira de Melo.

Assim, todos os associados que precisem ou queiram – só porque sim – visitar-nos ou tomar um café connosco, devem fazê-lo pela portaria da entrada, no n.º 51 da Fontes Pereira de Melo.

As novas instalações disponibilizadas pelo Banco são muito boas e adequadas ao funcionamento do Grupo Desportivo, estão localizadas junto da generalidade dos sócios no activo, o que permitirá uma maior interacção sócios/grupo/sócios.

De resto nada mudou: o Grupo mantém os mesmos acessos, o e-mail sul@gdbpi.pt, os telefones e telemóveis, o mesmo atendimento personalizado, calmo e gentil, de sempre e a mesma oferta séria de serviços, as Visitas Guiadas, os Passeios, os Cursos de Formação, o Desporto as Caminhadas, as Viagens, os Apartamentos no Algarve, a selecção no Turismo Rural, as Escapadas, o S. Martinho, o Fim do Ano, o Jantar de Natal, os Vinhos de garrafeira a preços exclusivos para sócios, os parceiros... nada mudou, só o local onde passámos a morar.

Tal como estamos a fazer em cima da hora, a actualizar os nossos dados, a nossa morada, para que estejamos sempre acessíveis, também o sócio tem o dever – pode ou não exercê-lo – de manter actualizados os seus dados, para que a todo o momento possamos estar em contacto.

Nas novas instalações continuamos a ter espaços lúdicos, *snooker*, matraquilhos, dardos, ténis de mesa e jogos de tabuleiro ou mesa, bem como espaços de cultura, cursos de formação artística, o coro e a dança e o mesmo atendimento de sempre, personalizado, calmo e gentil.

Se ainda não tinha reparado nisso, por favor apareça e venha tomar um café connosco.

Estamos à sua espera!



Réveillon em Coimbra



Venha celebrar o *réveillon* com elegância no Hotel Vila Galé Coimbra. Vamos despedir-nos de 2025 e dar as boas-vindas a 2026 num ambiente de charme, conforto e sofisticação.

Por Rui Simplicio



> O Hotel Vila Galé Coimbra preparou um programa especial de *réveillon*, pensado ao pormenor para proporcionar uma passagem de ano memorável, à beira do rio Mondego e no coração da cidade dos estudantes.

Num cenário único, com vista privilegiada para o rio e a poucos minutos do centro histórico de Coimbra, está convidado para uma celebração inesquecível que combina gastronomia requintada,

música ao vivo e momentos de puro bem-estar.

Venha celebrar o *réveillon* com elegância no Hotel Vila Galé Coimbra. Vamos despedir-nos de 2025 e dar as boas-vindas a 2026 num ambiente de charme, conforto e sofisticação.

Com amigos ou em família, esta é a oportunidade ideal para entrar no novo ano com o pé direito, num ambiente elegante e acolhedor. Até lá.

Realização: de 30 de Dezembro a 1 de Janeiro

Inscrição até: 12 de Dezembro

Ponto de encontro: Sete Rios ou Hotel Vila Galé, em Coimbra

Hora: 14.30h

Valor: 430 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 390 euros

Suplemento de quarto individual: 90 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: alojamento com pequeno-almoço-*buffet* incluído; estada de 2 noites; tratamento VIP à chegada; *cocktail* de boas-vindas; jantar de dia 30 incluindo bebidas; jantar de *réveillon* com música ao vivo; ceia; *brunch* no dia 1 de Janeiro incluindo bebidas.

Inscrição não inclui: quaisquer serviços que não se encontrem devidamente

mencionados no presente programa e extras de carácter pessoal.

O pagamento poderá ser efectuado em até: 3 (três) prestações, com início em Novembro e final em Janeiro.

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Cartão de cidadão válido obrigatório; regresso a Lisboa a 1 de Janeiro às 14.30h

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



Noite de Fados e Alma em Alfama



Escolhemos Alfama, no coração de Lisboa, onde a história ganha voz. Vamos viver uma noite de fados autêntica no bairro mais emblemático da cidade.

Por Rui Simplicio

> O fado, Património Cultural Imaterial da Humanidade pela Unesco é mais do que música: é a **expressão da alma portuguesa**, com a sua melancolia, saudade e paixão.

Escolhemos Alfama, no coração de Lisboa, onde a história ganha voz. Vamos viver uma noite de fados autêntica no bairro mais emblemático da cidade.

Em Alfama, este género musical nasceu e floresceu, e é nas suas ruelas estreitas e casas de fado tradicionais que a sua magia é sentida de forma mais genuína.

Longe dos grandes palcos, o fado aqui é cantado perto de si, num ambiente acolhedor e familiar, onde o silêncio é obrigatório para ouvir a voz e a guitarra portuguesa.

Junte-se a nós para uma noite onde a emoção toma conta e a verdadeira essência de Lisboa se revela a cada nota. Será um momento que nos transportará no tempo e ficará nas nossas memórias.

Esta noite será acompanhada pelos sabores de Lisboa, com um menu que celebra a cozinha portuguesa.

Realização: 27 de Fevereiro
Inscrição até: 15 de Fevereiro
Ponto de encontro: Alfama – A Parreirinha de Alfama
Hora: 20.00h
Valor: 60 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 40 euros
Inscrição inclui: espectáculo de fado e jantar
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
O pagamento poderá ser efectuado em até: 2 (duas) prestações, Janeiro e Fevereiro

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

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



Gastromanias – sim, são manias



(O) Prego

> A origem do “prego” é disputada entre duas versões: a mais aceite atribui o nome a Manuel Dias Prego, um taberneiro da praia das Maças (Sintra) no final do século XIX, que servia bifes finos em pão

e ficou conhecido por esse petisco. Uma versão folclórica, menos aceite, sugere que o nome «prego» vem do hábito de martelar a carne para amaciar o bife, fazendo um som de prego na tábua. <

- Manias de comer o melhor da nossa tradição
- Manias em oferecer um desconto imbatível para provar uma receita emblemática portuguesa.

Por Pedro Ferreira

Receita tradicional de prego no prato à portuguesa com molho tradicional

(Fonte: Ruralea.com)

Ingredientes (2 pessoas)

2 bifes
2 ovos
4 batatas
4 dentes alho
1 cálice de vinho tinto
qb de pimenta
qb de sal
qb de mostarda
qb de azeitonas
qb de *pickles*
qb de óleo
qb de manteiga

Preparação

Ponha os bifes a marinar no vinho (junto com uma pitada de sal, pimenta, alhos cortados finamente e mostarda a gosto). Deixe marinar durante 30 minutos. Enquanto isso, corte as batatas em palitos e ponha a fritar. Deite 2 colheres de manteiga numa frigideira e leve ao lume. Retire os bifes da marinada e reserve para depois fazer o molho. Frite os bifes na frigideira ao seu gosto (bem passados ou malpassados). Retire os bifes, verta o resto da marinada na frigideira e deixe-a misturar-se com a manteiga. Reserve. Estrole 2 ovos temperados com um pouco de sal. Disponha os bifes numa travessa e regue-os com o molho. Disponha as batatas fritas e decore com azeitonas e *pickles*. Se for do seu agrado, acompanhe com arroz e salada.

+700
Parceiros

Consulte as nossas
parcerias em
www.gdbpi.pt



GRUPO DESPORTIVO



Grupo CaixaBank



Restaurante do trimestre: Ribadouro

História: A Cervejaria Ribadouro foi fundada em 1947, tornando-se um local de encontro para artistas e espectadores após os espetáculos do Parque Mayer. Ao longo de mais de 75 anos, tornou-se uma das mais antigas e conhecidas cervejarias e casas de marisco de Lisboa, famosa pelo seu marisco fresco, petiscos variados, e especialidades como o bife com molho Ribadouro, servindo tradição e sabor no coração da Avenida da Liberdade.

Prego do lombo com batata frita

Preço dose: 11,40 euros

Preço sócio: 7,98 euros (30% de desconto)

Como reservar e obter o desconto?

30% de desconto via reembolso pelo Grupo Desportivo, após envio da factura para o Grupo Desportivo Sul (código corresp.: 1077), onde conste obrigatoriamente o NIF do Grupo Desportivo BPI 505065681 e no verso nome completo ou número de sócio. O desconto incide apenas sobre o prato em destaque. Válido no período 01/11/2025 a 31/01/2026 independentemente do número de doses ou pessoas.

Localização e reservas

Av. da Liberdade 155 – 1245-896 Lisboa

Telefone: 21 354 94 11 – 93 652 07 21 (chamada para a rede fixa nacional)

E-mail: cr.lisboa@
cervejariaribadouro.pt

Horário: aberto todos os dias das 12.00h à 1.30h

Prego do lombo com batata frita

Apresentação
★★★★

Porção servida
★★★★

**Qualidade
Ingredientes**
★★★★

Genuinidade
★★★★

Avaliação Global
★★★★



30% DESCONTO NO PREGO DO LOMBO

Desconto de 30% de desconto via reembolso pelo Grupo Desportivo, após envio da factura para o Grupo Desportivo Sul (Código Corresp.:1077), onde conste obrigatoriamente o NIF do Grupo Desportivo BPI (505065681) e no verso nome completo ou número de Sócio. Desconto incide apenas sobre o prato em destaque. Válido no período 01/11/2025 a 31/01/2026 independentemente do n.º de doses ou pessoas.



Vinhos de garrafeira a preços exclusivos para sócios

Tema do Trimestre Rosé

Chegou o trimestre mais concorrido do ano. Como época gastronómica que é, merece ofertas de vinhos superiores que vão tornar a sua mesa ainda mais especial. São vinhos de alta gama, com descontos de até 12 euros por garrafa!

Por Pedro Ferreira

- 1) 4 opções de vinhos seleccionados na categoria «Ceia de Natal», a preços exclusivos
- 2) Oferta de 1 garrafa de Malmequer Tinto por cada 35 euros de encomenda, acumulável até 10 garrafas
- 3) Oferta de um saca-rolhas personalizado com o seu nome, em encomendas superiores a 100 euros
- 4) Entrega gratuita em casa para encomendas a partir de 60 euros



Memórias de Santar Family Collection Tinto 2019

Preço: 52,70 euros
Sócios: 40,15 euros
Notas de prova*: DOC Dão e Lafões; cor rubi profunda. Aroma complexo, com saliência de especiarias, como a pimenta, as notas balsâmicas a cedro e caixa de tabaco, frutos vermelhos, como a ameixa madura, ardósia e uma madeira de grande qualidade, bem integrada. Na boca tem uma acidez vibrante, muito viva, taninos muito firmes, notas de especiarias, frutos pretos e sabores balsâmicos. O final é extremamente longo, de grande elegância e complexidade.
Castas: Touriga Nacional e Merlot

Vinho em destaque
 desconto
 €12,55
 por garrafa



Porto Kranemann 10 anos

Preço: 27,40 euros
Sócios: 20,90 euros
Notas de prova*: DOC Porto e Douro; vinho de cor tawny viva e atractiva, aroma de grande frescura, vivo e rico com notas de frutos secos, amendoados, mel, tudo em boa harmonia; vinho muito delicado ao paladar, grande suavidade mas com volume, equilíbrio realçado pela boa evolução da fruta conduzindo a um final vibrante, vivo e longo.
Distinções: Prata/91 pontos International Wine Challenge

Vinho em destaque
 desconto
 €6,50
 por garrafa



Vinho em destaque
 desconto
 €5,70
 por garrafa



Luís Pato vinha formal parcela Cândido Branco 2023

Preço: 23,95 euros
Sócios: 18,25 euros
Notas de prova*: DOC Bairrada Beiras; xarope de pêra, amêndoa tostada, baunilha, ameixa branca.
Servir/desfrutar: carne branca / queijo mole / peixe / vegetais.
Castas: Cercial

Vinho em destaque
 desconto
 €4,40
 por garrafa



Espumante Ataíde Semedo Cuvée Bruto Reserva 2022

Preço: 18,50 euros
Sócios: 14,10 euros
Notas de prova*: DOC Bairrada Beiras; no nariz denota leve tosta, biscoito fugaz e alguns aromas de evolução. Na boca a bolha é suave, sedosa e *crémant*, com um final longo e complexo.
Servir/desfrutar: *appetizers*, peixes, carnes magras, marisco e sobremesas.
Castas: Bical, Cerceal, Chardonnay e Pinot Noir

Vinha do Norte "Matriz" Tinto 2020

Preço: 38,90 euros

Sócios: 29,60 euros

Notas de prova*: DOC Porto e Douro; cor rubi carregada. Excelente nariz com complexidade aromática, notas de frutos vermelhos, elegantes especiarias e suaves notas balsâmicas.

Muito elegante na boca, evoluindo para um vinho de excelente volume e estrutura composta por taninos de textura aveludada. Um vinho muito envolvente, que termina muito fresco e persistente.

Servir/desfrutar: Queijos e enchidos, risotos, pastas e carnes maturadas.

Castas: Tinta Roriz, Touriga Franca e Touriga Nacional

Vinho em destaque
desconto
€9,30
por garrafa



Cavalo Maluco Tinto 2018

Preço: 37,30 euros

Sócios: 28,40 euros

Notas de prova*: DOC

Península de Setúbal; intensa e profunda cor granada, um vinho de rico e complexo aroma com notas florais fruto pretos, chocolate doce, especiaria e fumo. Na boca a estrutura é marcante; notas de frescura despertam a riqueza aromática e antecedem um longo e desafiante final.

Servir/desfrutar: combina com carnes vermelhas e chocolate

Castas: Petit Verdot, Touriga Franca e Touriga Nacional

Vinho em destaque
desconto
€8,90
por garrafa



Lv Reserva Tinto 2021

Preço: 27,25 euros

Sócios: 20,75 euros

Notas de prova*: DOC Alentejo; de cor rubi carregada, no nariz uma excelente frescura e projecção aromática, onde se destacam frutos vermelhos muito bem integrados com suaves notas de especiaria. Inicia a prova em boca de forma muito harmoniosa, evoluindo para um vinho de excelente volume e estrutura composta por taninos textura aveludada. Um vinho muito cativante, que termina com excelente equilíbrio e persistência.

Servir/desfrutar: carnes vermelhas, carnes maturadas, e pratos de caça e queijos

Castas: Alicante Bouschet, Cabernet Sauvignon, Syrah e Touriga Nacional

Vinho em destaque
desconto
€6,50
por garrafa



Infinitude Pinot Noir Tinto 2022

Preço: 25,90 euros

Sócios: 19,75 euros

Notas de prova*: DOC Lisboa/Bucelas/Colares; notas clássicas de cereja, ginja e cedro em fundo fumado. Na boca apresenta-se seco, vivo e com ligeira tosta. Muito longo e equilibrado, com notas salinas persistentes que lhe conferem grande frescura.

Servir/desfrutar: acompanha especialmente bem estufados com notas mais terrosas (cogumelos) e pratos de caça de pena (perdiz, faisão). Servir a 18 °C.

Vinho em destaque
desconto
€6,15
por garrafa



Dona Paterna Reserva Branco 2022

Preço: 25,90 euros

Sócios: 19,75 euros

Notas de prova*: DOC Vinhos Verdes; cheio de delicadeza, frescura e mineralidade. Fruta branca delicada, citrinos, tons salinos e flores. Servir entre 12-13°C.

Castas: Alvarinho

Vinho em destaque
desconto
€6,15
por garrafa



Luís Pato Vinhas Velhas Tinto 2023

Preço: 20,10 euros

Sócios: 15,30 euros

Notas de prova*: DOC Bairrada/Beiras; notas aromáticas de framboesa, baunilha, azeitona preta e ameixa preta. Mais subtilidade nas notas de pinheiro, resina e chocolate preto.

Servir/desfrutar: carnes vermelhas e de caça. Queijos untuosos.

Castas: Baga

Vinho em destaque
desconto
€4,80
por garrafa



Como encomendar:

Reserve por *e-mail* para 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 1,50 euros.

As encomendas são entregues no prazo máximo de 5 dias úteis.

Para este trimestre, o Grupo Desportivo entrega na casa do sócio acima dos 60 euros, tendo para isso de indicar a sua morada no acto da encomenda. Encomendas de valor inferior a 60 euros podem ser levantadas nas instalações do Grupo Desportivo de Lisboa ou Porto.

Consulte o local de recolha em www.gdbpi.pt/main.asp?id=50



QM Alvarinho Vinhas Velhas Branco 2024

Preço: 17,50 euros

Sócios: 13,35 euros

Notas de prova*: DOC Vinhos Verdes; aspecto límpido e cor citrina. Com um nariz limpo e intenso com notas predominantes de fruta tropical, mineral e ligeiro floral. Na boca é cheio e frutado, com uma acidez equilibrada e um final longo e persistente.

Servir/desfrutar: pratos de marisco, peixe e carnes de aves.

Vinho em destaque
desconto
€4,15
por garrafa



Ribeiro Santo Dão Grande Escolha Tinto – Excellence Tinto 2020

Preço: 16,85 euros

Sócios: 12,85 euros

Notas de prova*: DOC Dão e Lafões; aroma imponente, pleno de notas minerais e de fruto silvestre, com discretas notas fumadas. Completo, com excelente frescura, muito carácter e elegância.

Servir/desfrutar: acompanha na perfeição confit de pato, foie gras, vitela assada no forno, cabrito assado, enchidos.

Castas: Alfrocheiro, Tinta Roriz, Tinto Cão e Touriga Nacional

Vinho em destaque
desconto
€4,00
por garrafa



Vinho em destaque
desconto
€4,00
por garrafa

Herdade da Amada Alicante Bouschet Tinto 2023

Preço: 16,80 euros

Sócios: 12,80 euros

Notas de prova*: DOC Alentejo; rubi, retinto, profundo. Perfil aromático puro e efusivo, a denunciar a casta. Concentrado, rústico e balsâmico, com bergamota e cassis na linha da frente, madeira bem integrada, e leves nuances de tinta-da-china. Já boca revela potência, frescura e concentração. Taninos de seda, quase veludo, a dar grande profundidade de prova. Um vinho ímpar que viverá longos e bons anos.

Servir/desfrutar: pratos de carne estruturados, quer assados, como estufados ou de tacho, iguarias tradicionais que envolvam charcutaria de fumeiro. Doçaria conventual.



Vinho em destaque
desconto
€3,70
por garrafa

Herédias Reserva Tinto 2020

Preço: 15,60 euros

Sócios: 11,90 euros

Notas de prova*: DOC Porto e Douro; cor rubi intensa. Jovem e cheio de fruta. Notas de frutos do bosque e discretos apontamentos da tosta da barrica. Excelente frescura, complexidade e acidez. Final de boca longo e persistente. Contém sulfitos.

Castas: Tinta Barroca, Tinta Roriz e Touriga Franca



Vinho em destaque
desconto
€3,50
por garrafa

Casa de Saima Vinhas Velhas Branco 2023

Preço: 14,90 euros

Sócios: 11,40 euros

Notas de prova*: DOC Bairrada/Beiras; aspecto: límpido, cristalino. Cor: citrina. Aroma: delicado e elegante, combinando notas de fruta branca com notas citrinas. Sabor: fresco e intenso, apresenta uma acidez elegante em combinação perfeita com um bom volume de boca.

Servir/desfrutar: Marisco, peixe, cozinha asiática, carnes brancas e queijos.

Castas: Bical, Cercial e Maria Gomes



Vinho em destaque
desconto
€3,40
por garrafa

Quinta do Convento Branco 2022

Preço: 14,20 euros

Sócios: 10,80 euros

Notas de prova*: DOC Porto e Douro; vinho de cor citrina com aromas de fruta branca, flor de laranjeira e pedra molhada. Revela-se intenso na boca, com uma acidez crocante e um final longo.

Castas: Arinto, Cercial, Gouveio, Vinhas Velhas e Viosinho



Memórias de Santar Encruzado Branco 2024

Preço: 12,90 euros

Sócios: 9,90 euros

Notas de prova*: DOC Dão e Lafões; apresenta-se com notas citrinas e de fruta branca. Muito bom volume de boca, mineral e de grande delicadeza de fruta madura. Um perfil moderno, mas com muita classe e gastronómico.

Vinho
em destaque
**desconto
€3,00
por garrafa**



Herdade do Portocarro Branco 2023

Preço: 12,90 euros

Sócios: 9,90 euros

Notas de prova*: DOC Península de Setúbal; cor amarela límpida, nuances douradas. Nariz limpo, onde sobressaem notas cítricas, mineralidade; flor de laranjeira. Boca com excelente acidez, muito equilibrado, com apontamentos minerais, cítricos. Final de boca longo, persistente e muito fresco.

Servir/desfrutar: marisco

Castas: pratos de peixe, saladas, carnes brancas e sushi.

Vinho
em destaque
**desconto
€3,00
por garrafa**



Vinho
em destaque
**desconto
€3,00
por garrafa**

Quinta Várzea da Pedra Fernão Pires Branco 2023

Preço: 12,85 euros

Sócios: 9,85 euros

Notas de prova*: DOC Lisboa/Bucelas/Colares; vinho de cor cítrica, com aroma delicado a frutos tropicais frescos e alguma mineralidade. Na boca é elegante, cremoso, fresco no palato, com boa estrutura e um final muito agradável e persistente.

Servir/desfrutar: ideal para pratos de mar, assim como carnes suaves e queijos curados.



Vinho
em destaque
**desconto
€3,00
por garrafa**

Casa da Atela Petit Verdot Tinto 2021

Preço: 12,65 euros

Sócios: 9,65 euros

Notas de prova*: DOC Tejo; apresenta-se de cor rubi intensa, aromas de frutos vermelhos e algumas notas de pimentos maduros, apresenta taninos firmes e intensos de excelente dimensão e frescura a proporcionarem final longo, intenso e muito fresco.

Servir/desfrutar: ideal para pratos de mar, assim como carnes suaves e queijos curados

Distinções: Grande Ouro International Awards Virtus (2023); Medalha Ouro Concurso Vinhos de Portugal (2023)



Vinho
de oferta
em encomendas
superiores
a €35

Malmequer Tinto 2024

Notas de prova*: DOC Dão e Lafões; aroma a fruta preta e bagas silvestres, com notas de especiarias e um toque vegetal. Na boca revela-se fresco, equilibrado e taninos sedosos com notas de fruta preta, acidez equilibrada, tendo um final macio.

Castas: Touriga Nacional, Tinta Roriz, Alfrocheiro e Jaén



Mais notas de prova em:

<https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=45&parentid=41&detalheid=58489>



Crónica do passeio às aldeias de xisto na Lousã

Encontrámo-nos em Sete Rios às 17.00h, como estava previsto, para partir em direcção a Coimbra, onde ficámos hospedados e jantámos, no Hotel Coimbra Aeminium.

Por Luísa Bahia

> No sábado, depois do pequeno-almoço, partimos em direcção à Lousã, onde nos esperavam vários jipes que iriam dar início ao passeio através da serra da Lousã.

Além de pararmos em belíssimos miradouros, como o de Trevim e Neveiros do Sto. António da Neve, avistámos no meio do arvoredo veados que pastavam e se assustavam à nossa passagem.

Visitámos em seguida a aldeia de xisto do Talasnal, cravada na escarpada montanha, que nos encantou com as suas ruas estreitas, de janelinhas floridas e a magia de outros tempos.

Seguimos para a aldeia de xisto de Agra Nova, onde nos aguardava um maravilhoso e apetitoso almoço de chanfana, acompanhada de migas com castanhas, e um pão quentinho, tudo feito em forno de lenha, que todos apreciaram.

Seguiu-se uma visita ao Ecomuseu de Agra Nova, que, além da história local, preserva variadíssimos utensílios rurais,

estando alguns ainda em uso. Com boa-disposição e para ajudar à digestão, demos um passo de dança na rua, ao som da concertina de um simpático jovem, que nos divertiu tocando várias modas da região.

Seguiu-se novo corta-mato em jipe, até à bonita aldeia de Agra Velha, e ao miradouro da Ortiga, onde a frágil neblina nos faz lembrar os contos de fadas e duendes. De novo nos jipes, fomos ver as aldeias de Cerdeira e do Candal, que se igualavam em beleza, magia, óptimo estado de conservação e simpatia das gentes que ali viviam.

Despedimo-nos dos duendes e das feitiças da serra e voltámos de jipe para a Lousã, onde nos esperava a nossa camioneta, que nos conduziu ao hotel onde jantámos.

Às 9h da manhã de domingo deixámos o hotel e rumámos à fábrica de queijos do Rabaçal, onde nos esperava uma gostosa prova de queijos, que foi o delírio para o colesterol de alguns.

Em seguida regressámos a Lisboa, na companhia da incansável amiga Fátima Pereira, cuja simpatia, boa-disposição e preocupação para que tudo corra bem é permanente. <

Arte com alma

Ao longo do último ano lectivo uma actividade especial promovida pelo Grupo Desportivo BPI revelou talentos inesperados e proporcionou momentos de grande partilha e criatividade.

Por Francisca Ortigão

> A exposição de pintura, que decorreu recentemente entre 26 de Maio e 7 de Junho, foi o culminar do trabalho desenvolvido por reformados e colaboradores no activo, integrados nas aulas de pintura orientadas pela professora Eduarda Claro.

O projecto, que começou em Abril de 2023 com apenas uma turma, rapidamente ganhou vida própria: o entusiasmo e a dedicação dos participantes levaram à criação de três turmas regulares ao longo do ano.



Este crescimento reflecte não apenas o interesse pela arte, mas também o espírito de comunidade e o prazer de aprender em conjunto.

Durante duas semanas, a exposição esteve aberta ao público na Casa da Beira Alta, no Porto, e recebeu cerca de 200 visitantes.

Familiares, amigos, colegas e curiosos puderam apreciar as obras produzidas com técnica, emoção e uma surpreendente diversidade de estilos. Cada expositor teve a oportunidade de apresentar os seus trabalhos, resultado de um ano de aprendizagem, descoberta e, sobretudo, expressão pessoal.

A exposição revelou que a criatividade não tem idade e que o espírito artístico pode florescer em qualquer fase da vida, especialmente quando apoiado por iniciativas que promovem o bem-estar, o convívio e o desenvolvimento pessoal. <

XXI aniversário do PortusCale

No passado dia 4 de Outubro, Alfena foi o local escolhido para festejar o XXI aniversário do nosso Orfeão PortusCale e a música foi o idioma maior.

Por José Caldas



> O coro do Grupo Desportivo celebrou mais um aniversário; e como quem sopra as velas ilumina o futuro, decidiu partilhar este momento com vozes irmãs vindas de perto e de longe: um coro de Vigo – Coral de S. Roque de Vigo – e outro de Portalegre – Orfeão de Portalegre.

A festa, que começou no palco mas se estendeu às almas, foi mais do que uma comemoração – foi um encontro de culturas, de timbres e de afectos.

A sala encheu-se cedo, com gente curiosa e entusiasmada. Havia o burburinho típico das grandes ocasiões: cumprimentos, reencontros, sorrisos ansiosos. Quando soaram as primeiras notas, o silêncio fez-se de imediato, como se a plateia tivesse aprendido a respirar ao compasso da música.

O coro galego abriu a celebração e trou-

xe o perfume atlântico de Vigo, cantando com a energia vibrante de quem transporta na voz a melodia do mar.

Seguiu-se o coro de Portalegre com o calor alentejano, um canto profundo, terroso, que fez ecoar a planície dentro da sala, lembrando que a música é também terra e memória.

A última actuação da tarde esteve a cargo do coro anfitrião oferecendo um repertório que mesclava tradição e modernidade, num gesto de gratidão à comunidade que o viu nascer e crescer, vozes diferentes, sotaques distintos, mas uma harmonia única que fez levantar a plateia em aplauso prolongado.

No final, os representantes dos três coros subiram ao palco para trocar algumas palavras de agradecimento e algumas lembranças, porque a música não conhece fronteiras – conhece encontros.

Ao fim da tarde foi oferecido um lanche a todos os coralistas dos três coros e foi mais um momento de alegria e partilha daquilo que os unia: a música.

Alfena ficou, assim, um pouco maior nesse dia. Cresceu em emoção e em partilha. O coro do Grupo Desportivo BPI soprou as velas, não apenas para celebrar o passado, mas para afirmar um futuro onde cada aniversário seja uma festa de amizade e de música sem fronteiras.



Grande Rota das Montanhas Mágicas

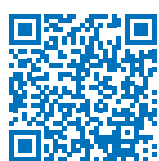
– 1.ª etapa



27 de Setembro e estamos de volta ao Parque das 7 Bicas. O horário é o habitual: 7.30h e voltámos à MGC... lá se foi o *premium*! 25 km entre Cinfães e Gralheira é o que nos espera, e o que é esta distância para este grupo tão acostumado a grandes desafios?

Por Célia Soares

Caro sócio e amigo, pode aceder à versão completa desta crónica no seguinte endereço:



➤ Os cumprimentos habituais: beijos e abraços distribuídos enquanto se aguarda pelo presidente, que chega no seu passo apressado e logo mete o pessoal na ordem – vamos lá entrar que Cinfães é o destino.

No autocarro, os caminheiros distribuem-se pelos lugares tradicionais, apesar de ser a 1.ª das 14 etapas desta aventura da Grande Rota das Montanhas Mágicas; todos se conhecem e sabem as suas preferências.

A viagem prometia ser relativamente curta, mais ou menos 1.30h, mas as curvas do percurso começaram logo a derubar alguns passageiros, apesar de em alguns momentos a paisagem ser deslumbrante, ou não estivessemos nós junto «ao rio mais bonito do mundo e um dos mais bonitos que passam em Portugal».

A *team leader*, Rosa, dá as últimas dicas ainda dentro do autocarro.

Chegados a Cinfães, é fazer um reforço rápido no café, enquanto uns recarregam num banco de jardim, aparentemente são modelos híbridos, a nossa Marta anda encantada com os modelos eléctricos. Tirámos a foto mesmo ao lado da igreja, que serve de prova de que estamos oficialmente a abraçar mais uma loucura. Agora que penso nisso, para a próxima entro e acendo uma velinha. Para memória futura fica a dica: o que me faz ins-

crever nestas coisas tendo eu um sofá tão confortável em casa? Mas pronto!: estamos cá e é para avançar. A caça ao passaporte tem então início e depressa se encontra o posto de turismo onde se faz o levantamento.

Encontrar a rota foi imediato, muito bem marcada, e as nossas capacidades físicas e mentais estavam no auge. Uma pequena indecisão num cruzamento enquanto nos adaptávamos à sinalética: as setas não são amarelas nem azuis e a malta tem de fazer esse ajuste. Prontamente o Cardoso, ao estilo do Indiana Jones, descobre o trajecto e lá vamos nós todos juntos a descer, fixem bem a palavra «descer», que nunca mais vai surgir ao longo desta etapa. A ruralidade da zona é mais do que evidente, com pequenas hortas e vinhas onde se encontram famílias completas a realizar a tradicional vindima.

O avistar do rio Bestança fazia-nos acreditar em que o ChatGPT, quando classificou esta etapa como a mais difícil das 14, estaria a alucinar – e a paisagem era retemperadora.

Ignorámos a sinalética da estrada e avançámos pela marcação da rota por uma pequena rua que está disponível só para moradores na direcção de Boassas; obviamente foi uma péssima escolha, já que subia com uma inclinação para a qual não estávamos ainda preparados... <

Feira de Doçaria de Alcáçovas



Sobremesas fartas, tão doces que fazem as nossas delícias, mas que parecem dificilmente agradáveis aos paladares modernos do *gourmet* e do *detox*.

Por Fátima Pereira

> A tradição doceira alentejana é com certeza a mais rica do país, um prodígio de criatividade porque tem como base geral um conjunto limitado de ingredientes (ovos e açúcar). Já sobre a sua origem as opiniões dividem-se, uma vez que nem todos os historiadores concordam na sua origem conventual. Como quer que seja, aquelas sobremesas fartas, tão doces que parecem dificilmente agradáveis aos paladares modernos do *gourmet* e das dietas *detox*, continuam a fazer as nossas delícias.

Por isso nos propomos a uma visita ao festival de doçaria de Alcáçovas, aproveitando para (re)visitar alguns dos marcos históricos da vila (a produção de chocalhos, os jardins do paço dos Miranda Henriques), e do concelho de Viana (castelo e Santuário de Nossa Senhora de Aires). Está prevista uma visita (inédita) à oficina/museu particular da família Chibeles Penetra, os mais antigos e conceituados artesãos alcáçovenses.



Realização: 6 de Dezembro
Inscrição até: 27 de Novembro
Ponto de encontro: Sete Rios, junto à entrada do Jardim Zoológico
Hora: 8.30h
Valor: 75 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 66 euros
Inscrição inclui: entradas no castelo e à oficina/museu, autocarro, almoço, seguro e acompanhamento do prof. Miguel Soromenho
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
O pagamento poderá ser efectuado em até: 2 (duas) prestações, com início na data da inscrição
Recomendações: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em [https://](https://secretaria.gdbpi.pt)

secretaria.gdbpi.pt. As inscrições são limitadas; consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso *site* em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=2&parentid=0&detalheid=18014>

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo





Valora (Banco de Portugal, no Carregado)



Porque todos gostamos de notas, vamos ver como se fazem e aproveitar para passar por Manique e Azambuja.

Por Fátima Pereira

- A descentralização da produção de notas na União Europeia obriga a que cada banco central nacional seja responsável, anualmente, pela produção de uma ou mais denominações, para emissão interna

e para fornecer a outros bancos centrais. Esta produção pode ser feita com recurso a impressores próprios, como é o caso da Valora, ou a impressores privados. É esta linha de produção, no Carregado, que vos convidamos a visitar.

Aproveitaremos, também, para um passeio em Manique e na Azambuja, e um vislumbre dos pontos de interesse naturais (Mouchões do Tejo, Porto da Palha e Paul). <

Realização: 24 de Janeiro (dia sujeito a alteração)

Inscrição até: 15 de Janeiro

Ponto de encontro: Sete Rios, junto à entrada do Jardim Zoológico

Hora: 9.15h

Valor: 75 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 66 euros

Inscrição inclui: autocarro, almoço, seguro e acompanhamento do Prof. Miguel Soromenho

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

O pagamento poderá ser efectuado em até: 2 (duas) prestações, com início na data da inscrição

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

consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso *site* em

<https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=2&parentid=0&detalheid=18014>

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação

contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



Nova data

para a visita de 18 de Outubro que não pudemos realizar por razões técnicas do Hospital

Fundado em 1570, o edifício do antigo convento de Santo António dos Capuchos mantém-se ainda hoje funcional, agora como uma das mais importantes unidades de saúde de Lisboa, o Hospital dos Capuchos.

Por Fátima Pereira

Hospital dos Capuchos

- Tal como em São José, muitos testemunhos dessas épocas passadas persistem teimosamente entre as enfermarias, as urgências, as salas de operações e de recobro; e por isso, no meio da azáfama, passam quase despercebidos. Mas não são apenas estes vestígios artísticos que nos propomos descobrir. Nos Capuchos funciona também um curioso Museu da Saúde, com colecções que remetem para a história da Tuberculose, Urologia, Psicologia, Medicamento e Malária, e ainda o Museu da Dermatologia, com um acervo invulgar de modelos de cera que ilustram as patologias mais comuns neste tipo de doenças – e já lhe chamaram, por isso, um «museu de arrepiar a pele».

Realização: 21 de Fevereiro

Inscrição até: 12 de Fevereiro

Ponto de encontro: no portão de entrada do Hospital dos Capuchos

Hora: 10.00h

Valor: 14,00 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 12,50 euros

Inscrição inclui: visita ao hospital, seguro e acompanhamento 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>. As inscrições são limitadas. Consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso *site* em https://www.gdbpi.pt/attachs/7030_1656779535.pdf

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1646657148.pdf

Para mais informação

contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



Workshop Bife Wellington



Elegância de um bestseller. Descubra a arte de preparar o clássico bife Wellington neste *workshop* exclusivo.

Por Pedro Ribeiro



- > Aprenda a escolher os ingredientes perfeitos, a técnica de selar a carne, a preparar o duxelle de cogumelos, o segredo dos crepes e a envolver tudo numa massa folhada dourada e crocante.

Surpreenda-se com este prato elegante e delicioso, que é um verdadeiro ícone da culinária *gourmet*:

- Bife Wellington
- Palitos de batata-doce no forno com parmesão e orégãos
- Sopa de abacaxi com hortelã

Realização: 22 de Novembro
Inscrição até: 17 de Novembro
Ponto de encontro: Rua dos Navegantes, n.º 19 – 1200-729 Lisboa
Hora: das 10h às 14h
Valor: 55 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 44 euros

Inscrição inclui: o curso conforme descrito

Inscrição não inclui: despesas pessoais

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

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: chéf Pedro Sommer



Workshop Pratos de Bacalhau



Tradição e sabor. Mergulhe na riqueza da culinária portuguesa com o nosso Workshop Pratos de Bacalhau.

Por Pedro Ribeiro



- > Aprenda a preparar pratos clássicos usando este ingrediente icónico da cozinha portuguesa. Desde o tradicional bacalhau à lagareiro até às criações contemporâneas, descubra técnicas e confeções para realçar o sabor deste peixe tão especial.

- Tiborna de bacalhau com cebola-roxa
- Bacalhau à lagareiro
- Bacalhau confitado com pão ralado crocante
- Lombos de bacalhau panados com Panko
- Pão recheado com bacalhau saloio

Realização: 13 de Dezembro
Inscrição até: 8 de Dezembro
Ponto de encontro: Rua dos Navegantes, n.º.19 1200-729 Lisboa
Hora: das 10h às 14h
Valor: 55 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 44 euros

Inscrição inclui: o curso conforme descrito

Inscrição não inclui: despesas pessoais

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

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: chéf Pedro Sommer



Em Cartaz



Por Pilar Batoréu

Teatro da Trindade

Descontos: 10% – Maiores de 65 anos, sócios do Inatel e pessoa com deficiência (e acompanhante).

Informações sobre descontos e reservas – e-mail: bilheteira.trindade@inatel.pt; telefone 21 342 00 00



Sala Cármen Dolores

A Gaivota

De 29 de Janeiro a 5 de Abril

De quarta-feira a sábado às 21.00h; domingo às 16.30h; duração: 90 min

Escrita em 1895, é uma das mais emblemáticas peças de Tchekhov e é frequentemente considerada um comentário metateatral à natureza da arte e dos artistas.

Nesta versão actualizada, a acção passa-se numa propriedade rural isolada, onde são explorados os conflitos românticos e artísticos entre as personagens Irina Arkadina, Alexandre Trigorin, Constantino Treplev (filho de Irina) e a jovem Nina Zarechnaya.

À medida que as suas vidas se vão cruzando e nos revelam os seus sonhos, ambições e frustrações, as personagens ganham fôlego nesta intemporal história sobre o poder, a fama e os sacrifícios que se fazem em nome da arte.

Tradução e encenação: Diogo Infante

Apoio à dramaturgia: Margarida Tavares

Interpretes: Alexandra Lencastre; António Melo; Flávio Gil; Guilherme Filipe; Ivo Canelas; Margarida Bakker; Pedro Laginha; Rita Rocha Silva; Rita Salema; Vicente Wallestein
Cenografia: Catarina Amaro
Figurinos Filipe Faísca



Sala Estúdio

A Menina Júlia

De 27 de Novembro a 18 de Janeiro

De quarta-feira a domingo às 19.00h

Duração: 60 minutos

Dias 24, 25 e 31 de Dezembro e 1 de Janeiro não há espectáculo

Júlia é uma jovem de uma família rica da Quinta da Marinha, que, por detrás de uma inocência aparente, esconde um lado provocador, frágil e despojado. A acção desenrola-se na cozinha de uma das casas de seu pai, o senhor S., também conhecido como o dono disto.

Numa noite de festa de comemoração da entrada do Verão, Júlia seduz e é seduzida por João, um homem elegante e ambicioso, motorista do senhor S. e noivo de Cristina, a cozinheira da casa. Cristina assiste ao rápido desenrolar desta relação, sempre com o olhar resignado de quem sabe pertencer a uma classe menos favorecida.

Desejo, sedução, luxúria, ódio, atracção e repulsa, conflitos de poder, o choque violento das classes sociais e dos sexos povoam aquela que será uma noite trágica.

De August Strindberg

Tradução: Augusto Sobral e Tânia Filipe

Adaptação e encenação: João de Brito

Interpretes: Helena Caldeira; João Jesus e Rita Brutt

Teatro Aberto

Descontos para jovens e séniores

Informações na bilheteira: telef. 213 880 089; bilheteira@teatroaberto.com



Sala Azul

O Senhor Paul

Quarta e quinta-feira: 19.00h;

Sexta-feira e sábado: 21.30h;

Domingo: 16.00h

O senhor Paul é um homem invulgar: não sai de casa há largos anos, passa os seus dias sentado, numa letargia extrema, avesso a qualquer mudança ou movimentação. Um jovem que herdou o imóvel onde o senhor Paul vive com a irmã quer desalojá-los para montar ali um negócio lucrativo. Não contou, no entanto, com o imobilismo e a inteligência do senhor Paul, que conduz um combate feroz, com um desfecho inesperado.

Em *O Senhor Paul*, problematiza-se a imobilidade do *statu quo* assim como os avanços do chamado progresso com base no exemplo das transformações da situação da habitação nas grandes cidades, a gentrificação, que se tornou, entretanto, um fenómeno à escala mundial.

De: Tankred Dorst

Tradução: Vera San Payo de Lemos

Encenação: Álvaro Correia; Canário André Guedes

Interpretes: Carlos Malvarez, Íris Canhamero, José Pimentão, Lia Carvalho, Maria José Pascoal e Miguel Loureiro



Sala Azul

Um Urso no Universo

De 29 de Novembro a 28 de Dezembro às 19.00h

Benny, um urso-polar, vê o gelo do Ártico, onde vive, a derreter e constrói uma jangada para escapar. Depois de uma longa viagem, chega à Polinésia, onde conhece a galinha Polly. Ela ajuda-o a descobrir como viver naquele lugar seco e quente, em que tudo lhe é estranho. A maior preocupação de Benny é encontrar uma companheira para que os ursos-polares não desapareçam. Mas conseguirá encontrá-la num mundo tão grande e cheio de perigos?

Nesta sua primeira peça para toda a família, a prestigiada autora alemã Dea Loher narra uma história cheia de humor, música e fantasia sobre temas actuais, como o aquecimento global e a extinção das espécies, e temas de sempre, como a amizade e o respeito pelas diferenças.

A concepção do espectáculo é de: Anabela Gaspar, Afonso de Portugal, João Lourenço, Jorge Albuquerque, Marisa Fernandes, Marta Guerreiro, Sofia de Portugal e Vera San Payo de Lemos.

Em palco, a representar e a tocar, estarão os actores e atrizes: Catarina M. Lima, João Maria Reis, João Redondo e Zita Milene, e o músico Afonso de Portugal.

Teatro Maria Matos

Informações e reservas: 21 362 16 48

Coelho Branco, Coelho Vermelho

De 1 de Outubro a 17 de Dezembro
(não se realiza a: 22/10, 19/11 e 26/11)

Quarta-feira às 21.00h;

M/16

Descubra o que acontece sem ensaios, sem encenador, com um intérprete diferente a cada apresentação e o texto guardado num envelope selado à espera de ser aberto. Coelho Branco, Coelho Vermelho regressa em Outubro com novos protagonistas: Ana Brito e Cunha, Beatriz Gosta, César Mourão, Hugo van der Ding, Inês Castel Branco, Inês Lopes Gonçalves, Jorge Mourato, Rita Cabaço e Romeu Costa são os nomes confirmados para a segunda temporada do espectáculo que promete uma experiência irrepetível a cada apresentação.

Coelho Branco, Coelho Vermelho, do iraniano Nassim Soleimanpour, é uma das peças mais apresentadas da história recente do teatro. Em palco: um intérprete e um envelope fechado; a cada noite uma experiência completamente diferente, dependente unicamente da forma como as palavras do autor ressoam em cada um dos artistas em palco.

Proibido de deixar o seu país, o dramaturgo Nassim Soleimanpour condensou a experiência de toda uma geração numa peça selvagem e absolutamente original.



Coliseu do Porto Ageas

Para adquirir bilhetes de mobilidade condicionada, por favor contacte a bilheteira do Coliseu Porto Ageas: telefone 22 339 49 40, ou através do email bilheteira@coliseu.pt.

Sala Principal

Grease, O Musical

26 de Novembro

Quarta-feira, às 21.30

M/12 anos

Promotor: Yellow Star Company

Bilhetes:

Cadeira de Orquestra: 35 euros

1.ª plateia: 30 euros

2.ª plateia: 25 euros

Tribuna: 30 euros

Camarote 1.ª (6 lugares) 180 euros

A história passa-se na Califórnia, no final dos anos 50, e gira em torno de um casal de estudantes, Danny e Sandy, que se apaixonam durante um Verão e fazem promessas de amor eterno, apesar de se separarem quando Sandy regressa para a Austrália. Mas os seus planos mudam quando se decide matricular na escola de Danny. A partir daí, a história toma novos rumos, e o amor entre os dois começa a florescer, mas não sem antes passarem por alguns altos e baixos. O final feliz desta história conquista corações, enquanto o humor irreverente, típico da juventude, torna este enredo um clássico que atravessa gerações e continua a ser aclamado nos palcos dos Estados Unidos.

Encenação: Paulo Sousa Costa

Assistência de encenação: Diogo de Carvalho e Luís Pacheco

Texto: Jim Jacobs & Warren Casey

Tradução: M. B. Santos

Direcção musical: Carolina Puntel

Coreografia: Mariana Luís e Pedro Borralho

Cenário e figurinos: Fred Klaus

Confeção de figurinos: Sofia Lima

Assistência de arte: Afonso Judicibus

Elenco: Alexandra Pato, Bryan Carvalho, Carolina Puntel, Inês Martins, Inês Pedro de Campos, José Valente, Kkappa, Luís Santos Mascarenhas, Maggie Campos, Maria Barros, Mariana Marques Guedes, Marta Rito, Miguel Barroso, Pedro Alma, Ricardo de Sá e Rogério Maurício.



Sala Principal

Concertos Promenade 2025

Sinfonia Fantástica, de Berlioz

Orquestra Sinfónica da ESMAE

Direcção musical: Cesário Costa

23 de Novembro

Domingo, 11.00h

M/06 anos

Promotor: Coliseu Porto Ageas

Bilhetes

1.ª plateia: 14 euros

2.ª plateia: 12 euros

Tribuna: 12 euros

Camarotes (6 lugares): 60 euros

Descontos: 20%

Amigos do Coliseu

Cartão Porto

Crianças e Estudantes

Maiores de 65 anos

Famílias (mais de 3 pessoas)

Em 2025, os Concertos Promenade celebram 20 anos a aproximar públicos de todas as idades às melhores histórias e melodias da música clássica.

Introduzidos em Portugal pelo Coliseu em 2005, miúdos e graúdos são convidados a entrar, ao ritmo de um domingo por mês, no ambiente de uma ou mais obras emblemáticas e a descobrir todas as suas curiosidades, com os comentários do musicólogo Jorge Castro Ribeiro, *design* multimédia de Sara Botelho e direcção artística do maestro Cesário Costa.

No 20.º aniversário dos Concertos Promenade, desafiámos o público a descobrir sete espetáculos com obras de compositores como Tchaikovsky, Grieg, Berlioz, Gunther Schuller, Puccini, e ainda um concerto com Jorge Palma.

No último Concerto Promenade de 2025 vamos ouvir a maravilhosa *Sinfonia Fantástica*, de Berlioz. Estreada em Paris, em 1830, é uma das obras fundamentais do romantismo. Nas palavras do próprio compositor, «conta a história de um artista de imaginação fértil, em profundo desespero por causa de um amor sem esperança, que se envenena com ópio».

Um concerto único e irrepetível, a não perder no Coliseu do Porto Ageas.



Workshop Magia de reciclagem

Não precisa de ter experiência – só vontade de criar e de se apaixonar pelos nossos miaus feitos à mão.

Por Pedro Cunha



Realização: 22 de Novembro
Inscrição até: 18 de Novembro
Ponto de encontro: Edifício Monumental, piso -1 – Lisboa
Hora: das 14.00h às 18.00h
Valor: 50 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 45 euros
Inscrição inclui: todo o material necessário à elaboração da peça
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
Recomendações: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Mínimo de 4 e

> Transforme materiais esquecidos em gatinhos cheios de personalidade!
 Uma oficina divertida para dar vida nova a pedaços de madeira, pregos e muita criatividade.

máximo de 10 participantes. Em caso de desistência após a data-limite de inscrição, será cobrado 50% do valor referente ao *workshop*.

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Pedro Cunha



Workshop de Música



> Queres explorar a tua criatividade e experimentar novas técnicas?
 Junta-te a nós num *workshop de mixed media*, onde vais aprender a combinar diferentes materiais e texturas para criar uma destas telas magníficas.



Este *workshop* é ideia para todos os níveis – não precisas de experiência prévia, apenas vontade de criar e descobrir.

Por Sandra Nascimento

Realização: 7 de Fevereiro
Inscrição até: 2 de Fevereiro
Ponto de encontro: Edifício Monumental, piso -1 – Lisboa
Hora: das 10.00h às 13.00h e das 14.00h às 17.00h
Valor: 65 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 55 euros
Inscrição inclui: todo o material necessário à elaboração da peça
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
Recomendações: faça a inscrição online na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Uma tela

apenas. Mínimo de 4 e máximo de 10 participantes. Em caso de desistência após a data-limite de inscrição, será cobrado 50% do valor referente ao *workshop*.

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Alda Judite



Hábitos Saudáveis



A Shamir Corrida Portucale é um evento que visa a inclusão e a solidariedade, contando com o apoio das câmaras municipais de Gaia e do Porto.

Por António Cardoso



> É uma prova que decorre entre as margens do Porto e de Gaia, com partida e chegada no cais de Gaia, em frente ao Convento de Corpus Christi, tem um percurso que passa por locais emblemáticos como: Avenida Ramos Pinto, Ponte Luís I, Avenida Gustavo Eiffel e Rua do Infante D. Henrique, sempre ao longo das margens do Douro e teve um bem composto pelotão de atletas de diversas nacionalidades e na qual também participaram atletas de desporto adaptado em cadeira de rodas.

O evento – organizado pelo Centro de Atletismo do Porto e que já vai na 10.^a

edição, tem como madrinha da prova a atleta Rosa Mota – incluiu uma corrida de 10 km, que é o mote principal da iniciativa, uma caminhada/minicorrída de 5 km, uma corrida para crianças e como objectivo a promoção da prática desportiva e um estilo de vida e de hábitos saudáveis.

Além da dimensão desportiva, o evento pretende proporcionar um momento de convívio e celebração da corrida, com a paisagem ribeirinha como pano de fundo e à qual o Grupo Desportivo mais uma vez se associou com a presença de elementos masculinos e femininos.

II Corrida IPO Porto 2025

Neste ano tive de me contentar com o 10.^o lugar até pela boa participação de atletas profissionais, mas encontrei um colega do BPI com o qual partilhei as incidências da prova.

Por Jorge Pires

> Voltei a participar neste ano nesta corrida solidária organizada pelo IPO, que a mim tanto me diz depois de ter sido utente em 2018/2019.

Na sequência de uma grande adesão da população em geral, também resultado de uma boa divulgação nas redes sociais e meios de comunicação, nomeadamente na RTP no seu programa *Praça da Alegria*, onde eu participei na qualidade de vencedor da 1.^a edição de 2024, verificou-se um extraordinário ambiente solidário com 5000 pessoas a correr e a caminhar.

Neste ano tive de me contentar com o 10.^o lugar até pela boa participação de atletas profissionais, mas o objectivo era mesmo homenagear esta inextinguível e meritória instituição que ajuda tantas e tantas pessoas há 51 anos.

Encontrei um colega do BPI com o qual partilhei as incidências da prova e que irá repetir em 2026.

Siga. Correr é vida. Venha a próxima.





Corrida no Porto de Leixões

No fim de contas, correr é muito mais do que uma actividade física: é uma forma de vida; uma filosofia que nos mantém activos, focados e felizes.

Por Jorge Pires

> Corredor desde o já longínquo ano de 2016, comecei a dar os primeiros passos em provas oficiais através do Grupo Desportivo do BPI, onde tive oportunidade de acumular experiência, aprender a gerir o esforço e sentir de perto o ambiente único das competições.

Desde então nunca mais parei: ano após ano, época após época, fui consolidando o gosto pela corrida, e, com o tempo, acabei por me federar pelo Ginásio Clube de Bragança, clube onde tenho representado as cores tanto em provas de fundo como de meio-fundo, disciplinas exigentes que pedem dedicação, consistência e disciplina.

No fim-de-semana de 21 de Setembro, voltei a alinhar à partida de mais uma prova de 10 quilómetros, competição que marcou de forma simbólica o arranque da nova época desportiva 2025/2026.

Apesar de ainda não ter o ritmo competitivo desejado e de se tratar de uma corrida muito rápida, com adversários fortes e percursos desafiantes, consegui alcançar um resultado acima das minhas próprias expectativas.

Isto ganha ainda mais relevo se pensar-

mos que vinha de quase três meses de “férias competitivas”, período em que o corpo descansa, mas em que a forma inevitavelmente se perde.

O cronómetro parou nos 38 minutos e 43 segundos, tempo que me garantiu o 5.º lugar no escalão M50, uma classificação que encaro com orgulho e motivação renovada.

Para além do resultado individual, fica também a memória de um excelente ambiente desportivo, marcado pela entreajuda, pela amizade e pela boa-disposição entre todos os participantes. Foi uma prova exemplarmente organizada, realizada no magnífico cenário do Porto de Leixões, espaço que oferece condições perfeitas para uma corrida bem estruturada e inesquecível.

Recomendo vivamente esta competição a todos os que gostam de correr e de sentir de perto a energia que só o atletismo proporciona. No fim de contas, correr é muito mais do que uma actividade física: é uma forma de vida, uma filosofia que nos mantém activos, focados e felizes.

Venha agora a próxima prova, porque o caminho só faz sentido quando se continua a correr.

Nova época, esperança renovada

Deste modo aguardamos ansiosamente o início dos jogos oficiais, cujas datas serão divulgadas no *site* do Grupo Desportivo assim que haja a definição do calendário. Estejam a par e venham apoiar-nos!

Por Manuel Correia

> Após uma temporada de 2024/2025 conurbada e na qual a *performance* da nossa equipa ficou muito aquém do esperado, com o mês de Setembro de 2025 chegou o início de uma nova época desportiva que esperamos venha a correr bastante melhor do que a anterior.

Para esse efeito, durante o defeso tivemos uma abordagem bastante mais activa do que o que é habitual e conseguimos reforçar o nosso plantel com 4 novos elementos e um novo treinador, que conta com uma vasta experiência no contexto basquetebolístico portuense.

Com a incorporação dos novos elementos e com a plena recuperação dos atletas que terminaram lesionados no ano anterior, as expectativas são positivas e o objectivo é claro: conseguir conquistar uma posição classificativa entre as 5 melhores equi-

pas de Liga Masters (algo que havíamos conseguido atingir consecutivamente em 2022, 2023 e 2024).

De momento os indicadores são positivos, dado que já concluímos dois jogos de preparação contra a equipa dos Salesianos, e em ambos a vitória caiu para o nosso lado: no jogo fora ganhámos por 64-45; no jogo realizado em nossa casa, o resultado foi de 43-34.

Deste modo aguardamos ansiosamente o início dos jogos oficiais, cujas datas serão divulgadas no *site* do Grupo Desportivo assim que haja a definição do calendário.

Estejam a par e venham apoiar-nos!





Basquetebol no Sul



Com o apoio do Grupo Desportivo vamos participar mais uma vez no Campeonato de Basquetebol organizado pela Fundação Inatel, época 2025/2026, que terá o seu início em Novembro.

Por Francisco Barata

> Na época de 2024/2025, e pelos resultados de que damos conhecimento, foi um campeonato disputado até à última jornada, jogos com vitórias tangenciais, o que revela o nível competitivo que o campeonato do Inatel nesta modalidade está a ter. Estavam em competição 28 equipas.

Na primeira fase, com o segundo lugar no nosso grupo, ficámos apurados para na segunda fase ficar nos dois grupos que compunham a divisão principal que apurava o campeão distrital.

Na segunda fase, ficámos em terceiro lugar no nosso grupo com 9 vitórias contra as equipas (jogos a duas voltas) do Credível Malveira: 41-35 e 51-44, V. Cavala: 53-52 e 48-28,

Queluz: 66-63 e 59-51, Loures: 52-48, e Miraflores: 42-41 e 47-37, e com 3 derrotas contra a Maria Pia "A": 61-45 e 53-37 e o Loures: 67-48.

O jogo da penúltima jornada entre o Grupo Desportivo BPI e o Loures definia

a classificação para a final a quatro. Venceu o Loures, que nesse jogo foi melhor. Em primeiro ficou o Maria Pia com 11 V e 1 D; em segundo, o Loures com 10 V e 2 D; em terceiro, o GD BPI com 9 V e 3 D.

Na final a quatro, os dois primeiros do Grupo A, Ramiro José e BCP, e os dois do grupo B, Maria Pia "A" e Loures, em jogos cruzados.

Loures venceu o Ramiro José, e a Maria Pia "A" venceu o BCP, e estão na final os dois primeiros classificados do nosso grupo: Maria Pia "A" e Loures.

No jogo para o terceiro e o quarto lugares, o BCP venceu o Ramiro José, e na final o Maria Pia "A" sagrou-se campeão ao derrotar o Loures.

Depois desta excelente época, já estamos a preparar a época de 2025/2026, e temos como objectivo fazer melhor que na anterior.

Estamos a treinar às segundas e às quartas-feiras, das 10.30h às 11.30h, no pavilhão da Junta de Freguesia das Avenidas Novas.

Se gostas desta modalidade e tens pica para fazer parte da equipa, aparece. <

Crónica (quase épica)



No fim-de-semana de 4 e 5 de Outubro, o Bowling da Praia da Rocha foi palco de uma competição tão renhida, na Final Regional de Bowling – Mais Sindicato, que até os pinos estavam nervosos.

Por Rui Duque

> No fim-de-semana de 4 e 5 de Outubro, o Bowling da Praia da Rocha foi palco de uma competição tão renhida, que até os pinos estavam nervosos. A Final Regional do Mais Sindicato trouxe atletas, emoção e bolas com vontade própria, e – claro! – o Grupo Desportivo BPI não podia faltar à festa!

Representados pelos ilustres Rui Duque e Jorge Teixeira – dois senhores do *strike* e mestres do *spare* – o Grupo Desportivo

BPI fez-se notar com a habitual classe, dignidade e aquele estilo inconfundível de quem leva o desporto a sério... mas não demasiado, que o importante é participar (e rir muito).

Apesar dos lançamentos milimétricos e das poses dignas de capa de revista desportiva, o troféu fugiu-lhes por um fio de cabelo (ou talvez por um pino teimoso que se recusou a cair). A grande vencedora foi Helena Lourenço, da UNICRE, que pela primeira vez se sagrou campeã regional! Dizem que os pinos ainda estão a recuperar do susto.

A ela, à organização que manteve tudo a rolar (literalmente) e aos nossos atletas que mostraram que o Grupo Desportivo joga com alma e coração – os nossos parabéns!

Que venham mais finais, mais *strikes* e, quem sabe?, um troféu que combine com os sapatos de *bowling*.

Até à próxima jogada! <



Final Nacional de Bowling em Cantanhede



Entre *strikes* certos, abraços e gargalhadas espontâneas, ficou provado que o *bowling* bancário é muito mais do que desporto – é uma terapia colectiva, uma aula de *fair-play* e, acima de tudo, uma desculpa perfeita para reencontrar amigos e fazer novos.

Por Rui Duque

> Oito dias depois da tempestade de emoções em Portimão, os atletas do Grupo Desportivo voltaram a calçar os sapatos de sola escorregadia e a empunhar as bolas com mais estilo do que num desfile de moda em horário nobre. Desta vez, o palco foi Cantanhede, onde se disputou a Final Nacional de Bowling... e que final!

Como já é tradição nesta modalidade, que mistura precisão com convívio digno de churrasco de domingo, o ambiente foi uma verdadeira festa. Se alguém pensava que o *bowling* era só competição, claramente nunca viu um bancário a fazer um spare e a seguir brindar com um sumo de laranja como se tivesse acabado de ganhar Wimbledon.

Tínhamos dois representantes em prova, e que dupla! De um lado, Jorge Teixeira, o homem que faz a bola dançar como se tivesse aulas de tango; do outro, Rui Duque – o atleta místico, o enigma dos pinos.

Rui tem uma relação com o *bowling* que desafia definições: não treina, não aparece nos convívios, mas quando há competição... lá está ele, como um ninja dos *strikes*, a surgir do nevoeiro com a sua bola de estimação e aquele olhar



de «só vim para o discurso final». É uma relação tipo «juntos, mas separados» – ele e os pinos têm um acordo tácito: não se falam durante o ano, mas quando se encontram é intenso.

Já o Jorge... está em forma olímpica. Com uma prestação digna de aplausos e *emojis* de fogo, conquistou um brilhante segundo lugar, levando para casa não só um troféu mas também a admiração dos colegas e – quem sabe? – uma dorzinha no ombro.

Mas quem roubou a cena – e os pinos – foi Helena Lourenço, a supercampeã que parece ter um pacto secreto com os deuses do *bowling*. Depois de vencer em Portimão, Helena voltou a fazer das suas em Cantanhede, deixando os adversários a pensar se não estaria a usar uma bola teleguiada. Com um estilo sereno e uma pontaria que faria inveja a qualquer *sniper*, Helena confirmou que está num momento de forma tão bom, que até os pinos se deitam só de a ver entrar na pista.

Resultado? Helena: campeã nacional entre os bancários; Jorge: vice-campeão; e todos os outros: campeões da amizade, da boa-disposição e da arte de transformar uma competição numa celebração.

Entre *strikes* certos e gargalhadas espontâneas, ficou provado que o *bowling* bancário é muito mais do que desporto: é uma terapia colectiva, uma aula de *fair-play* e, acima de tudo, uma desculpa perfeita para reencontrar amigos e fazer novos.



Lousã Granfondo 2025

Estivemos presentes em 4 provas (Figueira da Foz, Tomar, Bragança e Lousã), esperando que, em 2026, consigamos aumentar quer o número de Granfondos, quer o número de representantes do Grupo Desportivo BPI.

Por Manuel Correia



> No passado dia 14 de Setembro, estivemos presentes no Lousã Granfondo 2025, com 3 ciclistas a representar as cores do nosso Grupo Desportivo: João Pedro Domingues (DO), Jonas Andrade (Balcão de Leiria-Mercado) e Manuel Correia (DCR).

Foi uma prova bastante bem organizada e que nos permitiu percorrer algumas estradas icónicas do panorama nacional, com destaque para a Nacional 2, no trecho entre Góis e Vila Nova de Poiares, e a Nacional 17/Estrada da Beira, entre Poiares e Segade.

Em termos climatéricos foi uma manhã perfeita para a prática da modalidade, com sol mas não com calor excessivo, e com vento moderado, sendo o único ponto negativo a paisagem castigada pelos incêndios que recentemente haviam consumido parte das zonas do percurso.

De entre os nossos 3 participantes o “mais valente” foi o João Pedro Domin-

gues, que optou por percorrer a distância média (97 km), sendo os 15 km finais de subida à serra da Lousã! Não obstante a dificuldade final, o nosso ciclista terminou a prova em menos de 4 horas, com uma excelente média de 25,5 km/h e tendo conseguido ficar a “meio da tabela” do respectivo escalão.

Os outros 2 ciclistas optaram pela distância mais curta (70 km), com o Jonas Andrade a terminar em 2.49h, o que lhe permitiu obter o diploma Prata, e eu em 3.03h, diploma Bronze, que era atribuído a quem terminasse entre as 2.50h e as 3.05h.

Desta forma terminou o nosso ano velocipédico de 2025. Estivemos presentes em 4 provas (Figueira da Foz, Tomar, Bragança e Lousã), esperando que, em 2026, consigamos aumentar quer o número de Granfondos em que participemos, quer o número de representantes do Grupo Desportivo BPI.

Campeonato Interbancário de Pesca Desportiva de Mar



A equipa do Grupo Desportivo BPI, disputada a terceira prova do Interbancário de Mar, sagrou-se campeã regional, classificou três dos seus pescadores dentro dos sete primeiros lugares, e um dos seus elementos conquistou o troféu para o maior exemplar.

Por José Duarte



➤ Foi uma época recheada de excelentes prestações, fruto de muita entrega e combatividade, e dos resultados que acabaram por surgir.

A última prova foi disputada em Peniche, inicialmente com o céu encoberto, vento fraco e nevoeiro. Depois, o tempo mudou, o vento passou a soprar moderadamente, e o mar encrespou-se. Não andava muito peixe perto da costa e a pesca não foi fácil, fruto de uma água pouco mexida e transparente.

A maioria das espécies capturadas foram de pequenos sargos, tainhas e peixe-agulha. O melhor resultado esteve perto dos seis quilos, mas a maioria das

pescarias andou por resultados pouco expressivos.

De acordo com a classificação individual, foram apurados doze pescadores para disputar a Final Nacional, dos quais três são do nosso Grupo Desportivo, o Carlos Brandão, o David Franco e o José Duarte. Vão ser estes os nossos representantes na final que se disputa no início de Outubro, também na zona de Peniche.

Como é habitual, concluído o campeonato, os pescadores, a Comissão Organizadora e representantes da Direcção do Sindicato juntaram-se para o almoço de convívio e entrega dos troféus aos mais bem classificados.





Final Nacional em Peniche. Embora pobre em peixe capturado, esta final nacional foi mais uma prova da vitalidade dos pescadores bancários, que disseram «Presente!» com os habituais entusiasmo e energia para mais um dia de pesca e convívio.

Por José Duarte

XLV Campeonato Interbancário de Pesca Desportiva de Mar

➤ Embora pobre em peixe capturado, esta final nacional foi mais uma prova da vitalidade dos pescadores bancários, que, apesar do peso da idade e de cada vez mais reduzido número de praticantes, que disseram «Presente!» com os habituais entusiasmo e energia para mais um dia de pesca e convívio.

A manhã apareceu cinzenta, com o céu encoberto, nevoeiro e vento moderado. O mar, mostrou diferentes caras na área da prova, muito parado a sul e na Papôa, e com boas condições na zona dos Remédios. Na concentração, reveem-se amigos que geralmente se encontram só uma vez por ano, e a organização dá as últimas recomendações. Depois, é a saída apressada e a tentativa de ocupar rapidamente o pesqueiro já anteriormente escolhido.

Na maioria dos casos, as horas foram passando e os peixes capturados foram em número muito reduzido e de fraca qualidade. Salvo muito poucas exceções, a pesagem veio demonstrar que, apesar do esforço, a grande maioria das pescas era muito fraca.

Os pescadores que representaram o nosso Grupo Desportivo bem tentaram remar contra a maré, mas acabaram por também não conseguir ultrapassar as dificuldades. Alguns sargos, tainhas, bodiões e um ou outro peixe-agulha foram o resultado das quatro horas de pesca.

Melhor estiveram o almoço e o convívio entre os participantes. Com a entrega de prémios a todos os concorrentes terminou de forma positiva mais esta jornada... e ficamos já à espera da próxima época. <



Final Nacional de Rio em Ílhavo. O balanço é positivo, e de entre os atletas do Grupo Desportivo as classificações variaram entre o terceiro e o sétimo lugares.

Por José Duarte

XLVII Campeonato Interbancário de Pesca Desportiva de Rio

➤ Trinta e seis pescadores, em representação dos três Sindicatos dos Bancários, disputaram no passado dia 27 de Setembro a Final Nacional do Interbancário de Rio.

A prova teve lugar na pista da Quinta da Boavista, em Ílhavo, lugar privilegiado para a pesca desportiva, tendo como cenário um dia cinzento, ventoso e com alguns aguaceiros – nada que desanimasse os pescadores que ao longo de quatro horas se empenharam em conseguir o maior e melhor número de capturas.

Com o tempo em mudança, a pesca não esteve fácil, principalmente para os concorrentes menos familiarizados com o local. Ainda assim, o peixe foi saindo por todo o lado, acabando por fazer a diferença – não na quantidade, mas no seu tamanho. Aque-

les que por sorte ou engenho conseguiram a captura de maiores exemplares acabaram nos primeiros lugares da classificação.

O nosso Grupo Desportivo participou na prova com sete pescadores, quatro do Sul (Brandão, Custódio, Duarte e Luís Mota) e três do Centro (Costa Pinto, Gaspar e Rui Nunes). Ainda que sem chegar ao topo das classificações, o balanço é positivo, e de entre o pessoal do Sul, as classificações variaram entre o terceiro e o sétimo lugares nas respectivas zonas.

Para quem raramente pesca por aqueles lados, podemos considerar uma participação muito positiva.

A organização esteve bem, e o dia terminou com o almoço de convívio entre os pescadores e representantes das direcções sindicais, tendo sido distribuídos prémios a todos os concorrentes.

Para o próximo ano há mais. <



Campeonatos Internos Regionais Norte

Pesca Desportiva de Mar e Rio

Por Mário Santos



> Interno de Rio

No campeonato Interno realizaram-se mais 7 provas, 4 delas em Ílhavo na pista da Quinta da Boavista, e as restantes na Trofa, em Montemor-o-Velho e em Chaves.

De realçar e saudar o regresso às pescarias dos internos de Rio do Fernando Carvalho com boas prestações (quem sabe nunca esquece).

Na prova realizada em 9 de Julho em Ílhavo foram pescadas muitas carpas de tamanho médio (e algumas de grande porte) e pimpões. Foi vencedor o Fernando Costa com 32,200 kg, seguido do David Oliveira com 24,100 kg e do Vítor Barreto com 2,460 kg.

Novamente na Quinta da Boavista em 16 de Julho, mantiveram-se o padrão e a quantidade de capturas da prova anterior. Foi vencedor o Fernando Costa com 39,000 kg, seguido do Vítor Barreto com 21,340 kg e do David Oliveira com 18,150 kg.

Em 23 de Julho fomos até ao Rio Ave na Trofa, junto à Eco Pista, pescar alburnos, percas, escalos, alguns barbitos e um bonito gardon. Foi vencedor o Fernando



Carvalho com 1,550 kg, seguido do David Oliveira com 1,150 kg e do David Ventura com 1,000 kg.

Na prova realizada em 3 de Setembro em Montemor-o-Velho, na pista de Poço da Cal, saíram percas, pequenas tainhas, poucos pimpões e um peixe-gato. Foi vencedor o Fernando Carvalho com 1,200 kg, seguido do José Ferreira com 0,975 kg e do David Ventura com 0,760 kg.

Em 10 de Setembro voltamos a Ílhavo. Foi vencedor o David Ventura com 22,590 kg, seguido do Fernando Costa com 15,050 kg e do Pereira da Silva com 12,620 kg.

Em 17 de Setembro rumámos mais a norte para pescar na bonita pista de Chaves. Saíram muitas percas e alguns barbos de bom tamanho. Foi vencedor o Fernando Costa com 5,095 kg, seguido do David Ventura com 1,910 kg e do David Oliveira com 1,685 kg.

Em 24 de Setembro voltámos a Ílhavo, e ao contrário do habitual na Quinta da Boavista, o peixe estava a comer mal, pelo que as pesagens foram bem mais leves. Foi vencedor o David Oliveira com 9,220 kg, seguido do Pereira da Silva com 9,030 kg e do Fernando Costa com 7,905 kg.

Fruto da participação em todas as provas e da sua excelente prestação, o campeonato é liderado de forma destacada pelo Fernando Costa com 134 pt, seguido do David Oliveira com 129 pt e do David Ventura com 125 pt.

Falta realizar apenas uma prova na pista de Riba de Ave em 8 de Outubro.

Interno de Mar

Com 4 provas já realizadas, o campeonato é liderado por Mário Santos com 35 pt, seguido do Fernando Costa com 28 pt e do David Ventura com 27 pt.

Ainda falta realizar 4 provas: em Vila-Chã, Leça da Palmeira, Angeiras Sul e Marreco.

Colega, inscreve-te, vem praticar pesca desportiva pelo Grupo Desportivo.

II Torneio Interno de Ténis de Mesa



No Pavilhão Desportivo do SC Rio Seco, em Lisboa

Por Carlos Galvão



> A prova será individual, com uma só classificação, com troféus até ao 4.º lugar. Haverá também prémios de presença.

O modelo da prova dependerá do número de inscritos, mas de qualquer forma será de início grupal, após o que se seguirá a prova eliminatória.

No fim da competição será servido o almoço, com menu a divulgar próximo da data de realização, nas instalações do SC Rio Seco, com convívio dos participantes até às 18h.

Os colaboradores do Banco BPI que não sejam sócios do Grupo Desportivo e queiram participar nesta iniciativa podem aceder a «Quero ser sócio» em <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=31>, preencher o formulário, submetê-lo e passar a beneficiar de todas as vantagens que temos para lhe oferecer.

Apelamos a todos os interessados que se inscrevam até 17 de Novembro (2.ª feira), pois o número de inscrições é limitado.

Programa

08.50h – Recepção dos intervenientes
09.00h – Chamada dos atletas para as mesas
09.10h – Início da competição
13.30h – Fim da competição
14.00h – Almoço e convívio
18.00h – Regresso a casa

Inscrição

Realização: 22 de Novembro

Inscrição até: 17 de Novembro

Ponto de encontro: Pavilhão Desportivo do SC Rio Seco em Lisboa (Rua Silva Porto, 22 1300-532)

Hora: 8.50h

Valor: 20 euros

Sócios, familiares e convidados: 10 euros

Inscrição inclui: participação no torneio e almoço

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Deve usar vestuário desportivo e equipamento de ténis de mesa.

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

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

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo



Calendário de Viagens para 2026

O Grupo Desportivo, como sempre tem feito em anos anteriores, preparou um plano de viagens em grupo para 2026, com destinos em Portugal e no estrangeiro.

O plano de viagens está aqui. Os sócios têm vontade, e assim estarão criadas condições para que a viagem aconteça no respeito pelas regras de segurança e embarços internacionais que existam a cada momento. Os associados que preferiam viajar sozinhos podem sempre optar por uma vasta oferta de viagens individuais no formato *city breaks* que o Grupo Desportivo disponibiliza. Mas, se preferirem desenhar uma viagem por medida, à sua medida, então consultem o Grupo Desportivo, usem o nosso *know-how* e as facilidades de pagamento. Somos capazes de surpreender. Ou talvez não; mas se tentar, fica a saber.



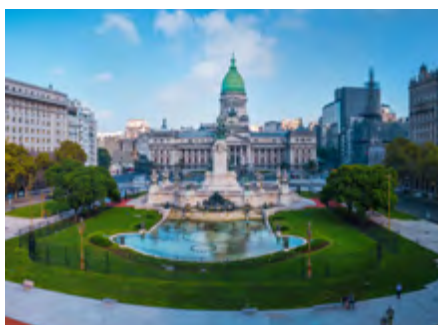
Encontro de Reformados em Narbonne, Lyon e Toulouse
5 dias – Maio



Aracena, Minas de Rio Tinto e Serpa
3 dias – Outubro



Cruzeiro pelas Ilhas Gregas
2 noites em Atenas + 4 noites de cruzeiro
6 dias – Junho



Argentina
12 dias – Novembro/Dezembro



Cazaquistão, Uzbequistão e Quirguistão
11 dias – Setembro/Outubro

[viagens city breaks]

Viagens City Breaks

A complementar a proposta de viagens para 2025 o Grupo Desportivo propõe um conjunto de viagens *City Breaks*, que querem continuar a ocupar um lugar junto dos associados.

As viagens *City Breaks*, ou Escapadas, têm como base os preços mais baixos tanto da companhia aérea como do hotel, sendo os lugares limitados.

Estas viagens, logo que sejam marcadas e confirmadas pelo agente de viagens, não são passíveis de recuperação: são penalizadas em 100%.



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

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: 530 euros
Suplemento de quarto individual: 160 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 91,03 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 em hotel***; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 91,03 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: 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.

Escapada a Bilbao

- > Nas margens do mar Cantábrico encontramos Bilbao, cidade onde se combina a tradição do Centro Histórico com o vanguardismo da sua moderna arquitectura.

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa ou do Porto
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 410 euros
Suplemento de quarto individual: 140 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 66,69 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe U; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço, em hotel***; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro



multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 66,69 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: 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

[viagens city breaks]



Ficha de inscrição: disponível em https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf
Para mais informação: contacte o Grupo Desportivo
A organização técnica das viagens é da responsabilidade de:
 TQ – Travel Quality, Viagens e Turismo SA. – Rua da Tobis Portuguesa 4 Esc D - 1750-292 Lisboa
 Telefone +351 213 199 440
 NIPC 501313915
 - RNAVT nº. 1864 - IATA 642 140 54



Condições gerais das viagens: disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=5100>



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

Escapada a Copenhaga

> *Pequena Sereia* no Báltico. Uma estátua de bronze de uma sereia guarda o horizonte marinho em Copenhaga. É o símbolo de um território somado ao Báltico com a mesma graça que das ninfas do mar. Copenhaga (em dinamarquês: Kobenhavn), que significa «Porto dos

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa ou Porto (via Lisboa – não tem voo directo)
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 575 euros
Suplemento de quarto individual: 190 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 92,50 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe U; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço, em hotel***; IVA, taxas



Mercadores». O nome faz homenagem à sua história, pois a cidade foi noutra tempo um dos principais núcleos comerciais do Norte europeu.

de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível: 92,50 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: 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

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: 490 euros
Suplemento de quarto individual: 160 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 116,65 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 em hotel***; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível: 116,65 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: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística, necessitam de passaporte

[viagens city breaks]

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



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

Escapada a Nova Iorque

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



Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa ou Porto
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 1330 euros
Suplemento de quarto individual: 180 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 256,37 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe U; 4 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço em hotel***; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro

multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 256,37 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: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística aos Estados Unidos necessitam de visto de entrada (ESTA)

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: 510 euros
Suplemento de quarto individual: 150 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 94,98 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 ***; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 94,98 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: 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

[viagens city breaks]



Ficha de inscrição:

disponível em https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1671468989.pdf

Para mais informação:

contacte o Grupo Desportivo

A organização técnica

das viagens é da

responsabilidade de:

TQ – Travel Quality,
Viagens e Turismo SA. –
Rua da Tobis Portuguesa 4
Esc D - 1750-292 Lisboa
Telefone +351 213 199 440
NIPC 501313915
- RNAVT nº. 1864 - IATA 642
140 54



Condições gerais das

viagens: disponíveis

na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=5100>



Faça a inscrição on-line

na sua área pessoal em
<https://secretaria.gdbpi.pt>.

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: 84,83 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 em hotel***, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível, 84,83 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: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. 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: 535 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: 79,45 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 em hotel***, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 79,45 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: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. 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

[turismo rural]

Turismo rural



Almeirim

Casa de Besteiros

Telefone: 243 595 474 / 91 752 60 10

Localização: Quinta da Variorum, Estrada do Arneiro da Volta.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 10% em relação à tarifa disponível.



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: 245 905 878 / 96 664 96 86

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 20% sobre o preço de balcão.



Castro Verde – Piçarras

Monte da Ameixa Country House

Telefone: 286 010 016 / 96 254 49 33

Localização: Monte da Ameixa, Piçarras, 7780-258 Castro Verde. Situado a 6 km da auto-estrada 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.



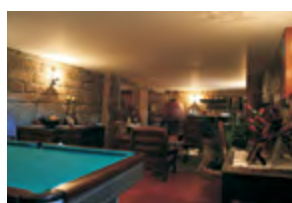
Figueira de Castelo Rodrigo

Hospedaria do Convento

Telefone: 92 785 32 87

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% e 20% sobre o preço de balcão.



Folhada

Marco de Canaveses Casa da Quintã

Telefone: 96 760 63 85

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.



Ilha de São Miguel – Açores

Quinta da Mó

Telefone: 91 780 02 81

Localização: Ilha de São Miguel, Açores, Rua das Águas Quentes n.º 66, 9675-040 Furnas

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

Site: www.quintadamo.com



Lousã

Quintal de Além do Ribeiro

Telefone: 239 996 480 / 96 332 38 05

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.

[turismo rural]



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.



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 10% sobre o preço de balcão na época baixa e de 7% na época alta, de 15 de Junho a 15 de Setembro. Os preços de balcão podem ser consultados no *sítio*, ou directamente com o hotel.



Seia – Quinta do Crestelo

Aparthotel na Serra da Estrela

Telefone: 96 857 89 21 / 238 320 050

Localização: na serra da Estrela, a cerca de 2 km da cidade de Seia, onde em tempo remoto terá sido um castro, encontramos a Quinta do Crestelo. A morada é Avenida dos Bombeiros Voluntários, 6270-909 Seia.

Condições: desconto de 10% sobre os valores de tabela, excepto épocas festivas (Natal, Fim de Ano, Carnaval e Páscoa).



Peniche – Serra d'el Rei

Quinta do Juncal

Telefone: 91 594 43 25

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.



Santa Vitória – Alentejo

Agro-Turismo do Roxo

Telefone: 91 627 89 89 / 93 372 86 01

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

Casa das Tílias

Telefone: 96 400 85 85

Localização: Vila de São Romão, junto a Seia, a principal porta de entrada no Parque Natural da Serra da Estrela.

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



Seixo da Beira – Serra da Estrela

Casa do Forno da Aldeia

Telefone: 93 231 71 52

Localização: Aldeia de Pedras Ruivas, Seixo da Beira, concelho de Oliveira de Hospital. Apenas a 27 km de Viseu, 20 km de Seia, 2 km das termas de Caldas da Felgueira e 15 km das termas de Alcafache. Para além das acessibilidades rodoviárias (A25, IC12, IP3) existe acesso em comboio, na estação de caminho-de-ferro de Nelas, e ainda em autocarro, central de camionagem também em Nelas. Existe posto de táxi na aldeia.

Condições: desconto de 15% sobre o preço de balcão durante a semana e desconto de 10% ao fim-de-semana.

[turismo rural]

**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 *suite*.**Vale de Amoreira – Manteigas****Casa Lagar da Alagoa****Telefone:** 275 487 024 / 91 868 86 02**Localização:** Parque natural da Serra da Estrela.**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 15% sobre o preço de balcão durante a semana, desconto de 10% ao fim de semana. Descontos válidos apenas para reservas directas.**Vale de Cambra – Rôge****Traços de Outrora****Telefone:** 91 879 56 74 /**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****Casa dos Martinhos****Telefone:** 93 438 47 44 / 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.**Vieira do Minho****Quinta de S. Simão****Telefone:** 253 648 270 / 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:** 96 540 54 32 / 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 para casa completa com 4 quartos.**Vilarinha, Bordeira****Monte da Vilarinha****Telefone:** 282 973 218 / 91 619 21 19**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.**Vinhais – Rio de Fornos****Casa do Rebelhe****Telefone:** 93 427 70 40**Localização:** A Casa do Rebelhe situa-se na pacata aldeia de Rio de Fornos, a cerca de 3 km de Vinhais, a 30 km de Bragança e a 20 km da fronteira de Espanha via Moimenta.**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 20% sobre a tabela geral.

+700
Parceiros

Consulte as nossas parcerias em
<https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=5>



Novos Parceiros:

ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS



> Escola de Equitação
Equischool
Almargem do Bispo
Tel.: 91 443 02 19/
91 521 17 79

ALIMENTAÇÃO



> Byf Steakhouse By
Fullest
Lisboa
Tel.: 21 053 72 86



> Fysh By Fullest
Lisboa
Tel.: 21 362 62 49



> HFB Distribuição de
Produtos de Consumo
Oeiras
Tel.: 96 248 63 23



> Pitéu Transmontano
Lisboa
Tel.: 91 094 72 15



> POKE House
Lisboa



> Smashville
Lisboa

GINÁSIO- -HEALTH CLUB



> Phive Health & Fitness
Centers
Lisboa
Tel.: 91 155 66 70

MOTOCICLOS



> Indian Motorcycle
of Lisboa
Lisboa
Tel.: 96 202 13 17

SAÚDE E BEM-ESTAR



> Nature Affairs
Palmela
Tel.: 91 715 81 68

UTILIDADES

BOLHAS DE BERLIM
Lavandaria Self-Service



> Bolhas de Berlim
Lisboa
Tel.: 91 113 83 65

VIAGENS E TURISMO



> Fragas do Cabril Eco
& Wellness Lodge
Lousã
Tel.: 96 658 28 29 /
91 003 31 33



HOTEIS
HERITAGE
— LISBOA —

> Hoteis Heritage
Lisboa
Lisboa
Tel.: 21 321 82 00

DIRECÇÃO REGIONAL SUL

Av. de Fontes Pereira de Melo,
n.º 51 – piso –1
1069-042 Lisboa
Tel.:
21 723 42 89 /
21 723 42 97 /
92 578 47 18
Ext.:
8002048/8002049
Horário:
9.00h-18.00h
De segunda a sexta
E-mail:
sul@gdbpi.pt

grupodesportivo
sul@bancobpi.pt

Cod. CI – 1077

DIRECÇÃO REGIONAL NORTE

Rua Dom João IV,
n.º 640
4000-299 Porto
Tel.:
22 607 43 00 /
91 320 99 95
Ext.:
8008040
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
(disponível na
Intranet)
E-mail:
gestor@gdbpi.pt

BAR

Rua Dom João IV,
n.º 640
13.00h-19.00h

CURSOS DE FORMAÇÃO ARTÍSTICA

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

SALA POLIVALENTE

Rua Almirante Barroso, 32-RC
09.00h-19.00h
Rua Dom João IV,
n.º 640
10.00h-19.00h

Ensaios do Coro
À quinta-feira
a partir das 16.00h

Ensaios do Orfeão
À quinta-feira
às 18.00h

ATLETISMO

Rui Duque
tel.: 933255924
rui.carlos.duque@
bancobpi.pt

Pedro Figueiredo
tel.: 939702305
pedro.miguel.figuei-
redo@bancobpi.pt

Ana Pires
tel.: 22 607 43 00
norte@gdbpi.pt

Duarte Cardoso
tel.: 22 607 32 46
norte@gdbpi.pt

BASQUETEBOL

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

Francisco Barata
tel.: 93 640 64 16
fa2barata@gmail.
com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Manuel Correia
tel.: 22 607 21 94
manuel.augusto.cor-
reia@bancobpi.pt

BIBLIOTECA

Carla Pinto
tel.: 93 970 05 25
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

João Sampaio
tel.: 22 607 32 49
norte@gdbpi.pt

BOWLING

Rui Duque
tel.: 91 310 44 93
rui.carlos.duque@
bancobpi.pt

Jorge Teixeira
tel.: 91 823 20 57

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

CAMINHADAS

Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45
fatima1958pereira@
hotmail.com

Duarte Cardoso
tel.: 226073246
norte@gdbpi.pt

Rosa Moura
tel.: 226073245
norte@gdbpi.pt

CAMPISMO

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
jorge.henriques.
almeida@gmail.com

CAMPOS DE FÉRIAS

Osvaldo Silva
tel.: 21 723 42 70
sul@gdbpi.pt

CICLOTURISMO/BTT

Luís Remédio
tel.: 93 970 22 32
luis.filipe.remedio@
bancobpi.pt

CORO/ORFEÃO

Carla Pinto
tel.: 93 970 05 25
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

Fernando Barnabé
tel.: 91 476 50 61
fernandojose.barna-
be@gmail.com

Ensaio: quinta-
-feira às 16.00h, em
Lisboa e às 18.00h,
no Porto

CURSOS DE FORMAÇÃO

Sandra Nascimento
sandra.reis.nasci-
mento@bancobpi.
pt

Pilar Batoréu
tel.: 91 710 94 71
pilarbatoreu@
gmail.com

José Caldas
tel.: 22 607 32 45
norte@gdbpi.pt

DANÇAS DE SALÃO

Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45
fatima1958pereira@
hotmail.com

DEFESA PESSOAL

Ana Fortes
tel.: 21 350 54 58
ana.cristina.fortes@
bancobpi.pt

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00
victor.camisao@
gmail.com

EQUITAÇÃO

Carla Pinto
tel.: 939700525
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

ESPECTÁCULOS

Rui Duque
tel.: 933255924
rui.carlos.duque@
bancobpi.pt

Pilar Batoréu
tel.: 91 710 94 71
pilarbatoreu@
gmail.com

ESQUI E SNOWBOARD

Pedro Ferreira
tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferrei-
ra@bancobpi.pt

EXPOSIÇÕES

Sandra Nascimento
sandra.reis.nasci-
mento@bancobpi.pt

Fernando Ferreira
tel.: 96 241 81 80
fsferreira1941@
gmail.com

FOTOGRAFIA

Pedro Ferreira
tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferrei-
ra@bancobpi.pt

FOTOGRAFIA SUBAQUÁTICA

Pedro Ribeiro
tel.: 96 401 4 27
pedro.miguel.ribei-
ro@bancobpi.pt

Carla Siopa
tel.: 21 311 86 72
carla.alexandra.
siopa@bancobpi.pt

FUTEBOL

Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87
mellemcamp@
hotmail.com

Duarte Cardoso
tel.: 22 607 32 46
norte@gdbpi.pt

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

GOLFE

Luís Remédio
tel.: 93 970 22 32
luis.filipe.remedio@
bancobpi.pt

JOGOS DE SALÃO

Luís Remédio
tel.: 93 970 22 32
luis.filipe.remedio@
bancobpi.pt

Pedro Ribeiro
tel.: 96 401 41 27
pedro.miguel.ribei-
ro@bancobpi.pt

Octávio Coreta
tel.: 21 723 42 13
octavio.miguel.core-
ta@bancobpi.pt

Fernando Ferreira
tel.: 96 241 81 80
fsferreira1941@
gmail.com

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

KARTING

Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87
mellemcamp@
hotmail.com

Paulo Santos
tel.: 21 723 44 79
paulo.lourenco.san-
tos@bancobpi.pt

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

MERGULHO

Pedro Ribeiro
tel.: 96 401 41 27
pedro.miguel.ribei-
ro@bancobpi.pt

Carla Siopa
tel.: 21 311 86 72
carla.alexandra.
siopa@bancobpi.pt

MOTOTURISMO

Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87
mellemcamp@
hotmail.com

NATAÇÃO

Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45
fatima1958pereira@
hotmail.com

PADEL E SQUASH

Luís Remédio
tel.: 93 970 22 32
luis.filipe.remedio@
bancobpi.pt

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

PÁRA-QUEDISMO/ PARAPENTE

Pedro Ferreira
tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferrei-
ra@bancobpi.pt

PARCERIAS

Osvaldo Silva
tel.: 21 723 42 70
sul@gdbpi.pt

João Sampaio
tel.: 226073249
norte@gdbpi.pt

Ana Pires
tel.: 22 607 43 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.: 93 348 25 40
david.jose.franco@
outlook.pt

Silva Duarte
tel.: 21 316 58 00
jose.antonio.duar-
te@bancobpi.pt

Francisco Ribeiro
tel.: 226073245
fribeiroc@gmail.
com

Mário Santos
tel.: 915822199
mariosantos090@
gmail.com

RAFTING E CANOAGEM

Pedro Ferreira
tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferrei-
ra@bancobpi.pt

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

RALLY-PAPER

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

João Lopes
tel.: 93 784 46 81
joao.pedro.lopes@
bancobpi.pt

Luís Remédio
tel.: 93 970 22 32
luis.filipe.remedio@
bancobpi.pt

Victor Camisão
tel.: 22 607 43 00
victor.camisao@
gmail.com

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

Francisco Ribeiro
tel.: 22 607 43 00
fribeiroc@gmail.
com

REMO

Pedro Ribeiro
tel.: 96 401 41 27
pedro.miguel.ribei-
ro@bancobpi.pt

SURF

Pedro Ferreira
tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferrei-
ra@bancobpi.pt

TÉNIS

Luís Remédio
tel.: 93 970 22 32
luis.filipe.remedio@
bancobpi.pt

António Rocha
tel.: 91 732 61 39
antonio.rocha
332585@gmail.com

TÉNIS DE MESA

Rui Duque
tel.: 933255924
rui.carlos.duque@
bancobpi.pt

Carlos Galvão
tel.: 91 674 53 73

Fernando Ferreira
tel.: 96 241 81 80
fsferreira1941@
gmail.com

TIRO AOS PRATOS

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

António Costa
tel.: 93 677 97 31
antonio.jose.cos-
ta2@bancobpi.pt

TIRO DE PRECISÃO

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

Carlos Veloso
tel.: 96 520 13 83
carlos.alberto.vital.
veloso@gmail.com

TODO-O-TERRENO

Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87
mellemcamp@
hotmail.com

Garcia Ferreira
tel.: 93 703 29 35
magarciaferreira@
clix.pt

José Caldas
tel.: 22 608 85 44
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

VELA

Pedro Ribeiro
tel.: 96 401 41 27
pedro.miguel.ribei-
ro@bancobpi.pt

VINHOS E SABORES

Pedro Ferreira
tel.: 21 321 37 08
pedro.nunes.ferrei-
ra@bancobpi.pt

VISITAS GUIADAS E LIVRES

Fátima Pereira
tel.: 96 265 40 45
fatima1958pereira@
hotmail.com

João Sampaio
tel.: 22 607 32 49
norte@gdbpi.pt

Duarte Cardoso
tel.: 22 607 32 46
norte@gdbpi.pt

XADREZ

Pedro Ribeiro
tel.: 96 401 41 27
pedro.miguel.ribei-
ro@bancobpi.pt

Jorge Sousa
tel.: 91 747 71 44
jorgefsousa@live.
com

Fernando Ferreira
tel.: 96 241 81 80
fsferreira1941@
gmail.com



JOSÉ CALDAS

[a fechar]

O Grupo Desportivo nas estações do coração

O Outono chegou sem pedir licença, com o seu vento caprichoso e as folhas douradas a dançar sobre as actividades do nosso Grupo Desportivo.

> É o tempo em que o sol se despede mais cedo, mas o espírito de equipa continua aceso, teimoso como sempre. O cheiro a terra molhada mistura-se com o som das nossas actividades desportivas e culturais num ensaio para algo maior: a superação de nós próprios.

No Outono, aprendemos que nem sempre os nossos eventos são perfeitos – há dias de chuva, lama e cansaço. Mas é também nestes dias que se vê o verdadeiro valor de um grupo: aquele que não desiste, que se apoia e que sorri mesmo com as mãos frias e o nariz vermelho.

Também nesta época o Grupo Desportivo participou na semana da saúde, uma iniciativa do Banco BPI, ajudando na respectiva logística e estando presente nos edifícios centrais para o acompanhamento das diversas actividades.

E quando chega o Inverno, o frio não é obstáculo: é desafio. As manhãs geladas testam a vontade, mas a cada sopro de vento há um «vamos lá!» que aquece mais do que qualquer casaco. O Grupo Desportivo transforma o frio em energia, e as tardes cinzentas em oportunidades para crescer, em força, em união e em amizade.

Depois vem o Natal, essa época que faz o coração bater de outro modo. É o tempo de agradecer a todos que fazem parte desta família desportiva, é tempo de celebrar as conquistas alcançadas e reconhecer o esforço daqueles que levam esta marca para além da nossa Sede. As luzes da cidade piscam como se imitassem o brilho nos olhos de quem vê o esforço compensado. O Grupo Desportivo veste-se de festa, de solidariedade e de esperança, com o circo de Natal e a entrega de brinquedos aos filhos dos colaboradores, uma iniciativa da CECA do Banco BPI.

Porque no fundo, o espírito do Natal é o mesmo que move o Grupo durante todo o ano: o espírito de união; compromisso na realização de actividades desportivas, culturais e de lazer. Por isso as nossas actividades podem parar por uns dias, mas a chama do Grupo Desportivo nunca se apaga.

Assim se fecha mais um ciclo, com o frio lá fora, mas com calor cá dentro. Porque no Grupo Desportivo, cada estação é uma lição, e cada época é um novo começo. <

Multienergia Repsol, múltiplas vantagens para si

Descubra tudo o que tem a ganhar ao aderir
aos cartões Solred e Mobilidade elétrica.

Vantagens Cartão Solred para associados



Ganhe acesso à maior rede ibérica.
Cerca de 4.000 estações de serviço - 500 em Portugal.



Produtos de qualidade - aditivos incorporados que
garantem melhor performance das viaturas.



Crédito na lavagem e em aquisição de lubrificantes em qualquer
Estação de Serviço Repsol aderente.



Acesso 24 horas por dia ao terminal exterior nas
Estações de Serviço Repsol.



Pagamento de portagens [comissão de 3% + IVA],
com possibilidade de associação à Via Verde.



Linha de atendimento 24 horas - no caso de roubo ou
extravio de cartão ligue 213 119 107.



Agora até

16

Cênt./Litro



Vantagens Cartão Repsol Mobilidade Elétrica para associados



Energia 100% renovável.



Cartão Repsol Mobilidade Elétrica pode ser utilizado
em todos os pontos de carregamento de
Portugal Continental e Ilhas, da rede Mobi.E.



Linha de atendimento gratuita, através do 800 226 624.
Email de contacto: crc.mobilidade.eletrica.pt@repsol.com



consulte condições aqui



Estas condições não são acumuláveis com eventuais promoções nas Estações de Serviço.

Nas transações prevalecerá o desconto maior pois aplicaremos a regra "the best off".

O valor das despesas efetuadas com o Cartão Solred Frota 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 sua ficha de sócio, disponível no nosso site, em impressos.

GRUPO DESPORTIVO



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.

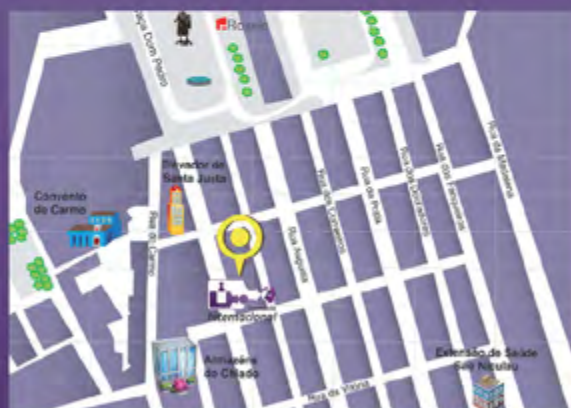
Faça o seu pedido por telefone, fax, email, ou através do nosso site www.farmaciaiinternacional.pt

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

GRUPO DESPORTIVO



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

T 213 241 360
F 213 241 369

farminternacional@yahoo.com

HORÁRIO

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

www.farmaciaiinternacional.pt