

associativo

REVISTA DO GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL DOS EMPREGADOS DO BANCO BPI



[n.º 58 | Fevereiro
Abril
2019 | Trimestral | Distribuição
Gratuita | www.gdbpi.pt]

p. 65

Reformados
na Pérola do Atlântico

p. 14

Canhão da Nazaré?
Não, obrigado.

p. 21

Calendário Nacional
de Caminhadas 2019

p. 26

Calendário Nacional
de Atletismo 2019

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]

Já estamos em 2019

Passo a passo já passou 1 mês e daqui a pouco estamos no *rally-paper*.

**JOÃO SAMPAIO**

[DIRECTOR]

> Acabámos 2018 com o tradicional Jantar de Natal e a Festa de Natal oferecida pelo Banco BPI a todos os Colaboradores e que o Grupo Desportivo tem o prazer de organizar. Os brinquedos foram genericamente do agrado das crianças, e os circos, de uma qualidade excelente.

Neste ano o nosso querido *rally-paper* será na Nazaré entre 26 e 28 de Abril. A zona é um encanto, e a cidade é um local de incomparável beleza e recordação. Não nos podemos esquecer de visitar os 3 miradouros, de tentar recordar o traje típico feminino e o do pescador, de contar a lenda da imagem de Nossa Senhora da Nazaré, de visitar os museus, de conhecer o artesanato e de apreciar a gastronomia.

Chamo a vossa atenção para as diversas viagens que temos programadas e, também, para as visitas e caminhadas que vamos efectuar. O atletismo hoje está em força, e as provas patrocinadas pelo Grupo Desportivo são imensas. O basquetebol continua a representar-nos, bem como as equipas de futsal, que vão ganhando torneios. Os pescadores continuam, semana a semana, na sua azáfama, tanto no Norte como no Sul. Mais haveria a dizer,

pelo que sugiro que continuem a ler a revista. Está lá tudo!

Saliento só o que vai acontecer na Baixa do Porto, na época da Páscoa. O Orfeão irá actuar para a cidade através das varandas da sede do Grupo Desportivo. Esperemos que corra bem.

Em Novembro passado a assembleia geral aprovou o Orçamento e Plano de Actividades para 2019, estando já marcada a assembleia para a aprovação das Contas de 2018 para 22 de Março, às 17.30h, no Porto, conforme convocatória do nosso Presidente, Artur Ribeiro, que aqui podem ler. Mais uma vez as Contas serão auditadas por uma entidade externa. A auditoria tem-nos permitido melhorar o que está menos bem e aperfeiçoar o que está bem.

Vamos para o último ano de mandato com o mesmo prazer com que começámos e com a satisfação de que o Grupo Desportivo hoje está melhor do que em 2016, quando tomámos posse, em Janeiro. Os nossos agradecimentos a quantos têm colaborado com o Grupo Desportivo muitas vezes de forma completamente anónima. Sem os Sócios o Grupo Desportivo não existe.

Um bem-haja a todos.





ÍNDICE

EDITORIAL 03

CALENDÁRIO 05

VIDA ASSOCIATIVA 06

- 06 Assembleia Geral Ordinária
- 07 Orçamento e Plano de Actividades para 2019
- 07 Campismo – Licenças Desportivas
- 08 À conversa com...
Isabel Santos
- 12 Até lá, faça-nos o favor de ser feliz!
- 12 O circo no Coliseu do Porto
- 13 Viagem
- 14 Canhão da Nazaré? Não, obrigado.
- 15 Carnaval no Palace Hotel Astúrias & Spa****
- 16 Réveillon em Olhão
- 16 Fim do ano na linda serra da Lousã
- 17 Crónica do S. Martinho
- 17 S. Martinho em S. Pedro do Sul
- 18 Vinhos medalhados. Segredos bem guardados.

CULTURA 20

- 20 *Ratatouille*
- 21 Calendário Nacional de Caminhadas 2019
- 22 De Arcos de Valdevez a Jolda de S. Paio
- 22 Rota de S. João de Jerusalém
- 23 MAAT – Museu de Arte, Arquitectura e Tecnologia
- 23 Beja
- 24 Actividade do Coro do Grupo Desportivo
- 24 Orfeão Portuscale
- 25 Em Cartaz

DESPORTO 26

- 26 Calendário Nacional de Atletismo 2019
- 27 Corrida das Lezírias
- 27 S. Silvestre de Braga
- 28 S. Silvestre de Lisboa
- 28 25.ª S. Silvestre do Porto

- 29 Maratona do Porto
- 29 V Corrida de São Silvestre de Ovar
- 30 5.ª Meia-Maratona de Famalicão
- 30 Campeonato equilibrado
- 31 Criar Valor com valores
- 31 BTT – 8.ª Etapa do GPS Epic Series – Trilhos do Lidador
- 32 Futsal 2019
- 32 III Torneio Nacional Bancário de Futsal SNQTB
- 33 Torneio Patricius no Porto
- 33 Mais um ano à beira da água
- 34 Maratona de Jogos de Salão – vamos a mais uma corrida?
- 34 Jogos de Salão 2019
- 35 Karting 2019 – 2 provas
- 35 O kart não deu para mais
- 36 Torneio de Outono de Ténis de Campo
- 36 VI Torneio Aberto de Ténis de Mesa RL Challenge da FPTM 2019

FÉRIAS E VIAGENS 37

- 37 Calendário de Viagens 2017
- 38 Rota do Alvarinho
- 40 Marrocos 2019
- 42 Cerejeiras em Flor no Vale do Jerte
- 44 Grande Cruzeiro – Madeira, Marrocos e Andaluzia
- 46 Rota do Dão e da Bairrada
- 48 Cuba
- 51 Encontro com o Gerês
- 54 Bulgária e Roménia
- 57 Cursos de Inglês na University of Worcester
- 59 Áustria e Budapeste
- 60 Grécia
- 65 Reformados na Pérola do Atlântico
- 68 Caminhos do Contrabando
- 70 China Misteriosa
- 72 Viagens *City Breaks*
- 76 Hotéis
- 77 Apartamentos
- 78 Turismo rural

CONTACTOS 81

A FECHAR 82

PRINCIPAIS CADERNOS

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

FICHA TÉCNICA

Propriedade: Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI
N.º de Contribuinte: 505 065 681

Director: Osvaldo Silva

Grafismo: Nuno Costa

Revisão: Luís Alho

Secretariado: Elsa Teixeira

Colaboradores desta Edição:

Ademar Madaleno, Amílcar Ferreira, António Amaro, António Rocha, António Rosa, António Vale (fotografia), Artur Ribeiro, Bruno Pereira, Carlos Galvão, Carlos Pereira, Direcção Nacional, Duarte Cardoso, Elsa Teixeira, Fátima Pereira, Fernando Barnabé, Fernando Barrias, Fernando Ferreira, Francisco Ribeiro, Guilherme Pires, Ianos Babcinetchi, Isabel Gouveia, João Sampaio, João Serpa, Joaquim Ferreira, José Duarte, Manuel Correia, Manuela Moreira, Manuela Regueiras, Miguel Chaves, Osvaldo Silva, Pedro Ferreira, Pedro Ribeiro, Pilar Batoréu, Reis Almeida, Rui Duque, Rui Simplício, Serafim Araújo, Paulo Ricardo, Pedro Santos

Imagem da Capa: Reformados na Pérola do Atlântico

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

> **Vinhos medalhados.**
Segredos bem guardados –
consulte a nossa proposta
para este trimestre.

> Os **apartamentos**
do Grupo Desportivo
no Algarve **já estão**
disponíveis para inscrição.

> Fevereiro

15
Jogos de Salão 2019

16
Museu da Música Mecânica
e Rota dos Vinhos

17
I Trail Palmela

23
VI Torneio Aberto de Ténis de
Mesa RL *Challenge* da FPTM 2019

> Março

03
Corrida das Lezírias

03 a 05
Carnaval no *Palace* Hotel Astúrias
& Spa****

08
Maratona de Jogos de Salão

09
Caminhada de Arcos de Valdevez
a Jolda de S. Paio

16
Visita guiada ao MAAT – Museu
de Arte, Arquitectura
e Tecnologia

22
Assembleia Geral Ordinária
– discutir e deliberar sobre o
Relatório e Contas de 2018

23 a 24
Rota do Alvarinho

30
Apartamentos no Algarve já
disponíveis e até 3 de Novembro

> Abril

06
Marrocos 2019

06
Caminhada Rota de S. João de
Jerusalém

09 a 12
Cerejeiras em Flor no Vale do
Jerte

13
Visita guiada a Beja

19 a 13
Grande Cruzeiro – Madeira,
Marrocos e Andaluzia

26 a 28
Rally-Paper na Nazaré

>

Maio

11 a 12
Rota do Dão e da Bairrada

11 a 19
Viagem a Cuba

18
Karting 2019 – 2 provas

Assembleia Geral Ordinária

Convocatória

Nos termos da alínea a) do n.º 1 do artigo 15.º dos Estatutos, convocam-se os sócios do Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI para uma assembleia geral ordinária, a realizar na sede do Grupo Desportivo, sita na Rua de Sá da Bandeira, 70, na cidade do Porto, pelas 17.30 horas do dia 22 de Março de 2019, com a seguinte:

Ordem de Trabalhos

1. Discutir e deliberar sobre o Relatório e Contas da Direcção, referente ao 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, 5 de Janeiro de 2019

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral



(Artur Manuel Oliveira Ribeiro)

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

Orçamento e Plano de Actividades para 2019

Decorreu no passado dia 23 de Novembro a Assembleia Geral Ordinária destinada a discutir e deliberar sobre o Orçamento e Plano de Actividades para o ano de 2019.

Por Duarte Cardoso

> Foi uma assembleia geral bastante participada e que se iniciou com a apresentação do Orçamento e Plano de Actividades pelo Presidente da Direção Nacional, João Sampaio, tendo havido vários interventores e a cujas questões foram sendo dadas as devidas explicações.

Concluídas as intervenções e os esclarecimentos todos prestados, foi o Orçamento e Plano posto à votação pelo Presidente da Mesa, Artur Ribeiro, tendo o mesmo recolhido a unanimidade dos votos presentes.

Passados ao ponto 2 da ordem de trabalhos e entre os diversos temas abordados foi dada a informação por João Sampaio sobre a integração dos anti-

gos Grupos Desportivos no Inatel, tendo informado que a data “mais antiga” é a do Grupo Desportivo do Fonecas & Burnay.

Nada mais havendo a referir ou tratar, foi encerrada a assembleia pelas 19.15h. <



Campismo – Licenças Desportivas

Pode encontrar as condições e os preços para 2019 na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=5654>. Não deixe para a última hora. Consulte e veja como renovar ou requerer a sua licença desportiva.

Por Elsa Teixeira

> Os associados interessados na emissão ou na revalidação das licenças desportivas emitidas pela Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal devem enviar para o Grupo Desportivo o seu pedido, indicando o pretendido, por:

Correio interno: código de correspondência 1077,
ou

E-mail: sul@gdbpi.pt – ou – grupodesportivosul@bancobpi.pt

É necessária a seguinte informação: morada actualizada, contacto telefónico, fotocópia do cartão de cidadão ou do bilhete de identidade, número de identificação fiscal, uma fotografia a cores e, sendo caso disso, fotocópia do cartão jovem.

O campismo é o lazer para quem procura o contacto directo com a natureza.

Este serviço é prestado de forma gratui-



ta aos sócios. Não tem grau de urgência, pelo que solicitamos que o mesmo seja tratado atempadamente.

Consulte a tabela de preços de licenças e seguros na nossa página em:

<http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=5654> ou fale com a Secretaria do Grupo Desportivo em Lisboa <

[entrevista]



À conversa com... Isabel Santos

Isabel Maria Santos, 64 anos, portuguesa, leiriense, tripeira, adepta do Sporting, cidadã do mundo muito próprio. Tem dois filhos, um neto, outro a caminho, e fala deles com uma alegria contagiante.

Por Rui Duque

> Isabel Maria Santos, 64 anos, portuguesa, leiriense, tripeira, adepta do Sporting, cidadã do mundo muito próprio. Tem dois filhos, um neto, outro a caminho, e fala deles com uma alegria contagiante. Na verdade, os seus olhos brilham quando fala deles, mas também brilham quando fala das suas palestras, das suas aulas, das suas peças de teatro, do livro que já escreveu e daquele que está na gaveta da sua memória e da sua imaginação – a prova viva de que, quando chega a hora da reforma, a vida continua e não tem de ser necessariamente pior ou sequer desinteressante.

Enfim, nas próximas linhas, vamos encontrar alguém para quem o impossível é apenas aquilo que nunca se tentou; e alguém que, tendo tempo para fazer tantas coisas nas 24 horas do seu dia, acreditamos nós, partilha da ideia de Vergílio Ferreira quando diz «O tempo que passa não passa depressa. O que passa depressa é o tempo que passou.»

Habituei-me, desde cedo, a brincar com

as palavras e a fazer com elas jogos lúdicos, construir histórias, inventar diálogos, sonhar com tempos idos, projectar a memória dos dias em folhas estupidamente brancas, tão alvas que a sua lisura, só por si, desafia os dedos a desenhar qualquer coisa. Muitas vezes partilhei textos com pessoas que – acredito! – as leram e pensaram que lá estava eu, de novo, a fazer equações de coisa nenhuma. Diante das folhas, estou protegida e posso inventar o que me apetecer porque é um acto unilateral, sem remos nem contraditório. Hoje, porém, alguém chegou e, literalmente, tentou esmieuçar-me a mente com questões “provocantes”, “insinuantes” e “objectivas”.

Fazer escolhas, mostrar o que se é, de facto, é um exercício curioso acutilante, desafiador. Dei por mim a lembrar-me dos sonhos de menina, das memórias que ficaram, dos projectos que se concretizaram.

Mas muito mais interessante do que quaisquer jogos de letras ou de respostas mais ou menos “politicamente” correctas, valeu a oportunidade de transmitir, a quem quiser ler e pensar, que a vida lúcida que temos para viver é muito curta, tão veloz que até arrepiava.

É por isso que, cada vez mais, contra tudo e contra todos, e porque o faço de maneira pessoal, eu afirmo que todos temos a obrigação de deixar uma marca indelével de nós, aquela que pode ferir, fazer sorrir, até de nada se preciso for, apenas para que tenhamos a satisfação de dizer: «Eu passei por aqui e vivi cada dia vivi intensamente, cada projecto foi pensado para durar, até quando for preciso.»

E hoje, tive a certeza de que viver pode ser um acto tão generoso quando um amigo, em amena conversa, nos questiona, nos confronta e nos dá a certeza de que, afinal, nós somos gente.

É disto tudo que eu quero dizer quando brinco com as palavras: a vida pode ser um momento como este.

GD: De que gosta muito?

RE: Música, teatro, bailado e ópera. Depois, noutros campos, gosto de tripas e claro, adoro o meu neto.

GD: O que detesta?

RE: Detesto a parvoíce e a estupidez. É importante referir que aquilo de que não gosto mesmo é de acções estúpidas, de pessoas que se acham mais que os outros. Não gosto de que me atirem areia para os olhos.

GD: Vê o avançar da idade como um passo a mais ou um passo a menos?

RE: Claramente como um passo a mais, muito mais, muito mais...

GD: Quando descobriu que tinha talento?

RE: Desde o liceu; muito incentivada por excelentes professores de português que tive. Em função dos meus resultados, sempre me foram dizendo que eu tinha talento.

GD: O propósito da sua arte é servir os outros ou servir a arte?

RE: Depende. No livro que escrevi não tive a veleidade de ensinar nada a ninguém, mas é possível tirar dali ilações e conclusões. Depende de cada um. Mas arte é um conceito muito amplo; tanto pode ser uma flor que nasce num sítio inusitado como uma grande pintura ou obra musical. Mas em concreto, não escrevo para servir a arte, sou até eu que vou à arte buscar algo de que gosto muito.

GD: Quem é o seu escritor de eleição?

RE: Tenho dois.

Almeida Garrett: Por ser para mim o



maior. Mais completo e cuja personalidade ainda hoje fascina.

Camilo: Não obstante a complexidade de carácter, por ter sido o melhor “fotógrafo” da sociedade do seu tempo, traduzindo em romances de enredos fantásticos 1001 personagens que, sem ele, teriam ficado no esquecimento.

Almeida Garrett e Camilo Castelo Branco

Sou garrettiana e camiliana a 200% Hahahaha

GD: O que é mais gratificante: passar uma hora a ensinar história ou uma manhã a dançar com as palavras escritas?

RE: Ambas. É-me difícil escolher. Quando estou a ensinar história, procuro fazê-lo de forma a incentivar o gosto por tudo aquilo que já fomos e representamos enquanto povo e nação. Contrariamente ao que alguns julgam, nós não somos pequeninos – já fomos grandes e continuamos grandes.

A dança das palavras é um fascínio. Olhe, Rui, é o que quiser. É um deserto, é uma encruzilhada, é um labirinto. É muito estado de alma em simultâneo.

GD: Quem é o seu ídolo?

RE: Almeida Garrett. Posso explicar porquê. Grande escritor, gran-

de pessoa, grande patriota, grande soldado e grande orador. Aconselho a lerem os discursos parlamentares dele. Ele falava e arrebatava completamente aquela assembleia.

GD: A sorte somos nós que a fazemos?

RE: Claramente sim.

GD: Picasso disse em tempos: «A inspiração quando chega, encontra-me sempre a trabalhar.» Também lhe acontece isso, ou só pega na caneta quando se sente inspirada?

RE: Eu tenho muitas inspirações nas várias alturas do dia. Mas... eu gosto de “mastigar” os meus pensamentos. Tenho vindo a descobrir que sou detentora de uma excelente memória, e, como tal, vou registando... e quando tenho oportunidade, pego na esferográfica e passo para o papel.

GD: Na vida qual é a regra do jogo?

RE: Pergunta complicada... Consciência tranquila. Em todas as ocasiões. Deitar-me na almofada reconciliada e tranquila.

GD: Depois de uma vida a trabalhar num banco, a dar aulas de história, a ser escritora, a fazer teatro, a dar palestras, a ser mulher, mãe e avó, o que lhe falta fazer?

RE: Aprender a tocar piano. Não vou morrer sem aprender a tocar... Foi a única falha na educação que o meu pai me deu... ☺... Se é que se pode considerar isso uma falha.

GD: O que é que sente um professor quando vê uma turma que começa com 9 alunos e de repente se vê a trabalhar com 46?

RE: Um profundo orgulho e a certeza de que realmente a comunicação quando é bem canalizada vai tocar e atrair pessoas.

GD: Já percebemos que é uma mulher de desafios. Qual é o próximo?

RE: Tirar o livro da cabeça e finalmente lança-lo cá para fora.

GD: Se lhe derem uma caixa de limões o que faz: limonada ou caipirinha?

RE: Tem de ser uma dessas duas?



GD: Não... claro que não, Isabel!

RE: Ok, faço uma tarte de limão.

GD: Ah, ah, ah, ah... boa! Está zangada com alguém?

RE: Sim, ainda estou.

GD: Quem punha na prisão?

RE: Isso agora... tanta gente. Embora eu ache que a prisão não melhora as pessoas.

GD: É apologista da pena de morte?

RE: Não, mas sou apologista da prisão perpétua, que na minha opinião castiga muito mais.

GD: O que é que a idade nos oferece?

RE: Traz-nos a sabedoria que nos terá feito falta em idades anteriores. Sou partidária daquilo que o Herman José diz: «Devíamos nascer velhinhos, e depois andar para trás.» Porque da forma como a nossa existência acontece, o período bom da vida é demasiado curto.

GD: E o que é que ela nos tira?

RE: Tira-nos entes queridos e pessoas de quem gostamos.

GD: Olhando para trás, qual a sua maior conquista?

RE: Para além do óbvio, que são os meus filhos, vou responder-lhe que tem sido o facto de me conseguir conhecer a mim própria.

GD: O livro da vida?

RE: *O Arco de Sant'Ana*

GD: O filme mais, mais, mais...?

RE: *Ben-Hur*

GD: É mais de olhar para a árvore ou para a floresta?

RE: Para a floresta. A floresta, para mim, representa o mundo, e eu gosto muito de olhar para pessoas, não para uma pessoa.

GD: Acredita no destino ou apenas na capacidade de mudar?

RE: Acredito na capacidade de mudar, sem dúvida nenhuma.

GD: Tem saudades de quê?

RE: Dos cheiros da minha infância. Tenho uma memória olfativa muito forte. Lembro-me do fascínio de ir a uma manteigaria e olhar para aquelas taças de manteiga fresca. Lembro-me de ir à mercearia, e quando senhor abria a caixa das bolachas de baunilha e vinha de lá aquele cheiro maravilhoso e único. Lembro-me do cheiro de quando a minha avó fazia uma carne frita com farinha de milho e nabiças. Tenho saudades disso.

Não tenho saudades da infância, embora tenha sido muito boa. Acredito em que a vida ainda está para vir. Gosto de acreditar em que faço o possível para que o meu dia valha a pena. Não gosto de olhar para ele como se fosse o último. Não é esse o objectivo. Aquilo que me norteia é garantir que cada um deles, por si só, valeu a pena.

GD: Como é que gostava de ser recordada pelos seus colegas do banco?

RE: Gostava de que algumas pessoas com quem convivi me recordassem de uma forma generosa e fossem simpáticas comigo, da mesma forma que eu fui com elas.



GD: O que queria ser quando era menina?

RE: Bailarina. Essa é a minha pedra no sapato. Fiz ballet dos 3 aos 17 anos. Tinha jeito. Aos 17 anos, tive na minha mão uma bolsa de estudo para ir para o Royal Ballet de Londres. Mas na altura o meu pai achou que eu não devia ir.

GD: O que quer ser quando for velhinha?

RE: Gostava de que os meus netos gostassem da avó.

30. Responda – Com uma palavra apenas

GD: Qual o seu prato favorito?

RE: Cozido à portuguesa com farinha

GD: Teatro ou cinema?

RE: Teatro

GD: Aulas ou palestras?

RE: Ambas ☺

GD: Livro ou crónicas soltas?

RE: Livros

GD: Primavera ou Verão?

RE: Inverno

GD: Beijo ou abraço?

RE: Abraço

GD: Romance ou comédia?

RE: Romance

GD: Manhã ou tarde?

RE: Noite; madrugada

GD: 25 de Abril

RE: Bem-vindo

GD: Pinto da Costa

RE: “Varandas” ☺

GD: Filme ou livro

RE: Livro

GD: Grupo Desportivo BPI

RE: Necessário e fundamental



Cartão de Crédito REPSOL

- 9 cêntimos de desconto em combustíveis aditivados
- 7 cêntimos de desconto em combustíveis não aditivados
- 1,2 cêntimos de desconto na aquisição de combustíveis em Espanha

Consulte os seus movimentos, na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>, no menu superior da página de entrada, em Repsol.



Até lá, faça-nos o favor de ser feliz!

O 15 de Dezembro acordou mais ou menos soalheiro a convidar a um passeio até ao Parque das Nações, onde assistimos a uma verdadeira festa de Natal, com os dois espectáculos de circo completamente esgotados.

Por Rui Duque



> Escolhemos o Cardinali, e uma vez mais fomos contemplados com um espectáculo singular – a expressão de felicidade das crianças à chegada, como que por magia, duplica-se no momento da saída – de tal forma, que isso já nem sequer é notícia.

Aquilo que é notícia é o facto de já não vermos os leões nem os tigres, e a curto prazo não irmos ver nenhum tipo de ani-



mais no circo. Nem no Cardinali, nem em nenhum outro.

Aquilo que para uns é: «Finalmente, já devia ter sido há muito tempo»... para outros será: «Que pena, gostava tanto!»

O 15 de Dezembro acordou mais ou menos soalheiro, com a temperatura a convidar a um passeio até ao Parque das Nações, onde assistimos a uma verdadeira festa de Natal, com os dois espectáculos de circo completamente esgotados. Se a 1.ª sessão estava completa, a das 11.30h estava cheia que nem um ovo.

O riso escorrito e a gargalhada fácil foram uma constante.

Tal como tínhamos alvitrado, todos chegaram com um sorriso nos lábios e saíram depois de dar umas boas gargalhadas. Pelo meio ficaram as exclamações de admiração nos números de acrobatas, trapezistas e mágicos contratados para o efeito.

No próximo ano cá estaremos, com sol ou chuva, com frio ou calor, mas sempre com circo; com estes protagonistas, ou com outros quaisquer; aqui ou noutra local.

Até lá, faça-nos o favor de ser feliz. <

O circo no Coliseu do Porto

Os dois espectáculos de circo da Festa de Natal do Banco BPI, realizados no Coliseu, agradaram a todos, mesmo aos que chegaram atrasados.

Por Reis Almeida

> Neste ano o circo do Coliseu do Porto, por entre as variadíssimas apresentações, incluiu um número de lazeres e um outro, de magia, bem como um de forças combinadas.

Quem viu gostou. Mesmo os atrasados do costume, do pouco que viram, adoraram. Mais uma vez, sem animais, o espectáculo de circo do Coliseu agradou a todos.

Os espectáculos foram do agrado geral, com alguns números a ser fortemente aplaudidos por uma imensa assistência que enchia a sala do Coliseu; nem faltaram os palhaços e os trapezistas.

Nos intervalos, dos espectáculos da manhã e da tarde, contámos com as presenças da dra. Cláudia Teixeira Almeida e da dra. Susana Trigo Cabral, respectivamente, que deixaram, a todos os colaboradores do Banco presentes, uma mensagem



com os desejos de um Bom Natal e um Bom Ano Novo, e também uma palavra amiga e elogiosa para o trabalho desenvolvido pelo Grupo Desportivo na realização de mais uma Festa de Natal. <

Viagem a Myanmar

Viagem a um país exótico, via Dubai e Bangucoque, na Tailândia, de 28 de Outubro a 7 de Novembro de 2018.

Por Carlos Galvão



> Grupo de 21 pessoas apoiado num programa da agência de viagens Tryvel focado nos aspectos paisagísticos, culturais, gastronómicos e sociais.

Fomos acompanhados pelo guia iraniano Hossein, por parte da Tryvel; pelo Professor Anísio Franco, historiador de arte; e por guias locais, dos quais salientamos o guia de Myanmar Tom Tom, pelos seus conhecimentos, cultura e simpatia.

As cidades visitadas foram Mandalay, Amarapura, Inwa ou Ava, Bagan, cidades e aldeias do lago Inlake, com 100 km de comprimento e 5 km de largura, e Yangon, antiga capital com o nome de Rangum.

Destacamos o que mais apreciámos: o Mosteiro Schwe Inbin, de madeira de teca, onde pudemos observar o quotidiano de centenas de monges budistas; a Ponte Ubein, de madeira de teca, com 1,2 km;

os milhares de templos, pagodes e suas *stupas* (ou cúpulas) e mosteiros de Bagan, muitos em ruínas, mas que estão a ser alvo de reconstrução arqueológica ao abrigo de um programa da Unesco.

O lago Inlake, com as suas numerosas aldeias e cidades, a maior parte flutuantes e rodeadas de culturas flutuantes, nomeadamente tomates, beringelas, bananas, arroz e planta de lótus – que dá origem a um tecido muito apreciado e caro, que combina com a seda.

E entre os muitos pagodes luxuosos revestidos a folhas de ouro e encabeçados por diamantes, escolhemos como mais magnífico o pagode de Shwe Dágon, com a imagem do seu buda reclinado e cuja confraria guarda 70 toneladas de ouro.

O budismo não é uma religião, mas uma filosofia em que o buda é o conselheiro para os crentes que acreditam não em reencarnação, mas em novas vidas que dependem das suas boas ou más acções, na forma de novas pessoas, animais ou coisas.

Visitámos fábricas artesanais de folhas de ouro, papel, laca, jade, seda e lótus.

Observámos um contraste gritante entre a vida singela dos monges e camponeses e a opulência dos pagodes revestidos a folhas de ouro e pedras preciosas.

Dos bons hotéis onde nos alojámos, evidenciamos o do Inlake, cujos aposentos eram barcos sobre o lago. A comida de restaurantes e hotéis foi boa.

Foi, em suma, uma viagem bem conseguida e que se recomenda.





Canhão da Nazaré? Não, obrigado.

Claro que não vamos levar os nossos sócios até ao canhão da Nazaré. Mas queremos que sintam toda a magia daquele local e percebam porque é que uma pequena terra, pacata e organizada, é hoje notícia em todo o mundo.

Por Rui Duque

> Da comissão organizadora ninguém ainda teve coragem de pôr os pés na água. Os nossos concorrentes também não vão ter de o fazer.

Como é sabido, os últimos eventos têm sido organizados por uma equipa nacional. Esse facto torna agora tudo muito mais fácil e acessível.

Aquilo que antes era um desafio difícil agora é brincadeira de meninos; aquilo que antes eram perguntas difíceis e arditosas agora são perguntas simpáticas e interessantes; aquilo que antes eram pedidos inusitados, agora são objectos que se encontram ao virar da esquina; mas

aquilo que antes era agradável e bem-disposto agora é muita alegria e uma dose dupla de boa-disposição.

Desta vez temos provavelmente o percurso mais curto de sempre. Quase nos atrevemos a dizer que até com um carrinho de rodas conseguíamos fazer este *rally-paper*. Mas vai ser muito interessante, isso vai...!

Os hotéis estão marcados, o menu está decidido, os prémios estão comprados, o percurso está traçado; só falta mesmo a sua inscrição.

Claro que neste ano vamos ter dificuldades acrescidas porque os hotéis já nos garantiram que não conseguem disponibilizar nem mais uma cama; como tal, não deixe para a próxima semana – trate já da sua inscrição, porque este *rally* está condenado a ser mais um êxito.



Realização: de 26 a 28 de Abril
Inscrição até: 12 de Abril
Ponto de encontro: no hotel
Hora: 9.00h
Valor: 168 euros
Crianças dos 4 aos 12 anos: 84 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 145 euros
Inscrição inclui: participação no *rally*, almoços de sábado e domingo, jantar de sábado, duas noites de alojamento e entradas em todos os locais que constem da prova
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
O pagamento poderá ser efectuado em até: 5 (cinco) prestações, com início na data de inscrição, 2 (duas) em Abril
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Em caso de desistência haverá lugar às seguintes penalizações por pessoa: até 26 de Março: 36 euros de 27 de Março e até 11 de Abril, inclusive: 50% do custo da inscrição após 12 de Abril, inclusive: 100% do custo da inscrição
As inscrições são limitadas
Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

Carnaval no Palace Hotel Astúrias & Spa****



Nas Termas do Carvalhal, na aldeia de Lazarim, em Castro Daire. Música, baile, máscaras, eis a grande magia de Carnaval que propomos aos nossos associados para a grande noite com música e animação no Palace Hotel Astúrias & Spa****.

Por Francisco Ribeiro

3 de Março – Porto / Sangalhos / Termas do Carvalhal

09.00h – Saída do Porto
Paragem em Sangalhos com visita às caves
13.30h – Almoço
Continuação até às Termas do Carvalhal
Check-in no Palace Hotel Astúrias & Spa****
19.45h – Jantar no restaurante do hotel

4 de Março – Termas do Carvalhal / Castro Daire / Termas do Carvalhal

09.30h – Saída com destino a Castro Daire
Visita à Igreja-Matriz do final do século XVII e às ruínas da Muralha das Portas de Montemuro
13.00h – Almoço
Regresso ao hotel
19.30h Jantar e Baile de Carnaval com música ao vivo

5 de Março – Termas do Carvalhal / Castro Daire / Lazarim / Porto

Check-out
12.00h – Almoço no restaurante do hotel
14.00h – Saída em direcção a Lazarim
Tarde livre
Para ver: desfile dos Caretos
Para visitar: Centro Interpretativo da Máscara Ibérica
18.30h Saída de Lazarim com destino ao Porto
20.00h Paragem técnica
Continuação de viagem até ao Porto

> O Carnaval assume-se como uma festa onde reinam fantasias e disfarces, na qual miúdos e graúdos festejam usando máscaras e trajes coloridos que não têm possibilidade de usar durante o resto do ano.

É uma época de diversão onde são permitidas brincadeiras, seguindo o provérbio popular:

«É Carnaval, ninguém leva a mal!»

«A vida são dois dias, o Carnaval são três!»

«Não fique triste, o Carnaval existe!»

«Antes solteiro no Dia dos Namorados, que namorando no Carnaval!»

A festa do rei Momo sempre teve um inexplicável ar de melancolia. Máscaras e sombras desfilando. A nudez vestindo-se de luz e purpurina, brilhando e despertando sensações – aquelas que ficam guardadas nos sótãos da alma, no ano inteiro escondidas... Fantasias... <

Realização: de 3 a 5 de Março

Inscrição até: 22 de Fevereiro

Ponto de encontro: Junto ao café Capitólio

Hora: 9.00h

Valor: 225 euros

Cama extra: 75 euros

Crianças dos 5 aos 8 anos: 35 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 185 euros

Inscrição inclui: transporte, alojamento, 2 noites, 3 dias, 5 refeições e seguro de acidentes pessoais

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

O pagamento poderá ser efectuado em até: 2 (duas) prestações, com início no mês da inscrição

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Oferta de 2 (dois) acessos à piscina dinâmica de 30 minutos por pessoa; mínimo de 40 pessoas

Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

Réveillon em Olhão

No dia marcado dois autocarros rumaram a Olhão, com os participantes determinados a sair do ano velho e a entrar no novo ano.

Por Ademar Madaleno

> Após uma paragem técnica para desentorpecer as pernas e tomar um café, por volta das 19.00h já toda a gente estava a fazer o *check-in* no Hotel Real Marina. O jantar-*buffet*, oferecido pelo Grupo Desportivo, foi um gesto de agradável surpresa para todos.

No dia seguinte o Grupo Desportivo disponibilizou o autocarro para uma ida e vinda a Faro, tendo quase todos aproveitado a boleia para conhecer melhor a cidade. O resto da tarde e a noite foram preenchidos com o jantar, e quem quis pôde fazer uma caminhada nas ruas de Olhão ou então no paredão junto à ria.

No último dia do ano cada qual preencheu o tempo do modo que mais lhe agradou. Pelas 19.30h começaram os preparativos de fim de ano com um aperitivo, e logo depois, o jantar de gala acompanhado por odaliscas a dançar a dança do ventre e um cantor indiano que muito cantou, mas pouco encantou. Quase terminado o jantar, surge uma banda musical com ritmo, que proporcionou aos mais dançari-

nos a exibição das suas habilidades.

Meia-noite. Todos para a piscina para ver o fogo-de-artifício – dez minutos mágicos, com um final de pirotecnia que só os lusos sabem fazer. De volta à sala foi então tempo de dançar com a actuação de um DJ.

A noite já ia longa, mas sempre houve lugar para um caldo-verde e doçaria – sim, porque abanar o capacete faz fome... e sede. Poucas horas depois foi tempo de *check-out*, *brunch* e regresso a Lisboa.

Feitas as despedidas, ficaram o desejo e a confirmação de que lá para o fim deste ano nos encontraremos outra vez.



Fim do ano na linda serra da Lousã

Novo ano foi recebido com alegria e em boa companhia!

Por Joaquim Ferreira

> Com muito vento e frio, partimos do Porto com destino à serra da Lousã, onde se situa o restaurante O Burgo, num local paradisíaco, a caminho da Ermida de Nossa Senhora da Piedade, junto a umas piscinas naturais, no local de uma antiga azenha, com janelas debruçadas sobre a serra.

Após o almoço seguimos viagem até ao hotel no Palácio da Lousã, que foi outrora o Palácio da Viscondessa do Espinhal, datado do séc. XVIII e que hoje combina um ambiente de charme com todo o conforto e tecnologia de um hotel moderno.

Segunda-feira, saímos em passeio rumo a Góis, onde pudemos visitar a Igreja Matriz, a Ponte Real, a capela do Castelo, a cisterna e o fontanário do Pombal. O almoço teve lugar no restaurante típico A Tia Maria, localizado em pleno centro histórico da vila de Góis, onde nos foi servida uma chanfana de cabra velha.

Com um VIP Medieval, teve início a Festa da Época de 1811 com *dress code* a rigor. Foram servidos pratos típicos

desta quadra e houve oportunidade para um agradável convívio, não faltando as fotografias para documentar a noite do novo ano recebido com alegria e em boa companhia!

O jantar de *réveillon* foi acompanhado por dois artistas com músicas ligeiras, e o baile que se seguiu, animado pelo DJ residente.

No dia 1 de Janeiro, já muito perto das 11.30h, seguimos viagem até Sangalhos, onde teve lugar o primeiro almoço de 2019; por volta das 18.00h, fez-se a viagem de regresso ao Porto.



Crónica do S. Martinho

A chegada ao Casal de Santa Filomena, quinta localizada junto a um pinhal, com o salão de banquetes rodeado de um bonito jardim, deu-se por volta das 13 horas.

Por Isabel Gouveia



> Como combinado, o encontro foi às 9 horas em Sete-Rios, de onde partiram dois autocarros, cheios com pessoal animado e pronto para um dia de saudável convívio.

A primeira paragem foi em Setúbal, onde, durante cerca de meia hora, se tomou um cafezinho e houve até quem fosse ao mercado!

O S. Pedro não mostrava sinais de abrandar a chuva, mas foi pena que a linda paisagem da Arrábida não fosse devidamente apreciada em face da chuva e do nevoeiro.



No cabo Espichel, a chuva deu algumas tréguas e o vento não impediu uma visita à igreja e ao extremo do cabo.

Cerca das 13 horas, chegada ao Casal de Santa Filomena, onde nos aguardava uma sala bastante grande, com mesas cheias de entradas acompanhadas do belo moscatel de Setúbal ou sumo de laranja, e logo se acomodaram as cerca de 140 pessoas que compunham o grupo.

O almoço foi composto de uma boa sopa de carne à moda antiga e bacalhau com espinafres, tudo acompanhado pelos vinhos, branco e tinto da região. Para sobremesa, torta de laranja e o inevitável cafezinho.

Depois foi tempo de dançar, com um animador que deu música variada à malta.

O tempo passou rapidamente e o lanche trouxe as bifanas, o caldo-verde e a rainha da festa: a bela da castanha assada!

O tempo não ajudou, mas o reencontro com colegas e amigos tudo compensou.

Venha o próximo S. Martinho, ainda melhor!

S. Martinho em S. Pedro do Sul

Foi bem no cimo da serra de S. Macário que fomos presenteados com um magusto tradicional de castanhas assadas em caruma no chão.

Por Duarte Cardoso



> Foi com tréguas de S. Martinho que partimos em direcção a S. Pedro do Sul e nos dirigimos à XX Festa da Castanha e do Mel, que decorreu em Macieira do Sul, bem no cimo da serra de S. Macário, na qual fomos presenteados com um magusto tradicional de castanhas assadas em caruma no chão, acompanhado musicalmente pelo Grupo de cavaquinhos Os Resistentes da ADIVE.



Foi já no final do dia que chegámos ao Hotel do Parque, em que ficámos alojados e no qual foi servido o jantar de S. Martinho, bem regado com jeropiga e com castanhas assadas muito quentinhas.

Foi após o jantar e uma bela partida de futebol, entretanto visionada na televisão, que teve início a noite dançante com animador local e música para todos os gostos, inclusive para alguns pedidos formulados pelos nossos magníficos "bailadores".

Prevista para o dia seguinte estava uma caminhada pelas termas, mas S. Martinho não permitiu que tal acontecesse, e muitos trocaram-na pelo descanso, e outros, por uma ida até à piscina e ao ginásio do hotel, no sentido de retemperar forças e ganhar ânimo e apetite para o excelente almoço que foi servido e que se denominava «À Honra do Porco».

A meio da tarde desse dia de S. Martinho bem chuvoso, regressámos ao Porto muito animados e com uma grande vontade de marcar presença no próximo ano, esteja o tempo que estiver.

Vinhos medalhados. Segredos bem guardados.



Imagem da capa da *Revista de Vinhos*

Como encomendar:

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

As encomendas são entregues no prazo máximo de 10 dias úteis. Para encomendas acima de 50 euros o Grupo Desportivo entrega na casa do sócio, tendo para isso de indicar a sua morada no acto da encomenda. Para encomendas inferiores a 50 euros pode levá-las nas instalações do Grupo Desportivo de Lisboa ou Porto.

São vinhos de pequenos produtores que não estão disponíveis nas grandes superfícies comerciais. São promoções exclusivas para os sócios do Grupo Desportivo.

Por Pedro Ferreira

> Os vinhos propostos para este trimestre são projetos que têm alguma particularidade por parte dos seus enólogos. Convidamo-lo a provar o resultado das escolhas feitas pela WineConcept, entre tintos, brancos, verdes e, neste trimestre, um moscatel. À sua saúde!

Com esta parceria, pode ainda adquirir uma assinatura anual da *Revista de Vinhos* a um valor ainda mais baixo, apenas para este trimestre: 20% de desconto face ao preço de capa.

Preço: 45 euros

Sócios: 36 euros (12 números)



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

Proposta trimestral
Grupo Desportivo
– WineConcept

Vinho
em destaque
desconto
€6,30

Castrus Loureiro Branco 2017

Preço: 6,60 euros
Sócios: 4,60 euros
Notas de prova*: Aspecto límpido e cor citrina. Aroma intenso e sabor característico. Corpo cheio e prolongado final de boca evidencia as notáveis qualidades da casta Loureiro com ligeiro aroma e sabor amadeirados.



Venâncio da Costa Lima – Rubrica – Moscatel Reserva 10 anos

Preço: 20,70 euros
Sócios: 14,40 euros
Notas de prova*: DOC Península de Setúbal: cor âmbar. Aromas complexos a passas de uva, frutos secos e mel. Boca densa, macia, aromática e final doce e prolongado. Servir a 12 °C como aperitivo e a 14 °C para acompanhar doçaria tradicional.



Boina Branco 2017

Preço: 11,40 euros
Sócios: 7,90 euros
Notas de prova*: DOC Douro; aromas de frutos de caroço, citrinos, flores brancas, com ligeira nota de pedra molhada. Sabor fresco e intenso, mas também com volume e estrutura apresentando um final de boca muito equilibrado.
Castas: vinhas velhas onde predominam o Rabigato, a Códega (Síria), a Malvasia Fina e a Códega do Larinho.



Palavrar Vinhas Velhas Tinto 2015

Preço: 13,65 euros
Sócios: 9,50 euros
Notas de prova*: DOC Douro; cor rubi intensa; aroma com nuances de especiarias e fruta madura. Na boca revela-se intenso com taninos redondos e maduros, proporcionando um final longo e persistente. Final de prova muito suave, agradável e longo.
Castas: Touriga-Nacional, Touriga-Franca, Tinta Barroca e Tinta Roriz



Primado Encruzado Branco 2017

Preço: 13 euros
Sócios: 9 euros
Notas de prova*: DOC Dão; nariz varietal. A exuberância da casta Encruzado vai-se revelando no copo, apresentando-se o aroma inicialmente mais fechado. Aromas cítricos com algumas notas tropicais. Na boca há equilíbrio entre a acidez e o álcool com grande elegância. Final de boca longo com complexidade aromática e intensidade.



Casa Américo Alfrocheiro Tinto 2015

Preço: 10,35 euros
Sócios: 7,20 euros
Notas de prova*: DOC Dão. Cor rubi intensa. Aroma harmonioso com notas de frutos silvestres e especiarias. Na boca é intenso e musculado, e tem um final longo apimentado.



Casa de Saima – Colheita Baga da Corga Tinto 2017

Preço: 11 euros
Sócios: 8 euros
Notas de prova*: DOC Bairrada; aspecto límpido e cor ligeira de média concentração. Tonalidade: laivos de cor vermelha. Aroma vinoso de grande elegância, casando com notas de frutos vermelhos e especiarias com notas resinosa e vegetais. Equilibrado no sabor e elegante com final muito longo e autêntico segundo a sua tradição.



Hugo Mendes – Lisboa Branco 2017

Preço: 15,20 euros
Sócios: 10,60 euros
Notas de prova*: DOC Lisboa; proveniente de terroir fresco e arejado, é um vinho que se mostra ácido, leve, aromático e evolutivo. Aromas complexos com boca expressiva.
Castas: Fernão Pires (50%) e Arinto (50%)



Casa de Sabicos Joaquim Madeira Branco 2017

Preço: 10,85 euros
Sócios: 7,90 euros
Notas de prova*: DOC Alentejo; cor citrina conjunto de notas tropicais e ligeiro fumado sugerido pela madeira onde estagiou. Encorpado, macio, com frutos tropicais, boa acidez, final de prova persistente, sobressaindo a fruta.
Castas: Antão Vaz, Arinto e Chadonnay



Howard's Folly "Sonhador" Tinto 2011

Preço: 11,10 euros
Sócios: 8,10 euros
Notas de prova*: DOC Alentejo; cor vermelho-escuro e quase opaco. Aromas atractivos e frescos de ameixa, cereja e groselhas pretas. Paladar suave, elegante flexível com grande equilíbrio e suporte de taninos bem estruturados.
Castas: Syrah (30%); Alicante Boushet (30%); Aragonez (30%); Touriga Nacional (10%)



Mais notas de prova em:
<http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=45&parentid=41&detalheid=5656>

Ratatouille

Ratatouille é uma receita por excelência muito rica em vitaminas e antioxidantes que lhe vai proporcionar um efeito *detox* e ao mesmo tempo a sensação de que nem sequer está em dieta!

Por António Rosa

> Diz o ditado popular: «Ano Novo... Vida Nova!» E com esta premissa, sempre que entramos no mês de Janeiro, agendamos, prometemos, traçamos objetivos e definimos metas ambiciosas em quase todas as vertentes do nosso quotidiano.

Para muitos, um desses objetivos é começar o ano a fazer dieta, justamente porque as épocas festivas de fim de ano foram largamente comemoradas, sem qualquer tipo de restrição e com tudo a que tiveram direito. De qualquer forma, uma dieta alimentar não tem necessariamente de ser um verdadeiro sacrifício, até porque quando o é... não vai muito longe nem produz os efeitos desejados.

Se está com falta de ideias, a sugestão de ano novo é um prato vegetariano verdadeiramente delicioso – *ratatouille* é uma receita por excelência muito rica em vitaminas e antioxidantes que lhe vai proporcionar um efeito *detox* e ao mesmo tempo a sensação de que nem sequer está em dieta!



Atualmente já existem inúmeras versões criadas de *ratatouille*. Deixo-lhe a minha fórmula-base para que possa desafiar a sua criatividade e acrescentar algo bem inovador e ao seu estilo!

Bom apetite!



Ingredientes (4 pessoas):

- 50 g azeite
- 2 cebolas pequenas
- 3 dentes de alho
- salsa q.b.
- 1 pimento verde pequeno
- 1 pimento vermelho pequeno
- 1 folha de louro
- 1 beringela grande
- 1 courgete média
- 100 g abóbora
- 3 tomates médios
- sal e pimenta q.b.
- azeitonas verdes s/caroço
- anchovas (a gosto)



1. Corte todos os ingredientes em pedaços médios
2. Coloque no copo o azeite, as cebolas cortadas em fatias finas, os alhos e a salsa picados e programe 3 min., temp. Varoma, vel. 1.

3. Adicione os pimentos e o louro, e programe 10 min., temp. Varoma, vel. colher inversa.
4. Junte os legumes restantes, o sal, a pimenta, as anchovas e as azeitonas, e programe 20 min., temp. Varoma, vel. colher inversa.

Calendário Nacional de Caminhadas 2019

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

Por Reis Almeida

9 de Março – De Arcos de Valdevez a Jolda de S. Paio

Ecovia de Arcos de Valdevez: 12,586 km, 2 horas e meia, linear, grau de dificuldade fácil



6 de Abril – Rota de S. João de Jerusalém PR7

São Pedro do Sul: 12,7 km, 3 horas e meia, circular, grau de dificuldade médio/baixo



11 de Maio – Percurso da Anta de Mazes PR4

Lamego: 6,1 km, 4 horas, circular, grau de dificuldade baixo



8 de Junho – Trilho de Monte Faro

Valença: 8 km, 3 horas e meia, circular, grau de dificuldade fácil



7 de Setembro – Trilho da Ponte de Ferro

Águeda: 7,4 km, 2/3 horas, circular, grau de dificuldade fácil



5 de Outubro – Passadiços de Aveiro

Aveiro: 7,5 km, 2 horas, linear, grau de dificuldade fácil



- > O Grupo Desportivo elaborou um calendário de caminhadas, tendo como objectivo dar a conhecer aos sócios diferentes possibilidades de participação. Poderá, assim, escolher e participar nas que considerar mais interessantes.

Contamos consigo para nos acompanhar nos seguintes percursos: <

Oportunamente daremos informação pormenorizada sobre cada uma das caminhadas, no *Associativo* e na nossa página na Net.

Venha caminhar com o Grupo Desportivo.

Biblioteca em Lisboa e no Porto

A Biblioteca do Grupo Desportivo já está disponível para consulta na página do Grupo, no menu superior ou no rodapé.

Todos os livros disponíveis podem já ser requisitados e entregues ao Associado, presencialmente no Grupo ou em qualquer balcão ou serviço à escolha. Contacte o Grupo Desportivo. Em breve vai poder fazê-lo *on-line*.

www.gdbpi.pt

 **BPI**
GRUPO DESPORTIVO

De Arcos de Valdevez a Jolda de S. Paio

Esta etapa 1 da *Ecovia de Arcos de Valdevez* tem um grau de dificuldade fácil.

Por Reis Almeida



> A etapa de Arcos de Valdevez a Jolda S. Paio tem uma distância de 12 586 metros e a sua duração é mais ou menos de 2 horas e meia.

Trata-se de um trilho limpo e preservado, sem qualquer tipo de dificuldade.

Venha caminhar com o Grupo Desportivo.



Programa

08.00h – Saída do Porto
09.30h – Provável chegada a Arcos de Valdevez
12.00h – Chegada a Jolda de São Paio
13.00h – Almoço

Realização: 9 de Março

Inscrição até: 2 de Março

Ponto de encontro: Praça Francisco Sá Carneiro, junto ao Balcão BPI

Hora: 8.00h

Valor: 22,50 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 20,00 euros

Inscrição inclui: transporte, seguro e almoço

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

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

Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte:

o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

Rota de S. João de Jerusalém

O rasto do *Vouguinha* leva-nos até à povoação de Monsanto, donde se avista a Quinta da Comenda, antigo passal dos freires hospitalários.

Por Reis Almeida

> Partindo da sede da União das Freguesias de São Pedro do Sul, Várzea e Baiões e descendo à antiga ponte ferroviária de Negrelas sobre o Vouga segue-se o rasto do velho comboio; passamos o lugar de Negrelas e entramos nos pinhais.

Deixando a linha, descemos a Fermil, e continuamos em direcção ao rio Trouce, que cruzamos sobre a Ponte da Comenda, e a seguir subimos ao lugar do Outeiro.



Entramos em São Pedro do Sul pela Ponte Nova sobre o Vouga, e logo depois transpomos o rio Sul sobre a ponte seiscentista. Pelo Parque do Lenteiro do Rio regressamos ao centro histórico de São Pedro do Sul.

Venha caminhar connosco.

Programa

08.00h – Saída do Porto
09.30h – Provável chegada ao trilho
13.00h – Fim da caminhada
13.30h – Almoço

Realização: 6 de Abril

Inscrição até: 1 de Abril

Ponto de encontro: Praça de Francisco Sá Carneiro, junto ao Balcão BPI

Hora: 8.00h

Valor: 22,50 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 20,00 euros

Inscrição inclui: transporte, seguro e almoço

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

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

Ficha de inscrição disponível:

em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte:

o Grupo Desportivo

A organização técnica é da

responsabilidade de: Grupo Desportivo

MAAT – Museu de Arte, Arquitectura e Tecnologia

O MAAT – Museu de Arte, Arquitectura e Tecnologia, é um museu de arte contemporânea, em Lisboa, situado na zona de Belém junto ao rio Tejo.

Por Fátima Pereira

> Mais um edifício emblemático na cidade! Concebido pela consagrada arquiteta Amanda Levet, o MAAT ombréia com o magnífico conjunto da Central Tejo, construído a partir de 1909, na marcação da nova paisagem ribeirinha.

Arte, arquitectura, tecnologia – são as propostas deste equipamento desde 2016, data da sua abertura ao público, e sempre através das mais inesperadas



mostras e exposições. Eis, pois, um convite para redescobrir, com outras surpresas, uma das zonas históricas mais ricas da cidade, mas ainda não completamente conhecida de todos. <

Realização: 16 de Março
Inscrição até: 8 de Março
Ponto de encontro: MAAT
Hora: 10.00h
Valor: 12,50 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 11,00 euros
Inscrição inclui: entrada

no MAAT, e acompanhamento do Prof. Miguel Soromenho

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. As inscrições são limitadas; consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível

no nosso site em http://www.gdbpi.pt/attachs/5507_1533400898.pdf

Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

Beja

Anterior à época cristã, Beja teve papel importante durante a ocupação romana, então no centro de uma das mais ricas zonas de produção cerealífera do Império.

Por Fátima Pereira



> A importância da cidade não se atenuou na Idade Média, como o prova a imponente torre de menagem do castelo quatrocentista, nem nos dois séculos seguintes, quando o Convento da Conceição se tornou um dos mais exclusivos cenóbios portugueses, ou, mais tarde ainda, quando o infante D. Luís ali mandou construir o açougue mais sofisticado do Reino.

Venha daí, então, à procura dos ecos de soror Mariana Alcoforado e degustar as delícias da gastronomia alentejana. <

Realização: 13 de Abril
Inscrição até: 1 de Abril
Ponto de encontro: Sete-Rios, junto da entrada do Jardim Zoológico
Hora: 8.00h

Valor: 58 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 55 euros

Inscrição inclui: autocarro, almoço, entrada nos monumentos e acompanhamento do Prof. Miguel Soromenho

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. As inscrições são limitadas; consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso site em http://www.gdbpi.pt/attachs/5507_1533400898.pdf

Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

Actividade do Coro do Grupo Desportivo

Naturalmente vão surgir outras propostas de participação, ainda não confirmadas no panorama coral, onde nos apresentaremos com toda a satisfação.

Por Manuela Moreira

> O Coro do Grupo Desportivo desenvolveu uma grande actividade durante o ano de 2018 e marcou presença em várias iniciativas, de que se realçam, entre outras apresentações, as seguintes:

O XV Concerto de Reis, no Museu do Dinheiro do Banco de Portugal, em Janeiro;

O Concerto no Lar dos Bancários, em Brejos de Azeitão, em Março;

O IV Concerto da Primavera, em Maio;

O Concerto de comemoração do 40.º aniversário da UGT, com a presença do Presidente da República, Exmo. Sr. Prof. Doutor Marcelo Rebelo de Sousa, em Outubro;

O XXVI Encontro de Coros Bancários no Colégio de S. João de Brito, no Lumiar, em Novembro;

O Concerto no Teatro de Gil Vicente, em Sardoal, a convite do Exmo. Presidente da Câmara, em Dezembro.

Já em 2019 participámos no Concerto de Ano Novo, que se realizou em Janeiro, no Museu do Dinheiro do Banco de



Portugal, mas temos ainda agendados e confirmados para este ano:

O V Concerto da Primavera e da Poesia, que terá lugar na Academia das Ciências, em Maio; e

o XXVII Encontro de Coros Bancários no Colégio de S. João de Brito, no Lumiar, em Novembro.

Naturalmente vão surgir outras propostas de participação no panorama coral, ainda não confirmadas, onde nos apresentaremos com toda a satisfação.

O Coro tem direcção do maestro José Eugénio Vieira e ensaia à 5.ª feira. Aparece para nos ouvires ou, quem sabe?, para fazeres parte do coro. Atrave-te. <

Orfeão Portuscale

Se 2019 for tão bom como o foi 2018, já estaremos satisfeitos. No entanto, o nosso objetivo é aumentar o número de concertos.

Por Fernando Barnabé

> Na última parte do ano que agora findou, em 24 de Novembro, estivemos em Pontevedra e foi gratificante ver o público presente ovacionar o concerto apresentado. Em 15 de Dezembro fomos convidados pelo Clube Fenianos Portuenses a estar presentes no seu con-



vívio de Natal, e foi um privilégio ouvir o Coral e o Grupo de Cantares dos Serões da Aldeia deste histórico clube da cidade do Porto.

Começámos o ano na Universidade Sénior de Canelas, no passado dia 5 de Janeiro. Nada como visitar a cidade que tem tantas pontes como o Porto.

Para 2019 estão previstos diversos concertos, sendo de ressaltar a presença na Casa da Música, em 8 de Setembro.

Na Páscoa temos uma surpresa para todos e para a cidade. Vão estando atentos.

Foi um ano em cheio! São estes concertos e o público presente que nos dão vida e saúde. A toda a gente os nossos agradecimentos e um Bom Ano de 2019. <

Em Cartaz

Teatro Aberto

Informações e reservas:
bilheteira@teatroaberto.com;
telefone 21 388 00 89



Sala Azul

A Mentira

Quinta-feira e sábado às 21.30h
Domingo às 16.00h
Maiores de 14 anos

Joana e Miguel convidaram Patrícia e Paulo para jantar, mas Joana viu Paulo a beijar outra mulher nessa mesma tarde, o que a põe perante um dilema: será que deve dizer à amiga o que acabou de ver, ou não? Mostrando as inseguranças que perpassam os sentimentos amorosos, *A Mentira*, de Florian Zeller, desmascara com humor os pactos estabelecidos entre os casais e questiona se as regras dos seus jogos serão realmente intrínsecas ao regular funcionamento da sociedade. Intérpretes: Joana Brandão; Miguel Guilherme; Patrícia André; Paulo Pires

Sala Vermelha

A Verdade

Quarta e sexta-feira às 21.30h
Domingo às 18.30h
Maiores de 14 anos

Patrícia e Paulo têm uma relação em segredo. Joana, a mulher de Paulo, suspeita de qualquer coisa e faz-lhe perguntas cada vez mais embaraçosas. Miguel, o marido de Patrícia, é o melhor amigo de Paulo, mas a franqueza entre os dois já não é o que era.

Num jogo de máscaras brilhantemente cruel, *A Verdade*, de Florian Zeller, centra-se no microcosmo da vida conjugal para expor as hipocrisias da sociedade e problematizar com humor as vantagens de ocultar a verdade e os inconvenientes de a revelar. Intérpretes: Joana Brandão; Miguel Guilherme; Patrícia André; Paulo Pires

Teatro da Trindade

Informações e reservas:
bilheteira.trindade@inatel.pt;
telefone 21 342 00 00



Zoom

De 13 de Fevereiro a 31 de Março
Quarta-feira a sábado às 21.00h
Domingo às 16.30h.

Zoom é uma peça sobre a relação de Sarah, uma fotojornalista recém-chegada da Guerra do Iraque, depois de ter sido ferida pela explosão de uma bomba, e do seu namorado James, um repórter de guerra. James tenta que mudem o rumo das suas vidas, para que possam finalmente sonhar com uma “vida normal”, mas as cicatrizes emocionais com que ambos se debatem revelam um casal numa encruzilhada.

Intérpretes: Sandra Faleiro, João Reis, Sara Matos e Virgílio Castelo

Teatro Nacional D. Maria II

Informações sobre descontos e reservas: telefone 21 325 08 35



Sala Garrett

Frei Luís de Sousa

De 1 de Março a 7 de Abril
Quarta-feira e sábado às 19.00h
Quinta e sexta-feira às 21.00h
Domingo às 16.00h

Referência fundamental do cânone português, *Frei Luís de Sousa*, de Almeida Garrett, apresenta-se na casa que este fundou para o Teatro Nacional, e na sala que leva o seu nome. O actor e encenador Miguel Loureiro confronta-se com este clássico da nossa dramaturgia: «Como pode um “homem de teatro” português desenvolver a sua poética de cena sem se ver confrontado com um momento-mor do que foi, e ainda é considerado um dos monumentos teatrais do romantismo e mesmo de todo o teatro escrito em Portugal?» Intérpretes: Álvaro Correia, Ângelo Torres, Carolina Amaral, Gustavo Salvador Rebelo, João Grosso, Maria Duarte, Rita Rocha, Sílvio Vieira, Tónan Quito

Teatro Politeama

Informações e reservas:
telefone 21 340 57 00
ou 96 440 90 36



Estreia em Março

Severa – O Musical

De quarta a sexta-feira às 21.30h
Sábado às 17.00h e 21.30h
Domingo às 17.00h

O novo musical de Filipe La Fera fala da nossa história, do nosso país, num espectáculo emocionante e forte, onde o Teatro, a Música, a Dança, a Cenografia e a beleza dos figurinos, contribuem para La Fera apresentar o mais ambicioso espectáculo de sempre.

Intérpretes: Anabela, Carlos Quintas, Filipa Cardoso, Fernando Gomes, Yola Dinis, entre mais de 30 actores, cantores e bailarinos.

[atletismo]

Calendário Nacional de Atletismo 2019

Selecione as provas do seu agrado, junte-se ao Grupo Desportivo e participe.

Por Direcção Nacional

➤ Anualmente muitas centenas de atletas vestem a camisola do Grupo Desportivo em sua representação e participam nas mais diversas provas.

Em 2019 o Grupo Desportivo apoia as provas deste calendário. Junte-se a nós. Faça parte desta grande, e cada vez maior, família. <

Calendário Nacional de Atletismo



2019

	Prova	Local	N/S	Tipo/Distância
Janeiro				
27	GP Fim da Europa	Sintra	S	Estrada – 17 km
Fevereiro				
17	Palmela <i>trail</i>	Palmela	S	<i>Trail</i> – 20/10 km
Março				
03	Corrida das Lezírias	V. F. Xira	S	Estrada – 15 km
17	Corrida do Dia do Pai	Porto	N	10/7 km
24	Meia-Maratona de Braga	Braga	N	Estrada – 21 km
24	Corrida dos Sinos	Mafra	S	Estrada – 15/6 km
31	Trilhos de Belas	Belas	S	<i>Trail</i> – 25/10 km
31	Vitalis Kids Challenge – 1.ª etapa	Porto	N	
Abril				
14	20 km de Cascais	Cascais	S	Estrada – 20 km
14	Meia-Maratona de Matosinhos	Matosinhos	N	21/6 km
28	30 km de Vale de Barris	Setúbal	S	<i>Trail</i> – 30/15/10 km
Maio				
01	Corrida do 1.º de Maio	Lisboa	S	Estrada – 15.5 km
12	Médis Marginal Douro	V.N. Gaia	N	10/5 km
19	Corrida da Mulher	Porto	N	5 km
26	Meia-Maratona na Areia	Caparica	S	Areia – 21.1 km
26	Meia-Maratona Douro Vinhateiro	Réqua	N	21/6 km
Junho				
02	Corrida do Oriente	Lisboa	S	Estrada – 10 km
02	Vitalis Kids Challenge – 2.ª etapa	Porto	N	
16	Corrida S. João do Porto	Porto	N	15/5 km
29	Corrida das Fogueiras	Peniche	S	Estrada – 15 km
30	Porto a subir	Porto	N	250 + 290 degraus
a publicar	Meia-Maratona de Guimarães	Guimarães	N	21/5 km
a publicar	Corrida Portuguesa	Porto	N	15/5 km
Julho				
27	Corrida Parque da Cidade à Noite	Porto	N	8 km
Setembro				
22	Meia Maratona do Porto Sport Zone	Porto	N	21/5 km
28	Corrida SAMS Quadros	Lisboa	S	Estrada – 10 km
29	Corrida Jorge Pina	Lisboa	S	Estrada – 10 km
29	Vitalis Kids Challenge – 3.ª etapa	Porto	N	
Outubro				
13	Rock'n'Roll Maratona de Lisboa	Casc /Lx	S	Estrada – 42 km
13	Rock'n'Roll Meia-Maratona	Lisboa	S	Estrada – 21 km
27	Corrida sempre mulher	Lisboa	S	Estrada – 5 km
Novembro				
03	Maratona do Porto	Porto	N	42/15/5 km
10	Meia-Maratona da Nazaré	Nazaré	S	Estrada – 21.1 km
24	Meia-Maratona de Famalicão	Famalicão	N	Estrada – 21 km
Dezembro				
01	Meia-Maratona dos Descobrimentos	Lisboa	S	Estrada – 21.1 km
08	GP de Natal	Lisboa	S	Estrada – 10 km
08	62.ª Volta a Paranhos	Porto	N	10/4 km
29	São Silvestre Lisboa	Lisboa	S	Estrada – 10 km
29	S. Silvestre do Porto	Porto	N	10/5 km
a publicar	S. Silvestre de Ovar	Ovar	N	10/5 km

[atletismo]

Corrida das Lezírias

Pelos campos da lezíria do Tejo

Por Miguel Chaves

> Corrida clássica de 15,5 km, pelos campos da lezíria do Tejo. Parte do traçado é sobre o dique que separa o Tejo da lezíria, na margem esquerda, em Vila Franca de Xira, ponto de partida e chegada da prova.

Esta clássica prova de atletismo é organizada pela Câmara Municipal de Vila Franca de Xira, com o apoio da Xistarca.

Contamos com a tua presença. <



Realização: 3 de Março
Inscrição até: 19 de Fevereiro
Ponto de encontro: Parque do Cevadeiro, em Vila Franca de Xira
Hora: 10.00h
Valor: 9 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 5 euros
Inscrição inclui: T-shirt

técnica, saco, medalha, troféus aos 3 primeiros da classificação geral (M/F), aos 3 primeiros por escalão (M/F) e às 5 primeiras equipas.

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

O Grupo Desportivo comparticipa com 4 euros. O levantamento dos dorsais é da responsabilidade de cada atleta, e para o fazer é necessário apresentar o comprovativo de inscrição, que recebe por email.

Ficha de inscrição disponível:

em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte:

o Grupo Desportivo, Miguel Chaves ou <http://xistarca.pt/eventos/corrida-das-lezirias>

A organização técnica é da responsabilidade de: Xistarca, com o apoio do Pelouro de Desporto e Serviços Técnicos da Câmara Municipal de Vila Franca de Xira

S. Silvestre de Braga

A expectativa era grande, e a ansiedade, também! Por forma a manter a tradição, voltei a lesionar-me no último quilómetro, mas com algum sacrifício terminei a prova.

Por Guilherme Pires

> Com clima ameno e sem chuva, realizou-se a 41.ª edição da S. Silvestre de Braga, a mais antiga corrida do Minho. Para além da corrida dos 10 km, o evento integrou também uma caminhada de 5 km, sem fins competitivos.

A Praça da República, com a sua imponente árvore de Natal, foi o ponto de partida e de chegada para os milhares de participantes. O centro da cidade estava todo iluminado, com extraordinário ambiente natalício e com grande adesão do público.

No panorama actual do atletismo nacional, aquilo de que mais se ouve falar durante o mês de Dezembro são as corridas S. Silvestre. O número de provas com este nome não pára de aumentar.

A título pessoal, esta era a minha segunda tentativa para completar uma prova de S. Silvestre; em 2017, por lesão, fiquei a meio da S. Silvestre do Porto. A expectativa era grande e a ansiedade também! Por forma a manter a tradição, voltei a lesionar-me no último quilómetro – temo



que seja da idade! –, sendo que, desta feita, com algum sacrifício, terminei a prova com o tempo de 41m11s. Finalmente!

Enfim, uma cidade fantástica, ambiente natalício, a presença da família e uma corrida ao cair da noite... um final de domingo bem passado. <

[atletismo]

S. Silvestre de Lisboa

10 quilómetros ao ritmo de cada um, numa noite fresca e sem humidade, com cheiro a castanha assada, muita animação nas ruas, muita música, e uma multidão colorida.

Por Miguel Chaves

> Correu-se a São Silvestre de Lisboa, numa noite fresca e sem humidade, com cheiro a castanha assada, muita animação nas ruas, muita música, e uma multidão colorida, composta pelos 11 mil atletas que alinharam à partida da prova, iluminada pelas luzes de Natal.

Inscrições completamente esgotadas, o efeito multicolor das camisolas dos diversos atletas, iluminadas pelos efeitos natalícios da Avenida da Liberdade, proporcionava um espectáculo de cor e luz magnífico.

As camisolas do Grupo Desportivo também participaram na festa, e estivemos representados por muitos atletas, a partir dos vários tempos e locais distintos, mas conseguimos reunir alguns para a tradicional fotografia.

Vários atletas aproveitaram para obter excelentes resultados, e outros fizeram a prova apenas num registo de convívio de final de época.



O nosso campeão nacional, Carlos Cardoso, completou os 10 km em apenas 00:43:58, classificando-se num brilhante 4.º lugar no escalão V65. A Sónia Brandão conseguiu o tempo de 00:47:40 e classificou-se na 11.ª posição do escalão V45 FEM, e o Pedro Trabucho terminou na 151.ª posição do escalão V50, com um tempo de 00:47:04.

Parabéns a todos os atletas que estiveram presentes.



25.ª S. Silvestre do Porto

A S. Silvestre é, de facto, um espectáculo único, num cenário único e numa época única. É, sem dúvida, a grande festa desportiva do ano.

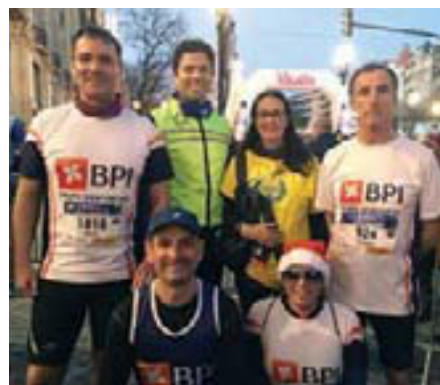
Por Manuela Regueiras

> No ano em que a Corrida de S. Silvestre do Porto chegou à bonita idade de 25 anos, integrei pela primeira vez a sua caminhada. E em boa hora o fiz na companhia dos atletas do Grupo Desportivo, participando de uma enorme festa do desporto, do atletismo e da cidade do Porto!

Seguindo as indicações dadas pelo Grupo Desportivo, um pouco antes da prova encontrámo-nos à porta do Café Guarany para tirarmos algumas fotos a fim de eternizar o momento e a boa-disposição! E se havia boa-disposição!

Num fim de tarde com uma temperatura bem acima do normal para a época, foram muitos, 20 000 participantes – amadores ou profissionais – que percorreram as ruas da cidade do Porto e a eles juntaram-se muitos familiares, amigos e populares que preencheram os passeios.

Ainda antes do início da prova, alguns de nós, que íamos para a caminhada, acabámos por nos ver no meio dos atle-



tas da corrida e iniciámos a caminhada a correr! Foi uma aventura, porque há atletas que estão ali a dar o tudo por tudo e ter umas “caminhantes” ali pelo meio não agrada muito! Mas lá nos safámos!

No final da prova todos tínhamos à nossa espera uma medalha para nos recordar este dia.

Foi uma excelente forma de terminar as minhas caminhadas de 2018 e um bom prenúncio para 2019!

Venham mais provas com o Grupo Desportivo!



[atletismo]

Maratona do Porto

O Grupo Desportivo marcou mais uma vez presença com 24 atletas, 14 inscritos na maratona, 5 nos 15 km e 5 na caminhada de 6 km.

Por Serafim Araújo

> Fiz a minha segunda maratona do Porto, prova que percorre as ruas dessa cidade, e as marginais de Gaia e de Matosinhos. Correr uma maratona é um desafio gigantesco, não é suficiente a preparação física, é necessária muita capacidade de sofrimento e resiliência.

O dia estava sombrio, com chuva e vento a marcar o desenrolar da corrida, mas o entusiasmo era enorme, prova com participação de atletas de todas as idades, condições e de 71 nacionalidades, facto que contribui para o prestígio que a corrida vem alcançando.

Comecei a prova com um espírito muito positivo, e com uma vontade enorme de chegar ao fim sem mazelas, mas a partir do km 27 entrei em sofrimento, com dores na perna esquerda, pelo que fui até ao fim sempre a sofrer.

Cortei a meta no tempo de 4h35m09s, mas o pior estava para vir, pois estive 45 minutos à chuva e ao vento, na fila para



a entrega do saco que havia deixado no guarda-roupa. Apesar do sofrimento, para o ano estarei lá outra vez, e espero encontrar mais companheiros do BPI e em melhor forma física.

Mais uma vez o muito obrigado pelo apoio que foi dado pelo Grupo Desportivo, e parabéns a todos os atletas que por ele participaram.

Boas e mais corridas em 2019!



V Corrida de São Silvestre de Ovar

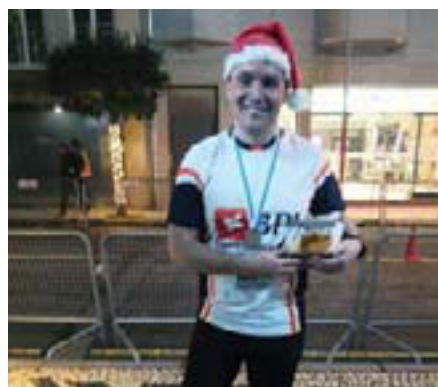
A corrida mais doce do ano!!

Por Paulo Ricardo

> A tarde estava fria, um frio húmido que parece que nos vai congelar, mas com aquele espírito de que após a corrida teremos o maravilhoso pão-de-ló, a especialidade de Ovar, até aquecemos a alma!

O aquecimento foi iniciado com uma aula de zumba, e diga-se que quem a executou completa já não precisava de correr os 10 km.

Apesar do frio e de não me sentir preparado fisicamente, consegui concluir a prova dentro dos objetivos a que me propus, em menos de 50 minutos, e julgo



que dignifiquei o equipamento do Grupo Desportivo que vesti!!

Quais os motivos para se inscrever na São Silvestre de Ovar?

1 – Oferecem pão-de-ló de Ovar! Sim, aquele pão-de-ló húmido, cheio de ovos! Vale mesmo a pena ir correr os 10 km por tal iguaria.

2 – É uma oportunidade para se correr antes do Natal! – pois todos sabemos que é a altura do ano de excessos de comida e bebida.

3 – O ambiente é fantástico. É verdade que são menos os corredores que na prova do Porto, mas o público que acompanha ao longo da prova é bastante entusiasmante!

4 – Visitar a cidade de Ovar. Só por curiosidade, sabia que em Ovar há cerca de 800 fachadas azulejadas identificadas, mais de metade das quais no centro da cidade? É uma espécie de tapeçaria urbana, com um apogeu religioso: a Igreja de Válega, que refulge ao pôr-do-sol. Ouro sobre um arco-íris.

Vale mesmo a pena ir a Ovar! Em 2019 lá estarei outra vez!



[atletismo / basquetebol]

5.ª Meia-Maratona de Famalicão

Foi a minha última maratona de 2018 e a mais difícil

Por Bruno Pereira

> Realizou-se a 5.ª Meia-Maratona de Famalicão, numa manhã que, apesar do sol tímido e da ameaça de chuva, acabou por ser uma manhã brilhante para a prática desportiva.

Foram milhares os que escolheram percorrer os 21 km da Meia-Maratona de Famalicão e a Minimaratona com 6 km.

Esta foi a minha última meia-maratona de 2018, e de todas a mais difícil, não pela sua dureza, mas, sim, pela falta de treino.

Foi também a minha primeira prova após o nascimento da minha princesa, em 9 de Outubro. Um mês e meio sem correr, noites sem dormir e a motivação para correr era muito... muito baixa; contudo, representar o Grupo Desportivo é um compromisso assumido.



Deixei o conforto da cama, conduzi alguns quilómetros, cheio de sono, mas consegui atingir a meta com o tempo de 01:43:24, o que, não sendo brilhante, deu para honrar a camisola que vesti.

No final ainda tive o privilégio de usufruir de um serviço de massagem posto ao dispor dos atletas.

Até à próxima, mas até lá tenho a intenção de conseguir uma melhor preparação física!!



Campeonato equilibrado

Em Novembro iniciaram-se os jogos relativos à época 2018/2019.

A Liga Inatel do Porto é composta apenas por 12 equipas, que, na primeira fase, foram divididas por dois grupos.

Por Manuel Correia

> Em sorteio calharam-nos como adversárias as equipas dos Ferroviários de Campanhã, BC Vila Real, Núcleo de Veteranos da Sra. Da Hora, Município de Matosinhos e FIDES de Valbom.

Após a realização das cinco primeiras jornadas, o equilíbrio tem sido a nota dominante. O que temos sentido até agora é que, dentro de campo qualquer equipa pode ganhar qualquer jogo. E «sentimos isso mesmo na pele» logo nas duas jornadas iniciais, contra o FIDES e o Mu-



nicipio de Matosinhos, onde chegámos empatados ao final do terceiro período de ambos os jogos, e em ambos conseguimos fazer excelentes períodos finais e obter a vitória.

O terceiro jogo decorreu na Sra. da Hora e o equilíbrio foi ainda maior: a perdermos por 2 pontos nos últimos segundos, tivemos várias oportunidades, mas acabámos por perder por 35-37. Seguiu-se a deslocação a Vila Real, onde ficámos aturdidos com a quantidade apresentada de “veteranos”, na casa dos 20 anos, e a derrota por 42-56 acabou por não nos desprestigiar. Para finalizar a primeira volta, recebemos os Ferroviários de Campanhã, e perdemos por uma diferença de apenas 9 pontos.

No final da primeira volta, temos assim um balanço de duas vitórias e três derrotas, o que nos posiciona no quarto lugar do grupo, tendo como objectivo para 2019 tentar entrar no Top 3!



[bowling / btt]

Criar Valor com valores

Criar Valor com valores foi uma frase proferida pelo CEO do BPI, Pablo Forero, num encontro com analistas e investidores, em Londres, no final do ano passado.

Por Osvaldo Silva



> Também nós, no Grupo Desportivo, temos bem implementado esse conceito em grande parte das nossas actividades, sendo o *bowling* uma das principais modalidades onde isso se verifica.

Ao longo dos últimos anos, muitos têm sido os títulos conseguidos pelos nossos atletas, nas provas organizadas a nível nacional pela FEBASE.

Temos gente com muito valor, e são já

inúmeros os títulos – individuais e colectivos – em provas regionais e nacionais que o *bowling* tem tido a capacidade de conquistar.

O SBSI organiza de 4 em 4 anos uma jornada de convívio, as Olimpíadas, de todas as suas modalidades desportivas.

A actividade do *bowling* decorreu nas Caldas da Rainha, e a defender as cores do Grupo Desportivo marcaram presença o Rui Duque e o Briano Sousa.

Ambos apresentaram um excelente nível de jogo, mas tal como em 2014 foi o Rui Duque que conseguiu elevar mais o nome do Grupo Desportivo BPI.

No início da última partida, registava uma desvantagem de 24 pinos para o atleta do Banco de Portugal Gabriel Dias; contudo, um desempenho excelente e uma partida quase perfeita levaram-no a terminar o torneio com uma vantagem de 43 pinos.

Na 3.ª posição ficou a atleta Fátima Ribeiro, da UNICRE, que na semana anterior tinha estado em Las Vegas a representar Portugal, no 2018 Qubica AMF World Cup. <

BTT – 8.ª Etapa do GPS Epic Series – Trilhos do Lidador

A 8.ª Etapa do GPS Epic Series – Trilhos do Lidador é organizada pelo Grupo BTT Caça Mouros e pela Maiativa – Associação Desportiva, e decorreu na cidade da Maia.

Por Carlos Pereira

> Este circuito é um conceito um pouco diferente das restantes provas de BTT e distingue-se por ser efectuada com orientação exclusiva por GPS e em autonomia total. Basicamente cada participante faz a sua gestão do tempo.

O objectivo, pelo menos para mim, não foi só fazer a prova, mas igualmente conhecer os trilhos das terras da Maia, o valioso património natural histórico e cultural, as tradições gastronómicas e os costumes seculares, proporcionando um dia épico, onde o contacto com o desporto e a natureza estiveram de mãos dadas.

Esta foi a minha primeira participação em representação do Grupo Desportivo, e não podia ter corrido melhor, apesar de ter sido num sábado frio, chuvoso e com alguns banhos de lama, mas sem incidentes



e quedas principalmente. Levantar às 7 e percorrer os 51,6 km da prova não é fácil, mas depois sentimos-nos rejuvenescidos.

Terminada a prova, foi tempo de recompor as energias com um belo almoço num dos restaurantes locais, finalizando assim em beleza a experiência.

Mais uma vez o BTT, o exercício, a natureza e o convívio estiveram bem patententes neste dia.

Na próxima prova espero que haja mais participantes do Grupo Desportivo BPI.

Até lá, boas pedaladas a todos! <

[futsal]

Futsal 2019

O futsal do Grupo Desportivo nas melhores competições. Estamos de volta ao Torneio Nacional Bancário de Futsal do SNQTB.

Por António Amaro



> Com organização e logística da Masterfoot, o SNQTB vai, uma vez mais, levar a efeito o seu já prestigiado Torneio Nacional Bancário, no qual o Grupo Desportivo participará com diversas equipas representativas de várias zonas do País.

Num formato semelhante ao do ano passado, participarão a equipa do BPI Porto na Zona Norte, a equipa do BPI Guarda na Zona Centro, as duas equipas que venceram as anteriores duas edições, naquela que é a zona mais

concorrida, a de Lisboa, e deverá ter ainda a participação de uma equipa do Algarve, na denominada Zona Sul.

O Grupo Desportivo participará ainda em eventos e torneios prestigiados, como o Torneio TAP, que já venceu, em agenda e a aguardar confirmação até final de Junho.

O Grupo Desportivo congratula-se pela adesão e a disponibilidade dos atletas, e estará, como sempre esteve, disposto a apoiar as equipas que manifestem o desejo de participar. <

III Torneio Nacional Bancário de Futsal SNQTB

O Grupo Desportivo volta a participar, agora no III torneio do SNQTB, imbuído de forte espírito de equipa, de luta e de conquista.

Por Fernando Barrias

> Está em curso a inscrição da equipa no III Torneio Nacional Bancário de Futsal do Sindicato Nacional dos Quadros Técnicos Bancários, em organização conjunta com a Masterfoot.



A primeira e última participação do Grupo Desportivo (Norte) neste torneio foi a final nacional que se disputou em Peniche. Apesar de ostentar o título de campeã regional norte, várias condicionantes de ordem diversa, lesões e impedimentos de atletas importantes no rendimento da equipa, impuseram-se para que não fosse possível alcançar uma posição classificativa final mais condizente com os pergaminhos e historial da equipa.

Assim, desta vez, imbuídos de forte espírito de equipa e de conquista, aqui estamos novamente na luta de forma a obter a melhor classificação possível, que desejamos muito seja melhor que a do ano passado. <

[futsal / pesca]

Torneio Patricius no Porto

Se tens mais de 14 anos, ou mesmo mais de 44 e queres fazer parte da equipa do Grupo Desportivo, contacta-nos até ao final do mês de Fevereiro. Vamos ter treinos de captação.

Por João Serpa

> Vai começar em Março mais uma edição do torneio amador mais antigo do mundo de futebol de 7.

Mais um torneio para que os jovens e os menos jovens do Grupo Desportivo possam participar.

Se tens mais de 14 anos e queres fazer parte da equipa do Grupo Desportivo contacta-nos até ao final do mês de Fevereiro. Os filhos dos pais podem inscrever-se (teve piada?).

Se tens mais de 44 e queres fazer parte da nossa equipa não hesites e fala connosco. Vamos ter treinos de captação (aqui serão os filhos a incentivar os pais).

O torneio decorre nos campos de relva sintética do Parque da Cidade do Porto, ao sábado: de manhã, para os menos



jovens; e da parte da tarde, para os restantes. É um dia de lazer, e podem aproveitar para fazer um piquenique ou então comer umas sandes e uma fatia de bolo de chocolate no bar do parque.

Aproveitem para fazer exercício. <

Mais um ano à beira da água

Com o início de 2019 abre-se mais uma época plena de acção. Com entusiasmo renovado e com a motivação de sempre, lá estaremos nas praias, nos rios e no mar. Aparece, junta-te a nós.

Por José Duarte



> Mais um ano pleno de actividade que chega ao fim. Ao longo dos areais, pendurados nas falésias ou serenamente na margem de um rio, os pescadores do nosso Grupo Desportivo levaram as nossas cores a todos os recantos onde a pesca teve lugar.

Como é hábito, disputámos os campeonatos internos de todas as modalidades, participámos nos interbancários de mar, rio e *surfcasting*, e marcámos presença com mais uma vitória no Sargo de Prata.

Desportivamente, foi uma época de bons resultados, quer individuais quer colectivos, mas, como sempre, é o espírito de grupo, a amizade e a confraternização, a motivação principal que nos



tem mantido juntos ao longo de todos estes anos.

A pesca é uma modalidade que pode ser praticada por todos. A motivação de alguns é a busca de bons resultados desportivos enquanto outros procuram alguns momentos de calma e serenidade num ambiente saudável.

Com o início de 2019 abre-se mais uma época plena de acção. Com entusiasmo renovado e com a motivação de sempre, lá estaremos nas praias, nos rios e no mar para capturar aquele exemplar que nos foge há anos e que perseguimos com a esperança de que vai ser desta vez.

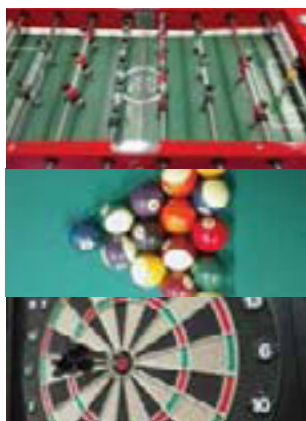
Para todos, um bom ano e muitos peixes no anzol. Aparece, junta-te a nós. <

[jogos de salão]

Maratona de Jogos de Salão – vamos a mais uma corrida?

As inscrições são limitadas. Se te atrasares perdes esta corrida

Por Pedro Ribeiro



> Para os mais distraídos, recorda-se que esta maratona inclui provas de dardos, *snooker* e matraquilhos.

As regras gerais são:

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

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

A maratona pontua em cada modalidade na seguinte ordem:

– Matraquilhos (1 jogo – melhor de 9 bolas) > vitória = 6 pontos; derrota = 2 pontos

– *Snooker* (*pool* – 1 jogo) > vitória = 3 pontos; derrota = 1 ponto

Realização: 8 de Março
Inscrição até: 1 de Março
Ponto de encontro: Rua do Almirante Barroso, n.º 32-r/c
Hora: 18.30h
Valor: 10 euros (por equipa)
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 8 euros (por equipa)
Inscrição não inclui: bebidas
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. As inscrições são limitadas a 16 equipas; cada equipa é composta por dois atletas
Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

– Dardos (301 – 1 jogo) > vitória = 3 pontos; derrota = 1 ponto

As inscrições são limitadas. Se te atrasares perdes esta corrida. <

Jogos de Salão 2019

É já neste mês de Fevereiro que vamos dar início aos incontornáveis jogos de salão, nas instalações do Grupo Desportivo no Porto.

Por Fernando Ferreira



> Os jogos serão compostos por competições de bilhar livre, *snooker*, *king* e sueca, e ainda dos tradicionais matraquilhos.

São jogos que todos conhecem e em que todos são especialistas, uns mais que outros.

Para que continuemos a ter o êxito dos jogos de anos anteriores, convidamos todos os associados a participar fazendo a sua prévia inscrição, *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>, ou na Secretaria do Grupo Desportivo.

Participe e divirta-se. <

Realização: 15 de Fevereiro
Inscrição até: 12 de Fevereiro
Ponto de encontro: Grupo Desportivo no Porto
Valor:
 Sueca: 5 euros
King: 5 euros
 Bilhar livre: 10 euros
 Bilhar *snooker*: 10 euros
 Matraquilhos: 5 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo:
 Sueca: 2,5 euros
King: 2,5 euros
 Bilhar livre: 5 euros
 Bilhar *snooker*: 5 euros
 Matraquilhos: 2,5 euros
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.
Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

[karting]

Karting 2019 – 2 provas

Se gostas de emoção, e sentir a adrenalina da velocidade autorizada, sem medo das multas, então inscreve-te e participa.

Por Miguel Chaves



Informamos que, apesar do seu pendor competitivo, as provas têm um cariz puramente amador e de convívio, e que poderão também ser participadas por filhos de sócios maiores de 18 anos. Será um primeiro, ou não, contacto com um motor, uns pedais e um volante, num momento em que já se preparam para obter a carta de condução.

A primeira prova é já no mês de Maio, no Kartódromo Internacional de Palmela, será realizada no sentido tradicional, terá 15 minutos de treino, 30 minutos de corrida e serão usados *karts* de 270 centímetros cúbicos.

Em Setembro realizar-se-á a segunda prova, no Kartódromo do Bombarral, igual-

Realização: 18 de Maio
Inscrição até: 2 de Maio
Ponto de encontro: KIP – Karting Internacional de Palmela
Hora: 10.30h
Valor: 44 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 24 euros
Inscrição inclui: participação na prova
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.
Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

mente com a duração de 30 minutos de corrida e os habituais 15 minutos de treino.

Fica ainda um apelo para que a chegada às provas seja feita com pelo menos 30 minutos de antecedência.

Até lá, boas curvas!

O *kart* não deu para mais

Como sempre a “nata” do *karting* amador esteve presente naquela que é já a mais importante corrida de resistência antes do final de ano.

> Participámos no já tradicional Grande Prémio de Natal do KIP – Kartódromo Internacional de Palmela

Queríamos voltar aos bons resultados (5.º posto nas 500 milhas de 2017, mas nos treinos não foi possível obter um bom tempo, com o *kart* (por sinal, o 13...) a demonstrar um comportamento estranho e irregular cujo andamento esteve sempre aquém das capacidades dos pilotos e dos tempos já aqui obtidos em provas semelhantes, e no final o 16.º lugar na grelha foi um resultado inesperado.

A partida até correu bem, e logo no arranque foi possível recuperar alguns lugares, mas depois de alguma confusão com um piloto adversário, e com o pelotão ainda muito compacto, acabámos por cair para o final da grelha.

A prova acabou por se resumir a uma tentativa de recuperação com um esforço enorme de todos os pilotos, com turnos longos e fisicamente exigentes perante as particularidades destes *karts*.



Acabou por ser claro que dificilmente chegaríamos aos lugares de topo, com um pelotão de 23 equipas; por isso mesmo o 10.º lugar final acabou por ser um resultado “menos mau” em face de todas as incidências das 6 horas de prova.

Por fim um agradecimento especial ao Grupo Desportivo por mais esta participação, e mal podemos esperar por novos eventos em 2019 para dignificar o Grupo Desportivo nesta modalidade em que temos vindo a deixar a nossa marca de regularidade e boas prestações.

[ténis de campo / ténis de mesa]

Torneio de Outono de Ténis de Campo

Desta vez bateu-se o recorde de inscritos no quadro masculino, e pela primeira vez tivemos um quadro feminino, que veio dar um perfume adicional a este torneio.

Por António Rocha

> Voltámos ao Complexo de Ténis da Maia para a realização do torneio de Ténis de Campo, de Outono, e realmente estão todos de parabéns, porque foi um fim-de-semana de excelente convívio, com jogos bastantes competitivos, mas fazer dois, três ou quatro jogos num fim-de-semana não é tarefa fácil.

A final do quadro principal foi disputada entre o Fernando Almeida e o Ivo Francisco, com o resultado um pouco desequilibrado, porque o Ivo está em excelente forma e com um ritmo competitivo muito elevado,



e o Fernando estava mal fisicamente e não pôde praticar o seu melhor ténis.

Quanto ao Quadro B, a final foi disputada entre o Duarte Cunha e o Tiago Caldas, da qual saiu vencedor o Duarte com uma excelente *performance* técnica, embora o Tiago tenha dado boa réplica em alguns momentos do jogo.

No quadro feminino, como houve duas participantes, a Joana Rocha e a Carina Pires, e no sentido de pelo menos fazerem dois jogos, a organização optou por um quadro à melhor de três jogos de *short-sets*, saindo vencedora a dois jogos a Joana Rocha.

Como balanço final, a organização teve algumas palavras de conforto por parte de todos os participantes, o que motiva ainda mais para tentarmos fazer melhor em próximos torneios, pelo que, talvez para o ano de 2019, e já para o Torneio de Primavera, possam surgir algumas novidades. <

VI Torneio Aberto de Ténis de Mesa RL Challenge da FPTM 2019

O sorteio realiza-se no dia 20 às 18 horas nas instalações da Federação Portuguesa de Ténis de Mesa.

Por Carlos Galvão

> O Grupo Desportivo vai realizar o seu VI Torneio Aberto, a contar para o Ranking List do Circuito Challenge da FPTM, no Pavilhão Desportivo Municipal de Mafra.

Neste torneio podem participar apenas atletas filiados no Circuito Challenge da FPTM, com licença desportiva. O Grupo Desportivo vai estar representado pelos seus atletas filiados.



Esperamos reunir neste torneio mais de 200 atletas em competição.

Desloca-te a Mafra e vem apoiar os nossos atletas e as nossas equipas num parque desportivo maravilhoso. <

Programa

09.30h – Treino de adaptação às mesas
10.00h – Início da competição II Escalão Masculino
12.00h – Início da competição III Escalão Masculino
14.00h – Início da competição do I Escalão Masculino

15.00h – Início da competição dos Seniores Femininos

Realização: 23 de Fevereiro
Inscrição até: 18 de Fevereiro
Ponto de encontro: Pavilhão Desportivo Municipal Engenheiro Ministro dos Santos, em Mafra
Hora: 9.30h
Valor: 5 euros, para participação individual e por equipa
Inscrição inclui: participação no torneio

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

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo, ou Carlos Galvão, telemóvel 91 674 53 73
A organização técnica é da
responsabilidade de: Grupo Desportivo

Calendário de Viagens 2019

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

Contudo os associados que não queiram viajar em grupo e antes queiram fazê-lo sozinhos, podem sempre optar por uma vasta oferta de viagens individuais, no formato *City Breaks*, que inclui, entre outras, Amesterdão, Barcelona, Berlim, Istambul, Londres, Paris, Praga, Veneza...

Mas se preferir uma viagem por medida, à sua medida, por favor não deixe de consultar o Grupo Desportivo. Somos capazes de o surpreender.



Rota do Alvarinho
de 23 a 24
de Março



Marrocos 2019
de 6 a 14 de Abril



Cerejeiras em Flor no Vale de Jerte
de 9 a 12 de Abril



Cruzeiro – Lisboa / Madeira / Marrocos / Andaluzia / Lisboa
de 19 a 26 de Abril



Rota dos Vinhos do Dão e Bairrada
de 11 a 12 de Maio



Cuba
11 a 19 de Maio



Encontro com o Gerês
de 8 a 10 de Junho



Bulgária e Roménia
de 25 de Junho a 7 de Julho



Cursos de Inglês na University of Worcester
de 1 a 14 de Julho



Áustria e Budapeste
de 2 a 9 de Setembro



Grécia
de 5 a 12 de Setembro



Encontro de Reformados na Madeira
de 1 a 4 de Outubro



Caminhos do Contrabando
de 25 a 27 de Outubro



China Misteriosa
de 19 a 27 de Novembro

Rota do Alvarinho



Porto / Ponte de Lima / Ponte da Barca / Arcos de Valdevez / Monção / Melgaço / Arbo / Tui / Vila Nova de Cerveira / Viana do Castelo / Porto
De 23 a 24 de Março

Por Amílcar Ferreira

> Se António Ribeiro Chiado, no século XVI, escreveu que o vinho desta zona era «o melhor de Portugal», podemos hoje afirmar que o Alvarinho de Melgaço é «o melhor entre os melhores». Os vinhedos de cepa da casta Alvarinho localizam-se a meia encosta, num microclima, e conjugando cinco esses: «solo, sol, sofrimento, sabedoria e sossego». Este celebrado vinho responde aos ditames do *regimen sanitatis salernitanum* (séculos XI-XIII), preconizando que os bons vinhos cinco efes devem possuir e por isso devem ser: «fortes, formosos, fragrantos, frescos e frutados» (citando J. Rodrigues Lima).



Realização: de 23 a 24 de Março
Inscrição até: 24 de Fevereiro
Ponto de encontro: Praça de Francisco Sá Carneiro
Hora: 9.00h
Valor: 185 euros
Crianças dos 4 aos 11 anos: 50%
Crianças até 3 anos: grátis
Suplemento de quarto individual: 25 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 165 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Inscrição inclui: transporte em autocarro, alojamento no Hotel da Boavista***, 3 refeições e visitas, seguro de acidentes pessoais.
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
O pagamento poderá ser efectuado em até: 6 (seis) prestações, com início na data de inscrição, 2 (duas) em Abril
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>, número mínimo de 30 participantes
Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: Ponto por Ponto, Rua 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

Desfrutar e revalidar as características do precioso Alvarinho, assim como apreciar as vinhas desta casta, plantadas em magníficos anfiteatros, e fazer-se acompanhar pelo nobre património e pelas cores da paisagem galaico-minhota... é o que se pretende com esta rota.

23 de Março – Porto / Ponte de Lima / Ponte da Barca / Arcos de Valdevez / Monção / Melgaço

08.00h – Partida em direcção a Ponte de Lima, a vila mais antiga de Portugal – visita ao centro histórico; Continuação por Ponte da Barca até Arcos de Valdevez – paragem e visita.

12.30h – Almoço; segue-se na direcção de Monção parando no Palácio da Brejoira, uma das casas solarengas mais emblemáticas e ricas da região. Visita ao interior do palácio, capela, jardins, bosque, adega antiga e vinha. Continuação para Monção e visita ao centro histórico.

Segue-se até Melgaço, com visita ao centro histórico e ao Solar do Alvarinho, com prova de vinhos.

20.00h – *Check-in*; jantar no hotel; alojamento.

24 de Março – Melgaço / Arbo / Tui / Vila Nova de Cerveira / Viana do Castelo / Porto

09.00h – Saída em direcção a Arbo, Espanha, e visita ao Centro de Interpretação do Vinho e da Lampreia; continuação em direcção a Tui com visita ao centro histórico e à sua catedral; segue-se por La Guardia até ao monte de Sta. Tecla com visita à Citânia.

13.00h – Almoço; regresso a Portugal, por Vila Nova de Cerveira; visita ao Miradouro do Cervo; continuação até Viana do Castelo subindo até ao Monte de Sta. Luzia; visita à Basílica de Santa Luzia e observação da panorâmica; regresso à origem.



Marrocos 2019

Lisboa, Mértola, Tarifa, Tânger, Fez, Ifrane, Erfoud, Merzouga, Taouz, Zagora pelas antigas pistas do Paris-Dacar, Marraquexe, Casablanca, Asilah, e regresso a Portugal

De 6 a 14 de Abril

Por Direcção Nacional

Realização: de 6 a 14 de Abril

Inscrição até: de 5 de Janeiro a 30 de Março

Ponto de encontro: Parque das Nações, Praça Gago Coutinho, onde habitualmente está instalado o Circo Cardinali

Hora: 7.00h

Valor: 890 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 801 euros

Suplemento de quarto individual: 235 euros

Crianças até 12 anos: 50%

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: passagem no *ferry-boat* de ida e volta Tânger-Tarifa-Tânger por pessoa; estada em hotéis de 4 estrelas sempre que possível, em regime de meia-pensão (dormida, pequeno almoço e jantar) com a excepção do jantar de Marraquexe; deslocação em dromedário para o *bivouac* e regresso; gratificações a guias e seguranças locais; acompanhamento durante toda a viagem por um representante da África Travel and Tours

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

> A África Travel and Tours dispõe de viaturas 4x4 para transporte de participantes que não sejam possuidores de veículos de tracção integral. No entanto, o itinerário estabelecido pode ser efectuado por viaturas normais, havendo percursos alternativos.

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

As viaturas deverão estar devidamente habilitadas para um percurso de cerca de 4000 km, com extensão de seguro para Marrocos (MA) e repatriamento. Comparecer no *briefing* agendado para dia 1 de Abril.

6 de Abril – Lisboa / Tarifa / Tânger

Saída do Parque das Nações em Lisboa, com destino a Tânger. Passaremos por Mértola, almoço volante em regime autónomo, a caminho de Tarifa, onde faremos a travessia do estreito de Gibraltar em *ferry-boat* para Tânger. Assistência e deslocação para o hotel em Tânger. *Check-in*, alojamento e jantar no hotel.



[Marrocos 2019]



O pagamento poderá ser efectuado em até: 10 (dez) prestações, com início em Janeiro, duas em Abril e final em Setembro.

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. As viaturas deverão estar devidamente habilitadas para um percurso de cerca de 4000 km, com extensão de seguro para Marrocos (MA) e repatriamento. Comparecer no *briefing* agendado para dia 1 de Abril

Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: África Travel and Tours, Rua Batista Pereira, 6 – 2625-717 – Granja – Vialonga. Email: africattours@gmail.com Contactos: Hélder Batel, 96 942 32 16; Jorge Santos, 93 585 46 21

Assistência mecânica: Mário Gomes, 96 542 71 94, 93 967 41 58

Condições gerais da viagem e ficha de inscrição: disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=5100>

7 de Abril – Tânger / Fez / Kasbah

Saída de Tânger via auto-estrada a caminho de Fez, onde almoçaremos. Visita a Ifrane, conhecida por Suíça marroquina em plena montanha do Atlas. Seguiremos pela estrada N13 a caminho de Midelt até ao Kasbah Jurassique. Alojamento e jantar no hotel.

8 de Abril – Kasbah / Erfoud / Merzouga

Saída de Kasbah a caminho de Midelt, continuação pela N13 passando as gargantas do rio Ziz, pelo maior palmeiral do mundo – com cerca de 40 km –, até Arfoud (Erfoud), uma escarpada e estreita montanha formando uma garganta, como o nome indica. Em Erfoud rumamos para Merzouga. Jantar e alojamento em albergue.

9 de Abril – Bivouac de Merzouga

Com a chegada ao deserto, teremos um dia livre para a preparação do percurso pelas antigas pistas do Dacar. Será efectuada a deslocação para o *bivouac* em dromedário. Jantar e alojamento em tendas nómadas (*jhaimas*).

10 de Abril – Merzouga / Taouz / Zagora

Dependendo da escolha, teremos dois traçados interessantes. Um pelas antigas pistas do Dacar; o outro, acompanhando o mesmo percurso por asfalto. A primeira opção será por asfalto, pela N12 até Zagora, percorrendo cerca de 330 km em 4.30h. A segunda opção será por pista, percorrendo a mesma distância em cerca de 5 horas. Alojamento e jantar em hotel.

11 de Abril – Zagora / Marraquexe

Saída com destino a Ouarzazate pela N9. Almoço nesta localidade com visita aos estúdios Atlas. Acompanhamento até ao hotel, jantar e alojamento.

12 de Abril – Marraquexe

Dia livre na cidade imperial de Marraquexe, para visita à Medina, com as variadíssimas especiarias, marroquinaria, artigos de lar, artigos de desporto, etc. O jantar é livre, podendo ser na Praça Jemaa El-Fna. Os animadores desta praça contam com os mais variados malabarismos, cobras, saguins acrobatas e outros animais para entretenimento dos turistas. Alojamento em hotel.

13 de Abril – Marraquexe / Casablanca / Asilah

Saída de Marraquexe com destino a Casablanca. Este percurso será efectuado via A7 com destino à Mesquita Hassan II, a maior de África e única junto ao mar. É conhecida pela sua esplendorosa construção, pelas salas com condições de acústica excepcionais e pela imponência da sua torre. Após o almoço seguiremos rumo a Asilah com chegada ao hotel escolhido, *check-in*, jantar e alojamento.

14 de Abril – Asilah / Tânger / Lisboa

Dedicado ao regresso a casa, este percurso poderá ser o mesmo da ida, ou seja, saída de Tarifa, passando por Sevilha e entrada em Portugal pelo Algarve. Seguindo por Mértola, Beja e Lisboa pela IP2, após uns dias bem passados e umas “curtas” férias gozadas. <



Cerejeiras em Flor no Vale do Jerte

Lisboa / Castelo Branco / Plasência / El Torno /
Rebollar / Cabezuela del Valle / Jerte / Hervás
/ Cáparra / Cáceres / Lisboa
De 9 a 12 de Abril

Por Rui Simplício

> 09 de Abril – Lisboa / Castelo Branco / Plasência

7.00h – Saída de Lisboa em direcção a Castelo Branco, continuando para Plasência.

13.00h – Almoço no restaurante Casa Tomas em Plasência; passeio pelo centro histórico, nesta cidade que foi um importante bastião militar, com visita às suas duas catedrais – a Catedral Românica e a Catedral Gótica – e ao Museu Catedralício, ao Convento de San Vicente Ferrer (actual parador de turismo), ao Palácio dos Marqueses de Mirabel, e ao Museu Etnográfico Têxtil.

20.00h – Jantar no hotel e alojamento.

10 de Abril – Plasência / El Torno / Rebollar / Cabezuela del Valle / Jerte / Plasencia

9.00h – Saída para o vale do Jerte, num passeio panorâmico com as cerejeiras em flor como pano de fundo, com passagem pelas aldeias de El Torno e Rebollar, até Cabezuela del Valle, com paragem para visita a este povoado símbolo da arquitectura popular estremenha, de onde sobressai a conhecida La Aldea, configurada por vielas e locais muito estreitos; continuação para Jerte, numa paisagem rodeada de hortos, prados e inúmeras plantações de cerejeiras que se vestem de branco nesta altura do ano. Paragem e visita ao centro histórico, com passagem pelo Barrio de los Bueyes.



Realização: de 9 a 12 de Abril
Inscrição até: 28 de Fevereiro
Ponto de encontro: Sete-Rios,
junto da entrada do Jardim
Zoológico
Hora: 7.00h
Valor: 495 euros
**Suplemento de quarto
individual:** 60 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Inscrição inclui: transporte
em autocarro de turismo;
alojamento no Hotel Ciudad
Jerte****, em Plasência; 7
refeições; visitas, às catedrais
de Plasência (nova e velha), ao
Museu Catedralício, ao Palácio
dos Marqueses de Mirabel, ao
Museu Etnográfico e Têxtil,
guiada ao Monastério de
Yuste, ao Museu Enrique Pérez
Comendador – Leroux, à cidade
romana de Cáparra, ao Palácio
das Valetas e à Concatedral de
Santa Maria; seguro de viagem;
acompanhamento com guia
cultural

Inscrição não inclui: Despesas
de carácter pessoal

**O pagamento poderá ser
efectuado em até:** 13 (treze)
prestações, com início em
Fevereiro, duas em Abril e
em Novembro, e final em
Dezembro

Recomendações: faça a
inscrição *on-line* na sua área
pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Mínimo de 30
participantes; os cidadãos
portugueses em visita turística
necessitam de bilhete de
identidade ou cartão de
cidadão.

Ficha de inscrição disponível:
em www.gdbpi.pt

**Para mais informação
contacte:** o Grupo Desportivo
**A organização técnica da
viagem é da responsabilidade
de:** Ponto por Ponto, Rua
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=4&parentid=0&detalheid=5100>

13.00h – Almoço no restaurante El
Castillo, em Cabezuela del Valle; saída
por Valdastillas e Piornal em direção à
Garganta la Olla com pequena paragem.
Prossegue-se para o Mosteiro de Yuste e
visita. Regresso a Plasência.

20.00h – Jantar no hotel e alojamento.

**11 de Abril – Plasência / Hervás /
Cáparra / Plasência**

9.00h – Saída para Hervás, que tem
como base uma ermida, edificada por
monges templários. Após a sua expulsão,
em princípios do século XIII, edificou-se
um castelo onde se foram estabelecendo
diversas famílias. Porém, no século XV,
uma importante comunidade judaica
estabeleceu-se aqui, junto ao rio Ambroz,
fundada sob o patrocínio de St. Gervais
e St. Protais, de quem, segundo alguns
autores, terá derivado o nome da cidade.

Há quem o atribua à raiz latina de
“grama”. Visita à judiaria e à Igreja de
Santa Maria de Hervás, assim como ao
Museu Enrique Pérez Comendador –
Leroux.

13.00h – Almoço no restaurante El
Convento em Hervás e continuação para
a cidade romana de Cáparra para visita;
regresso a Plasência; tempo livre.

20.00h – Jantar e alojamento.

**12 de Abril – Plasência / Cáceres /
Lisboa**

8.30h – *Check-out*, e saída para Cáceres,
Património Mundial da Humanidade;
visita ao centro histórico, com passagem
por: Praça Mayor, Arco da Estrela, Casa
do Sol, Palácio das Valetas e visita à
Concatedral de Santa Maria.

13.00h – Almoço no restaurante Torre de
Sande, em Cáceres, e regresso à origem. <





Grande Cruzeiro – Madeira, Marrocos e Andaluzia

Lisboa / Funchal / Câmara de Lobos / Cabo Girão / Casablanca / Rabat / Tânger / Cádiz / Lisboa

De 19 a 26 de Abril

Por Direcção Nacional

Realização: de 19 a 26 de Abril

Inscrição até: 30 de Março

Ponto de encontro: Cais de Santa Apolónia

Hora: em hora a determinar

Valor:

Em camarote duplo exterior vigia: 970 euros

Suplemento para camarote individual exterior

vigia: 495 euros

Em camarote duplo exterior superior: 1000 euros

Suplemento para camarote individual exterior

superior: 535 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas portuárias: 220 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)

> 19 de Abril – Lisboa / Navegação

Encontro em Santa Apolónia em hora a indicar. Embarque no navio Zenith, da Pullmantur, para um cruzeiro de 8 dias / 7 noites – Madeira, Marrocos e Andaluzia. Formalidades de embarque, e início do cruzeiro.

20 de Abril – Navegação

21 de Abril – das 8.00h às 18.00h – Funchal (Madeira)

22 de Abril – Navegação

23 de Abril – das 9.00h às 18.00h – Casablanca (Marrocos)

24 de Abril – das 9.00h às 18.00h – Tânger (Marrocos)

25 de Abril – das 7.30h às 14.30h – Cádiz (Espanha)

26 de Abril – Chegada a Lisboa às 8.30h, desembarque e fim da viagem.



[Grande Cruzeiro – Madeira, Marrocos e Andaluzia]

Inscrição inclui:

acompanhamento durante toda a viagem por um acompanhante Multi Destinos; cruzeiro de 8 dias/7 noites, em pensão completa, em camarote da categoria escolhida; pacote de bebidas (águas, sumos, café, chá, refrescos e pacote de bebidas das principais marcas); taxas portuárias: 220 euros (a confirmar e actualizar na data da emissão da documentação); seguro de viagem; gratificações obrigatórias no cruzeiro: 77 euros; excursões nos portos da Madeira e de Casablanca, conforme programa; bolsa de documentação contendo informação sobre os locais a visitar; bolsa ou similar Multi Destinos

Inscrição não inclui: carta de bebidas premium, água engarrafada e sumos naturais; quaisquer serviços que não se encontrem devidamente mencionados no presente itinerário e extras de carácter pessoal, por exemplo: telefonemas, bar, minibar, lavandaria, etc.

O pagamento poderá ser efectuado em até: 13 (treze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro

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

Para mais informação

contacte: o Grupo Desportivo **A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:** Multi Destinos – Viagens e Turismo Lda., agência de viagens com sede na Rua 25 de Abril, n.º 93A Centro Comercial loja 22, 2845-137 Amora, pessoa colectiva n.º 502 681 195, com o capital social de 100 000€, matriculada na Conservatória do Registo Comercial do Seixal sob o n.º 4898 e com o RNAVT n.º 2013

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



Excursões incluídas durante o cruzeiro:

Madeira – Câmara de Lobos / Cabo Girão

Após atravessar a cidade do Funchal, seguirá pela estrada costeira que o conduzirá pela pitoresca vila piscatória de Câmara de Lobos até aos vinhedos do Estreito de Câmara de Lobos. Subirá até à falésia mais alta da Europa, no Cabo Girão, para admirar um cenário majestoso e experimentar a adrenalina de caminhar na sua plataforma suspensa construída em vidro. A concluir a excursão, uma visita ao centro da cidade do Funchal e uma degustação do excepcional e típico vinho da Madeira, numa das suas caves tradicionais.



Casablanca – Rabat

Rabat foi eleita para ser a capital do império almóada no século XII. O que pode encontrar lá? Desde encantadores jardins como: o de Oudayas e a Necrópole de Chellah até ao bosque de alcornoques de Mamora, o Royal Golf Dar Essalam, considerado um dos mais belos do mundo, e as suas espetaculares praias. Nesta excursão terá a oportunidade de se aventurar na torre de Hassan, de 40 metros de altura, mas que nunca foi terminada. Muito perto dali encontra-se o túmulo de Mohamed V. Trata-se de um impressionante pavilhão de mármore branco coroador por um telhado com telhas verdes. Por fim, não perca o Kasbah de Oudayas, um pequeno bairro amuralhado onde se encontra Jamaa El Atiq, a mesquita mais antiga da cidade.





Rota do Dão e da Bairrada

Lisboa / Condeixa / Sicó / Barcouço / Sangalhos / Viseu / Santar / Vale de Madeiros / Nelas / Lisboa

De 11 a 12 de Maio

Por Rui Simplício



> Momentos intensos.

Uma das regiões de vinhos mais antigas de Portugal, a Bairrada, estende-se desde as faldas das serras do Caramulo e do Buçaco até às areias e dunas do litoral atlântico.

De grandes e remotas tradições na cultura da vinha, a Bairrada é terra de muitos e bons vinhos, feitos com castas de alta qualidade.

Com reconhecimento oficial desde o início do séc. XX, a região vinícola do Dão, de solos graníticos, é hoje uma das mais afamadas de Portugal, especialmente pelos seus vinhos tintos. Aliás, terá sido no Dão, na aldeia de Tourigo, que nasceu aquela que é por muitos considerada a rainha das castas tintas portuguesas: a Touriga-Nacional. Neste passeio fazemos uma combinação perfeita entre a cultura, o vinho e a natureza.

Realização: 11 e 12 de Maio
Inscrição até: 31 de Março
Ponto de encontro: Sete-Rios, junto da entrada do Jardim Zoológico

Hora: 7.00h

Valor: 255 euros

Suplemento de quarto individual: 25 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: transporte em autocarro de turismo; alojamento em Viseu, no Hotel Grão Vasco****, ou similar; 3 refeições; visitas ao Museu Portugal Romano em Condeixa, ao Aliança Underground Museum, com degustação de espumante, à Quinta do Encontro, com degustação de vinhos, à Casa de Santar, com prova de vinhos, interpretativa à Quinta da Lagoa, com degustação de queijos, à Quinta da Teixuga, com degustação de vinhos; seguro de viagem; acompanhamento com guia cultural

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

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

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

Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt

Para mais informação

contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: Ponto por Ponto, Rua 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=4&parentid=0&detalheid=5100>



11 de Maio – Lisboa / Condeixa / Sicó / Barcouço / Sangalhos / Viseu

7.00h – Saída em direcção a Condeixa, visita ao Museu Portugal Romano em Sicó e continuação para Barcouço – Mealhada.

13.00h – Almoço à moda da Bairrada, no restaurante Manuel Júlio, na Mealhada, e continuação para as Caves Aliança, em Sangalhos.

16.00h – Visita ao Aliança Underground Museum com degustação de espumante; segue-se para a Quinta do Encontro para visita e prova de vinhos. Continuação para Viseu com visita ao centro histórico. **Check-in** no Hotel Grão Vasco.

20.00h – Jantar no hotel e alojamento

12 de Maio – Viseu / Santar / Vale de Madeiros / Nelas / Lisboa

9.00h – Saída para Santar com visita guiada à adega e à propriedade da Casa de Santar, com prova de vinhos; continuação para Vale de Madeiros e visita a uma queijaria com degustação de queijos; prossegue-se para Nelas.

13.00h – Almoço regional, no restaurante Bem Haja, em Nelas; continuação para a Quinta da Teixuga com visita guiada à adega e à propriedade, com prova de vinhos. Regresso à origem.





Cuba

Realização: de 11 a 19 de Maio
Inscrição até: 11 de Abril
Ponto de encontro: Aeroporto do Porto ou Lisboa
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 1990 euros
Suplemento de quarto individual: 200 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 414 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)

Porto ou Lisboa, Madrid, Havana, Cienfuegos, Trinidad, Santa Clara, Varadero, Havana, Madrid, Lisboa ou Porto

De 11 a 19 de Maio
9 dias / 13 refeições

Por Direcção Nacional

[Cuba]

Inscrição inclui: passagem aérea com a Iberia, em classe económica, para o percurso indicado; 2 noites de alojamento em Havana no hotel acima mencionado em regime de meia-pensão; *city-tour* em Havana com almoço em restaurante local; circuito de 2 noites com alojamento da seguinte forma:
– 1 noite em Cienfuegos no Hotel La Union ou Jagua 4* by Melia em regime de meia-pensão
– 1 noite em Trinidad no Hotel Brisas Trinidad ou Costa Sur Tropical em regime de tudo-incluído; visitas e refeições de acordo com itinerário; 3 noites de alojamento em Varadero no hotel indicado, em regime de tudo-incluído; seguro de viagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível: 414 euros (a confirmar e actualizar na data da emissão da documentação); tarjetas/ vistos turísticos obrigatórios para entrada em Cuba (com um custo 25 euros)
Inscrição não inclui: bebidas, despesas de carácter pessoal e todos os serviços não mencionados; *check-in* antecipado ou *check-out* tardio.



> **11 de Maio – Porto ou Lisboa / Madrid / Havana**

Comparência no aeroporto 120 minutos antes da hora da partida. Formalidades de embarque e partida em voo Iberia com destino a Madrid. Escala e novo embarque em voo com destino a Havana. Chegada, assistência e transporte partilhado para o hotel H10 Habana Panorama****. Instalação, jantar e alojamento.

12 de Maio – Havana

De manhã, *city-tour* a Havana começando por Havana velha. Almoço em restaurante local. Pela tarde, visita de Havana moderna, com panorâmica do Capitólio Nacional, Malecón, Universidade de Havana, Praça da Revolução, com tempo livre para fotos. Regresso ao hotel, jantar e alojamento.



[Cuba]

O pagamento poderá ser efectuado em até: 13 (treze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.qdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de passaporte válido com pelo menos 6 meses a contar da data de entrada no país; mínimo de 21 participantes

Ficha de inscrição disponível: em www.qdbpi.pt

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

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

Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <http://www.qdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalhaid=5100>

13 de Maio – Havana / Cienfuegos
Check-out e saída da capital em direcção a Cienfuegos. *City-tour* com visita do Passeio Martí, Teatro Thomas Terry, *cocktail* no Palácio del Valle. Almoço em restaurante local. Tempo livre. Jantar e alojamento no hotel.

14 de Maio – Cienfuegos / Trinidad
Check-out e saída para Trinidad. Visita da cidade-museu, declarada Património da Humanidade pela UNESCO. Passeio pela cidade de ruas empedradas e magníficos edifícios coloniais, visitando o Museu Romântico ou o Palácio Cantero, uma olaria e será dado algum tempo no mercado artesanal, finalizando a visita no conhecido bar La Canchánchara. Almoço num restaurante Paladar e tempo livre. Jantar e alojamento no hotel.

15 de Maio – Trinidad / Santa Clara / Varadero

Check-out e saída em direcção a Santa Clara com paragem no Valle de los Ingenios e na torre Manaca-Iznaga.

Continuação da viagem até Santa Clara, com visita ao Mausoléu de Che Guevara e ao monumento ao comboio blindado (comboio que foi tomado pelos guerrilheiros, na estratégica batalha de Santa Clara) e ao Museu de Bellas Artes de Villa Clara. Almoço num restaurante local. Continuação até Varadero. Alojamento no Hotel Grand Memories Varadero**** em regime de tudo-incluído. Noite livre.

16 e 17 de Maio – Varadero

Dia Livre. Possibilidade de efectuar alguma excursão opcional (valor do tour em separado).

18 de Maio – Varadero / Havana / Madrid / em Viagem

Check-out, manhã livre, e, em hora a confirmar localmente, transporte privado para o aeroporto de Havana e regresso.

19 de Maio – Em Viagem / Madrid / Lisboa ou Porto.

Chegada e fim da viagem.





Encontro com o Gerês

Lisboa / Braga / Amares / Santa Maria do Bouro / Vila do Gerês / S. Bento da Porta Aberta / Ponte da Barca / Arcos de Valdevez / Aldeia do Soajo / Castro Laboreiro / Melgaço / Monção / Valença / Ponte de Lima / Lisboa

De 8 a 10 de Junho

Por Rui Simplício

> Momentos intensos

Ainda que em Portugal a designação de província já não detenha significado administrativo desde 1976, o Minho continua a ser designado, tradicionalmente, como uma importante e das mais belas províncias portuguesas (ou região natural).

Situada no Norte do País, a região do Minho, com uma área aproximada de 4700 km² é muito conhecida pelo

[Encontro com o Gerês]



Realização: de 8 a 10 de Junho

Inscrição até: 31 de Março

Ponto de encontro: Sete-Rios, junto da porta do Jardim Zoológico

Hora: 7.00h

Valor: 335 euros

Suplemento de quarto

individual: 60 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: transporte em autocarro de turismo; alojamento no Hotel São Bento da Porta Aberta**** em Rio Caldo, ou similar; alojamento no Hotel Castrum Villae *** em Castro Laboreiro, ou similar; passeio fluvial na albufeira da Barragem da Caniçada; 5 refeições; visita ao Solar do Alvarinho com prova de vinhos; visita ao Palácio da Brejoeira com prova de vinhos; seguro de viagem; acompanhamento com guia cultural

deslumbrante verde natural paisagístico, pela conservação das suas tradições e pela sua irresistível gastronomia. Encontra-se delimitada a norte e nordeste pela fronteira com a Galiza, em Espanha; a leste com Trás-os-Montes e Alto Douro; a sul com o Douro Litoral, e a Oeste com o oceano Atlântico.

08 de Junho – Lisboa / Braga / Amares / Santa Maria do Bouro / Vila do Gerês / S. Bento da Porta Aberta

07.00h – Partida em direcção a Braga, subindo ao Santuário do Bom Jesus do Monte com paragem e visita. Segue-se para Amares.

13.00h – Almoço no restaurante Milho-Rei, em Amares. Continuação para Santa Maria do Bouro, ladeando a margem direita do rio Cávado e observando as paisagens únicas e

típicas do Gerês, até ao Santuário de Nossa Senhora da Abadia, o mais antigo da Península Ibérica, com paragem e visita. Segue-se em direcção a Rio Caldo, passando pela albufeira da Caniçada até à vila do Gerês, conhecida pelas suas famosas termas, com paragem e visita. Continuação para o Santuário de S. Bento da Porta Aberta. *Check-in* no Hotel São Bento Porta Aberta**** em Rio Caldo.

20.00h – Jantar no hotel e alojamento.

09 de Junho – S. Bento da Porta Aberta / Ponte da Barca / Arcos de Valdevez / Aldeia do Soajo / Castro Laboreiro

09.00h – Saída em direcção ao cais das Pontes do Rio Caldo, passeio fluvial pela albufeira da Barragem da Caniçada. Continuação por Terras de Bouro, até Ponte da Barca, com pequena paragem. Segue-se até Arcos de Valdevez.

13.00h – Almoço no restaurante Costa do Vez, em Arcos de Valdevez. Visita ao centro histórico. Saída em direcção à Barragem do Alto do Lindoso com paragem. Continuação pela serra do Soajo, sétima maior elevação de Portugal Continental, e que faz parte do Parque Nacional da Peneda-Gerês. Paragem na aldeia do Soajo para visita aos espigueiros e à eira comunitária. Continuação em passeio panorâmico, apreciando as paisagens das serras do Soajo e da Peneda até ao Santuário de N. Senhora da Peneda, com paragem



Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
O pagamento poderá ser efectuado em até: 10 (dez) prestações, com início em Março, duas em Abril e final em Novembro

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

Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: Ponto por Ponto, Rua 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=4&parentid=0&detalheid=5100>



e visita. Continuação para Castro Laboreiro. *Check-in* no hotel Castrum Villae*** em Castro Laboreiro
20.00h – Jantar no hotel e alojamento.

10 de Junho – Castro Laboreiro / Melgaço / Monção / Valença / Ponte de Lima / Lisboa

9.00h – Saída para Melgaço com visita ao centro histórico. Segue-se por

Monção até ao Palácio da Brejeira, uma das casas solarengas mais emblemáticas e ricas da região, com visita ao interior do palácio, capela, jardins, bosque, adega antiga e vinha. Continuação até Valença e visita ao centro histórico.

13.00h – Almoço no restaurante Coroa Verde, em Valença. Saída para Ponte de Lima com pequena visita e regresso à origem.



Bulgária e Roménia



Porto / Lisboa / Sófia / Rila / Plodiv / Kazanlak / Shipka / Veliko Tarnovo / Shumen / Varna / Mamaia / Bucareste / Sinaia / Brasov / Rasnov / Bran / Targu Mures / Turda / Cluj / Lisboa / Porto
de 25 de Junho a 7 de Julho
13 dias / 23 refeições

Por Direcção Nacional

> 25 de Junho – Porto / Lisboa / Sófia

Comparência no aeroporto de Lisboa 150 minutos antes da partida. Formalidades de embarque, e saída em voo com destino a Sófia, via cidade europeia. Formalidades de desembarque e encontro com guia local, em português. A cidade é considerada uma das mais antigas da Europa, tendo sido fundada há cerca de 7000 anos pelos Serdi, uma tribo Trácia. *Transfer* para o hotel, *check-in*, jantar e alojamento.

26 de Junho – Sófia

Visita panorâmica de Sófia, de que ressaltamos a Catedral de Alexandre Nevsky, a Biblioteca Nacional, a Universidade de Sófia, o Parlamento, o Teatro Nacional, a Igreja de Santa Sofia, a Praça de Nedelja, Igreja de Santa Nedelja, e a Rotunda de São Jorge,

onde poderemos apreciar a Igreja de São Jorge, do século III, os edifícios do Conselho de Ministros, da Presidência e o antigo quartel-general do Partido Comunista. Almoço em restaurante local. De tarde, continuação para visita da Igreja Boyana e do Museu Nacional, ambos situados fora da cidade de Sófia. Jantar e alojamento.

27 de Junho – Sófia / Rila / Plodiv

Saída para visita ao Mosteiro de Rila. O Mosteiro de Rila foi fundado no séc. X por São João de Rila, um eremita canonizado pela Igreja Ortodoxa. Almoço em restaurante local. No final da visita, continuação da viagem para Plodiv, a 2.ª cidade mais importante da Bulgária. Instalação no hotel, jantar típico com animação em restaurante local e alojamento.

Realização: de 25 de Junho a 7 de Julho
Inscrição até: 25 de Maio
Ponto de encontro: Aeroporto de Porto ou Lisboa
Hora: 150 minutos antes da hora da partida
Valor: 1760 euros
Suplemento de quarto individual: 335 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 73 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Inscrição inclui: voos-base de ida e volta em classe económica LH; seguro de viagem incluindo as condições especiais para cancelamento antecipado e interrupção de viagem; taxas de aeroporto, segurança e combustível: 73 euros (a confirmar e actualizar na data da emissão da documentação); autocarro privativo para todas as visitas e *transfers*; pensão completa, desde o jantar do 1.º dia ao jantar do 12.º dia, nos hotéis ou restaurantes locais, com menus de grupo predeterminados de acordo com a gastronomia local, com pratos fixos, não incluindo bebidas nem dietas especiais; guia acompanhante local durante todo o percurso em português ou espanhol; assistência telefónica 24 horas; guias locais nas visitas sempre que possível de língua portuguesa; todas as visitas e entradas mencionadas no programa como incluídas com entradas
Inscrição não inclui: bebidas, extras de carácter pessoal na viagem, hotéis, restaurantes e todos os serviços não indicados.

28 de Junho – Plovdiv / Kazanlak / Shipka / Veliko Tarnovo

Visita panorâmica à parte histórica de Plovdiv, bairro antigo, Museu Etnográfico, casas-museu, e anfiteatro romano. Continuação da viagem para Kazanlak, capital do vale das Rosas, que se estende entre os Balcãs e a cadeia montanhosa de Sredna Gorá. Almoço em restaurante local. De tarde, visita à Necrópole de Kazanlak, incluída na lista do Património Cultural da Humanidade, e onde se encontra o maior expoente da arte trácia conservada, do século IV antes de Cristo. Continuação para Veliko Tarnovo, com paragem no caminho em Shipka, igreja-memorial da libertação da Bulgária do domínio otomano. Chegada a Veliko Tarnovo, instalação no hotel, jantar e alojamento.

29 de Junho – Veliko Tarnovo / Shumen / Varna

Saída para visita de Veliko Tarnovo, que se localiza na colina de Trapezitsa – aos pés da qual fica a Igreja de São Demétrio de Salonica, de desenho cruciforme. Continuação para visita de Arbanassi, uma pequena aldeia búlgara, onde faremos um pequeno passeio a pé para visitar uma das casas típicas – a casa de Konstantantsaliev – e a Igreja da Natividade. Continuação para Shumen, onde se encontra o monumento aos 1300 anos da Bulgária. Almoço em restaurante local. O cavaleiro de Madara, património mundial e exemplo único de arte rupestre medieval na Europa, data de 710 dC. Na cidade poderá ver ainda a Ortodoxa Catedral Sagrada dos Três Santos e a Basílica

da Ascensão do Santo, assim como a mesquita Sherif Halil Pasha. De tarde, passeio por Varna, a terceira maior cidade da Bulgária, banhada pelo mar Negro, com praias extensas e famosas. Jantar e alojamento.

30 de Junho – Varna / Mamaia

Pela manhã, visita de Varna, Museu Arqueológico, onde se poderá ver uma colecção de artefactos de ouro dos mais antigos do mundo. Visita à Catedral de Varna e às termas romanas. Almoço no hotel ou em restaurante local. Em hora a determinar localmente, saída para Mamaia, já na Roménia. No caminho realizaremos uma paragem em Balchik para ver os jardins botânicos do palácio de Verão da rainha Maria da Roménia. Chegada, instalação no hotel, jantar e alojamento.

1 de Julho – Mamaia

Dia livre para desfrutar da praia ou para outras actividades de gosto pessoal. Almoço, jantar e alojamento no hotel.

2 de Julho – Mamaia / Constanta / Bucareste

Visita de Constanta, que nos levará pelos locais mais interessantes da cidade – o Museu Arqueológico, que alberga um importante conjunto de peças escultóricas de grande valor. No final da visita, realizaremos uma viagem de teleférico SkyGondola durante aproximadamente 7 minutos e a uma altura de 50 metros, para poder apreciar a fantástica beleza desta Riviera romena. Almoço em restaurante local. De tarde, continuação para Bucareste. Chegada, *check-in* no hotel, jantar e alojamento.

3 de Julho – Bucareste

A cidade é conhecida desde os anos de 1900 pelos seus grandes boulevards, as avenidas de três faixas, os edifícios da gloriosa Belle Époque e pelo fausto da alta sociedade da época. De manhã, visita panorâmica da cidade de Bucareste, incluindo o Arco do Triunfo, a Avenida da Vitória, o Museu



[Bulgária e Roménia]



O pagamento poderá ser efectuado em até: 13 (treze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão; mínimo de 25 participantes

Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: Flash Viagens, matriculada na Conservatória do Registo Comercial do Porto com o n.º 51472, RNAVT 2094

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

da Música, o Palácio Real, o Atenaeum, a Biblioteca Pública, o antigo quartel-general do Partido Comunista, a sala do Palácio da Corte, o Parlamento, o Hospital de Coltea, a Praça da Universidade e o Parque Herastrau. O palácio, que alberga o Parlamento e o Senado, é considerado pelo Guinness Livro dos Recordes, o maior, mais dispendioso e o mais pesado edifício multiusos da Administração Civil de todo o mundo. É agora, oficialmente, o Palácio do Parlamento. Almoço. Tarde livre. Jantar e alojamento no hotel.

4 de Julho – Bucareste / Sinaia / Brasov

Visita ao Museu da Aldeia de Bucareste. Partida para Sinaia, a mais famosa estância de montanha da Roménia, também conhecida como a “Pérola dos Cárpatos”. Visita do Castelo de Peles, que serviu como residência de Verão para Carlos (Carol) I. Almoço

e continuação para Brasov, uma das mais antigas e importantes cidades da Roménia, onde passaremos pela Igreja Negra, as torres sobre a Praça Sfatului e a cidade velha com a sua antiga Câmara Municipal. Visita panorâmica ainda à Igreja de S. Nicolau e à Catedral Ortodoxa. Instalação no hotel, jantar especial com a Filarmónica de Brasov, vinho incluído e alojamento.

5 de Julho – Brasov / Rasnov / Bran / Targu Mures

Partida para Bran, para visita do Castelo de Bran – mais conhecido como Castelo de Drácula. Almoço em restaurante local. Continuação para Sighissoara, situada nos Cárpatos Transilvanos. Chegada e tempo livre para conhecer a cidadela medieval, Castrum Sex, Património da Humanidade pela UNESCO. Destaque para a Torre do Relógio e para a casa natal de Vlad Tepes, O Empalador. Continuação para Targu Mures, *check-in*, jantar e alojamento.

06 de Julho – Targu Mures / Turda / Cluj

Partida para Turda, para visita das suas minas de sal, um verdadeiro Museu da Mineração e da Maquinaria necessária para o seu transporte. Continuação para Cluj e visita do Museu Etnográfico, onde apreciaremos a cultura popular da Roménia dos séculos XVIII a XX, a agricultura, a pecuária, os ofícios, os têxteis, os costumes. Almoço. De tarde, continuação da visita da cidade de Cluj, incluindo o Jardim Botânico, a Igreja Católica e a Igreja Ortodoxa. Instalação no hotel, jantar e alojamento.

07 de Julho – Cluj / Lisboa / Porto

Tempo livre para as últimas compras ou passeios pela cidade. Em hora a indicar, *transfer* ao aeroporto, formalidades de embarque e partida com destino à sua cidade de origem, via cidade europeia. Chegada e fim da viagem.



Cursos de Inglês na University of Worcester



Para jovens
dos 11 aos 17 anos
De 1 a 14 de Julho

Por Rui Simplicio

> Esta moderna universidade está localizada a 10 minutos a pé do centro da cidade. Worcester é uma cidade histórica, rodeada pela bela paisagem rural inglesa.

A cidade tem inúmeros espaços verdes, jardins e locais para visitar, como a impressionante catedral.

A universidade conta com instalações de última geração, vários estúdios de artes, teatro, biblioteca e modernos espaços para os jovens relaxarem.

Todas as acomodações foram recentemente remodeladas e dispõem de amplos quartos e de casa de banho privada.

1 de Julho – Lisboa / Worcester

Em hora a determinar, embarque em voo directo com destino a Londres. Chegada e transporte para a University of Worcester. Almoço. Dia de apresentação e actividades de integração dos jovens. Jantar e alojamento no *campus*.

2 de Julho – Worcester

Pequeno-almoço. Durante a manhã, actividades curriculares em inglês. Após o almoço, saída para visita a Worcester. Regresso ao colégio. Jantar e divertimento durante a noite. Alojamento no *campus*.

férias e viagens

| Fevereiro-Abril 2019 | 58 |

[Cursos de Inglês
na University of Worcester]

Realização: de 1 a 14 de Julho
Inscrição até: 15 de Maio
Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 1970 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 126,54 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Inscrição inclui: voo TAP Lisboa / Londres / Lisboa com uma mala de porão; viagem em grupo com um professor acompanhante; curso de inglês reconhecido pelo British Council; actividades no *campus*; visitas a Londres e Birmingham; regime de pensão completa; taxas de aeroporto, segurança e combustível: 126,54 euros (a confirmar e actualizar na data da emissão da documentação)
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
O pagamento poderá ser efectuado em até: 13 (treze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão.
Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: Multi Destinos – Viagens e Turismo Lda, agência de viagens com sede na Rua 25 de Abril, n.º 93A Centro Comercial loja 22, 2845-137 Amora, pessoa colectiva n.º 502 681 195, com o capital social de 100.000€, matriculada na Conservatória do Registo Comercial do Seixal sob o n.º 4898 e com o RNAVT n.º 2013.
Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=5100>



03 de Julho – Worcester

Pequeno-almoço. Durante a manhã, actividades curriculares em inglês. Almoço. À tarde visita ao Tudor House Museum. Jantar e Disco Night. Alojamento no *campus*.

4 de Julho – Worcester / Cadbury / Stratford-upon-Avon

Após o pequeno-almoço, dia completo de visita a Cadbury World, com visita a Stratford-upon-Avon e Shakespeare's Birthplace. Regresso ao final do dia. Jantar e alojamento no *campus*.

05 de Julho – Worcester

Pequeno-almoço e actividades lectivas durante todo o dia. Jantar. Noite de *karaoke*. Alojamento no *campus*.

06 de Julho – Worcester

Pequeno almoço. Manhã de actividades lectivas. Almoço. Regresso à época medieval com visita a Greyfriars House & Gardens. Jantar temático. Alojamento no *campus*.

07 de Julho – Worcester / Bath ou Oxford

Pequeno-almoço. Dia completo para visita a Bath ou Oxford College. Almoço. Jantar e alojamento no *campus*.

08 de Julho – Worcester

Pequeno-almoço. Visita ao Museu da Guerra Civil. Regresso ao Colégio para almoço. Tarde de actividades lectivas. Jantar e alojamento no *campus*. Disco Night.



09 de Julho – Worcester

Pequeno-almoço. River Severn Walk. Almoço. Tarde de actividades lectivas. Jantar e *show* de talentos. Alojamento no *campus*.

10 de Julho – Worcester/ Londres

Pequeno-almoço. Visita de dia completo a Londres, de comboio, visita aos locais emblemáticos da cidade de Londres com jantar. Regresso ao *campus* e alojamento.

11 de Julho – Worcester

Pequeno-almoço. Dia dedicado a actividades lectivas. Almoço. Após o jantar, actividades e alojamento no *campus*.

12 de Julho – Worcester

Após o pequeno-almoço, visita à cidade de Worcester, à galeria de Arte e ao Museu. Almoço. Durante a tarde, actividades lectivas, jantar e actividades no *campus*.

13 de Julho – Worcester/ Birmingham

Pequeno-almoço. Visita de dia completo à cidade de Birmingham e aos seus marcos históricos, e tempo livre para compras. Almoço. Regresso ao final do dia. Jantar e actividades no *campus*.

14 Julho – Londres/ Lisboa

Pequeno-almoço. Dia de despedida e compras de última hora. Em hora a determinar, transporte para o aeroporto e regresso a Lisboa.



Áustria e Budapeste

Lisboa / Munique / Castelo de Nueschwastein
/ Innsbruck / Salzburgo / St. Wolfgang /
Salzburgo / Melk / Viena / Budapeste / Lisboa
De 2 a 9 de Setembro

Por Direcção Nacional

> 2 de Setembro – Lisboa / Munique

Comparência no aeroporto cerca de 120 minutos antes do horário do voo. Formalidades de embarque e partida em voo TAP com destino a Munique. Chegada, assistência local e saída para **almoço em restaurante**. De tarde, panorâmica da cidade, com relevo para a Marienplatz, onde se situa a imponente Nova Câmara Municipal; continuação pela Coluna de Maria, a Igreja de Nossa Senhora, a Fonte Richard Strauss, o famoso carrilhão de Glockenspeil, a monumental Avenida

Ludwingstrasse e a Max Joseph Platz, uma grandiosa praça junto ao Palácio Real. Continuação para o **Hotel Holiday Inn City Center****** ou similar. *Check-in* e saída para **jantar em restaurante**. Regresso ao hotel e alojamento.

3 de Setembro – Munique / Castelo de Nueschwastein / Innsbruck

Saída em direção ao **Castelo de Nueschwastein**, uma construção que reflecte os ideais e desejos do rei Luís II, construído como um mundo imaginário

[Áustria e Budapeste]

Realização: de 2 a 9 de Setembro

Inscrição até: 30 de Abril

Ponto de encontro:

Aeroporto de Lisboa ou Porto

Hora: 120 minutos antes da hora da partida

Valor: 1896 euros

Suplemento de quarto individual: 510 euros

Taxa de inscrição: 36,00 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível:

152,80 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)

Inscrição inclui:

acompanhante Tryvel durante toda a viagem; passagem aérea Lisboa / Munique / Viena / Lisboa, na TAP, em classe económica com direito ao transporte de 1 peça de bagagem de porão com 23kg; taxas de aeroporto, segurança e combustível: 152,80 euros (a confirmar e actualizar na data da emissão da documentação); todos os transportes mencionados no itinerário em autopullman com ar condicionado; guia acompanhante durante todo o circuito e que guiará as visitas em Budapeste; guias locais em Munique, Innsbruck, Salzburgo e Viena; 7 noites de alojamento e pequeno-almoço em hotéis de 4 estrelas; 8 almoços e 7 jantares, um dos quais numa típica taberna de Grizing, e outro a bordo de um barco no Danúbio; entradas nos monumentos durante as visitas mencionadas: Castelo de Neuschwanstein, Museu Tirolês de Innsbruck, Abadia de Melk e Palácio de Schönbrunn, em Viena, Igreja Matias e Parlamento de Budapeste; bolsa de documentação Tryvel contendo informação sobre os locais a visitar; taxas hoteleiras e de serviço, bem como o IVA; seguro multiviagens de 30 000 euros

Inscrição não inclui: quaisquer serviços que não se encontrem devidamente mencionados no presente



e poético no qual ele se podia refugiar e sonhar. Breve tempo livre antes do almoço **em restaurante**. Visita do castelo e continuação para Innsbruck. **Check-in** no **Grand Hotel Europa****Sup ou similar**, jantar e alojamento.

4 de Setembro – Innsbruck / Salzburgo

Visita de **Innsbruck**, especialmente conhecida pelas diversas estâncias de esqui que envolvem a cidade, mas que tem também os seus atractivos históricos como o **Palácio Imperial**, de estilo rococó; a **Torre da Cidade**, ou Stadtturm; a **Catedral** também de estilo rococó, e o **Museu Tirolês**, entre outros. **Almoço em restaurante**. Saída para **Salzburgo**, capital da província homónima, e que se encontra na orla setentrional dos Alpes orientais, quase no centro da Áustria. **Check-in** no **Hotel Imlauer****ou similar**, jantar e alojamento.

5 de Setembro – Salzburgo / St. Wolfgang / Salzburgo

Visita desta cidade que surgiu como algo realmente especial com o apreciado sal das minas da sua região a fazer prosperar o Episcopado de Salzburgo na primeira parte da Idade Média. Em 27 de Janeiro de 1756, Wolfgang Amadeus Mozart, nasceu no n.º 9 de **Getreidegasse**. Visita panorâmica com realce para a casa natal de Mozart, a Fortaleza de Salzburgo e a Catedral; passagem pelo Festspielhaus de Salzburg e pelos jardins Mirabel. O importante é descobrir esta magnífica cidade austríaca e será certamente ao som da música. É assim Salzburgo.

Almoço em restaurante. Saída em direção a **St. Wolfgang**, situada na **margem do Wolfgangsee**. **Passeio de barco no lago** até St. Gilgen. Regresso a Salzburgo ao final da tarde. Jantar e alojamento no hotel.





itinerário e extras de carácter pessoal – por exemplo, bebidas, telefonemas, bar, minibar, lavandaria, etc.; bebidas às refeições; gratificações

O pagamento poderá ser efectuado em até: 13 (treze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro

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

Ficha de inscrição disponível: em www.qdbpi.pt

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.qdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detailid=5100>

6 de Setembro – Salzburg / Melk / Viena

Saída em direcção a **Melk** para visita da **abadia** que inspirou Umberto Eco no livro *O Nome da Rosa*. Continuação para Durnstein, onde será servido o **almoço**. Breve passeio e continuação para **Viena**, passando pelas típicas povoações de província desta região. Chegada a Viena, *check-in* no **Hotel Kaiserwasser****** ou similar, jantar e alojamento.

7 de Setembro – Viena

Visita panorâmica da cidade. No centro de Viena podemos localizar o Palácio Imperial Hofburg, residência dos imperadores, a Ópera e o Monumento de Maria Teresa. Passagem ainda pela Ringstrasse, pelo Parlamento e pela Catedral de Santo Estêvão. **Almoço** em restaurante e passeio a pé na **zona pedonal** da cidade. De tarde, visita do



Palácio de Schönbrunn, a residência de Verão dos Habsburgos. Foi neste palácio que tiveram lugar alguns acontecimentos históricos importantes. **Saída para a zona de Grizing para um jantar numa típica taberna de Viena.** Regresso ao hotel e alojamento.

8 de Setembro – Viena / Budapeste

Saída em direcção a Budapeste. Chegada e **almoço** em restaurante. De tarde, **visita ao centro monumental de Budapeste**, passando por ambos os lados da cidade (Buda e Peste), com especial relevo para a Praça dos Heróis, o Edifício da Ópera, a Basílica de Santo Estêvão, a Ponte das Correntes, o Bastião dos Pescadores, a Sinagoga e a **Igreja Matias**. Chegada e *check-in* no **hotel Mercure Korona******. Em hora a combinar, saída para **jantar no Danúbio a bordo de um barco de cruzeiros**. Regresso ao hotel e alojamento.

9 de Setembro – Budapeste / Lisboa

Saída para continuação da visita de Budapeste, incluindo o famoso **Parlamento**, o local onde se reúne a Assembleia Nacional da Hungria e um dos edifícios legislativos mais antigos da Europa. Ergue-se na Praça Kossuth Lajos, na margem do Danúbio. Actualmente detém o título de maior edifício da Hungria e o de segundo maior parlamento na Europa. **Almoço em restaurante**. Após o almoço, saída para o aeroporto; formalidades de embarque e saída em voo regular, com destino a Lisboa. Chegada e fim da viagem.

Grécia



Porto ou Lisboa / Atenas / Pireu / Em Cruzeiro / Mykonos / Kusadasi / Patmos / Heraklion / Santorini / Pireu / Ruínas de Corinto / Atenas / Delfos / Kalambaka / Meteora / Atenas / Lisboa ou Porto

De 5 a 12 de Setembro

8 dias / 13 refeições

Por Direcção Nacional

Realização: de 5 a 12 de Setembro

Inscrição até: 5 de Agosto

Ponto de encontro: Aeroporto do Porto ou Lisboa

Hora: 150 minutos antes da hora da partida

Valor: 1880 euros

Suplemento de quarto individual:
380 euros

Suplemento para saída do Porto: 80 euros

Suplemento cabine exterior duplo:
130 euros

Suplemento cabine exterior individual:
170 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 182 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)

Inscrição inclui: voos-base de ida e volta em classe económica LH; taxas de aeroporto,

segurança e combustível: 182 euros (a confirmar e actualizar na data da emissão da documentação); autocarro privativo para todas as *transfers* e visitas; assistência em língua portuguesa nos *transfers* e jantar típico; assistência telefónica 24 horas; guia em idioma português na visita de Atenas, de Corinto com Teatro de Epidauro e no circuito de 2 dias; assistência a bordo, por representante do nosso agente; estada conforme programa em quarto duplo alojamento, pequeno-almoço e jantar (exceto 7.º dia em Atenas); hotéis: em Atenas o Hotel Zafolia ou Titania ou similar, no Cruzeiro em cabine interior standard IA, em Kalambaka o Hotel Amalia ou similar; taxas hoteleiras; jantar típico em Atenas com menu de grupo e ¼ vinho e água; 3 almoços em restaurantes locais com menus de grupo predeterminados de acordo com a gastronomia local, com pratos fixos não incluindo bebidas nem dietas especiais; cruzeiro conforme programa em pensão completa em cabine interior standard IA; taxas de embarque e gratificações; Blue Package pacote de bebidas a bordo; 3 excursões de terra a bordo em serviço regular: Patmos, Heraklion e Éfeso com a Casa da Virgem Maria; visitas com guia de língua portuguesa ao antigo Corinto e Epidauros com entradas, no circuito de 2 dias com entradas em Delfos e 2 Mosteiros de Meteora, na visita panorâmica de Atenas com entrada na Acrópole; seguro de viagens incluindo as condições especiais para cancelamento antecipado e interrupção de viagem.

Inscrição não inclui: bebidas nos restaurantes fora do barco, extras de carácter pessoal na viagem, hotéis, restaurantes e todos os serviços não indicados.

O pagamento poderá ser efectuado em até: 13 (treze) prestações, com início em



> 5 de Setembro – Porto ou Lisboa / Atenas

Comparência no aeroporto de origem 150 minutos antes da partida do voo indicado. Formalidades de embarque e saída com destino a Atenas via uma cidade europeia. Chegada, *transfer* e *check-in* no hotel; resto da tarde livre para uma primeira visita a esta cidade. Jantar e alojamento.

6 de Setembro – Atenas / Pireu / Em Cruzeiro / Mykonos

Transfer ao porto de Pireu, embarque em cruzeiro de 3 dias em regime de pensão completa e alojamento a bordo. Partida pelas 11.30h. A nossa primeira paragem (18.00h-23.00h) será Mykonos, ilha famosa pelas praias, incomparável beleza e agitada vida nocturna.

7 de Setembro – Em Cruzeiro / Kusadasi / Patmos

A primeira escala e porto será Kusadasi, na Turquia (7.30h-13.00h). Excursão inclui visita à casa da Virgem Maria e a Éfeso, uma maravilhosa cidade arqueológica, onde São Paulo foi preso e depois exilado. Regresso ao barco. Pela tarde, chegada à ilha de Patmos (17.45h-21.30h), visita

incluída onde terá a oportunidade de visitar o mosteiro e a gruta onde São João viveu e escreveu o Livro do Apocalipse.

08 de Setembro – Em Cruzeiro / Heraklion / Santorini

A primeira escala e porto será Heraklion, capital da ilha de Creta (7.00h-12.00h). Visita incluída para conhecer o Palácio de Knossos, centro da civilização minóica. Em seguida uma das experiências de tirar o fôlego: a chegada à ilha de Santorini, conhecida hoje e sempre como o continente perdido Atlântida (16.30h-21.30h).

9 de Setembro – Em Cruzeiro / Pireu / Ruínas de Corinto / Atenas

Chegada pela manhã muito cedo ao porto de Pireu (7.00h) e formalidades de desembarque. Reencontro com o guia de Atenas e início de um circuito clássico de 4 dias pelo Peloponeso. Breve paragem no Canal de Corinto e de seguida, visita do famoso Teatro de Epidauro. Almoço em restaurante local. Em hora a indicar, regresso a Atenas, instalação no hotel, jantar e alojamento.

[Grécia]

Fevereiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de Identidade ou cartão de cidadão, documento com validade mínima de 6 meses à data da chegada do circuito; os menores de idade viajando sem os pais ou com apenas um deles, necessitam ainda de autorização oficial de viagem ao estrangeiro; mínimo de 21 participantes

Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt

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

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

Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detailh eid=5100>

10 de Setembro – Atenas / Delfos / Kalambaka

De manhã, partida para a cidade de Delfos, antigamente conhecida como o centro do mundo antigo. Conta a lenda que Zeus enviou duas águias para dar a volta ao mundo. O lugar em que estas se encontrassem seria o centro do mundo, e Delfos foi o ponto de encontro. Visita do sítio arqueológico (também reconhecido como Património da Humanidade pela UNESCO) onde se encontrava o histórico oráculo de Delfos, um poderoso instrumento divinatório com influência geopolítica na Grécia Antiga e do museu, com a sua famosa estátua de bronze Auriga. Almoço em restaurante local. Saída para Kalambaka, uma pequena povoação situada no sopé das pedras gigantes de Meteora. Jantar e alojamento.

11 de Setembro – Kalambaka / Meteora / Atenas

De manhã cedo visita dos mosteiros de Meteora, situados sobre altíssimas rochas numa paisagem de beleza natural única. Construído sobre pilares de rocha de arenito, este complexo de mosteiros

é um dos maiores e mais importantes do cristianismo oriental. Almoço em restaurante local. De tarde, regresso a Atenas. Chegada à capital grega ao final do dia. Em hora a indicar, saída para um jantar típico com folclore. Regresso ao hotel e alojamento.

12 de Setembro – Atenas / Lisboa ou Porto

Visita panorâmica do centro da cidade, o coração neoclássico de Atenas, com passagem pelas avenidas Panepistimiou, Stadiou, Rainha Sofia e Amalias. Continuação até à Praça Sintagma, onde se encontram o Parlamento, o Monumento ao Soldado Desconhecido, a Casa Presidencial, o Estádio Panatenaico, o Templo de Zeus e a Porta de Adriano. De seguida, é tempo de pisar a rocha sagrada da Acrópole e apreciar Propylaea, o templo jónico de Atenea Nike, o Erechtheum e o Parténon, símbolo da democracia ateniense. No final da visita, *transfer* ao aeroporto, formalidades de embarque em voo com partida às 15.35h com destino à sua cidade de origem, via uma cidade europeia. Chegada e fim da viagem.





Reformados na Pérola do Atlântico

Lisboa / Funchal / Cabo Girão / Ribeira Brava / Serra d'Água / Encumeada / São Vicente / Porto Moniz / Paul da Serra / Bica da Cana / Ponta do Garajau / Camacha / Pico do Areeiro / Ribeiro Frio / Santana / Machico / Funchal / Lisboa

De 1 a 4 de Outubro

Por Rui Simplicio

> 1 de Outubro – Lisboa / Funchal

Comparência no Aeroporto de Lisboa, duas horas antes do voo. Formalidades de embarque assistidas por delegado da TQ – Travel Quality Viagens e Turismo SA. Voo directo para a Madeira. Chegada, e transporte ao hotel. Almoço-*buffet* em restaurante local. Passeio de meio dia: Eira do Serrado, Curral das Freiras e Câmara de Lobos. Subimos até à Eira do



[Reformados na Pérola do Atlântico]

Realização: de 1 a 4 de Outubro
Inscrição até: 30 de Abril
Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 500 euros
Suplemento de quarto individual: 75 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 34 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Inscrição inclui: Passagem Lisboa – Madeira – Lisboa em voo directo em classe económica; assistência de Lisboa a Lisboa pela TQ – Travel Quality; autocarro de turismo para *transfers* e passeios conforme necessário e programa; guias locais para visitas mencionadas; 3 noites de alojamento no hotel escolhido; todas as refeições desde o almoço do 1.º dia ao almoço do 4.º dia; bebidas nas refeições, excepto no hotel; 1 mala de porão até 20 kg e 1 mala de cabine até 8 kg por pessoa; visitas conforme mencionadas; taxas hoteleiras, serviços e IVA; seguro de assistência em viagem; taxas de aeroporto, segurança e combustível: 34 euros (a confirmar e actualizar na data da emissão da documentação)

Serrado, de onde seguiremos para o Curral das Freiras, viagem que demora cerca de 20 minutos. As castanhas locais são deliciosas e utilizadas na culinária diária. Todos os anos, os habitantes celebram a Festa da Castanha, pela qual a vila é famosa. No regresso, paramos na vila piscatória de Câmara de Lobos, situada a 5 km do Funchal. Foi aqui que Sir Winston Churchill pintou as suas magníficas paisagens, e é também aqui que poderá provar a famosa bebida local – a poncha. Regresso ao hotel, jantar e alojamento.

2 de Outubro – Funchal / Cabo Girão / Ribeira Brava / Serra d'Água / Encumeada / São Vicente / Porto Moniz / Paul da Serra / Bica da Cana / Funchal

Passeio de dia completo com almoço e bebidas incluídas. Saída para cabo Girão, a falésia mais elevada da Europa, continuação para Ribeira Brava e para norte, subindo pelos vales profundos e estreitos da serra d'Água. Irá então chegar à Encumeada, um local especial no cimo do vale, onde terá uma incrível vista da costa sul e da costa norte da ilha e desceremos em direcção à acidentada beleza da costa norte até São Vicente. Almoço num restaurante





Inscrição não inclui: extras de carácter particular: gratificações; massagens; cabeleireiro; comunicações; digestivos; bebidas nas 3 refeições no hotel – ¼ vinho e água ou 1 cerveja e água, ou 1 sumo e água; outros seguros com capitais e coberturas maiores, cancelamento e/ou interrupção involuntária, motivos de força maior

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>

Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt

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

responsabilidade de: TQ – Travel Quality, Agência de Viagens Lda., com sede na Rua do Salitre, n.º 135, Lisboa, contribuinte fiscal n.º 501 313 915, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Lisboa, sob o número 2240-C.S e com o RNAVT n.º 1864

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

sobre o mar. A próxima paragem é na vila do Porto Moniz com tempo para admirar as fantásticas piscinas vulcânicas naturais.

Seguimos para Paul da Serra, onde se situa um dos maiores parques de reserva natural do mundo. A última paragem desta maravilhosa viagem será na Bica da Cana, onde a natureza está no seu auge. Regresso ao hotel, jantar e alojamento.

3 de Outubro – Funchal / Ponta do Garajau / Camacha / Pico do Areeiro / Ribeiro Frio / Santana / Machico / Funchal

Saída até à Ponta do Garajau com paragem no miradouro para conhecer o Cristo-Rei do Garajau. Prosseguimos para a Camacha, conhecida pelo seu artesanato de vimes. Subimos ao Pico do Areeiro, 1818 metros acima do nível do mar. Descemos ao Ribeiro Frio, a

que se segue um estimulante passeio a pé que termina no Miradouro dos Balcões; a seguir, Santana, com as suas casinhas típicas com telhados de colmo. Almoço. Continuamos para Porto da Cruz – Portela, de onde se avistam a costa norte e a ilha de Porto Santo, com paragem no Engenho do Norte e na Casa de Rum, dois testemunhos do passado de produção de açúcar na ilha da Madeira. Já no Machico, paragem para visita ao centro da cidade. Regresso ao hotel e alojamento, com saída pelas 19.30h para uma noite madeirense num restaurante nas proximidades do Funchal. Terá a oportunidade de jantar a famosa “espetada” enquanto se diverte com um grupo folclórico regional. De regresso ao hotel pelas 22.30h, ainda fará uma paragem para observar a baía do Funchal à noite.

4 de Outubro – Funchal / Lisboa

Manhã livre para poder conhecer ou visitar o centro histórico da cidade, onde, a pé, poderá visitar o Mercado dos Lavradores, ou então fazer um agradável passeio pedestre pelas movimentadas artérias do Funchal, visitando a Praça do Município e a Igreja do Colégio, a Sé Catedral e a Avenida Arriaga, passando ainda pelo Museu CR7. Almoço-*buffet* em restaurante local. Em hora a combinar localmente, transporte para o aeroporto. Formalidades de embarque e partida em voo regular da TAP com destino a Lisboa. Chegada a Lisboa e fim dos nossos serviços.





Caminhos do Contrabando

Lisboa / Arco de Baúlhe / Cabeceiras de Basto / Salto / Boticas / Chaves / Vilarelho da Raia / Vilar de Perdizes / Meixedo / Montalegre / Lisboa

De 25 a 27 de Outubro

Por Direcção Nacional

Realização: de 25 a 27 de Outubro

Inscrição até: 31 de Julho

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

Hora: 8.00h

Valor: 335 euros

Crianças dos 4 aos 11 anos: 50%

Crianças até 3 anos: grátis

Suplemento de quarto individual: 48 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

> À descoberta de Trás-os-Montes e Alto Douro.

Ao longo da história, a fronteira criou formas de vida únicas. A fronteira entre Portugal e Espanha é conhecida como a raia, onde foi criado um género cultural próprio, associado ao contrabando.

Vamos dar a conhecer as vivências e as histórias de um povo que viu nas trocas comerciais ilegais (contrabando) entre os dois lados uma forma de subsistir.

Venha descobrir e sentir o ser contrabandista, nas suas epopeias diárias de passagem para a outra margem, as fugas à Guardia Civil e à Guarda Fiscal, a dificuldade de carregar fardos de café, tabaco, azeite entre outros produtos e atravessar o ribeiro, assim como o

[Caminhos do Contrabando]

Inscrição inclui: transporte em autocarro de turismo; alojamento no Hotel Forte de S. Francisco****, ou similar; 5 refeições; visitas, ao Mosteiro de S. Miguel de Refojos, ao Centro de Artes Nadir Afonso, ao Museu Etnográfico de Vilarelhos da Raia e ao Ecomuseu do Barroso; animação: Queimada das Bruxas; seguro de viagem; acompanhamento com guia cultural

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

O pagamento poderá ser efectuado em até: 10 (dez) prestações, com início no mês da inscrição, 2 (duas) em Abril e Novembro, e final em Novembro

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

Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: Ponto por Ponto, Rua 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=4&parentid=0&detalheid=5100>



preparar dos burros, carregá-los, tocá-los pelos trilhos do contrabando, que eram alterados a qualquer momento.

Venha desfrutar desta experiência num ambiente natural rodeado por belas paisagens, e conhecer histórias e lendas ligadas à actividade do contrabando, contadas por alguns ex-intervenientes.

25 de Outubro – Lisboa / Arco de Baúlhe / Cabeceiras de Basto / Salto / Boticas / Chaves

08.00h – Saída de Lisboa em direcção a Arco de Baúlhe;

13.00h – Almoço no restaurante Cozinha Real de Basto, em Arco de Baúlhe; continuação para Cabeceiras de Basto e visita ao Mosteiro de S. Miguel de Refojos; segue-se por Salto até Boticas, visita ao centro histórico e ao Centro de Artes Nadir Afonso, continuação para Chaves e *check-in* no hotel Forte de S. Francisco****.

20.00h – Jantar no hotel e alojamento.

26 de Outubro – Chaves / Vilarelho da Raia / Chaves

09.00h – Saída para Vilarelho da Raia; encontro com os contrabandistas que nos encaminham para o local combinado e secreto onde se encontram os burros à nossa espera. Tratamento e aparelhamento dos burros, seguido do carregamento das mercadorias a transportar, e início da jornada do contrabando, por caminhos sinuosos. Após o término da actividade, regresso à aldeia e interpretação da paisagem e da envolvência;

13.00h – Almoço/merenda do contrabandista no campo; visita ao Museu Etnográfico de Vilarelho; regresso a Chaves para visita ao centro histórico, com prova das águas termais mais quentes da Península Ibérica, que brotam a 73 °C;

20.00h – Jantar na Pensão Flávia, em Chaves, com degustação de tapas.

Animação: Queimada das Bruxas; alojamento.

27 de Outubro – Chaves / Vilar de Perdizes / Meixedo / Montalegre / Lisboa

09.00h – Saída em direcção a Vilar de Perdizes, paragem e visita. Continuação para Meixedo com pequena paragem; segue-se para Montalegre com visita ao centro histórico e ao Ecomuseu do Barroso.

13.00h – Almoço no Restaurante D. João e regresso à origem.





China Misteriosa

Lisboa / Pequim / Xi'An / Xangai / Lisboa

De 19 a 27 de Novembro

Por Direcção Nacional

Realização: de 19 a 27 de Novembro

Inscrição até: 30 de Junho

Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa

Hora: 120 minutos antes da hora da partida

Valor: 1790 euros

Suplemento de quarto individual: 260 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível:

371,84 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)

Inscrição inclui: Passagens Lisboa / Pequim / Xian / Xangai / Lisboa, com 1 escala, com 1 mala de porão; transporte aeroporto / hotel / aeroporto com assistência de guia em espanhol; guia espanhol acompanhante durante toda a viagem; estada de 3 noites em Pequim, 1 noite em Xi'An e 3 noites em Xangai, em regime de alojamento e pequeno-almoço; transporte em comboio de alta velocidade entre Pequim e Xi'An; 1 jantar de boas-vindas; 4 almoços, como indicado no programa; entradas nas vistas mencionados; acompanhamento por representante da agência Multi Destinos durante a viagem; seguro de viagem com cobertura de cancelamento; taxas hoteleiras; taxas de aeroporto, segurança e combustível: 371,84 euros (a confirmar e actualizar na data da emissão da documentação)

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal; passaporte e visto

> 19 de Novembro – Lisboa / (noite a bordo)

Em hora a determinar, encontro no aeroporto de Lisboa para formalidades de embarque e partida em voo regular da Emirates com destino a Pequim, via Dubai. Noite a bordo.

20 de Novembro – (noite a bordo) / Pequim

Chegada a Pequim, capital da República Popular da China. Transporte privado ao hotel. *Check-in* e alojamento no Novotel Xiaqiao Hotel.

21 de Novembro – Pequim

Dia dedicado à visita do Palácio Imperial, conhecido como a Cidade Proibida; à Praça Tian An Men, uma das maiores do mundo, e ao Palácio de Verão, que era o jardim dos membros da família da Casa Imperial. Almoço. Regresso ao Novotel Xiaqiao Hotel e alojamento.

22 de Novembro – Pequim

Excursão à Grande Muralha, grandiosa obra arquitectónica com mais de 2000 anos. Almoço. Durante a tarde,



O pagamento poderá ser efectuado em até: 13 (treze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro

Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de passaporte válido e visto

Ficha de inscrição disponível: em www.gdbpi.pt

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo **A organização técnica da viagem é da responsabilidade de:** Multi Destinos – Viagens e Turismo Lda., agência de viagens com sede na Rua 25 de Abril, n.º 93A Centro Comercial loja 22, 2845-137 Amora, pessoa colectiva n.º 502 681 195, com o capital social de 100 000€, matriculada na Conservatória do Registo Comercial do Seixal sob o n.º 4898 e com o RNAVT n.º 2013

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

regresso à cidade com paragem no Estádio Nacional e no Centro Nacional de Natação para algumas fotografias. Jantar de boas vindas para degustar o famoso pato à Pequim. Regresso ao Novotel Xiagio Hotel e alojamento.

23 de Novembro – Pequim/ Xi’An

Após o pequeno-almoço, saída para Xi’An, em comboio de alta velocidade. Xi’An, antiga capital da China, com 3000 anos de existência, única capital amuralhada e ponto de partida para a famosa Rota da Seda. Transporte ao Hotel Holiday Inn Xian Big Goose Pagoda****, *check-in* e alojamento.

24 de Novembro – Xi’An/ Xangai

Após o pequeno-almoço visita ao famoso Museu de Guerreiros de Terracota, onde existem mais de 6000 figuras de tamanho real a representar o grande exército de guerreiros e carros de guerra que deitaram abaixo o Imperador Qin. Almoço. Pela tarde, transporte ao aeroporto para viagem de avião até Xangai, cidade portuária

com mais de 16 milhões de habitantes, que é o maior porto, centro comercial e metrópole da China. Transporte ao Regal Shangai East Asia Hotel****. *Check-in* e alojamento.

25 de Novembro – Xangai

Dia completo de visita pela cidade, incluindo o magnífico Jardim Yuyuan, construído em 1557, o Templo do Buda de Jade e o passeio marítimo, um dos lugares mais emblemáticos da cidade. Almoço. Regresso ao hotel e alojamento.

26 de Novembro – Xangai

Dia inteiramente livre para descobrir os recantos da cidade cosmopolita, passeando por jardins e lojas, onde poderá comprar as recordações de uma viagem fantástica à misteriosa China. Alojamento.

27 de Novembro – Xangai / Lisboa

Em hora a determinar, transporte para o aeroporto de Xangai para formalidades de embarque e viagem de regresso a Lisboa.



[viagens city breaks]

Viagens City Breaks

A complementar a proposta de viagens para 2019 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 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 Bilbao

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



Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa ou do Porto
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 390 euros
Suplemento de quarto individual: 140 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 66,82 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe U; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço, em hotel***; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro

multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 66,82 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)
Inscrição não inclui: tudo o que não está referido no programa
O pagamento poderá ser efectuado em até: 5 (cinco) prestações; até à data de partida, 50%, e o restante em 4 (quatro) prestações
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Os cidadãos portugueses em visita turística, necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão.

Ficha de inscrição:

disponível em
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=5100](http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=5100)

Escapada a Florença

- > Uma cidade que respira arte, cultura, beleza, sabores e aromas; essa é Florença! Berço do renascimento, a cidade não poderia ser diferente. <



Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 430 euros
Suplemento de quarto individual: 115 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 77,56 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe U; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço, em hotel***; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro

multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 77,56 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 da partida, 50%, e o restante em 4 (quatro) prestações

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

Escapada a Londres

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



Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa ou Porto
Hora: 120 minutos antes da hora da partida
Valor: 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

[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 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 Paris

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



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

3 noites de estada em quarto duplo em regime de alojamento e pequeno-almoço em hotel de ***, na zona da Ópera; IVA, taxas de turismo e serviço; Seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 118,42 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)

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

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

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

Ficha de inscrição:

disponível em
www.gdbpi.pt

Para mais informação:

contacte o Grupo
Desportivo

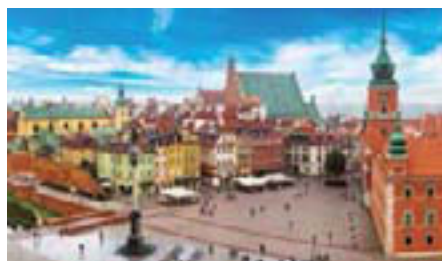
A organização técnica das viagens é da responsabilidade de:

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=5100](http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&detalheid=5100)

Escapada a Varsóvia



Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa

Hora: 120 minutos antes da hora da partida

Valor: 420 euros

Suplemento de quarto individual: 85 euros

Taxa de inscrição: 36,00 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 88,17 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)

Inscrição inclui: avião TAP Portugal em classe U; 3 noites de estada em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço, em hotel***; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro

> Varsóvia, a capital da Polónia, já viveu dias cinzentos, tristes e conturbados. Passou por muitas disputas territoriais. Presenciou cenas de horror durante a perseguição dos judeus. Quase foi deixada abaixo num confronto contra os nazis, em 1944. Sofreu nas mãos de ferro dos soviéticos. Teve mais de metade do seu território desmantelado no pós-guerra, e, apesar de tudo isso, consegue sorrir feliz. <

multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 88,17 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 da partida, 50%, e o restante em 4 (quatro) prestações

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

Escapada a Veneza



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,

> 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! <

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

[hotéis]

Hotéis condições 2018/19



36,50
euros
por pessoa e noite
em regime de HB

(pequeno-almoço
e jantar *buffet*,
bebidas
não incluídas)

Hotel Baía Grande
Albufeira

Hotel Baía Grande

Estada
24/10 a 12/03 (excepto
de 23/12
a 31/12)

Oferta de 1 *welcome
drink*

Oferta de quarto
vista piscina ou
mar (mediante
disponibilidade).

Estada mínima 2 noites.
Oferta não cumulativa
com outras ofertas.

Reservas
telefone: 289 583 500
e-mail: sales@
baiaalgarve.com



34,50
euros
por pessoa e noite
em regime de HB

(pequeno-almoço
e jantar *buffet*,
bebidas
não incluídas)

Hotel Baía Cristal
Beach & SPA Resort
Conceição

Hotel Baía Cristal Beach & Spa Resort

Estada
17/10 a 26/02 (excepto
de 23/12 a 31/12)

Oferta de 1 *welcome
drink*

Oferta de quarto
vista piscina ou
mar (mediante
disponibilidade).

Estada mínima 2 noites.
Oferta não cumulativa
com outras ofertas.

Reservas
telefone: 282 358 601
e-mail: sales@
baiaalgarve.com

[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 receção funciona no Aldeamento Pedras da Rainha em Cabanas 24 horas por dia.



Apartamentos disponíveis de 30 de Março a 3 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. No período entre 1 de Junho e 14 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 27 de Abril a 1 de Junho e de 22 de Setembro a 12 de Outubro, alugue por 7 noites e pague só 6, em todos os apartamentos.

Tabela de preços dos apartamentos – 2019

ÉPOCAS E PREÇOS					
Baixa	Páscoa	Média/Baixa	Média	Média/Alta	Alta
12/10 a 03/11	13/04 a 27/04	27/04 a 01/06	01/06 a 29/06	29/06 a 13/07	13/07 a 31/08
30/03 a 13/04	50 euros	28/9 a 12/10	14/09 a 28/09	31/08 a 14/09	102 euros
24 euros		50 euros	55 euros	80 euros	

[turismo rural]

Turismo rural



Almeirim Casa de Besteiros

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



Avidagos – Mirandela Quinta dos Avidagos

Telefones: 96 276 04 03/ 96 605 43 33,
Localização: 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% e 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.



Ilha Terceira – Açores

Casa Senhora do Mar

Telefone: 91 784 09 57

Localização: Rua Gaspar Gonçalves Machado, n.º 7, Porto Martins – Ribeira Seca, 9700-623 – Ilha Terceira – a 10 minutos da Praia da Vitória, a 15 minutos do aeroporto e a poucos minutos do oceano.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 10% sobre o preço de balcão e oferta do alojamento de duas crianças até 6 anos de idade.



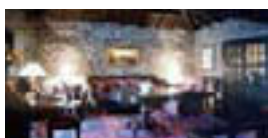
Lousã

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.



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.



Seia

Casa das Tílias

Telefone: 96 400 85 85

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

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

[turismo rural]



Sertã – Ermida

Casa do Tio Tenente

Telefone: 274 685 106 / 91 628 45 13

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

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



Sintra

Quinta dos Junqueiros

Telefone: 21 928 02 56

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

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



Vale de Amoreira – Manteigas

Casa Lagar da Alagoa

Telefone: 275 487 024 / 91 868 86 02

Localização: Parque natural da Serra da Estrela.

Condições: a tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 15% sobre o preço de balcão durante a semana, desconto de 10% ao fim de semana. Descontos válidos apenas para reservas directas.



Vale de Cambra – Rôge

Traços de Outrora

Telefone: 91 879 56 74 / 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

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.



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.



Vilarinha, Bordeira

Monte da Vilarinha

Telefone: 285 973 218

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

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



Vila Ruiva – Cuba

Casa do Alto da Eira

Telefone: 284 412 619 / 96 557 99 18

Localização: situada em Albergaria dos Fusos, no concelho de Cuba, próximo da barragem do Alvíto.

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



OSVALDO SILVA
[DIRECTOR]

[a fechar]

Venha tomar um café connosco

... o trabalho desenvolvido pelo Grupo Desportivo e que obviamente é da competência da Direcção, só é possível graças à colaboração de dezenas, centenas de sócios, muitos, que de forma solidária, casuisticamente, de vez em quando, contribuem para levar a informação a casa de cada um...

➤ O Grupo Desportivo persegue continuamente um objectivo de perfeição na sua relação com os sócios, mas é bem sabido que isso não existe; contudo, e no que está ao nosso alcance, tentar é estar no bom caminho para o conseguir.

O *site* do Grupo Desportivo é um *site* seguro; a área pessoal de cada sócio é uma área segura; as novas regras, impostas pelo Regulamento-Geral de Protecção de Dados Pessoais, estão implementadas e têm sido amplamente divulgadas; os sócios têm colaborado para que tudo esteja de acordo com a lei, embora ainda seja necessário um esforço suplementar dessa parte.

É bem verdade que este Regulamento-Geral de Protecção de Dados Pessoais já existia antes de ter sido recentemente (re)inventado e aceite. Hoje e falando em termos de redes sociais ou na rede NET em geral, o acesso à informação ou o que quer que seja, só é possível depois de aceitarmos as condições do *site*, da página, do portal, do que quer que lhe chamemos.

O Grupo Desportivo garante a confidencialidade dos dados e assegura que estes servem exclusivamente para levar até si informação relevante sobre as iniciativas que propõe aos sócios e o seu observatório. Todos os nossos suportes de

informação, esta revista *Associativo* trimestral, a *newsletter* mensal e a nossa página na *net*, cujas notícias replicamos no Facebook, cumprem o mesmo objectivo de manter o sócio informado e pronto a participar na vida do Grupo.

Para os menos atentos, ou melhor, para todos os associados, quero deixar claro que o trabalho desenvolvido pelo Grupo Desportivo – e que obviamente é da competência da Direcção –, só é possível graças à colaboração de dezenas, centenas de sócios, muitos, que de forma solidária, casuisticamente, de vez em quando, contribuem para levar a informação a casa de cada um, diária, mensal ou trimestralmente.

Anualmente e no início de cada ano o Grupo Desportivo reúne os órgãos sociais, os seus trabalhadores e como convidados alguns dos sócios que mais se distinguiram e contribuíram para o lançamento de novas iniciativas. Este ano não foi excepção, e em breves palavras, a Direcção Nacional do Grupo elogiou a actuação de todos os que de forma esforçada têm contribuído para o seu engrandecimento e também deixou uma mensagem de esperança para que no futuro todos possamos continuar a trabalhar, cada vez mais e melhor.

Nesta revista que está a chegar a vossas casas quero aproveitar

para destacar o nosso programa de viagens, que seleccionámos e propomos aos sócios, com excelentes condições de preço e pagamento, novos destinos nas City Breaks e os nossos apartamentos do Algarve em Cabanas de Tavira, nos quais já se poderão inscrever.

Ainda antes de terminar queremos aproveitar para lembrar que neste ano o *rally-paper* do Grupo Desportivo vai realizar-se, como já foi largamente divulgado, na Nazaré, e a má notícia é que se não fez a sua inscrição até ao final do mês passado, agora vai custar-lhe um pouco mais, mas nada que o impeça, se for essa a sua vontade.

Os acontecimentos para o trimestre de Fevereiro a Abril estão anunciados neste *Associativo*; leia-o, guarde-o e fique em estado de prontidão para participar numa qualquer das várias propostas que lhe sugerimos. O tempo vai melhorar, vai aquecer, o caro sócio vai começar a sentir o apelo da natureza e perceber que as alternativas que o Grupo Desportivo lhe oferece nesta mudança do Inverno para a Primavera fazem todo o sentido.

Bom regresso à vida. Faça-o com o Grupo Desportivo. Participe na vida do Grupo Desportivo. Venha tomar um café connosco.

Estamos à sua espera.





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

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



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

T 213 241 369
F 213 241 369

farminternacional@yahoo.com

HORÁRIO

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

www.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



VANESSA ESPADA

Tlm.: 927 246 077

Email: vcespada@remax.pt

«Uma casa é feita de
sonhos e amor»



**RE/MAX
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

