

# associativo

REVISTA DO GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL DOS EMPREGADOS DO BANCO BPI



[ n.º 52 | Agosto  
Outubro  
2017 | Trimestral | Distribuição  
Gratuita | [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt) ]

**29**  
Calendário  
de Visitas Guiadas  
2017/2018

**15**  
Convite  
para a Prova  
de Vinhos  
do trimestre

**23**  
*Réveillon*  
em Albufeira

**38**  
Pelos pontes  
da serra  
de Sintra

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



### Adira ao Cartão SOLRED e beneficie de ainda mais vantagens:

- > **Crédito médio de 30 dias, sem qualquer custo;**
- > Acesso à maior rede ibérica de postos de combustível – mais de 4000 postos de abastecimento.  
A segunda rede a nível nacional: cerca de 420 postos.  
Forte presença nos Açores e na Madeira;
- > Cartão isento de anuidade;
- > **Desconto de 0,070 euros/litro, na aquisição de combustíveis simples REPSOL em Portugal;**
- > **Desconto de 0,090 euros/litro, na aquisição de combustíveis aditivados REPSOL em Portugal;**
- > Desconto de 0,012 euros/litro, na aquisição de combustíveis REPSOL em Espanha;
- > **Produtos de qualidade – aditivos incorporados que garantem melhor performance das viaturas;**
- > Crédito na lavagem e na aquisição de óleos em qualquer posto REPSOL aderente;
- > Acesso 24 horas por dia, ao terminal exterior nos postos de abastecimento REPSOL;
- > Pagamento de portagens (acrescendo comissão de 3% + IVA), com possibilidade de associação à Via Verde;
- > **Gestão de *plafonds* à medida – só consome até onde quiser, em cada mês;**
- > Emissão de talão em cada pagamento, com discriminação de: número do cartão, local, data e hora de aquisição, tipo de combustível adquirido, quantidade e valor;
- > Linha de atendimento 24 horas, no caso de roubo ou extravio de cartão ligue 800 207 831.

Estas condições **não são acumuláveis com eventuais promoções** nos postos de abastecimento.  
**Nas transações prevalecerá o desconto superior** porque o sistema REPSOL está preparado para fazer **"the best of"**.

O valor das despesas efectuadas com o Cartão SOLRED será deduzido no mês seguinte ao da sua realização, aquando do crédito do seu vencimento. Se ainda não aderiu, preencha e envie-nos hoje mesmo o seu pedido, utilizando a ficha de sócio, disponível no nosso *site* na internet, em <impressos>.

[ editorial ]

## Mais Grupo Desportivo

O Grupo Desportivo vai lançar um novo suporte informativo, de periodicidade mensal, uma *newsletter*, com a tradicional qualidade com que se tem apresentado aos sócios, no início de cada mês e que tem como objectivo lembrar as actividades disponíveis no período.

> O Grupo Desportivo acaba de comemorar o seu XVII aniversário no Casino Estoril acompanhado por mais de 250 associados, familiares e amigos, que se deslocaram, uns de mais longe, outros de mais perto, uns do Norte e outros do Sul, o que demonstra bem a sua vitalidade, que advém do dinamismo com que a Direcção tem procurado interessar os sócios na participação da vida do Grupo Desportivo com a oferta permanente de muitas, novas e velhas, actividades.

A este facto não será alheia a constante, mas progressiva, modernização do Grupo, que se situa num patamar apreciável de desenvolvimento informático, permitindo e incentivando a interacção com os sócios. Hoje – e nunca é de mais falar nisso! – todos os nossos associados têm a sua área pessoal, e nela, a informação de que necessitam, quer seja para se inscrever numa actividade, ou para obter o extracto mensal ou outra informação relevante.

Também não será alheia a política de parcerias que tem sido seguida pelo Grupo Desportivo, e que permite aos sócios beneficiar integralmente das condições negociadas

ou oferecidas, como, por exemplo a recente alteração negociada com a Repsol que permite que os nossos associados beneficiem de um desconto de 9 cêntimos por litro de combustível aditivado, ou o acordo com a Remax que permite poupar até 3000 euros, ou mais, na compra, venda ou arrendamento de habitação, ou ainda o acordo com a Farmácia Internacional que permite poupanças de até 50% no valor a pagar por medicamentos.

O Grupo Desportivo vai continuar a percorrer este caminho, procurando, no entanto, encontrar novas soluções que possam ajudar os sócios, não só com os benefícios que podem obter pelo facto de serem sócios, mas também ajudá-los a não se esquecerem das inúmeras iniciativas que mensalmente estão à sua disposição.

Para isso o Grupo Desportivo vai lançar, já no próximo mês de Setembro, um novo suporte informativo, de periodicidade mensal, uma *newsletter*, com a tradicional qualidade com que se tem apresentado aos sócios, no início de cada mês, e que tem como objectivo lembrar as actividades desse período.



OSVALDO SILVA

[DIRECTOR]

Esta informação vai chegar a casa dos sócios por *e-mail* ou SMS. Será, assim, de todo conveniente que, se ainda não o tiver feito, actualize os seus dados na sua área pessoal, ou no-los faça chegar por e-mail pessoal ou telemóvel. Estamos sempre à sua espera na secretaria do Grupo.

No passado recente, entre muitas outras propostas, estivemos na festa da cereja na aldeia de Alcongosta, festejámos o S. João, realizámos o *rally-paper*, percorremos os passadiços do Paiva, passámos por Toledo, Trujillo e Guadalupe, subimos o Douro e começámos a trabalhar no *rally-paper* de 2018. No futuro próximo aceite o nosso convite para a prova dos vinhos do trimestre, viaje e tire fotografias no *Galeão do Sal*, vá ao Minho e participe na grande noite da desfolhada, festeje o S. Martinho, visite no Palácio Pimenta, as Máscaras e devoções Mexicanas, responda ao inquérito que lhe propomos e ganhe prémios.

Estamos no período alto das férias: se já as gozou, então bom trabalho; se não, então boas férias; se já está de férias, então continuação de boas férias.

Boas Férias





## ÍNDICE

### EDITORIAL 03

### CALENDRÁRIO 05

### VIDA ASSOCIATIVA 06

- 06 Assembleia Geral Ordinária
- 07 Açores, Terceira e S. Miguel
- 07 Passeio à quinta-feira a Ílhavo
- 08 Exposição dos trabalhos artísticos
- 08 Trilho das Poldras
- 09 Trilho do Vale do Tua
- 09 Viagem aos Balcãs
- 10 Festa da cereja na aldeia de Alcongosta
- 11 XVII Aniversário do Grupo Desportivo
- 11 Aniversário do Grupo Desportivo
- 12 S. João (espetacular) no Porto
- 12 O S. João do Porto
- 13 *Rally-Paper* por terras do Alvão
- 14 Toledo, Trujillo, Aranjuez e Guadalupe
- 14 Passadiços do Paiva
- 15 Ludopolis – Festival dos Jogos e da Diversão
- 15 Convite para a Prova de Vinhos do trimestre
- 16 Vinhos medalhados. Segredos bem guardados
- 18 Expedição fotográfica no *Galeão do Sal*
- 19 Desfolhada no Minho
- 20 S. Martinho e a Feira do Cavalo na Golegã
- 21 Máscaras e devoções mexicanas
- 22 Quem quer quentes e boas... quentinhas?
- 23 Passagem de Ano no Algarve

### CULTURA 24

- 24 Sumo da longa vida
- 25 O Orfeão Portuscale em notícia
- 25 Notícias do Grupo Coral
- 26 Reformei-me. E agora?
- 26 Lua de Navegantes
- 27 Noite das bruxas
- 28 *Workshops* de maquilhagem profissional
- 29 Calendário de Visitas Guiadas 2017/2018
- 30 «Madonna», exposição no MNAA
- 30 Grande Oriente Lusitano
- 31 Teatros de S. Luiz e da Trindade
- 32 Em Cartaz

### DESPORTO 33

- 33 Vitalis Kids Challenge – 2.ª etapa
- 34 Corrida da Mulher no Porto
- 34 Corrida de S. João no Porto
- 35 Maratona de Edimburgo
- 35 Meia-Maratona do Douro Vinhateiro
- 36 XVI Corrida do Oriente
- 36 Uma época memorável
- 37 Terminou o Campeonato de Basquetebol do Inatel Lisboa
- 37 Carrega BPI
- 38 Ecopistas do Dão e do Vouga
- 38 Pelas pontes da serra de Sintra
- 39 Castelo de Palmela à vista
- 39 Subida ao penedo da Amizade, em Sintra
- 40 Fotografia subaquática em “maré” alta!
- 40 Encerramento dos Jogos de Salão
- 41 500 Milhas da Batalha
- 41 Baptismos subaquáticos
- 42 Open da Flor de Laranjeira
- 42 1.º Open Padel Corporate
- 43 3.ª Prova de Rio em Coruche
- 43 O campeão é o Fernando Custódio
- 44 Pesca de alto mar
- 44 Retrospectiva da época de ténis de mesa
- 45 Final regional do CIT no Campo de Tiro O Pinhal
- 45 Final Nacional do CIT no Campo de Tiro de Viseu

### FÉRIAS E VIAGENS 46

- 46 Calendário de Viagens 2017
- 47 Nova Iorque
- 49 Cruzeiro Explorar o Mediterrâneo e Marrocos
- 51 Encontro de reformados em Salamanca  
Por aqui passou Portugal
- 54 Colômbia
- 58 Viagens *City Breaks*
- 62 Apartamentos em *allotment*
- 64 Apartamentos
- 65 Turismo rural

### PARCEIROS 68

### CONTACTOS 69

### A FECHAR 70

## PRINCIPAIS CADERNOS

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

## FICHA TÉCNICA

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

**N.º de Contribuinte:** 505 065 681

**Director:** Osvaldo Silva

**Grafismo:** Nuno Costa

**Revisão:** Luís Alho

**Secretariado:** Elsa Teixeira

**Colaboradores desta Edição:**

Adolfo Rocha, Amábilis Queirós, Antero Duarte, António Rosa, António Vale (Fotografia), Artur Ribeiro, Carlos Galvão, Dina Costa, Emília Maia, Fátima Pereira, Fernando Almeida, Fernando Carvalho, Fernando Ferreira, Fernando Guedes, Francisco Barata, Francisco Sarrasqueiro, Gabriela Marques, Jorge Pinto, José Duarte, Luís Remédio, Luísa Correia, Manuel Correia, Maria Brandão, Mário Leite, Miguel Chaves, Osvaldo Silva, Paulo Godinho, Pedro Ferreira, Pedro Santos, Pilar Batoréu, Rafael Franco, Raul Soares, Reis Almeida, Ricardo Paes, Rogério Pinto, Rui Costa, Rui Duque, Rui Simplicio, Sandra Nascimento, Silvína Rocha, Silvíno Figueiredo, Teresa Mónica

**Imagem da Capa:** Calendário de Visitas Guiadas 2017/2018

**Expedição:** Jorge Almeida

**Concepção, Edição e Publicidade:**

Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI

**Periodicidade:** Trimestral

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

**Impressão:** Jorge Fernandes, Lda.

**Tiragem:** 12 500 exemplares

**Depósito Legal:** 213139/04

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

**Redacção**

Rua Almirante Barroso, 32-RC  
1000-013 Lisboa

**Telefone:** 21 723 42 70

**Fax:** 21 723 43 28

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

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

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

> **Vá ao teatro.** Consulte o «Em Cartaz»

> Máscaras e devoções mexicanas – **visite e participe**

## > Agosto

12

Campo de férias Costa Vicentina em bicicleta

12

Trail nocturno Lagoa de Óbidos

## > Setembro

01

Viagem a Nova Iorque

02

Visita guiada “Madonna” em exposição no MNAA

02

Campeonato Interno Regional Norte de Rio – 6.ª prova em Ílhavo

09

Caminhada Lua de Navegantes

09

Campeonato Interbancário de Rio – Final Nacional na Pista da Talagueira

09

Meia Maratona de S. João das Lamas

16

Expedição fotográfica no *Galeão do Sal*

17

Corrida do Aqueduto

17

Meia Maratona Sport Zone

17

Caminhada pelas pontes da serra de Sintra (inscrição grátis)

19

Reformei-me. E agora?

23

X Campeonato Interbancário do SBN de Surfcasting – Final Nacional em Consolação

23

Marginal de Matosinhos à noite

25

Cruzeiro Explorar o Mediterrâneo e Marrocos

27

Convite para a prova de vinhos do trimestre

29

Workshop – Cuidados para ter uma pele saudável

30

Campeonato Interno Regional Norte de Mar – 7.ª prova em Peniche

## > Outubro

01

Gulbenkian Música

05

Encontro de reformados em Salamanca

06

Workshop – Potencie a sua imagem

07

Desfolhada no Minho

07

XXXVIII Campeonato Interbancário do SBN de Mar – Final Nacional em Peniche

08

Campeonato de Karting – Fafe II

08

Meia-Maratona Ribeirinha da Moita

13

Workshop – A beleza provoca reacções positivas

14

Visita guiada Grande Oriente Lusitano

15

Caminhada Castelo de Palmela à vista (inscrição grátis)

15

Rock'n Roll Maratona de Lisboa

29

20 km de Almeirim

29

Campeonato de Karting – Amorosa II

31

Caminhada Noite das Bruxas

## > Novembro

05

Maratona do Porto

11

Quem quer quentes e boas... quentinhas?

11

Trail do Zêzere

11

S. Martinho e a Feira do Cavalo na Golegã

12

Caminhada Subida ao penedo da Amizade em Sintra (inscrição grátis)

12

Meia-Maratona da Nazaré

16

Viagem à Colômbia

17

Assembleia Geral Ordinária (Orçamento e Plano de Actividades)

18

Visita guiada aos teatros de S. Luiz e da Trindade

---

# Assembleia Geral Ordinária

## Convocatória

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 Sá da Bandeira, 70, na cidade do Porto, pelas 17.30 horas do dia 17 de Novembro de 2017, com a seguinte

## Ordem de Trabalhos

1. Discutir e deliberar sobre o Orçamento e Plano de Actividades para o ano de 2018;
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 Agosto de 2017

**O Presidente da Mesa da Assembleia Geral**



(Artur Manuel Oliveira Ribeiro)

**Nota:** Os elementos a discutir na Assembleia Geral – Orçamento e Plano de Actividades – encontram-se à disposição dos sócios para consulta nas instalações do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI sitas na Rua de Sá da Bandeira, 70, no Porto, e na Rua do Almirante Barroso, 32-r/c, em Lisboa.

## Açores, Terceira e S. Miguel

À medida que o tempo passava foi-se fortalecendo o conhecimento mútuo, que no final era já de uma amizade franca, pelo são convívio que se estabeleceu.

Por Rogério Pinto

> A obrigação de estar no aeroporto às três e meia da matina fez parecer que o dia nunca mais acabava. E, na verdade, não havia necessidade. O pessoal que nos iria fazer cumprir as formalidades de embarque só começou a chegar por volta das 4 horas.

Chegados a Lisboa, o primeiro contacto com os colegas do Sul. Ao aterrarmos nas Lajes já se cavaqueava com fluidez entre os membros do grupo que foram vizinhos de viagem. Previa-se uma boa coesão entre todos os colegas. E isso veio, na realidade, a acontecer. O mérito deve-se a todos sem excepção.



Uma palavra de apreço para os guias, quer para a simpática acompanhante de toda a viagem quer para os guias locais que, na Terceira e em S. Miguel, tão bem nos transmitiram os seus bons conhecimentos sobre aquelas lindas e prenda-das terras.

O programa que parece ter agradado a todos foi-se cumprindo com as ligeiras e necessárias adaptações e com o assentimento geral dos participantes. À medida que o tempo passava foi-se fortalecendo o conhecimento mútuo, que no final era já de uma amizade franca pelo são convívio que se estabeleceu.

Assim, apesar do sacrifício maior do primeiro dia, o final foi, como costuma ser quando se fazem novos amigos, de alguma saudade que será compensada pelos testemunhos fotográficos e outros, que cada um colheu durante a viagem.

Venham outras ilhas daquele lindo e tão português arquipélago! <

## Passeio à quinta(-feira) a Ílhavo

À hora marcada, lá estávamos todos no ponto de encontro, para mais um passeio à quinta(-feira), desta vez à bonita cidade de Ílhavo.

Por Raul Soares

> Saímos do Porto em direcção ao Museu Marítimo, em Ílhavo, onde ouvimos as explicações do guia, vendo tudo o que se relacionava com a faina do mar, principalmente com a pesca do bacalhau nos mares da Terra Nova e da Gronelândia, desde outros tempos até aos nossos dias.

Vimos também os bacalhaus que estão num aquário, inaugurado em 2013, e por fim deliciámo-nos com a exposição de uma magnífica colecção de conchas.

Seguiu-se o almoço num restaurante local.



De tarde, fomos à fábrica da Vista Alegre, onde, além das famosas porcelanas e cristais, pudemos ver *in loco* as meticolosas pinturas manuais que são feitas em peças, algumas únicas, que depois são vendidas para palácios, coleccionadores, etc.

À Vista Alegre já foram atribuídos vários prémios internacionais, e em 1964 foi inaugurado o Museu Vista Alegre.

Visitámos ainda a Capela de Nossa Senhora da Penha de França (Vista Alegre), do séc. XVII e que é monumento nacional desde 1910.

Antes do regresso, demos um salto à Costa Nova para tirar umas fotos aos palheiros, casas coloridas com riscas verticais e horizontais.

E assim terminámos um dia bem passado, soalheiro, com muita alegria e alguma cultura. <

## Exposição dos trabalhos artísticos

Terminou outro ano lectivo e foi altura de se organizar mais uma exposição, que neste ano decorreu de 26 a 30 de Junho.

Por Sandra Nascimento



> Queremos começar por referir que esta exposição é possível só graças à ajuda preciosa de todos os professores e alunos que frequentam as aulas nas nossas instalações da Almirante Barroso.

Sem eles realmente não conseguiríamos fazê-lo, e por esse motivo queremos agradecer toda a atenção e empenho.

A cada ano que passa tem havido um acréscimo no número de peças expostas, e as técnicas são também cada vez mais variadas, o que gera um redobrado interesse por parte dos visitantes.

No dia da inauguração, contámos com a actuação da Tuna da Universidade Sénior da Reboleira – da qual fazem parte



algumas colegas –, que cantou e tocou no cavaquinho algumas canções que foram muito aplaudidas.

Depois houve lugar a um beberete oferecido pela Direcção do Grupo Desportivo, muito bem servido e com excelente qualidade.

Os inúmeros visitantes presentes na exposição apreciaram as diversas obras expostas, que mereceram muito boas críticas.

Se quiser participar nos nossos cursos de formação artística, poderá ainda inscrever-se para o ano lectivo de 2017/2018, até 15 de Setembro. Poderá consultar toda a informação no *Associativo* n.º 51, bem como no nosso *site* [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt).

## Trilho das Poldras

As poldras são um carreiro de pedras, disposto num curso de água de modo a poder-se atravessá-lo a pé enxuto.

Por Reis Almeida



> Como habitualmente, saímos às oito horas da Praça Francisco Sá Carneiro com destino a Fataunços, no concelho de Vouzela.

Em Fataunços, junto à capela, no largo de Sto. António, foi o encontro com a guia que nos aguardava, gentilmente cedida pela Câmara Municipal de Vouzela, e a partir daí fomos seguindo as marcações do percurso em direcção ao Largo de S. Carlos, o local referenciado como o ponto de início do percurso.

As poldras são um carreiro de pedras que está disposto num curso de água de modo a poder-se atravessá-lo a pé enxuto. Não houve nenhuma queda a registar, o local é de grande beleza, e a travessia torna-se um pequeno divertimento.



Uma das partes mais bonitas do percurso é o caminho logo a seguir, cheio de musgo verde, com lajes enormes.

Aqui chega-se ao local onde há uma bifurcação no caminho. Optámos pela alternativa 1.

Seguimos para a ponte Pedrinha.

Ponte Pedrinha à primeira vista não parece nada de especial, mas, ali em baixo, quase escondida pela ponte nova, existe uma ponte medieval, sobre a ribeira de Ribamá.

Continuámos pela estrada, e cerca de 100m adiante virámos à esquerda para um caminho florestal.

Voltámos ao trilho, seguindo para a zona da Igreja de Fataunços.

Era chegada a hora do almoço.



## Trilho do Vale do Tua

Às 18.00h do dia apazado, porque a pontualidade é muito bonita, arrancámos a caminho de Mirandela, onde jantámos e pernoitámos.

Por Antero Duarte

> Manhã cedo foi o despertar, para, após o pequeno-almoço, nos dirigirmos à povoação de Abreiro – distante ainda alguns quilómetros –, onde nos esperavam os guias desta nossa caminhada por terras transmontanas.

Feitas as apresentações e um ligeiro aquecimento muscular, demos início à caminhada, não pelo vale do Tua, como previamente anunciado, mas, sim, montanha acima até ao miradouro do vale do Tua, onde nos esperava uma paisagem soberba que nos fez esquecer o esforço da subida e onde nos detivemos por uns minutos a apreciar tanta maravilha.

Daqui, e após uma ligeira descida, começámos nova subida em direcção a um outro morro, bem mais alto: o miradouro de Santa Catarina.

Chegados ao cimo desta montanha, todo o esforço e cansaço da subida desapareceram perante tanta e tão grande maravilha que com uma vista de 360° se



podia observar por quilómetros e quilómetros.

Após largos minutos de contemplação, iniciámos a descida em direcção a Abreiro, já que de uma caminhada circular se tratava, havendo ainda tempo para uma breve visita ao Museu Dr. Adérito Rodrigues e a um lagar de azeite biológico, onde fomos brindados com uma prova de azeite, por todos muito apreciada.

Fomos para o almoço, e, após este, regressámos de alma cheia ao Porto.

Portugal tem coisas tão belas e majestosas!

## Viagem aos Balcãs

Dia 11 de Junho, 4 horas da manhã, a caminho do aeroporto, 47 companheiros de viagem "fixes", bons hotéis, guias e motorista 5 estrelas.

Dia 18 de Junho, 4 horas da madrugada a caminho do aeroporto, para o regresso.

Por Maria Brandão

> Começámos por Zagreb, com a Catedral da Assunção da Virgem Maria e Santo Estêvão, Porta de Pedra, Igreja de S. Marcos, etc.

No dia seguinte foi a vez de Serajevo, na Bósnia e Herzegovina. Na capital destaca-se o edifício da Câmara, a Ponte Latina, o Museu do Túnel de Guerra, a mesquita e as igrejas Católica e Ortodoxa.

Ao 3.º dia explorámos Mostar, a Ponte Velha reconstruída em 2014 e o centro histórico, património da Unesco.

De tarde fomos para Dubrovnik, de novo na Croácia. Aqui são famosas as muralhas, a catedral, o Palácio do Reitor e o passeio pedonal de Stradun.

No 4.º dia visitámos Kotor, no Montenegro, e regressámos à Croácia ao fim da tarde.



Visitámos Split, com o Palácio de Diocleciano e o Teatro Nacional. Seguiram-se Trogir, com a Cidadela de Kamerlengo e a Torre de São Marcos, e Zadar, com o extraordinário Órgão do Mar e a Igreja de São Donato.

No 6.º dia foi a vez dos famosos lagos Plitvice. É ir para crer: uma maravilha com lagos, cascatas e vegetação sem par. De tarde seguimos para a Eslovénia, e em Ljubljana admirámos o castelo, as 3 pontes, a catedral, etc.

No 7.º dia foi a vez de Bled – o castelo e o lago onde navegámos numa espécie de gôndola. Seguiram-se as grutas de Postojna, com as estalactites e as estalagmites, onde entrámos e saímos de comboio.

Ao oitavo dia regressámos.



# Festa da cereja na aldeia de Alcongosta



Em 10 de Junho de 2017, pelas oito horas, na cidade do Porto, um grupo de exploradores culturais, do Grupo Desportivo do BPI, comandados pelo capitão Ribeiro e pelo seu imediato Fernando, embarcou numa nau, à descoberta de aldeias históricas.

Por Silvano Figueiredo

> Linhares da Beira era o primeiro ponto na rota. Navegaram, na sua nau de quatrocentas e vinte velas, por oceanos de boas auto-estradas, mas depois por outras, estreitas, preparadas para um ou dois cavalos, não dos quatrocentos e vinte que puxavam a pesada nau, exigindo boa navegação entre recifes de curvas e contracurvas para chegada a bom porto, onde os exploradores, logo desembarcados, capturavam, em fotos, o património edificado, imaginando a vida do povo; cristãos e judeus, daquelas ruas estreitas, ligados à prestação de serviços à volta da sachola e da enxada nos amanhos da terra, única seiva que lhes garantia a vida, muitas vezes perdida, para a defenderem. Linhares da Beira, com seu castelo, com duas belas torres, imponentes sentinelas sobre férteis terras da Beira interior, merece, sem dúvida, uma visita.

Seguiu-se Folgoso, réplica de Linhares, com permanentes lembranças a Viriato; «Pastor guerreiro destas terras», lê-se numa placa de rua. Ao evocar Viriato, aqui registo O Albertino, com o seu serviço de cinco pratos e quatro sobremesas, tudo acompanhado por música, não de cítara romana, mas, sim, dum acordeão português. Foi um festim romano! Um safari fotográfico, por ruas e típicas casas, que já viram milhões de olhares de espantos, desgastou calorias.

Depois, por sinuosas e verdejantes veredas, rumou-se a Belmonte, terra dos Cabrais, que viviam no castelo, onde nasceu o descobridor. O panteão particular dos Cabrais é evidente demonstração da sua influência no reino; exemplo foi a escolha

de um deles para comandar a viagem que levou à descoberta do Brasil, lembrada no Museu dos Descobrimentos. Memórias da forte presença dos judeus aí estão, bem representadas. As partes fazem um todo. Por parte dos exploradores culturais houve um regar, com gratidão, das raízes das terras, recordando «aqueles que por obras valorosas se vão da lei da morte libertando».

Para término do dia rumou-se até à Covilhã, onde o excelente hotel Pura Lã os aguardava para um bom jantar, motivo para mais um bom convívio e serena noite de descanso para a escalada, no dia seguinte, até Alcongosta, capital da cereja, onde os exploradores culturais foram os primeiros a subir as estreitas ruas, encosta acima, em ambiente festivo, ladeadas de tendas que abrigavam a venda do tentador fruto, comprado em caixas, às dezenas.

Depois, Alcongosta abaixo, rumou-se a Sortelha, para a visitar e regressar ao porto de partida, mas antes houve o almoço no Celta, em Sortelha, e depois este “poema” foi lido aos presentes.

## Foi à balança

Num restaurante/ no Celta/ a uma mesa sentado/ um corpo tem/ sempre/ a certeza da incerteza da comida que vem/ e como vem/ que/ depois de chegada/ é saboreada/ No final não sabe dizer se lhe soube bem/ não sabendo se foi disto ou daquilo/ só sabe que/ após sair da mesa/ e de ir à balança/ que pesa mais um quilo! Os amigos dizem-lhe que encheu a pança!!!

O final da narrativa fica com o que exarou este escriba.

## XVII Aniversário do Grupo Desportivo

Mais uma vez o Grupo Desportivo está de parabéns, pela escolha bem conseguida e por ter proporcionado um momento de convívio e de lazer inexcelável.

Por Gabriela Marques



> No dia oito de Julho festejou-se mais um aniversário do Grupo Desportivo, no Casino Estoril, com a presença de mais de 250 associados, que se deslocaram do Sul e do Norte, num convívio salutar e amigável.

Pelas 19.30 horas, foram servidas bebidas, o que permitiu que o convívio e as conversas se prolongassem. De seguida fomos encaminhados para o Salão Preto e Prata, onde decorreriam o jantar e o espectáculo. O repasto, bem composto, não desiludiu e deixou todos ainda mais bem-dispostos.

O espectáculo, produzido por Filipe La Féria, é inspirado no livro de Júlio Verne, protagonizado por João Baião, mas com um elenco que integra actores, dançarinos acrobáticos e cantores, destacando-

-se ainda os elementos cénicos, mas essencialmente de guarda-roupa.

A aventura começa no Estoril glamoroso do séc. XIX e ao longo dos tais 80 minutos efectuámos um périplo por Espanha, França, Inglaterra, Pólo Norte, Itália, Rússia, China, Índia, África, Brasil, Argentina, Cuba e Nova Iorque, culminando com o Sr. Fogg, acompanhado do seu criado Passepartout, a conseguir o seu intento e a ganhar a aposta.

O cunho pessoal de João Baião está presente em todo o espectáculo, homem de palco e artista por excelência.

Mais uma vez o Grupo Desportivo está de parabéns, pela escolha bem conseguida e por ter proporcionado um momento de convívio e de lazer inexcelável.

Bem-hajam.



## Aniversário do Grupo Desportivo

A perspectiva (em verso) de um associado do Norte

Por Emília Maia

> O Grupo Desportivo comemorou o 17.º aniversário no Casino Estoril e contou com um número elevado de associados do Norte e do Sul.

Os sócios que se deslocaram do Norte usufruíram de um programa bem elaborado que complementou o convívio do Casino com um passeio, no dia seguinte, por Lisboa e até ao Bombarral, antes do regresso ao Porto.

Obrigado pelo passeio que foi Muito Bom!



Os Sócios do Norte e do Sul,  
O Grupo Desportivo, no Casino do Estoril juntou  
Para seu aniversário festejar!  
Brindou-nos com um agradável jantar  
E um belo espectáculo, que muito agradou  
Depois de uma noite de descanso  
Uma boa surpresa não faltou  
A visita panorâmica da cidade de Lisboa  
Com uma paragem em Belém para vislumbrar

Rumo ao Bombarral, a paisagem da pêra-rocha encantou  
E depois do almoço, a grande surpresa do dia voltou  
Pois aos jardins do Éden, o Grupo Desportivo nos levou

De comboio, os gigantes budas observámos  
A pé, os lagos e as imensas obras de arte admirámos

E deste grupo de sócios fantásticos sempre a sonhar  
Fica a promessa de a um próximo evento não faltar!

## S. João (espectacular) no Porto

Um cenário magnífico foi o que encontrei no final da tarde de 23 de Junho, na ribeira de Gaia. E o *Pirata Azul* lá estava à espera de um grupo onde eu estava integrada.

Por Silvína Rocha

> Conhecia apenas duas pessoas desse grupo, mas rapidamente me senti muito bem acolhida por todos os convivas. Um sorriso em jeito de “boas-vindas”, um comentário sobre a paisagem, uma observação sobre a novidade que estava a viver – foram diversas as manifestações de simpatia e cordialidade, que anunciavam uma noite bem divertida e em excelente companhia.



Depois das entradas, ao jantar foi servida a típica sardinha assada, acompanhada de batata cozida, broa e pimentos, menu aconchegado, depois, com um caldo-verde, terminando com uma saborosa sobremesa. Tudo isto em movimento, entre as 6 pontes, Douro acima, Douro abaixo, com a Invicta e Gaia a espreitar, sorridentes, às janelas do *Pirata*.

Mas a festa ainda ia a meio! Atracados numa das margens, tivemos vista privilegiada do fogo-de-artifício, que iluminou, de múltiplas cores, o céu. Terminado o fogo, a festa prosseguiu, com música ao vivo e muita dança.

Já comemorei muitas festas de S. João, mas esta foi especial! Um bem-haja a todos os presentes pelo acolhimento, pela boa-disposição e pela alegria contagiante! Um bem-haja ao Grupo Desportivo pela forma como tudo estava bem planeado e preparado.

Obrigada e quiçá um até-qualquer-dia! <

## O S. João do Porto

Apesar de ser noite de São João, o São Pedro deu uma ajuda, pois esteve uma noite magnífica

Por Jorge Pinto

> Por iniciativa do Grupo Desportivo fomos dada oportunidade de participar num passeio no rio Douro na noite de São João, e que decorreu na noite de 23 para 24 Junho na cidade do Porto. Importa lembrar que embora não seja o padroeiro, distinção atribuída há nove séculos a Nossa Senhora da Vandoma, é em honra de São João Baptista que se celebra a maior festa popular.

Foi uma experiência única poder desfrutar de um belíssimo cruzeiro pela zona ribeirinha do Porto e de Gaia, e ser presen-

teado com um tradicional jantar de São João, com sardinhas do mar, com muita animação e música.

Com o barco estrategicamente posicionado nas águas do Douro e com um atraso de 17 minutos em relação à hora prevista, segundo consta, por razões de segurança, ao som da música de Salvador Sobral, os céus iluminaram-se e assistiu-se ao famoso fogo-de-artifício, espectáculo de pirotecnia único, que encantou milhares de pessoas.

Apesar de ser noite de São João, o São Pedro deu uma ajuda, pois esteve uma noite magnífica, não fosse considerada a noite mais longa do ano.

Iniciativas como esta são de louvar, pois permitem o convívio saudável entre os colaboradores do Banco BPI no activo e reformados (estes representados em maior número) e os seus familiares.

Aguardando, pois, pelo próximo São João, prometi a mim próprio voltar e ter como companhia e cicerones o João e a Isabel. <



## Rally-Paper por terras do Alvão

O Grupo Desportivo realizou mais um *rally-paper*, uma das suas actividades ex-líbris. Desta vez fomos até Trás-os-Montes e ficámos sediados em Vila Real.

Por Adolfo Rocha

> No sábado, durante a manhã, realizámos um percurso de cerca de 50 km, que nos levou até ao Pena Parque Aventura, em Ribeira de Pena. Durante o percurso pudemos desfrutar de algumas das maravilhosas paisagens do Parque Natural do Alvão. Visitámos uma tasquinha típica da zona, onde servem uns petiscos espectaculares.

Após a chegada ao Parque Natural fomos servidos o almoço onde estavam incluídos os famosos milhos, um prato típico da região. Durante a tarde, fomos convidados a participar em algumas provas de “destreza física”, tais como minigolfe, *paintball*, tiro com arco, percurso em *segway*, entre outras.

No dia 30, domingo, demos um passeio de autocarro, visitámos Boticas, o Parque Natural de Boticas e o centro histórico de Ribeira de Pena. Em Boticas visitámos o centro da cidade, o Centro de Artes Nadir Afonso, e quem quis experimentou o famoso mata-bicho da zona, que no nosso caso foi figos com mel e um copo de bagaço.

O Grupo Desportivo levou-nos a almoçar a um local fantástico, que além da paisagem nos agraciou com um almoço de “arromba”, quer em quantidade, quer em qualidade.

Durante a tarde visitámos a famosa ponte de arame em Ribeira de Pena, e

no centro histórico visitámos a igreja e a escola-museu.

Durante o jantar o Grupo Desportivo apresentou a classificação das provas prestadas no dia anterior, e entregou os respectivos prémios.

Tivemos a surpresa de existirem 26 últimos lugares. A maioria dos participantes gostou desta forma de classificação, embora os primeiros concorrentes chamados a receber o vigésimo sexto lugar tivessem ficado decepcionados por o seu número ter saído no sorteio por essa ordem!

Para memória futura deixo o *top ten* da classificação:

Primeiro lugar: inscrição 123, da equipa de Maria de Lurdes Teixeira

Segundo lugar: inscrição 137, da equipa Arrábida Team, de Jorge Miguel Alves

Terceiro lugar: inscrição 149, da equipa de Vasco Manuel Grave

Quarto lugar: inscrição 114, da equipa de Carlos José Amorim

Quinto lugar: inscrição 129, da equipa de Néelson Henriques

Sexto lugar: inscrição 105, da equipa de Pedro Silva

Sétimo lugar: inscrição 136, da equipa de Isadora Alexandra Camacho

Oitavo lugar: inscrição 148, da equipa de José Manuel Santos

Nono lugar: inscrição 140, da equipa Foros de Amora Team, de Paulo Marques Estrela

Décimo lugar: inscrição 109, da equipa de Cláudia Iva Santos

Pudemos comprovar que mais uma vez o Grupo Desportivo primou pela organização, pela simpatia e pelo apoio aos participantes. Como participante, espero que o Grupo Desportivo consiga manter o elevado nível demonstrado ao longo das diversas realizações desta prova, cujo número é já longo.

A prova de 2018 já está a ser trabalhada. Até lá.



## Toledo, Trujillo, Aranjuez e Guadalupe

A vida de turista é muito difícil e cansativa, e neste particular, encalorada. O tempo esteve excelente, mas com temperaturas de até 46 °C durante o dia; às 21.00h ainda andariam pelos 41 °C.

Por Rui Simplício

> A beleza incomparável dos monumentos fez que conseguíssemos suportar as temperaturas adversas, nas visitas a Trujillo, e a Aranjuez, Património Mundial da Humanidade, onde visitámos, entre outros, a Casa do Lavrador, o Museu de Faúas e o Jardim de Paarterre.

No regresso a Toledo, que já foi a cidade mais importante de Espanha, realizámos uma visita nocturna, relacionada com a tradição esotérica e o ocultismo, e assistimos ao fogo-de-artifício pela meia-noite. A catedral é linda, uma das maiores do mundo, e assistimos a uma das festas religiosas mais importantes da Península Ibérica: a procissão do Santíssimo Corpo de Deus.

No regresso a Lisboa e à passagem por Guadalupe, visitámos o Real Mosteiro de Sta. Maria de Guadalupe-, também Património Mundial da Humanidade.

Excelentes foram as despedidas gastronómicas, o jantar em Toledo, e o almoço no convento, em Guadalupe. <



## Passadiços do Paiva

Início muito bom por S. Pedro do Sul. Nos Passadiços do Paiva, admirámos paisagens deslumbrantes ao longo dos 8,7 km que percorremos.

Por Rui Simplício

> Início muito bom por S. Pedro do Sul e partida para as montanhas mágicas, entre os rios Douro e Vouga, abrangendo as serras da Freita, Arada e Arestal, pertencentes ao maciço da Gralheira, e Montemuro.

Fomos ao Bioparque de Carvalhais, na Floresta do Pisão, ao Alto de S. Macário e ao Portal do Inferno e Garra, e degustámos broa com mel e chá.

No dia seguinte, pelos Passadiços do Paiva, admirámos paisagens deslum-

brantes ao longo dos 8,7 km que percorremos. Em seguida fizemos uma visita ao museu das trilobites gigantes, ainda antes do almoço, com a famosa carne arouquesa.

Antes do regresso, mas então já com alguma chuva à mistura, fizemos uma breve passagem pela serra da Freita.

Ainda uma palavra de apreço para o nosso guia, que, enquanto biólogo, nos transmitiu muita informação sobre a floresta. <



## Ludopolis – Festival dos Jogos e da Diversão

Claro que marcámos presença. Foram disponibilizados cerca de 1000 jogos organizados em 6 aldeias lúdicas. Muitos foram aqueles que compareceram, aproveitando o enorme desconto que fizemos no preço dos ingressos.

Por Osvaldo Silva



> O Festival Ludopolis é um evento pioneiro em Portugal que pretende divertir e unir as pessoas através de um vasto conjunto de experiências lúdicas, tão enriquecedoras quanto saudáveis, concebidas para todos os gostos e idades!

Os organizadores procuram dar a conhecer as novidades do mundo, os jogos mais tradicionais e antigos, e estabelecer pontes entre a aprendizagem e a diversão, que permitam o enriquecimento de todos, oferecendo experiências recreativas novas, diferentes e muito divertidas, independentemente da idade, do género ou dos gostos de cada um.

Foram disponibilizados cerca de 1000 jogos organizados em 6 aldeias lúdicas: Aldeia dos Jogos de Sociedade, Aldeia dos Jogos de Construção, Aldeia dos Jogos Populares, Aldeia das Crianças,



Aldeia Multimédia e Aldeia dos Jogos Desportivos.

Depois do desafio que na última edição do *Associativo* lançámos, muitos foram aqueles que compareceram, aproveitando o enorme desconto que fizemos no preço dos ingressos, e muitos foram os que aproveitaram a presença do nosso Food Truck para lhe fazer uma visita.

No próximo ano haverá nova edição, e certamente que o Grupo Desportivo lá estará, para ajudar a proporcionar momentos de boa-disposição a miúdos e graúdos. <

## Convite para a Prova de Vinhos do trimestre

Se não é sócio do Grupo Desportivo, mas acha o convite interessante, por favor contacte a Secretaria do Grupo Desportivo.

Por Pedro Ferreira

**Realização:** 27 de Setembro  
**Inscrição até:** 20 de Setembro  
**Ponto de encontro:** Rua do Almirante Barroso, 32-6.º (à Estefânia)  
**Hora:** das 18.00h às 20.00h  
**Valor:** gratuito  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** gratuito  
**Inscrição inclui:** prova de vinhos comentada pelo enólogo  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>; participantes com idade igual ou superior a 18 anos; limitado a um número mínimo de 10 e máximo de 30 participantes  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo



> No âmbito da nossa rubrica de «Vinhos e Sabores» e em articulação com a nossa proposta trimestral de «Vinhos medalhados, segredos bem guardados», o Grupo Desportivo vai passar a dar oportunidade aos sócios de provarem alguns dos vinhos da oferta trimestral, acompanhados dos enólogos e com a possibilidade de compra dos vinhos eleitos, com desconto, no local.

Este convite é gratuito e limitado às primeiras 30 inscrições. Obtenha o seu convite. Inscreva-se na sua área pessoal, ou contacte o Grupo Desportivo.

Consulte a nossa oferta trimestral. <

## Vinhos medalhados. Segredos bem guardados



Imagem da capa da *Revista de Vinhos*

São vinhos de pequenos produtores não disponíveis nos grandes circuitos comerciais e com uma média de 20% de desconto abaixo do preço de distribuidor.

Por Pedro Ferreira

> E desta vez vamos convidar os sócios para uma sessão de prova, em Lisboa, de alguns destes néctares para comprovarem a nossa escolha! Com esta oferta pode ainda adquirir uma assinatura anual da *Revista de Vinhos* com 20% de desconto!

Para este trimestre escolhemos projectos novos, vinhos excepcionais com aromas e sabores particulares, para nos fazer pensar no efeito *terroir* e no clima que molda muitos vinhos. Aroma a pimentos verdes? Tabaco? Especiarias? Balsâmicos ou frutos do bosque? <

### Como encomendar:

#### Reservas:

Por *email* para [sul@qdbpi.pt](mailto:sul@qdbpi.pt), indicando os vinhos da sua preferência, quantidade e local de recolha

#### Encomendas mínimas e entregas

As encomendas são entregues no prazo máximo de 10 dias úteis.

Entregas em território nacional, excepto Grande Lisboa: acima de 50 euros o Grupo Desportivo entrega em casa do sócio (indicar morada no acto da encomenda). Para valores de encomenda inferiores, pode levantar os seus vinhos nas instalações do Grupo Desportivo de Lisboa ou Porto. Zona da Grande Lisboa: entrega em casa do sócio para encomendas acima de 6 garrafas independentemente do valor. Encomendas de menos

de 6 garrafas, o valor mínimo de encomenda são 25 euros. Consulte o local de recolha em [www.qdbpi.pt/main.asp?id=50](http://www.qdbpi.pt/main.asp?id=50)

O Grupo Desportivo dá-lhe ainda oportunidade de adquirir uma assinatura anual da que é considerada a mais completa revista de vinhos em Portugal, com 20% de desconto face ao preço de capa.

**Preço:** 45 euros  
**Sócios:** 36 euros (12 números)



## Proposta trimestral Grupo Desportivo

### Dona Paterna Branco 2016 – DOC Vinhos Verdes

**Preço:** 10,25 euros  
**Sócios:** 8,90 euros  
**Notas de prova\*:** cor palha com aroma a fruta branca, flores secas e notas herbáceas. Fresco, amplo e equilibrado na boca  
**Castas:** 100% Alvarinho  
**Prémios:** Os Melhores Verdes 2015 – Concurso da Região dos Vinhos Verdes



### Tapadinha Reserva Tinto 2014

**Preço:** 9,35 euros  
**Sócios:** 8,15 euros  
**Notas de prova\*:** cor rubi intenso com aroma a fruta fresca, como ameixas vermelhas e cerejas, alguma folha de sardineira e pimenta rosa, num conjunto fresco e apelativo. Boca harmoniosa com frescura e muita fruta, vinoso e com taninos redondos, longos e persistentes  
**Castas:** Touriga-Nacional, Touriga Franca e Tinto Cão



### Baton Tinto 2013 – DOC Douro

**Preço:** 19,30 euros  
**Sócios:** 16,80 euros  
**Notas de prova\*:** cor intensa, aroma complexo a frutos silvestres, amoras, framboesas e mirtilos, notas de especiarias e tabaco. Taninos requintados com final longo e elegante  
**Castas:** Vinhas velhas com mistura de várias castas



### Quinta do Filoco Tinto Reserva 2014 – DOC Douro

**Preço:** 11,40 euros  
**Sócios:** 9,90 euros  
**Notas de prova\*:** cor rubi intensa, aromas florais da Touriga Nacional e fruta vermelha com aromas da madeira. Na boca é complexo, intenso, mas elegante no seu equilíbrio  
**Castas:** Tinta Roriz, Touriga Franca e Touriga Nacional.



### Mau Feitio Branco 2013 – DOC Douro

**Preço:** 16,90 euros  
**Sócios:** 14,70 euros  
**Notas de prova\*:** aroma austero com notas minerais. Na boca é agreste, agressivo para os palatos sensíveis e difícil de entender pelos apreciadores de brancos fáceis. Porém, não é defeito é (mau) feito. Com o tempo perderá o mau génio, emergindo a beleza do seu carácter  
**Castas:** Viosinho e Rabigato



### Casa Américo Encruzado 2014 (Branco) – DOC Dão

**Preço:** 9,80 euros  
**Sócios:** 8,50 euros  
**Notas de prova\*:** cor amarelo pálido com laivos esverdeados. Aroma delicado com notas de frutos de polpa branca e casca de citrinos. Na boca é cremoso, com uma bela acidez e um final longo e mineral.  
**Castas:** 100% Encruzado



### Casa Américo Touriga Nacional 2012 (Tinto) – DOC Dão

**Preço:** 9,80 euros  
**Sócios:** 8,50 euros  
**Notas de prova\*:** cor rubi intensa com aroma harmonioso com notas de frutos silvestres e especiarias. Na boca é intenso e musculado, e tem um final longo e apimentado  
**Castas:** 100% Touriga Nacional



### Casa de Saima Tinto 2014 – DOC Bairrada

**Preço:** 6,45 euros  
**Sócios:** 5,60 euros  
**Notas de prova\*:** cor rubi com laivos de cor granada. Notas de frutos vermelhos maduros casadas com notas especiadas balsâmicas. Redondo e intenso, com fim de boca persistente  
**Castas:** Baga e Merlot.



### Vicentino Branco 2016 – DOC Alentejo

**Preço:** 10,80 euros  
**Sócios:** 9,40 euros  
**Notas de prova\*:** perfil vegetal associado às características típicas da casta, exibindo ligeiras notas de frutos tropicais. Acidez e frescura são sensações que persistem no palato, numa prova suave e envolvente  
**Castas:** 100% Sauvignon Blanc



\* Mais informações sobre vinificação e notas de prova em:  
<http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=45&parentid=41&detalheid=4970>

## Expedição fotográfica no *Galeão do Sal*

Uma aventura na Reserva Natural do Estuário do Sado, para fotógrafos da vida selvagem, embarcados no tradicional Galeão do Sal.

Por Pedro Ferreira



> Voltamos à Reserva Natural do Estuário do Sado, para uma expedição fotográfica, em que é possível fotografar a paisagem entre os arrozais e o pinhal, e uma avifauna muito rica, onde se des-

tacam o flamingo-rosa, a íbis-preta, o colhereiro, a garça-real e a cegonha, sempre acompanhados por um fotógrafo profissional que dará as melhores dicas de fotografia! <

### Programa:

08.00h – Encontro em Lisboa  
09.30h – Encontro em Alcácer do Sal  
09.45h – Embarque no *Galeão do Sal*  
10.00h – Início do passeio  
13.00h – Almoço em restaurante local, perto do castelo  
14.30h – Passeio pelo centro histórico de Alcácer  
16.00h – Regresso a Lisboa

**Realização:** 16 de Setembro

**Inscrição até:** 1 de Setembro

**Ponto de encontro:** Lisboa (a definir) ou Alcácer do Sal (a indicar)

**Hora:** 8.00h em Lisboa ou 9.30h em Alcácer do Sal

**Valor:** 45 euros

**Almoço:** 10 euros

**Transporte:** 20 euros

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

**Transporte:** 15 euros

**Inscrição inclui:** Passeio, acompanhamento por fotógrafo profissional e seguro de acidentes pessoais e responsabilidade civil. Transporte e almoço (opcionais)

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

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Actividade para maiores de 13 anos. Levar roupa leve, garrafa de água, sandálias fechadas ou ténis, máquina fotográfica e binóculos. Indicar na ficha de inscrição a opção almoço e/ou transporte

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

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



## Desfolhada no Minho



Durante as desfolhadas, quem tirar uma espiga vermelha (milho-vermelho) tem o direito de abraçar todos os outros. Antigamente, esta era uma oportunidade de contacto físico entre rapazes e raparigas.

Por Raul Soares

### Programa

**7 de Outubro** – Amarante, visita ao centro histórico e ao museu. Quinta da Lixa com prova de vinhos. Almoço em Felgueiras. Visita à casa histórica do pão-de-ló de Margaride, com degustação. Guimarães e visita ao centro histórico. *Check-in* no Hotel Rural Maria da Fonte, em Póvoa de Lanhoso. Jogos populares. Jantar no hotel. Grande noite de desfolhada.

**8 de Outubro** – Castelo de Lanhoso e Santuário de Nossa Senhora do Pilar. Percurso no parque natural do Gerês. Almoço. Passeio de barco na barragem da Caniçada. Regresso.

**Realização:** de 7 a 8 de Outubro  
**Inscrição até:** 22 de Setembro  
**Ponto de encontro:** Junto ao Capitólio  
**Hora:** 8.00h  
**Valor:** 200 euros

**Suplemento quarto individual:**  
13,50 euros

**Crianças até 3 anos:** grátis

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

**Crianças dos 4 aos 11 anos:**  
50% de desconto

**Inscrição inclui:** transporte, seguro, alojamento, 3 refeições, visitas guiadas, prova de vinhos, degustação de pão-de-ló, jogos tradicionais, passeio no Gerês e passeio de barco na barragem de Caniçada

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 6 (seis) prestações, com início em Agosto e final em Dezembro

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal, em <https://secretaria.gdbpi.pt>  
Mínimo de 30 e máximo de 50 participantes

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

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

> As desfolhadas terminam sempre com uma festa de comes-e-bebes ao som do acordeão e de baile até altas horas da noite. <

## S. Martinho e a Feira do Cavalo na Golegã

Vamos poder apreciar no picadeiro o espectáculo de ralis, *raids*, jogos equestres, maratonas de carruagens e exibições de cavalos.

Por Raul Soares

➤ Em meados do século XVIII teve início a Feira da Golegã, chamada até 1972 Feira de S. Martinho, data a partir da qual passou a denominar-se Feira Nacional do Cavalo.

É a feira mais importante de todas, que, no seu género, se realizam em Portugal e no mundo.

E para complemento desta festa de S. Martinho, não faltarão a água-pé e as castanhas. <



### 11 de Novembro

8.00h – Saída do Porto  
*Check-in* no Hotel dos Cavaleiros, em Torres Novas.  
Saída para a Golegã.  
Dia livre com almoço e jantar incluídos.  
Regresso ao hotel em hora a combinar.

### 12 de Novembro

Saída para Porto de Mós  
Almoço no Restaurante Dom Abade.  
Regresso ao Porto.

**Realização:** 11 e 12 de Novembro

**Inscrição até:** 27 de Outubro

**Ponto de encontro:** Praça do Município junto ao Capitólio

**Hora:** 8.00h

**Valor:** 150,00 euros

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

130,00 euros

**Crianças dos 4 aos 10 anos:** 50%

**Suplemento de quarto individual:**

25,50 euros

**Inscrição inclui:** transporte, alojamento, seguro, dois almoços e um jantar

**Inscrição não inclui:** tudo o que não consta do programa

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 6 (seis) prestações, com início em Agosto e final em Dezembro

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>; número mínimo de 30 e máximo de 50 participantes

**Ficha de inscrição disponível:**

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

**Para mais informação contacte:**

o Grupo Desportivo

# Máscaras e devoções mexicanas

No Museu de Lisboa,  
Palácio Pimenta  
(ao Campo Grande)

Por Rui Duque

> O simples facto de, nesta altura do ano, nos jardins do Palácio Pimenta, conseguirmos avistar e apreciar mais de 50 crias de pavão, que freneticamente acompanham as suas mães, já era razão mais que suficiente para que os nossos sócios por lá aparecessem.

Mas, como se isso não bastasse, encontramos mais dois motivos:

O primeiro tem naturalmente que ver com a exposição, que nos conta histórias fantásticas do México através de máscaras originais, coloridas e plenas de significado.

Nesta exposição, dá-se espaço e visibilidade às narrativas que herdaram práticas culturais indígenas, com aspectos de cultura popular, revelando visões sobre as histórias das relações entre os impérios europeus e os habitantes das Américas.

O segundo tem que ver com a oportunidade – que te vamos dar – de poderes vir a receber um simpático presente que os responsáveis do Grupo Desportivo re-

servaram para ti na nova secretaria, que, como sabes, fica agora na Almirante Barroso.

Para isso, tens de te deslocar ao palácio e encontrar resposta para estas 5 questões:

**1. Qual é a cor predominante da Estrela?**

- a) Branca
- b) Azul
- c) Preta

**2. Quantos sapos estão na figura com o número 1?**

- a) 1
- b) 2
- c) 3

**3. A máscara que aparece na fotografia número 2 é de quem?**

- a) Fierabrás
- b) Espanhol Barbudo
- c) Centurião Romano

**4. Qual é o macho mais fotografado no Palácio Pimenta?**

- a) O pavão-branco
- b) O pavão-amarelo
- c) O pavão-tricolor, que apresenta na zona do papo um coração

**5. Quantos, ficando quietos e parados, ficaram bem na fotografia número 3?**

- a) Um
- b) Dois
- c) Três



## Quem quer quentes e boas... quentinhas?

S. Martinho na Quinta do Paul. Esperamos por si. As inscrições são limitadas. Apresse-se. Depois não diga que não o avisámos.

Por Rui Simplício

> Para esta data especial, neste ano escolhemos de novo um local diferente. Vamos celebrar o S. Martinho, mas faremos uma breve paragem em Leiria, antes de nos dirigirmos para a Quinta do Paul, onde durante a tarde teremos muita música e animação, para ajudar à digestão. Esperamos por si. As inscrições são limitadas. Apresse-se. Depois não diga que não o avisámos.



### Programa

**12.00h** – Aperitivos nas esplanadas  
Martini Rosso e Bianco, Moscatel, Ricard, Gin Gordon's com água tônica, Porto seco, vinhos branco e tinto, verde e maduro, cerveja, água, sumo de laranja, salgadinhos diversos, plumas de porco preto, churrasquinho de carnes, lenrisca, morcela de arroz, frutos secos, queijos vários, presunto laminado, miniaturas de pastelaria variada e fruta fresca

**13.00h** – Almoço  
Pãezinhos e broinhas regionais, azeitonas com alho, manteigas. Sopa de legumes, sopa de peixe. Assado de novilho, batatinhas assadas e trilogia de saladas com frutas. Cabaz de doces tradicionais. Vinhos branco e tinto, verde e maduro, águas, refrigerante, cerveja. Café com miniatura de pastelaria

### 18.00h – Lanche

Caldo-verde, bifanas, castanhas assadas e água-pé  
Vinhos branco e tinto, verde e maduro, águas, refrigerante, cerveja

**Realização:** 11 de Novembro

**Inscrição até:** 1 de Novembro

**Ponto de encontro:** Sete-Rios

**Hora:** 9.00h

**Valor:** 42,50 euros

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 30,00 euros

**Inscrição inclui:** autocarro, aperitivos, almoço e lanche

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

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

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

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

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



## Réveillon em Albufeira

Venha divertir-se com a família e os seus amigos. E ainda vamos aos caramelos. Apresse-se porque as inscrições são limitadas. Depois não diga que não o avisámos.

**Por Rui Simplício**



Poderia ser o mesmo de 2015, mas queremos sempre mais.

Voltámos ao Hotel Baía Grande\*\*\*\*, onde nos têm recebido sempre muito bem, e assim esperamos que continue. Queremos repetir, e entrar em 2018 em grande estilo.

O adeus a 2017, o desejo de que o próximo ano seja melhor, o bom ambiente entre colegas, familiares e amigos, o desejo de bom ano com saúde, o jantar

de gala, as 12 passas e o champanhe à meia-noite, o tchim-tchim, a recepção ao novo ano, a animação, a ceia pela noite dentro, o requinte e muita alegria vão marcar a passagem de ano que o Grupo Desportivo organizou para este 2017/2018.

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

As inscrições são limitadas.

Esperamos por si.

### Programa:

Três noites de alojamento com pequeno-almoço-*buffet*

**29 de Dezembro:** jantar-*buffet*

**30 de Dezembro:** Huelva espera por nós, saída do hotel pelas 9.30h, regresso pelas 18.00h, almoço livre, jantar-*buffet*

**31 de Dezembro:** almoço livre, jantar de *réveillon* com música ao vivo para dançar

**1 de Janeiro:** *brunch*

Autocarro com partida a 29 de Dezembro às 16.30h e regresso a 1 de Janeiro às 14.00h

**Realização:** 29 de Dezembro

**Inscrição até:** 20 de Dezembro

**Ponto de encontro:** Parque das Nações ou Hotel Baía Grande

**Hora:** 16.30h ou 20.00h

**Valor:** 310 euros

### Sócios, cônjuges e filhos a cargo:

270 euros

**Noite extra:** 30 euros

**Inscrição inclui:** 3 noites de alojamento com pequeno-almoço-*buffet*, 2 jantares-*buffet*, jantar de *réveillon*, *brunch* no dia 1 de Janeiro, autocarro com partida e chegada a Lisboa, passeio a Huelva

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

**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 6 (seis) prestações, com início em Setembro, duas prestações em Novembro e final em Janeiro

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

**Ficha de inscrição disponível:**

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

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

7 noites  
desde 154€

 **BPI**  
GRUPO DESPORTIVO

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

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

# Sumo da longa vida

Desintoxicante,  
rejuvenescedor,  
terapêutico e protector.

Por António Rosa

> Se ainda acredita em que há ingredientes que fazem milagres no nosso organismo pelas suas propriedades naturais, este artigo é para si. Melhor que isso é saber que todos eles em conjunto activam e potenciam o poder que cada um tem em particular.

Já é sabido que no Verão, e com temperaturas mais elevadas, devemos ter um cuidado maior com a hidratação e a protecção solar; no entanto, se o tivermos durante o ano inteiro, o nosso corpo vai estar continuamente agradecido.

O sumo da longa vida é uma simbiose molecular e vitamínica perfeita:

- 1) O gengibre é conhecido pelo seu poder altamente desintoxicante e anti-inflamatório. Além disso tem um efeito diurético e termogénico que ajuda a eliminar gordura corporal;
- 2) As bagas de goji, também conhecidas por bagas da longa vida, graças aos seus fitonutrientes betassitosterol, fisalina e ciperone, são poderosas a cuidar do coração, do fígado, da visão, da pressão sanguínea e do sistema imunitário. Além disso, o seu poder antioxidante previne contra o cancro, a diabetes e as hepatites, e atrasa o processo natural de envelhecimento celular;
- 3) A cenoura, a laranja e o limão são os reis das vitaminas. São eles os principais agentes que estimulam a produção de carbonato de potássio no organismo, e, embora a laranja e o limão sejam ácidos, promovem a neutralização dos ácidos internos e a alcalinidade do sangue.

Cuide da sua saúde. O sumo da longa vida tem tudo para lhe fazer bem! <



## Ingredientes (4 pessoas)

- 4 laranjas
- 2 limões
- 2 cenouras médias
- 50 g de gengibre fresco
- 100 g de bagas de goji
- ½ de água mineral fresca
- Açúcar a gosto (opcional)

## Preparação

- 1 ou 2h antes de preparar o sumo, ponha as bagas de goji de molho na água mineral para se hidratarem por completo (se for de véspera, melhor)
- Descasque as laranjas e os limões, e corte-os em quartos. Corte o gengibre e as cenouras em pequenos pedaços e introduza todos os ingredientes no copo da Bimby, incluindo a água onde as bagas se hidrataram, e programe 1 min./vel. 5, sendo que ao fim de 30 seg. pode finalizar com a vel. 7
- Deite este preparado num pano fino e aperte-o em movimentos circulares até o sumo sair todo. Adicione açúcar a gosto em caso de necessidade, e aproveite a fibra seca que fica no pano para fazer compotas ou adicionar a iogurtes ou outros preparados.



## O Orfeão Portuscale em notícia

O Orfeão Portuscale actuou em concertos em Rio Tinto, Mancelos e S. Martinho de Recesinhos, em conjunto com outros grupos corais – e deslumbrou e deslumbraram.

Por Fernando Almeida



- > Fantástico! Apresentámos em primeira audição a cantata *Experiência com Deus*, obra baseada em motivos bíblicos.

### ***Experiência com Deus***

No passado e no presente,  
Pra todos os filhos seus  
É a alegria da gente!...

Os três locais eram soberbos e permitiram aos grupos presentes dar tudo o que tinham e não tinham. Assim se vê que quando as pessoas querem, tudo pode acontecer. Em palco estavam mais de 100 pessoas, entre orfeonistas e músicos. Em palco também esteve um grupo de crianças. Os ensaios mostraram o querer de todos nós.

Realço a gentileza e a amabilidade de todos os que nos receberam, e agradeço ao público presente e às individualidades que representam as terras por onde andámos.

Talvez um dia seja possível trazer a Cantata à cidade do Porto.

Parabéns a todos, e obrigado.



## Notícias do Grupo Coral

Fomos todos muito aplaudidos no concerto que realizámos no Salão Nobre da Academia das Ciências em Lisboa e ouvimos palavras de louvor de algumas pessoas da assistência, facto que muito nos agradou.

Por Elsa Verdial



- > A finalizar as nossas actividades deste ano, realizámos um concerto no Salão Nobre da Academia das Ciências em Lisboa, o qual foi organizado como habitualmente pelo Sindicato dos Bancários do Sul e Ilhas.

Do elenco fizeram parte todos os coros da banca e também, como já vai sendo hábito, contámos com momentos de poesia interpretados por dois colaboradores, apresentados como intervalos entre a actuação dos coros.

Fomos todos muito aplaudidos e ouvimos palavras de louvor de algumas pessoas da assistência, facto que nos agrada sempre sobremaneira.

O próximo concerto será no princípio do novo ano de actividades, e sobre o programa daremos notícias oportunamente.



## Reformei-me. E agora?

O Workshop Age Navigator tem como objectivo desafiar alguns dos conceitos comuns sobre o que é a reforma.

Por Sandra Nascimento



> O Workshop Age Navigator tem como objectivo dar aos participantes ferramentas para viverem bem esta fase, desafiando alguns dos conceitos comuns sobre o que é a reforma.

É dirigido a pessoas que estão próximas da reforma ou a pensar nessa hipótese, aos seus familiares, cônjuges e filhos/as e a outras pessoas com interesse no tema.

**Realização:** 19 de Setembro  
**Inscrição até:** 12 de Setembro  
**Ponto de encontro:** Rua do Almirante Barroso, 32-6.º (perto do Largo de D. Estefânia)  
**Hora:** das 18.00h às 20.00h  
**Valor:** 22 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 20 euros  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.qdbpi.pt>. Mínimo de 8 e máximo de 10 participantes  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.qdbpi.pt](http://www.qdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

Neste *workshop* serão abordados os seguintes temas:

- Os 5 grandes mitos sobre envelhecer.
- Como gerir as mudanças da reforma.
- Conheça as armadilhas do tempo livre.
- As 4 fases do Ciclo da Reforma.
- Dicas para criar o seu Age Navigator. <

## Lua de Navegantes

Esta é a nossa proposta para o mês de Setembro, em final de férias, mas pode consultar o *site* do nosso parceiro SAL – Sistemas de Ar Livre e seleccionar uma alternativa que seja do seu agrado.

Por Fátima Pereira

**Realização:** 9 de Setembro  
**Inscrição até:** 7 de Setembro  
**Ponto de encontro:** farol do cabo Espichel, junto à casa do faroleiro. Coordenadas geográficas (GPS) N38°24'56" W09°12'57"  
**Hora:** 19.30h  
**Valor:** 15 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 6 euros\*  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.qdbpi.pt>. Deve usar vestuário e calçado confortável e adequado, e levar garrafa ou cantil de água, e barra energética. \*Os bilhetes pré-comprados para pagamento da caminhada estão disponíveis na Secretaria de Lisboa do Grupo Desportivo  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.qdbpi.pt](http://www.qdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo ou consulte o *site* da SAL – Sistemas de Ar Livre



> Em colaboração com a SAL – Sistemas de Ar Livre, propomos-lhe começar uma jornada pelo planalto do cabo Espichel e preparar a descida até às ondas, numa plataforma segura e aconchegante.

E eis a visão de uma lua de prata, que se reflecte nas águas. Podemos avistar as fragas recortadas, e admirar o céu estrelado.

Esta é a nossa proposta para o mês de Setembro, em final de férias, mas pode consultar o *site* do nosso parceiro, seleccionar uma alternativa e adquirir os bilhetes pré-comprados na Secretaria do Grupo Desportivo. <

## Noite das bruxas

É noite escura, caminhamos por um vale sombreado por árvores. Talvez se oiçam uivos: serão cães, lobos ou homens? Uma experiência que não devemos perder.

Por Fátima Pereira

> Sentem-se os cheiros da terra húmida, ouvimos os murmúrios do vento nas folhagens, que transformam esta noite numa experiência que não devemos perder.

Talvez se oiçam uivos: serão cães, lobos ou homens?

Esta é a nossa proposta para o mês de Outubro. No entanto, se não for do seu agrado, ou adequada ao seu calendário, sugerimos a consulta do *site* do nosso parceiro Sal – Sistemas de Ar Livre, onde encontrará outras opções.



**Realização:** 31 de Outubro  
**Inscrição até:** 27 de Outubro  
**Ponto de encontro:** em Almoçagem no estacionamento a seguir ao desvio na estrada principal Colares/Pé da Serra/Azóia, coordenadas geográficas N38°47'38" W09°27'55"  
**Hora:** 20.00h  
**Valor:** 10 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 6 euros\*  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.qdbpi.pt>  
 \*Os bilhetes pré-comprados para pagamento das caminhadas estão disponíveis na Secretaria de Lisboa do Grupo Desportivo  
 Deve usar vestuário confortável, agasalho, botas ou sapatos, lanterna e/ou frontal, mochila às costas, garrafa ou cantil de água, merenda reforçada, repelente para insectos. Proibido sandálias ou chinelos  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.qdbpi.pt](http://www.qdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo ou consulte o *site* da SAL – Sistemas de Ar Livre

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

**7 noites desde 154€**

 **BPI**  
 GRUPO DESPORTIVO

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

## Workshops de maquilhagem profissional

Fim do Verão com novo *look*. Propomos um conjunto de *workshops* que abordam diferentes perspectivas do cuidado da imagem.

Por Pedro Ferreira



> A pele é o maior órgão do nosso corpo e conecta o nosso interior com o exterior. Os cuidados da pele e da imagem pessoal são factores importantíssimos na vida dos profissionais. Por este motivo, propomos um conjunto de *workshops* que abordam diferentes perspectivas do cuidado da imagem.

**1.º workshop** – «Cuidados para ter uma pele saudável» – Formação inicial sobre hábitos que tornam possível a obtenção de uma pele saudável, jovem e bonita. Todos os participantes serão aconselhados individualmente tendo em conta o seu tipo de pele e o seu estilo de vida.

**2.º workshop** – «Potencie a sua imagem» – Formação intermédia sobre qual é a melhor maquilhagem para utilizar no contexto profissional, e a melhor forma de conseguir fazer uma maquilhagem perfeita para o dia-a-dia de uma forma rápida e prática.

**3.º workshop** – «A beleza provoca reacções positivas» – Conclusão, com a intenção de fazer uma avaliação da evolução da pele dos participantes desde do primeiro *workshop*, e uma reflexão sobre o impacto que a auto-estima tem na nossa vida pessoal e profissional. <

**Realização:** 29 de Setembro, 6 e 13 de Outubro

**Inscrição até:** 22 de Setembro, 29 de Setembro e 6 de Outubro

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

**Hora:** das 10.00h às 12.00h para o 1.º e o 2.º *workshops*; das 10.00h às 11.00h para o 3.º *workshop*

**Valor:** 18 euros por *workshop*. 54 euros os 3 *workshops*

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:**  
15 euros por *workshop*.  
45 euros os 3 *workshops*

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

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal, em <https://secretaria.gdbpi.pt>  
O valor dos *workshops* pode ser transformado num desconto de igual valor na compra de produtos de maquilhagem, ficando os *workshops* a custo zero. Condicionado a um mínimo de 4 e um máximo de 8 participantes

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

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

# Calendário de Visitas Guiadas 2017/2018

Para os que já nos acompanham, o nosso obrigado! Para aqueles que ainda não se juntaram a nós, desejamos as boas-vindas!

Por Teresa Mónica

Um novo ano cultural está a chegar. As visitas guiadas têm permitido ao longo dos anos fomentar a cultura e a amizade entre todos os que participam regularmente neste programa – fazer e trazer até nós novos amigos. A escolha dos locais, os percursos e toda a organização do evento são feitos a pensar nos sócios. Neste ano esperamos res-

ponder às expectativas e poder continuar a contar com todos os associados.

Todas as nossas visitas são acompanhadas pelo professor Miguel Soromenho.

Consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível na nossa página.

Decerto vão passar bons momentos, e com certeza não se vão arrepender de estar na nossa companhia.

## Calendário 2017/2018

### 2 de Setembro

Exposição temporária Madonna, no Museu Nacional de Arte Antiga



### 14 de Outubro

O Grande Oriente Lusitano



### 18 de Novembro

Teatro de S. Luís e Teatro da Trindade



### 16 de Dezembro

Exposição temporária



### 20 de Janeiro

Clubes do Chiado (Turfe, Tauromáquico e Grémio Literário)



### 24 de Fevereiro

SIC – Estação televisiva



### 24 de Março

Palácio das Laranjeiras



### 21 de Abril

Alpiarça e Golegã



### 18,19 e 20 de Maio

Porto – A rota das Quintas



### 23 de Junho

Lisboa vista do rio



## Madonna, exposição no MNAA

No Museu Nacional de Arte Antiga vamos poder contemplar algumas das mais belas obras de arte do Vaticano, com as cenas mais conhecidas da vida da Virgem Maria, na exposição intitulada Madonna.

Por Teresa Mónica



> Sejam bem-vindos à nova época de visitas guiadas. Vamos começar com uma visita ao Museu Nacional de Arte Antiga, onde poderemos contemplar as mais belas obras de arte do Vaticano na exposição intitulada Madonna.

São dois mil anos de História da Pintura Ocidental que aqui se mostram, através de um conjunto de obras de pintores italianos que representam as cenas mais conhecidas da vida da Virgem Maria.

Contamos consigo.



**Realização:** 2 de Setembro  
**Inscrição até:** 18 de Agosto  
**Ponto de encontro:** junto da entrada do Museu Nacional Arte Antiga  
**Hora:** 10.00h  
**Valor:** 15 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 12 euros  
**Inscrição inclui:** visita ao museu acompanhada do Prof. Miguel Soromenho  
**Inscrição não inclui:** despesas de carácter pessoal  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.qdbpi.pt>. Inscrições limitadas por ordem de inscrição, até ao limite máximo de 30 participantes  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.qdbpi.pt](http://www.qdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

## Grande Oriente Lusitano

Os mistérios associados à maçonaria suscitam uma curiosidade natural. Vamos descobrir os mistérios do Grande Oriente Lusitano.

Por Teresa Mónica

> Actualmente, ainda que com alguma discrição, os maçons falam abertamente desta sociedade e dos seus meandros.

Aproveitamos por isso a oportunidade de conhecer os cenários e os rituais do Grande Oriente Lusitano.

Venha descobrir connosco alguns dos seus segredos.

Esperamos superar as vossas expectativas.



**Realização:** 14 de Outubro  
**Inscrição até:** 29 de Setembro  
**Ponto de encontro:** junto ao jardim de S. Pedro Alcântara  
**Hora:** 10.00h  
**Valor:** 15 euros  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** 12 euros  
**Inscrição inclui:** visita ao museu acompanhada do Prof. Miguel Soromenho  
**Inscrição não inclui:** despesas de carácter pessoal  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.qdbpi.pt>. Inscrições limitadas por ordem de inscrição, até ao limite máximo de 30 participantes  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.qdbpi.pt](http://www.qdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

## Teatros de S. Luiz e da Trindade

São duas salas emblemáticas do Chiado, que regularmente levam à cena os nomes mais consagrados do teatro mundial.

Por Teresa Mónica

> Abram-se as cortinas porque vamos novamente ao teatro!

No coração da cidade de Lisboa, os teatros de S. Luiz e da Trindade continuam uma tradição cultural, de lazer e de animação urbana, desde os finais do século XIX.

São duas salas emblemáticas do Chiado que regularmente levam à cena os nomes mais consagrados do teatro mundial.

Actualmente a oferta destes teatros está largamente diversificada, com espectáculos de música, dança, performance e multimédia.

Desta vez vamos ser nós as personagens da peça.



**Realização:** 18 de Novembro

**Inscrição até:** 3 de Novembro

**Ponto de encontro:** junto da entrada do Teatro de S. Luiz

**Hora:** 10.00h

**Valor:** 15 euros

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

**Inscrição inclui:** visita aos teatros acompanhadas do Prof. Miguel Soromenho

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

**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em

<https://secretaria.qdbpi.pt>. Inscrições limitadas por ordem de inscrição, até ao limite máximo de 30 participantes

**Ficha de inscrição disponível:**

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

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

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

7 noites  
desde 154€



GRUPO DESPORTIVO

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

## Em Cartaz



### Casino Estoril

A Volta ao Mundo em 80 Minutos

De quinta-feira a sábado às 21.30h  
Sábado e domingo às 17.00h.

Com **João Baião** à frente de um grande elenco.

Em termos musicais, este novo espectáculo revisita todos os géneros musicais, da canção romântica ao *rock*, do fado ao *rap*, percorrendo a identidade e as formas de cada nação, de Portugal a Espanha, Inglaterra, Áustria, Rússia, Estados Unidos, México, Argentina, Brasil, África, Ásia, Índia.

Descontos para os sócios:  
até ao fim de Agosto, no máximo  
4 pessoas têm direito  
a um desconto de 15%.

Reservas pelos telefones:  
21 466 77 96 - 21 013 50 50  
ou via e-mail  
reservas.estoril@filipelaferia.pt.



### Teatro da Trindade

À Boleia para Hollywood

De 6 de Setembro a 1 de Outubro  
De quarta-feira a sábado às 21.30h  
Domingo às 16.30h  
M/12

Uma jovem atravessa o país, de Nova Iorque para Hollywood, à procura do pai argumentista, Herb Tucker, que abandonou a família 26 anos antes. À partida, a intenção de Libby é «entrar nos filmes» com a ajuda do pai, Herb, que Libby tem idolatrado de longe – é um escritor em bloqueio criativo, numa relação amorosa rotineira com a sua companheira, Steffy.

Mas a grande surpresa de Libby é que entrar na vida do pai era tudo aquilo de que ambos precisavam. A chegada de Libby força as três personagens a enfrentar as suas barreiras emocionais, numa luta tão bem-humorada quanto pungente.

Encenação: Cucha Carvalheiro  
Interpretação: Cláudia Vieira, João Lagarto e Sofia de Portugal

Descontos para os sócios:  
informe-se na bilheteira  
ou pelos telefones 21 342 32 00  
ou 21 342 08 10



### Gulbenkian Música

Carmina Burana

Pelo terceiro ano consecutivo, a Orquestra Gulbenkian reforça o compromisso de sair da sua casa em busca de novos públicos num contexto mais informal, levando composições de confirmado apelo universal a habitar espaços menos habituais de Lisboa, enquanto se afirma como um elemento vivo no quotidiano da cidade.

De novo no âmbito do festival Lisboa na Rua, Orquestra e Coro Gulbenkian propõem a conhecedores e curiosos o contacto próximo, no cenário convidativo do Parque do Vale do Silêncio, com uma das peças mais populares do repertório do século XX, a cantata *Carmina Burana*, de Carl Orff.

Sábado, 9 de Setembro, às 21.30h  
Parque do Vale do Silêncio, em Lisboa  
Entrada livre



[ atletismo ]

## Vitalis Kids Challenge – 2.ª etapa

Finalmente chegou o dia da minha corrida. É hoje, mamã!! Obrigada ao Grupo Desportivo e a todos os meninos que partilharam este momento comigo!

Por Luísa Correia



> Depois de em Março ter falhado a Corrida Kids por causa da chuva, como se a chuva fosse motivo para eu não poder participar na minha primeira Grande Corrida, chegou finalmente o dia da 2.ª etapa da Corrida Kids e lá estava eu preparada para o grande evento.

Na semana que o antecedeu nem dormi, tal era a ansiedade... contei a todos os meus amigos; na minha escola toda a gente sabia que o domingo era o dia da grande corrida. Eu só imaginava o pódio(!), a taça(!), as medalhas(!)... os insufláveis!

Chegados ao local do evento, atrasados, como não podia deixar de ser, já estavam à minha espera, com o meu dorsal, o meu primeiro dorsal!

E lá fomos!

Eu e a minha mãe, porque a ansiedade e a vergonha também me atrapalhavam, demos entrada na pista a correr com toda a nossa energia com as outras meninas, bem mais profissionais que nós. Passaram-nos todas à frente! Grandes atletas... um dia ainda vou ser assim, pensava eu!

Mas a primeira surpresa ainda estava para chegar: quando chegámos a meio da primeira volta, reparámos em que tínhamos acabado de chegar... ao ponto de partida! – e nós a pensar que já íamos a meio.

Mas as energias ainda não se tinham esgotado, e lá estávamos nós: Preparadas! Partida!

Incentivada pela energia das outras meninas e mais tarde pela Senhora Aurora Cunha, que foi muito simpática comigo, lá fomos nós a dar o nosso melhor – em último lugar, claro! Mas muito contentes por participarmos.

As energias esgotaram-se por fim ainda antes da meta, mas a sensação de missão cumprida já estava alcançada. A minha primeira medalha estava à minha espera no final. Foi um grande presente e uma bonita recordação deste Grande Dia.

Claro que no final lá estavam os insufláveis, e pude brincar um pouquinho com a minha irmã e conhecer novos amigos.

Foi uma grande experiência que tive oportunidade de partilhar com os meus colegas na escola na segunda-feira. <

[ atletismo ]

## Corrida da Mulher no Porto

O dia em que a Invicta esqueceu o azul e branco e acordou rosa-choque. E fica o apelo: façam o rastreio de cancro da mama, que, se detectado de forma atempada, permite o seu tratamento eficaz.

Por Amabilia Queirós

> Para mim o dia começou cedo com o pequeno-almoço na Praça Velásquez, ponto de encontro das mulheres do Grupo Desportivo, pois participava pela primeira vez nesta Caminhada da Mulher e não queria chegar atrasada.

Seguimos para a alameda onde fizemos as habituais fotos de grupo para assinalar esta importante corrida/caminhada e juntámo-nos aos milhares de mulheres de todas as idades e gerações, de *T-shirt* rosa-choque, que preenchiam completamente a Alameda das Antas.



Às 10.00h deram o tiro de partida, mas nós só conseguimos sair 15 ou 20 minutos depois! Afinal, só estavam naquela alameda 20 000 mulheres, que contribuíram assim com 20 000 euros para o IPO-Porto.

Pelo percurso – ora a subir, ora em plano e muito pouco a descer – havia muita animação, bombos, *mariachis*, homens-aranhas e peluches gigantones, o que criava um ambiente fantástico e me animava a prosseguir sem interromper o meu ritmo, para conseguir fazer os 5 km até à Avenida dos Aliados.

Feliz, cheguei à meta, mas uma hora após a partida. Este foi o meu contributo para a grande causa solidária – a luta contra o cancro da mama.

Deixo um apelo a todas as mulheres: façam o rastreio, que a detecção de problemas de forma atempada permite o tratamento total de mais de 90 por cento dos casos de cancro da mama. <

## Corrida de S. João no Porto

Destaque para o nosso colega Carlos Canito, que terminou a prova com um tempo de 01:03:58 e se classificou entre os primeiros 200 corredores.

Por Ricardo Paes

> Mais uma corrida de São João, em que os 25 atletas do Grupo Desportivo tiveram de correr sob um sol intenso e temperaturas elevadas, na companhia dos mais de 8000 participantes do evento.

O ambiente habitual de grande emoção e antecipação da prova foi suspenso pelo minuto de silêncio cumprido em respeito e memória das vítimas dos incêndios, que marcaram de forma tão trágica o fim-de-semana.

Manteve-se o trajecto do ano passado, mas com início e fim no Fluvial, o que per-

mitiu de alguma forma alongar o período em que os atletas foram beneficiando de alguma frescura marítima.

As condições foram-se complicando à medida que os atletas foram subindo a marginal do rio Douro até ao ponto de retorno, em frente à Igreja de S. Francisco.

As “mangueiradas” frequentes dos Bombeiros e as bebidas disponibilizadas pela organização nos *pit-stops* ajudavam a combater o desgaste extra provocado pela escalada de calor, na zona mais interior da cidade.

Destaque para o nosso colega Carlos Canito, que terminou a prova com um tempo de 01:03:58 e se classificou entre os primeiros 200 corredores da prova, num total de 2440 que a terminaram.

No final houve tempo para as habituais fotos da praxe, tendo-se alguns atletas regalado com os “finos” oferecidos para hidratação ou com as revigorantes massagens disponibilizadas pela organização. <



[ atletismo ]

## Maratona de Edimburgo

O toque de partida foi feito através de gaita-de-foles, por um escocês devidamente trajado com o fato nacional.

Por Miguel Chaves

> Realizou-se a Maratona de Edimburgo, na cidade histórica e capital da Escócia. Uma das particularidades destas provas no Reino Unido, são as dezenas de associações de *charity* que se juntam à organização da prova, para colaboração e apoio.

A prova teve o seu início em Edimburgo, com tempo fresco e algum vento. Os cerca de 7000 atletas à partida foram distribuídos em função do melhor tempo obtido em maratonas realizadas nos últimos 12 meses, por duas avenidas da cidade.

Somente os três primeiros quilómetros



se realizaram na cidade de Edimburgo, e a partir daí desenrolou-se sempre à beira do mar do Norte, com troços muito bonitos, as aldeias típicas de casas baixas, os grandes relvados, terminando num enorme complexo desportivo de campos de rãguebi.

Durante o percurso os atletas são muito apoiados pelas populações locais e pelas muitas associações de *charity* que destacam imensos colaboradores para este apoio.

Na recta final para a meta é o “delírio”: são centenas de pessoas que apoiam a chegada dos atletas, realizem eles a prova em 2, 3, 4 ou 5 horas.

O Grupo Desportivo esteve presente, representado pelo Carlos Cardoso, que realizou a prova em 3:16:26, ficando classificado em 1.º lugar no seu escalão etário em 75 classificados, e na geral em 280.º dos 6126 classificados.

É a segunda vitória em maratonas internacionais em 2017: Edimburgo e Badajoz. <

## Meia-Maratona do Douro Vinhateiro

Com o aumento da distância percorrida começou, também, a haver mais espaço entre atletas, o que permitiu apreciar os vários espectáculos de animação ao longo do percurso e a originalidade da roupa de alguns atletas.

Por Francisco Sarrasqueiro

> Participar na meia-maratona, no Peso da Régua, deu-me a oportunidade de conhecer as belezas do Douro.

No sábado, saí de Lisboa rumo à Mealhada. O famoso leitão estava divinal; acompanhei a refeição com um bom vinho da região. Bem sei que estão a pensar «que não é saudável», mas eu ia percorrer mais de 21 km e queimar muitos excessos alimentares, além de que, aos 70 anos, é mais que altura para desfrutar dos pequenos prazeres da vida e portar-me mal de vez em quando.

Cheguei ao Peso da Régua, levantei o dorsal, e na manhã seguinte, bem cedo, fui apanhar o autocarro para a Barragem de Bagaúste.

O início da corrida foi marcado por uma autêntica azáfama com todos a querer ultrapassar o colega da frente e assim ganhar alguns segundos.

Nos quilómetros finais pedi à senhora que distribuía quartos de laranja pelos



atletas que despejasse todo o sumo que tinha no tabuleiro para dentro da minha garrafa de água. Bebido o sumo, senti-me de imediato um autêntico Popeye, após comer os espinafres.

A passagem de uma grande ponte sobre o rio já perto da final e as ovações de quem estava a assistir deu-me o alento necessário para continuar até atingir a tão almejada meta, o que consegui!

E não é que aqui encontrei mais 2 colegas do Grupo Desportivo?! <

[ atletismo / basquetebol ]

## XVI Corrida do Oriente

A XVI edição estreou um novo percurso, realizou-se com sol e algum vento, e com a presença de 14 atletas do Grupo Desportivo, entre cerca de 600 inscrições.

Por Paulo Godinho



> O Grupo Desportivo participou nesta prova, que já se tornou uma “clássica” no calendário nacional.

Nesta XVI edição foi estreado um novo percurso. Os 10 km foram disputados em duas voltas, num circuito que não mereceu o agrado geral; boa parte dele nos passadiços junto ao rio, perigosos, com algumas tábuas levantadas.

A prova realizou-se num dia com sol e algum vento, que dificultou a progressão dos atletas.

Houve cerca de 600 inscrições, entre as quais 10 de atletas em representação do Grupo Desportivo BPI, que mais uma vez defenderam valorosamente as suas cores como tem sido sempre seu apanágio.

Realizaram-se ainda provas para os escalões jovens e uma caminhada na distância de 2 km que contou com a presença de 4 atletas com a camisola do Grupo Desportivo. <

## Uma época memorável

A época 2016/2017 fica marcada como a melhor da nossa história. Sagrámo-nos vice-campeões da Liga Inatel na Zona Norte!

Por Manuel Correia

> Esta é uma classificação que premeia o trabalho desenvolvido durante os 7 anos de existência da nossa equipa e que reflecte a fantástica evolução que vivemos. Nos primeiros 4 anos as derrotas superaram largamente as vitórias.

Há duas épocas atrás os resultados começaram a aparecer e ganhámos a Taça de Reconhecimento, que é a série disputada pelas equipas menos fortes, e neste ano acabámos por conquistar o segundo lugar da tabela classificativa!



Esta classificação teve tanto de gratificante como de surpreendente, até mesmo para nós, uma vez que iniciámos a fase final do campeonato com três derrotas nos três primeiros jogos.

No entanto nunca perdemos a motivação nem a confiança, e, a partir desse momento, a equipa começou gradualmente a melhorar as exhibições e a somar vitórias, tendo conseguido ganhar 9 dos últimos 11 jogos da época.

Mas esta conquista só foi conseguida com algum sofrimento e, até, uma “pitada” de drama: no último jogo da época fomos defrontar a equipa dos Ferroviários de Campanhã, que se encontrava empatada connosco, pelo que quem ganhasse acabaria em segundo lugar. Após um jogo de nervos, a 13 segundos do fim estávamos a perder por dois pontos, mas um triplo convertido fez a vitória cair para o nosso lado!

Obrigado a todos pelo apoio, e em Setembro voltaremos à acção! <

[ basquetebol / bowling ]

## Terminou o Campeonato de Basquetebol do Inatel Lisboa

Foi uma época de transição, a apostar mais nos jovens talentos e na sua aprendizagem com os nossos veteranos, tendo em vista a construção de uma equipa competitiva para a próxima época.

Por Francisco Barata

> O Distrital de Basquetebol Amador (DBA) de Lisboa terminou, ao fim de vários meses de competição ao mais alto nível, tendo sido conquistado pelo Basket Almada, equipa constituída por excelentes jogadores, alguns deles ex-internacionais pela Selecção Portuguesa, demonstrando na final um elevado poderio técnico e físico.

O Grupo Desportivo não conseguiu a passagem à fase final, terminando a sua participação em quinto lugar da série. No entanto, foi uma época de transição, a apostar mais nos jovens talentos e na sua aprendizagem com os nossos veteranos, para que mais tarde venhamos a conseguir, novamente, uma boa equipa a disputar ao nível a que já nos habituámos.



O Banco de Portugal conquistou o segundo lugar, conseguindo mais uma vez estar na final, tendo concluído um excelente torneio, no qual se apresentou reforçado, tanto nos jogadores como na equipa técnica.

Obrigado aos atletas pela sua dedicação a este grupo, pelo resultado alcançado e pelo excelente espírito de companheirismo demonstrado.



## Carrega BPI

Somos vice-campeões. Muitos foram os pinos deitados abaixo, e no final foi possível ouvir o grito proferido a uma só voz: «Carrega, BPI!»

Por Rui Duque



> Para quem está de fora, ouvir a frase em jeito de pergunta – «carregaste no botão?» – podia parecer algo estranha.

Para a família BPI foi uma das mais ouvidas e proferidas nos últimos tempos.

Indiferentes a tudo isso, os jogadores de bowling que estiveram nas Caldas da Rainha a disputar a Final do X Campeonato de Bowling do SBSI apresentaram-se a um nível muito alto e trouxeram o troféu de vice-campeões.

Desta vez, estiveram presentes a Cristina Ribeiro, o Briano de Sousa e o Rui Duque.

Muitos foram os pinos deitados abaixo, e no final foi possível ouvir o grito proferido a uma só voz – «Carrega, BPI!»

Em Novembro estaremos a disputar a final nacional em Castelo Branco.

Até lá, são esperados muitos *strikes*.



[ BTT / caminhadas ]

## Ecopistas do Dão e do Vouga

Excelente fim-de-semana em duas rodas, por aldeias, vilas e locais lindíssimos que o nosso país tem para descobrir.

Por Rui Costa



> A aventura teve início de manhãzinha, na estação ferroviária de Santa Apolónia, onde os ciclistas se reuniram, para embarcar a bicicleta e embarcar com destino a Santa Comba-Dão.

Em Santa Comba-Dão as condições climáticas eram boas, e o pelotão começou sem demoras a rolar. O objectivo era chegar a Viseu, percorrendo a ecopista junto ao vale do Dão, que aconselhamos, não só pelo bom piso, mas muito pelas paisagens lindíssimas que nos oferece.

A chegada a Viseu foi celebrada com alegria e sentimento de prova superada,

dando lugar ao merecido descanso e a um valente jantar típico da região, seguido por um concerto ao ar livre do Rodrigo Leão.

No domingo, o pelotão deixou Viseu para trás com destino a Sernada do Vouga. Este foi um dia de puro BTT, sempre fora de estrada, passando por vales, matas, pontes e túneis, que ao longo do percurso nos deslumbraram a todos.

O final não podia ter sido melhor, e acabou com um mergulho na praia fluvial do Vouga.

Agradecemos o excelente apoio do Grupo Desportivo, que disponibilizou uma equipa para nos acompanhar nesta aventura, garantindo aos ciclistas dois reforços alimentares por ecopista. Parabéns pela organização.

Estas histórias ficam para nós, mas podem fazer parte delas. Prometemos voltar para o ano, com um novo desafio a pedalar por terras desconhecidas!



## Pelas pontes da serra de Sintra

Barragem da Mula, Estrada da Serra, Sintra, na distância de 12 km, percurso pedestre circular, com grau de dificuldade 3

Por Dina Costa



> Com início na Barragem do Rio da Mula, seguiremos pelo trilho das pontes em direcção aos caminhos pedestres da enigmática serra de Sintra.

Ao longo deste percurso, seremos desafiados com a longa subida do Monge, passando pelo monumento de homenagem aos bombeiros (incêndio de 6 de Setembro de 1966), com chegada à Peninha, de onde é possível avistar todo o recorte da zona costeira, de Cascais ao cabo da Roca.

Curiosidade sobre a Barragem da Mula, projectada em 1963 pelo eng. Ressano Garcia e construída pela Câmara Muni-

**Realização:** 17 de Setembro  
**Inscrição até:** 15 de Setembro  
**Ponto de encontro:** estacionamento da Barragem da Mula (GPS 38.763401, -9.422273)  
**Hora:** 8.45h  
**Valor:** grátis (inscrição obrigatória)  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** grátis (inscrição obrigatória)  
**Inscrição inclui:** água e suplemento alimentar  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Número mínimo de 5 e máximo de 15 participantes. Leve roupa e calçado confortável, protector solar e máquina fotográfica. Sujeito às condições climáticas  
**Ficha de inscrição disponível:** em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:** o Grupo Desportivo

cipal de Cascais em 1969, para abastecimento de água. Apresenta um muro de suporte de 18m de altura e 192m de largura, com capacidade para 230 mil m<sup>3</sup> de água.



[ caminhadas ]

## Castelo de Palmela à vista

Caminhada em percurso pedestre circular, com descida do castelo pela antiga estrada romana, na distância de 12km, com grau de dificuldade 3.

Por Dina Costa

**Realização:**  
15 de Outubro  
**Inscrição até:**  
12 de Outubro  
**Ponto de encontro:**  
Parque de estacionamento  
na Alameda 25 de  
Abril (GPS 38.570553,  
-8.905660)  
**Hora:** 8.45h  
**Valor:** Grátis  
(inscrição obrigatória)

**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:**  
grátis (inscrição obrigatória)  
**Inscrição inclui:** água e suplemento alimentar  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Número mínimo de 5 e máximo de 15 participantes. Leve roupa e calçado confortáveis, protector solar e máquina fotográfica. Sujeito às condições climatéricas.  
**Ficha de inscrição disponível:**  
em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:**  
o Grupo Desportivo



> Percurso circular à descoberta das encostas de Palmela, com descida do castelo pela antiga estrada romana e subindo às antenas, de onde se pode apreciar quer o estuário do Sado quer o Castelo de Palmela. As serras da Arrábida, dos Gaiteiros, de São Luís, de São Francisco e do Louro estarão sempre ao alcance de um olhar curioso ou de uma máquina fotográfica!

Pelo caminho estarão à nossa espera uma capela, um teatro, uma adega... e na recta final, vários moinhos de vento... e até mesmo uma padaria biológica. <

## Subida ao penedo da Amizade, em Sintra



Trata-se de um trilho pedestre circular, por pitorescos caminhos ladeados por uma envolvente de grande beleza paisagística, de dificuldade moderada-alta, recomendado apenas a crianças maiores de 6 anos.

Por Dina Costa

> Caminhada a iniciar-se na típica vila de Sintra, passando pelo parque de merendas e subindo, subindo e subindo (...) até ao mítico local de escalada penedo da Amizade, quase junto às muralhas do Castelo dos Mouros. Esperam-nos pitorescos caminhos ladeados por uma envolvente de grande beleza paisagística que a serra de Sintra já nos habitou.

A subida processa-se por um trilho de dificuldade moderada-alta, sendo a descida feita pela bonita estrada da Pena. Para o final, podemos sempre recuperar as energias com um travesseiro de Sintra. <

**Realização:** 12 de Novembro  
**Inscrição até:** 10 de Novembro  
**Ponto de encontro:** Largo do Palácio Nacional de Sintra  
**Hora:** 9.20h  
**Valor:** grátis (inscrição obrigatória)  
**Sócios, cônjuges e filhos a cargo:** grátis (inscrição obrigatória)  
**Inscrição inclui:** água e suplemento alimentar  
**Recomendações:** faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Número mínimo de 5 e máximo de 15 participantes. Leve roupa e calçado confortáveis, protector solar e máquina fotográfica. Sujeito às condições climatéricas.  
**Ficha de inscrição disponível:**  
em [www.gdbpi.pt](http://www.gdbpi.pt)  
**Para mais informação contacte:**  
o Grupo Desportivo



[ Fotografia sub-aquática / jogos de salão ]

## Fotografia subaquática em “maré” alta!

Parabéns ao Rui Palma e à Carla Siopa pelos resultados obtidos e pela forma como têm dignificado o bom nome do Grupo Desportivo do Banco BPI.

Por Rafael Franco

- > A fotografia subaquática está de facto na moda no mundo dos mergulhadores, e a arte de fotografar esse mundo é de



se tirar o chapéu! As condições que têm de ultrapassar para o clique perfeito são inúmeras.

A equipa de fotografia subaquática do Grupo Desportivo está de parabéns por demonstrar que tem essa arte. O início de época foi em Abril, com a prova Halliotis Sesimbra Adventure, na qual a equipa se classificou no 1.º lugar. Excelente arranque de época!

Em Maio, estiveram presentes no IV Troféu Evolução Cipreia, conquistando o 3.º lugar, e na prova Halliotis Night Adventure, onde mais uma vez elevaram as nossas cores ao mais alto lugar do pódio, o 1.º classificado.

O semestre fechou com o II Open Cipreia – All Night Long, onde a equipa voltou a surpreender em mergulhos nocturnos, classificando-se em 2.º lugar.

Parabéns ao Rui Palma e à Carla Siopa pelos resultados obtidos e pela forma como têm dignificado o bom nome do Grupo Desportivo do Banco BPI.

## Encerramento dos Jogos de Salão

Os torneios internos de bilhar livre, *snooker*, *king* e sueca foram actividades que se realizaram em tardes de agradável, mas competitivo, convívio entre todos os participantes.

Por Fernando Ferreira



- > Com a presença de diversas equipas, proporcionámos aos nossos associados grandes momentos de diversão, ao participarem nas várias iniciativas que realizámos, durante vários dias, nas instalações do Grupo Desportivo.

Os torneios internos de bilhar livre, *snooker*, *king* e sueca foram actividades que se realizaram em tardes de agradável, mas competitivo, convívio entre todos os participantes.

O encerramento destes jogos teve a presença do Presidente da Direcção, Dr. João Sampaio, que proferiu algumas palavras de agradecimento aos presentes e deixou o apelo e palavras de incentivo para que os próximos jogos sejam ainda melhores.

De seguida deu-se início à distribuição de prémios:

– Bilhar livre – 1.º António Simões e 2.º Mário Navega;

– *Snooker* – 1.º António Costa e 2.º Joaquim Mendes;

– *King* – 1.º Joaquim Azevedo e 2.º Joaquim Mendes;

– Sueca – Foi atribuído ex aequo aos 4 finalistas, Nuno Pereira, Antero Duarte, Manuel Vaz e Mário Araújo.

Seguiu-se um pequeno lanche a encerrar o convívio.

Aos colegas que participaram e por questões de saúde não puderam estar presentes no encerramento, enviamos o nosso abraço de amizade e os votos de rápidas melhoras.



[ karting / mergulho ]

## 500 Milhas da Batalha

Classificação histórica. O Grupo Desportivo do Banco BPI esteve presente na 2.ª edição das 500 Milhas Euroindy, desta vez com um desempenho a todos os níveis brilhante e com o melhor resultado de sempre.

Por Pedro Santos



> Nos treinos cronometrados, o carro saído no sorteio mostrou estar competitivo, levando-nos ao 5.º lugar da grelha, apesar da fortíssima concorrência, com 22 carros à partida.

Com uma partida muito atribulada, o 1.º turno da nossa equipa foi marcado pela tentativa de evitar confusões e lutas desnecessárias, bem como pela poupança de material por forma a evitar consequências mais graves nas restantes horas de prova.

Após alguns lugares perdidos, iniciámos a recuperação, suportada por uma estratégia de *box* notável, com os nossos pilotos a rodar a um nível superior, em vários turnos com o tempo mais rápido em pista.

Com um andamento sempre muito equi-

librado e sem erros ou penalizações, a nossa equipa conseguiu recuperar e manter-se entre o 9.º e o 5.º lugares.

Nas últimas horas de corrida, e fruto de um *forcing* final, foi possível manter o carro entre o 6.º e o 7.º lugares, para nos 2 últimos turnos nos fixarmos no brilhante 5.º lugar final, a melhor classificação de sempre.

Agradecemos o esforço e a perícia dos pilotos, que tão brilhantemente representaram o Grupo Desportivo, esperando que na próxima corrida possamos pelo menos igualar este resultado.

Por fim, um agradecimento especial ao Grupo Desportivo pela participação nesta histórica prova de resistência. <

## Baptismos subaquáticos

O sentimento dos nossos baptizados era de pura satisfação pela experiência, transmitindo uma enorme admiração pelo mundo subaquático.

Por Rafael Franco

> Mais uma vez o Grupo Desportivo realizou o mergulho anual com garrafa, na conhecida costa oceânica de Sesimbra, onde se encontraram quatro mergulhadores certificados e três associados a mergulhar pela primeira vez.

Escusado será dizer que os nossos associados que iam fazer o mergulho de baptismo sentiam borboletas na barriga, que rapidamente desapareceram com a forma familiar como foram recebidos pelos mergulhadores certificados do Grupo Desporti-



vo, e que lhes deixaram um sentimento de estar em boas mãos.

O passeio subaquático foi muito agradável, tendo-nos sido dada a possibilidade de constatar que a costa de Sesimbra está cada vez mais repleta de peixe e vida subaquática. Os baptizados conseguiram com êxito concluir o curso de iniciados, demonstrando boa aptidão e à-vontade com o equipamento e com o mundo subaquático. Parabéns!

O sentimento dos nossos baptizados era de pura satisfação pela experiência, transmitindo uma enorme admiração pelo fundo do mar, pelos inúmeros peixes que viram, por conseguirem estar com eles lado a lado no mundo subaquático. A expressão do regresso era: «A repetir!»

O Grupo Desportivo continuará a proporcionar estas experiências, e a próxima já se encontra a ser organizada. Não perca! Fique atento ao *site* e à página do Facebook. <

[ padel ]

## Open da Flor de Laranjeira

Uma final digna de fazer parte da história do *padel*, na categoria de pares masculinos.

Por Luís Remédio

> Realizou-se mais um *open*, com os associados, familiares e amigos a juntarem-se para um torneio de *padel*, só que desta vez para verem quem eram os “reis” e as “rainhas” do *padel* do Grupo Desportivo.

Neste torneio, tivemos a participação de 12 duplas distribuídas por 6 pares masculinos, 3 pares femininos e 3 pares mistos, que disputaram entre si, com afincos, a vitória em cada uma das categorias.

Os vencedores em cada uma das categorias aqui os registamos para memória futura. Foram os seguintes:

Na categoria de Pares Mistos, a dupla

João Santos e Mariana Santos levaram o caneco para o Algarve.

Já na categoria de Pares Femininos as vencedoras foram a dupla Ana Rita Cordeiro e Madalena Peres, e deixaram uma imagem muito positiva sobre o crescimento do *padel* feminino no Grupo Desportivo do Banco BPI.

Finalmente, na categoria de Pares Masculinos, a dupla vencedora, Pedro Bugalho e Pedro Ferrão, teve de ultrapassar uma dupla algarvia, numa final digna de fazer parte da história do *padel*, para grande satisfação da assistência – que fez questão de estar presente na final. <



## 1.º Open Padel Corporate

Das poucas equipas que se apresentaram com uma dupla feminina.

Por Luís Remédio

> Realizou-se o primeiro Open Padel Corporate, organizado pelo Indoor Padel Center, cujo objectivo, para além de se jogar *padel*, foi a confraternização entre todos os participantes, nesta festa do *padel* para empresas.

O Grupo Desportivo foi convidado a participar, e os nossos desportistas – Clara Domingos, Ana Catarina Silva, Miguel Ribeiro e Luís Remédio – foram uns excelentes representantes, pois além de termos sido das poucas equipas onde todos os membros eram da própria empresa, também fomos dos poucos a apresentar uma dupla feminina.

Em relação à nossa participação, mostrámos que a nossa evolução na modalidade é cada vez mais notória, apesar de mais uma vez termos tido azar no sorteio, porque nos saiu a fava – ou, melhor: só a equipa vencedora do torneio!

Não vencemos; no entanto, valeu pela boa réplica que deixámos, pelo excelente ambiente no torneio, pelo bellissimo porco no espeto oferecido pela organização – que estava fabuloso –, e pela criação da *buzzword* da nossa equipa que foi o “arrefinfa-lhe”. Ah! pois, junto à rede, é bordoadada na bola.

Continuação de bons treinos. <



[ pesca ]

## 3.ª Prova de Rio em Coruche

Com a vitória na terceira e última prova, o Duarte venceu o Campeonato Interno Regional Sul de Pesca de Rio.

Por José Duarte



> Com a vitória na terceira e última prova realizada na pista de pesca do Sorraia, em Coruche, o Duarte acentuou o favoritismo com que chegou a esta prova e venceu o Campeonato Interno Regional Sul de Pesca de Rio.

A prova desenrolou-se em condições muito difíceis, sob temperatura superior a 40 graus, sem vento, o que afastou alguns dos habituais participantes e exigiu dos presentes um elevado grau de resistência e sacrifício.

A pesca, como sempre acontece neste local, não foi fácil, e a pesagem no final da prova veio confirmar que barbos, pimpões,

alburnos e peixes-gato não são fáceis de enganar. O Duarte, com 3 kg; o Brandão, com 1,5 kg; e o David, com 0,680 kg, fizeram os melhores pesos.

O campeonato teve início na Barragem do Maranhão, com a vitória a sorrir ao David; seguiu-se a Barragem de Montargil, onde o António Catulo conseguiu o melhor peso; e terminou agora em Coruche, com a vitória do Duarte.

Feitas as contas às pontuações obtidas nas três provas, o Duarte vence, com 6 pontos; segue-se o David, com 9, e o Carlos Brandão, com 14; vêm depois o Catulo, o Custódio, o Velez, o Maymone e diversos outros pescadores.

Como sempre, além do gosto pela pesca que une todos os participantes, a amizade e o convívio num ambiente saudável e natural é o que nos une e mobiliza. <

## O campeão é o Fernando Custódio

É um título por que se tem batido ao longo dos anos e que só está ao alcance dos melhores.

Por José Duarte



> Com vitórias em todas as provas disputadas, o Fernando Custódio venceu brilhantemente a edição deste ano do XXXIX Campeonato de Pesca de Rio do SBSI.

Colectivamente, a nossa equipa esteve uns furos abaixo daquilo que pode fazer e acabou na quarta posição. Podemos fazer mais e melhor, mas a sorte também não esteve do nosso lado.

O campeonato começou mal, com a primeira prova no Cabeção a deixar alguns dos nossos melhores elementos em posições pouco habituais na tabela e a dificuldade das provas seguintes a não permitir grandes recuperações.

A terceira e última prova, disputada na pista de Coruche, apresentou muitos problemas aos concorrentes, sendo raros os casos de pescadores a ultrapassar um quilo de peixe; ainda assim, duas das zonas tiveram vitórias de pescadores do nosso Grupo Desportivo.

A nossa representação na final nacional a realizar em 9 de Setembro, na pista da Talagueira, em Castelo Branco, que apura 20 pescadores da região sul, é neste ano muito reduzida – o Fernando Custódio (1.º na classificação individual) e o José Duarte (7.º individual) –, mas lá estaremos a procurar a melhor classificação.

A época de competição chegou ao fim. Aqui fica em nome do Grupo Desportivo o agradecimento a todos os que vestiram a camisola e se bateram pelo melhor resultado para as nossas cores. <

[ pesca / ténis de mesa ]

## Pesca de alto mar

Segunda prova de pesca embarcada; com o mar de feição não houve adiantamentos. Saída de Leixões e uma hora e meia para chegar aos pesqueiros.

Por Fernando Carvalho

> A calma imperava, de tal forma que o David, “profissional no enjoio”, não só não enjoou, como se abalançou a duas boas pratadas de massa ao lavrador confeccionada a bordo.

Dia de calor, sol e mar calmo, excelente para o bom convívio que se estabeleceu a bordo, mas complicado para a acção de pesca, água transparente e mar calmo.

Mas lá começaram a sair uns peixinhos não na quantidade e na qualidade desejadas, mas o suficiente para nos manter agarrados às canas, e depressa o tempo passou, dando lugar à contagem do peixe pescado.

Claro que é pura coincidência, mas a sorte calha sempre aos mesmos! «Será?»

O importante foi o convívio que resultou num dia bem passado, e as arcas que acabaram por se compor também ajudaram.

Esta prova está feita e foi ganha pelo Fernando Costa. A próxima, se não for melhor, que seja como esta, pois embora cansados todos vinham bem-dispostos – eu diria felizes.



## Retrospectiva da época de ténis de mesa

O ténis de mesa do Grupo Desportivo voltou a estar em alta na época de 2016/2017

Por Carlos Galvão

> Não obstante a onda de lesões que se abateu sobre os seus atletas, principalmente os do 2.º escalão, repetiu os 53 lugares de pódio registados há duas épocas, e o Grupo Desportivo só competiu a nível do Lazer da Federação Portuguesa de Ténis de Mesa.

Para além de 6 décimos, 9 nonos, 9 oitavos, 7 sétimos, 8 sextos e 10 quintos lugares, 49 boas classificações, alcançou 53 lugares de pódio, 13 quartos, 17 terceiros, 12 segundos e 11 primeiros lugares, dos quais destacamos:

Campeão distrital individual do 3.º escalão (João Miranda)

3 primeiros lugares colectivos do 2.º escalão

3 primeiros lugares individuais do 2.º escalão (Paulo Martins) e no 3.º escalão (João Miranda)

6 segundos lugares colectivos: 2 do 2.º escalão e 4 do 3.º escalão

Vice-campeão distrital individual do 2.º escalão (Paulo Martins)

3 segundos lugares individuais: 1 do 2.º escalão (Shan Kai) e 2 do 3.º escalão (João Miranda)

7 terceiros lugares colectivos: 3 do 2.º escalão e 4 do 3.º escalão

6 terceiros lugares individuais: 3 do 2.º escalão (Shan Kai) e 3 do 3.º escalão (João Miranda)

3 quartos lugares colectivos: 1 do 1.º escalão, 1 do 2.º escalão e 1 do 3.º escalão

7 quartos lugares individuais: 3 do 2.º escalão (Nuno Marques, Nuno Mexa e Shan Kai) e 4 do 3.º escalão (Bruno Almeida, Rogério Dias e João Miranda)



[ tiro ]

## Final Regional do CIT no Campo de Tiro O Pinhal

A final do Campeonato Interbancário de Tiro aos Pratos do SBSI realizou-se em Algoz, onde estiveram presentes seis atiradores do Grupo Desportivo.

Por Mário Leite

> Realizou-se no Campo de Tiro O Pinhal, em Algoz, Silves, a final SBSI do Campeonato Interbancário de Tiro aos Pratos, com a presença de 72 atiradores das várias instituições bancárias que actuam



em Portugal, que tiveram de suportar temperaturas a rondar os 40 graus centígrados.

A prova contou com seis atiradores em representação do nosso Grupo Desportivo. O vencedor foi o Pedro Borrhalho, do Grupo Desportivo NB, com 73 pratos partidos, que também foi o vencedor da fase regional do CIT SBSI.

Os atiradores em representação do Grupo Desportivo do BPI classificaram-se como segue: José Confraria com 65 pratos no 12.º lugar, Jacinto Jordão também com 65 no 13.º lugar, Fernando Guedes com 64 no 18.º lugar, Mário Leite com 58 no 36.º lugar, Silvano Picanço com 55 no 42.º lugar, e Carlos Laranjo com 33 no 63.º lugar.

Por equipas o Grupo Desportivo classificou-se no 6.º lugar, e individualmente o Fernando Guedes apurou-se para a final nacional do CIT 2017 em Viseu. <

## Final Nacional do CIT no Campo de Tiro de Viseu

De pontaria bem afinada, os participantes tornaram a competição bastante animada, e o vencedor desta prova foi o Pedro Borrhalho, do Grupo Desportivo do Novo Banco.

Por Fernando Guedes

> A etapa final do tiro aos pratos realizou-se no Campo de Tiro de Viseu, num convívio que contou com a participação de 22 atiradores da banca, entre os quais o representante do Grupo Desportivo, o Fernando Guedes, que terminou a sua participação neste torneio no 12.º lugar da classificação final.

De pontaria bem afinada, os participantes tornaram a competição bastante

animada, e o vencedor desta prova foi o Pedro Borrhalho, do Grupo Desportivo do Novo Banco, com 97 pratos partidos em 100 possíveis, tendo sido também o grande campeão deste XX CIT.

No final houve a entrega de prémios para os 3 primeiros classificados, seguido de um jantar de confraternização entre todos os presentes, atiradores, familiares e organizadores.

Um dia para mais tarde recordar: foi a impressão com que os presentes ficaram da final deste belo convívio que foi o XX Campeonato Interbancário de Tiro aos Pratos. <



# Calendário de Viagens 2017

Como habitualmente, o Grupo Desportivo seleccionou um conjunto de viagens em grupo e propõe aos associados um conjunto de destinos em Portugal e no estrangeiro.

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

**Amesterdão**  
**Barcelona**  
**Berlim**  
**Istambul**  
**Londres**  
**Paris**  
**Praga**  
**Veneza**

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

## Nova Iorque de 1 a 5 de Setembro



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



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



## Colômbia de 16 a 26 de Novembro





---

## Nova Iorque

---

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

---

Por Direcção Nacional

**Realização:** de 1 a 5 de Setembro

**Inscrição até:** 30 de Maio

**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa

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

**Valor:** 1990 euros

**Suplemento de quarto Individual:**  
493 euros

**Taxa de inscrição:** 36 euros

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

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

### [ Nova Iorque ]

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

#### **Inscrição não inclui:**

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

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

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

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

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

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

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



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

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

#### **2 de Setembro – Nova Iorque**

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

#### **3 de Setembro – Nova Iorque**

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

#### **4 de Setembro – Nova Iorque**

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

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

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





# Cruzeiro Explorar o Mediterrâneo e Marrocos

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

Por Direcção Nacional

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

**Inscrição até:** 30 de Maio

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

**Hora:** 12.00h

**Valor:**

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

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

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

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

**Taxa de inscrição:** 36 euros

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

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

**Inscrição não inclui:**

**Pacote de bebidas Clássico água e vinho**

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



### [ Cruzeiro Explorar o Mediterrâneo e Marrocos ]

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

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

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

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

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

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

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

#### **Para mais informação**

**contacte:** o Grupo Desportivo

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

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

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



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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

Após o pequeno-almoço, desembarque do cruzeiro. <

---

## ENCONTRO DE REFORMADOS EM SALAMANCA

# Por aqui passou Portugal



---

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

---

Por Direção Nacional

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

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

[ Encontro de reformados em Salamanca  
Por aqui passou Portugal ]



**Realização:** de 5 a 8 de Outubro  
**Inscrição até:** 10 de Setembro  
**Ponto de encontro:** Sete-Rios, junto da entrada do Jardim Zoológico de Lisboa  
**Hora:** 7.00h  
**Valor:** 575 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 95 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Inscrição inclui:** transporte em autocarro, alojamento em regime de pequeno-almoço, sete refeições, seguro de acidentes pessoais

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



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

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

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

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

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



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



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

Jantar, regresso a Coreses e alojamento.

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

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



## Colômbia



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

Por Direcção Nacional

### > 16 de Novembro – Lisboa / Bogotá

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

### 17 de Novembro – Bogotá

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

### 18 de Novembro – Bogotá

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

### 19 de Novembro – Bogotá / Arménia

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

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

todo o processo do cultivo do café e das instalações onde se processa o café San Alberto.  
Almoço típico na fazenda. Ao final da tarde, regresso ao hotel. Saída para jantar no restaurante El Solar, com grande *show* folclórico típico incluído. Regresso ao hotel e alojamento.

#### 20 de Novembro – Arménia

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



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

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



[ Colômbia ]



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

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

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

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

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





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

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

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

**Para mais informação**

**contacte:** o Grupo Desportivo

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

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

**Condições gerais da viagem:**

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



no restaurante Hato Viejo. Regresso ao hotel e alojamento.

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

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

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

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

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

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

### 26 de Novembro – Madrid / Lisboa

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



[ viagens city breaks ]

## Viagens City Breaks

A complementar a proposta de viagens para 2017 o Grupo Desportivo propõe também um conjunto de viagens *City Breaks*, que naturalmente pretendem ocupar um lugar junto dos associados. Estas viagens, logo que sejam marcadas e confirmadas pelo agente de viagens, não são passíveis de recuperação: são penalizadas em 100%.

### Escapada a Amsterdão

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



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa ou Porto  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 530 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 246 euros (três noites)  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 127,23 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
**Em classe U:** 46 euros  
**Em classe W:** 106 euros  
**Em classe V:** 166 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal

em classe E, com saída de Lisboa ou Porto; 3 noites de estada em quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço no Hotel Best Western Dam Square In\*\*\*, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 127,23 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)  
**Inscrição não inclui:** tudo o que não está referido no programa  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações  
**Recomendações:** os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão

### Escapada a Barcelona

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



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa ou Porto  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 330 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 114 euros (três noites)  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 82,89 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
**Em classe U:** 41 euros  
**Em classe W:** 78 euros  
**Em classe V:** 108 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal

em classe E, com saída de Lisboa ou Porto; 3 noites de estada em quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço no Hotel Sagrada Família\*\*\*, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível, 82,89 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)  
**Inscrição não inclui:** Tudo o que não está referido no programa.  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida, 50%, e o restante em 4 (quatro) prestações  
**Recomendações:** os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão

### Fichas de inscrição:

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

### Para mais informação:

contacte o Grupo  
Desportivo

### A organização técnica das viagens é da

### responsabilidade de:

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

### Condições gerais das

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

## Escapada a Berlim

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



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 370 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 160 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 122,67 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
**Em classe U:** 30 euros  
**Em classe W:** 59 euros  
**Em classe V:** 99 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal

em classe E, com saída de Lisboa; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço no hotel Best Western Euro Berlin\*\*\*; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 122,67 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)  
**Inscrição não inclui:** tudo o que não está referido no programa.  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações  
**Recomendações:** os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão

## Escapada a Istambul



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

**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa ou Porto  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 527 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 160 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 133,39 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
**Em classe P:** 99 euros  
**Inscrição inclui:** Avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa ou Porto;

3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço, no hotel Barceló Saray\*\*\*; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 133,39 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)  
**Inscrição não inclui:** tudo o que não está referido no programa  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações  
**Recomendações:** os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de passaporte válido por seis meses.

[ viagens city breaks ]

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

## Escapada a Londres

> Londres, onde uma vez mais nunca é de mais. <



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

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

## Escapada a Paris

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



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa/Porto  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 410 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 150 euros  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 118,42 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
**Em classe U:** 35 euros;  
**Em classe W:** 65 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa ou Porto;

3 noites de estada em quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço em hotel de \*\*\*, na zona da Ópera; IVA, taxas de turismo e serviço; Seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 118,42 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)  
**Inscrição não inclui:** tudo o que não está referido no programa  
**O pagamento poderá ser efectuado em até:** 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações  
**Recomendações:** os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão

### Fichas de inscrição:

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

### Para mais informação:

contacte o Grupo  
Desportivo

### A organização técnica das viagens é da

### responsabilidade de:

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

### Condições gerais das

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

## Escapada a Praga

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



**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa  
**Suplemento para saída do Porto:** 26 euros  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 360 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 114 euros (três noites)  
**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 127,23 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
**Em classe U:** 38 euros  
**Em classe W:** 87 euros  
**Em classe V:** 157 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa ou Porto;

3 noites de estada em quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço no Hotel Atos\*\*\*, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível, 127,23 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)

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

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

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

## Escapada a Veneza



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

**Ponto de encontro:** Aeroporto de Lisboa  
**Suplemento para saída do Porto:** 83 euros  
**Hora:** 120 minutos antes da hora da partida  
**Valor:** 500 euros  
**Suplemento de quarto individual:** 213 euros (três noites de sexta-feira a domingo); 150 euros (três noites de segunda a quinta-feira)

**Taxa de inscrição:** 36 euros  
**Taxas de aeroporto, segurança e combustível:** 118,42 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)  
**Suplemento de tarifa aérea (por pessoa):**  
**Em classe U:** 48 euros  
**Em classe W:** 88 euros  
**Inscrição inclui:** avião TAP Portugal em classe E, com saída de Lisboa; 3 noites de estada em quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço no Hotel Al Sole\*\*\*, IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto,

segurança e combustível 118,42 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)

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

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

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

[apartamentos em *allotment*]

## Apartamentos em *allotment*

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

Apartamentos disponíveis de 1 de Janeiro a 31 de Dezembro

### Albufeira – Areias de S. João – Parque da Corcovada

**Localização:** em Areias de S. João, no Parque da Corcovada, próximo da praça de touros, a 900 metros da praia.  
A recepção funciona no Parque da Corcovada entre as 9.00h e as 19.00h.



### Olhão – Empreendimento Village Marina

**Localização:** em frente à marina, na ria Formosa, ao lado do Hotel Real Village Marina, a 2000 metros da praia.  
A recepção funciona no empreendimento entre as 10.00h e as 18.30h.



#### Características:

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

#### Condições:

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

### Monte da Balaia – Estrada da Branqueira

**Localização:** entre Albufeira e Olhos d'Água, a 1 quilómetro da praia dos Olhos d'Água, grandes áreas verdes, piscina e campo de Ténis. Restaurantes, bares e lojas a pouca distância. A recepção funciona no Parque da Corcovada entre as 9.00h e as 19.00h.



### Encosta de S. José

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



### Solário de S. José

**Localização:** a 2 quilómetros das praias de Albufeira, na Rua Beato Vicente de Albufeira. Piscina grande, sauna, sala de *squash*, salão de jogos, supermercado a 100 metros, a 500 metros da rua dos bares, da conhecida *strip/oura*. A recepção funciona no Parque da Corcovada entre as 9.00h e as 19.00h.



#### Inscrição

A taxa de inscrição é de 36 euros. Nos períodos entre 20 de Maio e 23 de Setembro, o aluguer será feito somente à semana, com início ao sábado. Nos restantes períodos não haverá qualquer limite mínimo e dar-se-á preferência a quem pretender ocupar o maior número de noites seguidas. No seu próprio interesse, indique sempre um período alternativo ao pretendido, na perspectiva de inexistência de vagas. Os pagamentos processam-se por débito em conta até Dezembro, com um pagamento mínimo mensal de 50 euros.

#### Desistências e penalizações

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

#### Períodos promocionais

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

Tabela de preços dos apartamentos em *allotment* – 2017

		ÉPOCAS E PREÇOS					
		BAIXA	PÁSCOA E NATAL	MÉDIA/BAIXA	MÉDIA	MÉDIA/ALTA	ALTA
T1	01/01 a 08/04	08/04 a 22/04	22/04 a 03/06	03/06 a 01/07	01/07 a 15/07	15/07 a 02/09	
	07/10 a 16/12	16/12 a 31/12	30/09 a 07/10	16/09 a 30/09	02/09 a 16/09		
T2	35,00 euros	55,00 euros	55,00 euros	60,00 euros	75,00 euros	100,00 euros	
	55,00 euros	75,00 euros	75,00 euros	85,00 euros	100,00 euros	120,00 euros	

[ apartamentos ]

# Apartamentos

## CABANAS DE TAVIRA, Pedras da Rainha

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



Apartamentos disponíveis de 1 de Abril a 5 de Novembro

### Características:

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

### Condições:

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

### Inscrição

A taxa de inscrição é de 36 euros. Nos períodos entre 20 de Maio e 23 de Setembro, o aluguer será feito somente à semana, com início ao sábado. Nos restantes períodos não haverá qualquer limite mínimo e dar-se-á preferência a quem pretender ocupar o maior número de noites seguidas. No seu próprio interesse, indique sempre um período alternativo ao pretendido, na perspectiva de inexistência de vagas. Os pagamentos processam-se por débito em conta até Dezembro, com um pagamento mínimo mensal de 50 euros.

### Desistências e penalizações

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

### Períodos promocionais

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

## Tabela de preços dos apartamentos – 2017

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



## Turismo rural



**Almeirim**  
Casa de Besteiros

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

**Localização:** Quinta da Variorum, Estrada do Ameiro da Volta.

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



**Avidagos - Mirandela**  
Quinta dos Avidagos

**Telefones:** 96 276 04 03/ 96 605 43 33,

**Localização:** Carvalhal, Avidagos, coordenadas GPS: 41°23'16.4"N/ 7°16'37.5"W

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



**Beja - Alvito**  
Horta da Vila

**Telefone:** 91 762 89 34

**Localização:** Horta da Vila - 7920-201 Alvito. A Horta da Vila é uma propriedade recuperada, a 5 minutos a pé da vila.

**Condições:** a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 20% no alojamento e 5% nas refeições.



**Cabeceiras de Basto**  
Casa de Lamas

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

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

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



**Caldas da Felgueira - Nelas**  
Casas do Pátio

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

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

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



**Castelo de Vide**  
Casa Amarela

**Telefone:** 245 901 250

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

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



**Castro Verde - Piçarras**  
Monte da Ameixa Country House

**Telefone:** 286 010 016

**Localização:** Monte da Ameixa, Piçarras, 7780-258 Castro Verde. Situado a 6 km da autoestrada e a 9 km de Castro Verde, o Monte da Ameixa localiza-se a 800 m da localidade de Piçarras, com uma paisagem deslumbrante sobre as planícies alentejanas.

**Condições:** a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 10% no alojamento e 50% na cama extra.



**Esposende**  
Quinta da Seara

**Telefone:** 253 961 284 / 96 869 08 39

**Localização:** Esposende

**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 30% sobre o preço de balcão.



**Figueira de Castelo Rodrigo**  
Hospedaria do Convento

**Telefone:** 271 311 819

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

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

[ turismo rural ]



### Folhada

Marco de Canaveses  
Casa da Quintã

**Telefone:** 255 423 873

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

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



### Lousã

Quintal de Além  
do Ribeiro

**Telefone:** 239 996 480

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

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



### Medelo – Fafe

Casal da Batoca

**Telefone:** 91 663 54 66

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

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



**Montemor-o-Novo**  
Herdade do Barrocal  
de Baixo

**Telefone:** 266 847 319

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

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



### Oleiros

S. Torcato Moradal

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

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

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



**Peniche – Serra d'el Rei**  
Quinta do Juncal

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

**Localização:** Peniche – Serra d'El Rei 2510-192 Óbidos

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



### Ponte de Lima

Casa de Chandezil

**Telefone:** 91 839 16 48

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

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



### Santiago do Cacém

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

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

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

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



**Santa Vitória – Alentejo**  
Agro-Turismo do Roxo

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

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

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



**Seia – Carragozela**  
Refúgio de Corisco

**Telefone:** 91 997 27 17  
**Localização:** Rua do Corisco, n.º 6 Carragozela, 6270-031 Carragozela. Coordenadas: Latitude: 40°24'38.85"N Longitude: 7°45'48.78"W  
**Condições:** a tabela de preços, para sócios do Grupo Desportivo, corresponde a um desconto de 20% sobre a tabela em geral.



**Sintra**  
Quinta dos Junqueiros

**Telefone:** 21 928 02 56  
**Localização:** a Quinta dos Junqueiros situa-se entre Cascais e Colares, na Azóia, muito próximo do cabo da Roca, em plena encosta da serra de Sintra.  
**Condições:** a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de entre 10% e 20% sobre o preço de balcão.



**Vieira do Minho**  
Casa dos Martinhos

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



**Vilarinha, Bordeira**  
Monte da Vilarinha

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



**Sertã – Ermida**  
Casa do Tio Tenente

**Telefone:** 274 685 106 / 91 628 45 13  
**Localização:** próxima da serra de Picoto Rainho, a 5 min da praia fluvial O Malhadal  
**Condições:** os associados do Grupo Desportivo dispõem do preço especial de 50 euros por *suíte*.



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

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



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

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



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

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

**+800**  
Parceiros

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

Novos Parceiros:

**ATIVIDADES PEDAGÓGICAS**



> Academia de Música de Telheiras  
Telheiras  
Tel.: 21 752 47 95



> Valle dos Príncipes Santarém  
Tel.: 243 377 800

**DESPORTO**



> Caparica Surf School  
Costa Caparica  
Tel.: 91 449 45 06



> Ceto Padel  
Oeiras  
Tel.: 93 428 18 20 / 92 623 04 76



> Fazedores D'Aventuras  
Leça da Palmeira  
Tel.: 91 051 65 22

**GINÁSIO & HEALTH CLUB**



> Inspire Studio  
Porto  
Tel.: 22 073 85 71 / 92 757 93 76



> Rapid Fit & Well – Oeiras  
Tel.: 21 404 00 76 / 93 811 89 95



> Scape Health & Club  
Santarém  
Tel.: 243 377 805

**RESTAURAÇÃO**



> Divino Gastronomia Italiana  
Lisboa  
Tel.: 21 800 89 13

**SAÚDE E BEM-ESTAR**



> Clínica do Lago  
Lisboa  
Tel.: 21 354 76 23 / 91 388 48 26



> Nutry4ALL  
Lisboa  
Tel.: 21 352 02 37 / 96 608 53 17 / 91 916 71 50



> Phisioflex  
Rio Tinto  
Tel.: 22 316 31 32 / 91 256 36 27



> Thrust Clinic  
Lisboa  
Tel.: 21 045 53 10 / 92 698 45 50



> Valle dos Reis  
Santarém  
Tel.: 243 377 803

**VESTUÁRIO**



> B.kini Swimwear  
Lisboa  
Tel.: 21 133 26 31

**VIAGENS E TURISMO**



> Ecotravel  
Porto  
Tel.: 22 619 10 90 / 91 584 06 95



> Tuk Away  
Lisboa  
Tel.: 96 365 50 79 / 96 391 69 62

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

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

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

**BAR**  
Rua de Sá da Bandeira, 70-1.º  
13.00h-19.00h

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

**SALA POLIVALENTE**  
Rua Almirante Barroso, 32-RC  
09.00h-19.00h  
Rua de Sá da Bandeira, 70-2.º  
10.00h-19.00h

**Ensaio do Coro**  
À quinta-feira  
a partir das 16.00h

**Ensaio do Orfeão**  
À terça-feira  
às 18.00h

**ATLETISMO**  
**Miguel Chaves**  
tel.: 21 318 10 45  
miguel.nuno.chaves@bancobpi.pt  
**Ana Fórneas**  
tel.: 93 943 59 15  
ana.paula.forneas@bancobpi.pt  
**António Sanches**  
tel.: 93 406 41 39  
antonio.manuel.sanches@bancobpi.pt

**Ana Pires**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt  
**Duarte Cardoso**  
tel.: 91 320 69 33  
norte@gdbpi.pt

**BASQUETEBOL**  
**Rafael Franco**  
tel.: 21 311 10 65  
rafael.sousa.franco@bancobpi.pt  
**Francisco Barata**  
tel.: 93 640 64 16  
fa2barata@gmail.com

**Fernando Barrias**  
tel.: 22 607 21 94  
fernando.barrias@bancobpi.pt  
**Manuel Correia**  
tel.: 22 607 21 94  
manuel.augusto.correia@bancobpi.pt

**BIBLIOTECA**  
**João Lopes**  
tel.: 93 784 46 81  
joao.pedro.lobes@bancobpi.pt  
**João Gouveia**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

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

**Jorge Teixeira**  
tel.: 91 823 20 57

**Duarte Cardoso**  
tel.: 91 320 69 33  
norte@gdbpi.pt

**José Caldas**  
tel.: 22 608 85 44  
jose.manuel.caldas@pt.ibm.com

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

**Carlos Oliveira**  
tel.: 21 322 67 56  
carlos.manuel.oliveira@gdbpi.pt

**José Almeida**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

**CAMPISMO**  
**Jorge Almeida**  
tel.: 21 723 42 83  
grupodesportivo-sul@bancobpi.pt  
**CAMPOS DE FÉRIAS**  
**Oswaldo Silva**  
tel.: 21 723 42 70  
sul@gdbpi.pt

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

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

**CORO/ORFEÃO**  
**Jorge Almeida**  
tel.: 21 723 42 83  
jorge.henriques.almeida@bancobpi.pt  
**Virgílio Guimarães**  
- tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

**FUTEBOL**  
**João Lopes**  
tel.: 93 784 46 81  
joao.pedro.lobes@bancobpi.pt  
**António Amaro**  
tel.: 93 436 30 03  
ammartins1956@hotmail.com

**Duarte Cardoso**  
tel.: 91 320 69 33  
norte@gdbpi.pt  
**Fernando Barrias**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

**Jorge Sousa**  
tel.: 22 207 52 78  
jorge.fernando.sousa@bancobpi.pt

**GOLFE**  
**Pedro Ferreira**  
tel.: 21 321 37 08  
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt  
**Victor Camisão**  
tel.: 22 207 51 51  
victor.camisao@gmail.com

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

**Sara Freitas**  
tel.: 22 607 22 41  
sara.maria.freitas@bancobpi.pt

**DEFESA PESSOAL**  
**Miguel Chaves**  
tel.: 21 318 10 45  
miguel.nuno.chaves@bancobpi.pt

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

**Victor Camisão**  
tel.: 22 207 51 51  
victor.camisao@gmail.com

**ESPECTÁCULOS**  
**Pedro Ribeiro**  
tel.: 21 318 13 46  
pedro.miguel.ribeiro@bancobpi.pt

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

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

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

**Fernando Ferreira**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

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

**PADEL E SQUASH**  
**Rafael Franco**  
tel.: 21 311 10 65  
rafael.sousa.franco@bancobpi.pt

**Rita Santos**  
tel.: 21 321 34 81  
rita.mata.santos@bancobpi.pt

**José Fernandes**  
tel.: 91 498 76 70

**PÁRA-QUEDISMO/ PARAPENTE**  
**Pedro Ferreira**  
tel.: 21 321 37 08  
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt

**PARCERIAS**  
**Sandra Marques**  
tel.: 21 310 10 91  
sandra.cabrera.marques@bancobpi.pt

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

**João Sampaio**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

**Ana Pires**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

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

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

**David Franco**  
tel.: 93 348 25 40  
david.jose.franco@outlook.pt

**Silva Duarte**  
tel.: 21 316 58 00  
jose.antonio.duarte@bancobpi.pt

**José Caldas**  
tel.: 22 608 85 44  
jose.manuel.caldas@pt.ibm.com

**MERGULHO**  
**Rafael Franco**  
tel.: 21 311 10 65  
rafael.sousa.franco@bancobpi.pt

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

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

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

**PADEL E SQUASH**  
**Rafael Franco**  
tel.: 21 311 10 65  
rafael.sousa.franco@bancobpi.pt

**Rita Santos**  
tel.: 21 321 34 81  
rita.mata.santos@bancobpi.pt

**José Fernandes**  
tel.: 91 498 76 70

**PÁRA-QUEDISMO/ PARAPENTE**  
**Pedro Ferreira**  
tel.: 21 321 37 08  
pedro.nunes.ferreira@bancobpi.pt

**PARCERIAS**  
**Sandra Marques**  
tel.: 21 310 10 91  
sandra.cabrera.marques@bancobpi.pt

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

**João Sampaio**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

**Ana Pires**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

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

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

**David Franco**  
tel.: 93 348 25 40  
david.jose.franco@outlook.pt

**Silva Duarte**  
tel.: 21 316 58 00  
jose.antonio.duarte@bancobpi.pt

**José Caldas**  
tel.: 22 608 85 44  
jose.manuel.caldas@pt.ibm.com

**MERGULHO**  
**Rafael Franco**  
tel.: 21 311 10 65  
rafael.sousa.franco@bancobpi.pt

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

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

**Miriam Santos**  
tel.: 21 272 01 12  
miriam.freitas.santos@bancobpi.pt

**José Caldas**  
tel.: 22 608 85 44  
jose.manuel.caldas@pt.ibm.com

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

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

**Amílcar Ferreira**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

**Victor Camisão**  
tel.: 22 207 51 51  
victor.camisao@gmail.com

**Jorge Sousa**  
tel.: 22 207 52 78  
jorge.fernando.sousa@bancobpi.pt

**Fernando Barrias**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

**REMO**  
**Sandra Marques**  
tel.: 21 310 10 91  
sandra.cabrera.marques@bancobpi.pt

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

**Ricardo Vicente**  
tel.: 21 321 37 69  
ricardo.nuno.vicente@bancobpi.pt

**TÉNIS**  
**Rafael Franco**  
tel.: 21 311 10 65  
rafael.sousa.franco@bancobpi.pt

**Luis Remédio**  
tel.: 96 554 40 86  
luis.filipe.remedio@bancobpi.pt

**José Caldas**  
tel.: 22 608 85 44  
jose.manuel.caldas@pt.ibm.com

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

**Carlos Galvão**  
tel.: 91 674 53 73

**Raul Soares**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

**Francisco Ribeiro**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

**TIRO AOS PRATOS**  
**Joaquim Rubira**  
tel.: 91 949 36 59  
joaquim.rubira@gmail.com

**António Costa**  
tel.: 93 677 97 31  
antonio.jose.costa2@bancobpi.pt

**TIRO DE PRECISÃO**  
**Joaquim Rubira**  
tel.: 91 949 36 59  
joaquim.rubira@gmail.com

**José Andrade**  
tel.: 96 298 23 87  
jose.pedro.andrade@bancobpi.pt

**TODO-O-TERRENO**  
**Miguel Chaves**  
tel.: 21 318 10 45  
miguel.nuno.chaves@bancobpi.pt

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

**José Caldas**  
tel.: 22 608 85 44  
jose.manuel.caldas@pt.ibm.com

**VELA**  
**Sandra Marques**  
tel.: 21 310 10 91  
sandra.cabrera.marques@bancobpi.pt

**João Correia**  
tel.: 93 743 58 16  
joao.luis.correia@bancobpi.pt

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

**VISITAS GUIADAS E LIVRES**  
**Teresa Mónica**  
tel.: 21 723 42 91  
teresa.monica.silva@bancobpi.pt

**Elsa Verdial**  
tel.: 91 824 84 66  
grupodesportivo-sul@bancobpi.pt

**Amílcar Ferreira**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

**António Costa**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

**XADREZ**  
**Pedro Ribeiro**  
tel.: 21 318 13 46  
pedro.miguel.ribeiro@bancobpi.pt

**Armando Arranja**  
tel.: 21 318 10 42  
armando.jorge.arranja@bancobpi.pt

**José Caldas**  
tel.: 22 608 85 44  
jose.manuel.caldas@pt.ibm.com

**Francisco Ribeiro**  
tel.: 22 207 53 00  
norte@gdbpi.pt

[ a fechar ]

## Aos amigos que há muitos anos atrás se lembraram de mim para o Grupo Desportivo.



**FERNANDO FERREIRA**

[VOGAL  
DA DIRECÇÃO NACIONAL]

Quando há muitos anos atrás fui convidado para fazer parte da Direcção do Grupo Desportivo, recorro ao orgulho que senti na altura. Não estava no meu pensamento fazer parte da Direcção e muito menos que ainda hoje fosse um dos elementos do Grupo.

> Os anos passaram, as transformações foram muitas, mas o certo é que o Grupo continua graças aos seus Associados. A estes manifesto o meu agradecimento pelos momentos de amizade, carinho e convívio que me têm proporcionado.

Não posso deixar de citar Fernando Pessoa, que dizia: «O único modo de encontrar um amigo é ser um»; e ainda:

«Não sou nada.  
Nunca serei nada.  
Não posso querer ser nada.  
À parte disso, tenho em mim todos os sonhos do mundo.»

Não quero ser lamechas, mas vou continuar a minha missão, com o mesmo empenho e dignidade, tal como o fiz até agora. Irei continuar a obra do Grupo Desportivo.

Aproveito para pedir aos Associados que leiam a revista, porque estou convencido de que irão encontrar algo de interesse. Lembrem-se de que temos uma biblioteca no Porto e outra em Lisboa. O nosso *site* é, também, fundamental para quem procura estar bem informado sobre as actividades do Grupo Desportivo.

Mais novidades irão chegar, dado que o Grupo está sempre aberto às sugestões dos seus Associados – e estas têm sido muitas.

A todos os meus votos de boas férias, e mais uma vez o meu muito obrigado. <



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

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

Entregas gratuitas na região de Lisboa.

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

#### DIREÇÃO TÉCNICA

Dra. Eunice Maria Marques da Cruz

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



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

T 213 241 369

F 213 241 369

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

#### HORÁRIO

De 2ª a 6ª, das 8:30 às 20:00

Sábados e Domingos das 10:00 às 19:00

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

# O nosso parceiro para todas as soluções imobiliárias

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

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

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



**VANESSA ESPADA**

Tlm.: 927 246 077

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

«Uma casa é feita de  
sonhos e amor»



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

Cada agência é de gestão e propriedade independente. AMI 4719

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



GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL  
DOS EMPREGADOS DO BANCO BPI

