

associativo

REVISTA DO GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL DOS EMPREGADOS DO BANCO BPI



GRUPO DESPORTIVO

Grupo  CaixaBank



[n.º 68 | Agosto
Outubro
2021 | Trimestral | Distribuição
Gratuita | www.gdbpi.pt]



p. 57
Expo
Dubai

p. 12
O caminho faz-se
caminhando...

p. 31
Calendário de visitas
guiadas 2021/22

p. 37
Ponte pedonal
de Arouca



INSCRIÇÕES ABERTAS

Ano Letivo 2021/2022



EXTERNATO **PASSOS MANUEL**

É nossa missão potenciar o desenvolvimento das nossas crianças respeitando a sua individualidade.

Promover o envolvimento da família e da comunidade neste processo.

Pré-Escolar . 1º Ciclo . Centro de Estudos
Turma máximo 15 alunos

Condições especiais para Sócios do Grupo Desportivo BPI

- Desconto de 20% na primeira inscrição e renovações
- Desconto de 10% na mensalidade do Pré-Escolar e 1º Ciclo
- Desconto de 10% na mensalidade das atividades extracurriculares



GRUPO DESPORTIVO

Grupo  CaixaBank



Estamos no coração de Lisboa
Marque a sua visita

 Rua Passos Manuel, 24. 1150 -260 Lisboa  213 561 383

 geral@externatopassosmanuel.pt  www.externatopassosmanuel.pt

[editorial]

Nós por cá no Grupo Desportivo...

Estamos no pico do tradicional período de férias de Verão, o País abranda um pouco, as praias enchem-se, as férias, a noite, finalmente estamos a vivê-las. O tempo ajuda. Muitos dos nossos sócios já foram de férias, outros vão agora, e outros ainda irão mais tarde. Para todos, os nossos desejos de umas excelentes férias.



OSVALDO SILVA

[DIRECTOR]

➤ Tornou-se inevitável que os contactos, as conversas entre amigos e conhecidos, incluam o tema covid, às vezes porque sim, outras por respeito, outras porque não se lhe vê fim à vista, outras porque é assustador e esta partilha ajuda a exorcizar os medos, outras porque... sabe-se lá, é um tema fácil.

Todos nós devemos respeitar o covid, que já percebemos ser um parceiro que apareceu para partilhar o espaço que ocupamos, tal como muitos outros antes e com o qual teremos de estabelecer um entendimento que evite uma catástrofe de proporções épicas e crie um *status* dito normal e razoável se é que, qualquer que seja o resultado, pode ser considerado normal e razoável.

Enquanto este protocolo de entendimento não for assinado não vamos poder recomeçar a viver a vida que vivíamos, ou algo muito parecido, o que parece ser a primeira e grande prioridade de uma parte substancial dos Portugueses, pelo menos a avaliar pelo que se lê e ouve, mesmo que já com os devidos descontos.

Por isso, enterrar a cabeça na areia e achar que o mal, ou o pior, já passou, conduziu-nos até à 4.^a vaga. Parece que deverá, ou deveria, ser mais do que suficiente para todos termos percebido que sem uma base sólida e alargada, que leva o seu tempo a construir, nunca estaremos em condições de conviver com este novo parceiro, que, quando o deixam ou provocam, se revela implacável.

Nós, por cá, no Grupo Desportivo, fazemos o que podemos: reduzimos os contactos presenciais – os nossos colaboradores estão em teletrabalho – adoptámos todas as medidas de protecção recomendadas pela DGS, aconselhámos e aconselhamos o seu cumprimento escrupuloso, oferecemos máscaras, propusemos várias iniciativas digitais que foram muito participadas e agradecemos penhoradamente a compreensão dos sócios.

Por outro lado, também nunca deixámos de propor novas iniciativas presenciais embora sempre condicionadas pelas regras e condições sanitárias de cada momento no País. Os sócios nunca estiveram sós, o Grupo Desportivo sempre procurou o contacto que muitas vezes se escapou por força da evolução e dos vários agravamentos da situação sanitária.

Todos queremos crer em que, graças ao processo de vacinação em curso, em breve possamos vir a beneficiar da tal imunidade de grupo que em teoria permitirá aliviar, mas não eliminar, os constrangimentos que tantos hoje reclamam como dispensáveis, redutores e ou inúteis. Fica, no entanto, por saber que se todos, mas mesmo todos, tivéssemos cumprido as recomendações, teria havido segunda vaga? Terá sido mesmo necessário morrerem mais uns quantos para que uns tantos egoistamente se sintam mais livres?

Estamos no pico do tradicional período de férias de Verão, o

País abranda um pouco, as praias enchem-se, as férias, a noite, finalmente estamos a vivê-las. O tempo ajuda. Muitos dos nossos sócios já foram de férias, outros vão agora, e outros ainda irão mais tarde. Para todos, os nossos desejos de umas excelentes férias.

Nós, por cá, no Grupo Desportivo, vamos continuar a trabalhar para apresentar iniciativas presenciais e ou digitais, crentes de que, quando se verificar o momento, vamos estar lá para os nossos sócios, a apoiar, a ajudar a ultrapassar as dificuldades do retorno à normalidade, seja ela qual for.

Nós, por cá, no Grupo Desportivo, continuamos a trabalhar com os nossos parceiros, são mais de 900, tendo em vista conseguir as melhores condições para os nossos sócios. Celebrámos acordos, com grandes grupos hoteleiros de Norte a Sul do País e também no estrangeiro, com excelentes condições de ocupação, tendo em vista não só as férias, mas uma escapadinha, o aniversário da cara-metade, ou só porque apeteceu, etc.

Nós, por cá, no Grupo Desportivo, gostamos dos nossos sócios e queremos continuar a ser a família que sempre fomos. Por isso cuidem-se, mantenham distâncias, usem máscara – o Grupo até as oferece e são bonitas –, cumpram as regras de higiene da DGS, não se deixem ir em cantigas.

Boas férias.

ÍNDICE

EDITORIAL

03

CALENDÁRIO

05

VIDA ASSOCIATIVA

06

- 06 À conversa com... Rui Vieira
- 12 O caminho faz-se caminhando...
- 14 Desafio foto e escrita sobre o confinamento
- 19 O (outro) contabilista
- 20 Caminho de Santiago pela costa, em 12 etapas
- 22 O Grupo Desportivo continua a dar máscaras
- 23 S. Martinho na Casa Salgueiro, em Labruge
- 24 Externato Passos Manuel
- 25 Vinhos medalhados. Segredos bem guardados.
- 28 Licenciaturas, cursos técnicos superiores profissionais e pós-graduações

CULTURA

30

- 30 Moelas de pato *al ajillo*
- 31 Calendário de visitas guiadas 2021/22
- 32 Passadiço da Lousã
- 33 O Ciclo do Arroz – Herdade das Parchanas
- 33 XVII Aniversário do Orfeão Portuscale
- 34 Passadiços de Rio Tinto
- 34 Crónica da caminhada do Areinho
- 35 De Sonim à praia fluvial do Rabaçal
- 35 Caminhada pela orla marítima – 1
- 36 Caminhada pela orla marítima – 2
- 37 Ponte pedonal de Arouca



38 *Scrap Is Back – Endless card*

39 Em Cartaz

DESPORTO

40

- 40 Estamos de regresso!
- 40 Torneio de ténis na Maia
- 41 Viagem a Santiago de Compostela e Finisterra
- 42 Retrospectiva da Pesca Desportiva no Centro
- 43 Torneio Interno de Ténis de Mesa em Arruda Vinhos

FÉRIAS E VIAGENS

44

- 44 Calendário de viagens para 2021
- 45 Fim-de-semana na serra do Buçaco
- 47 Convívio de Reformados à descoberta de Portugal
- 49 Por terras de Fronteira
- 51 Girona, Barcelona e Narbonne – Encontro de Reformados
- 54 Taiwan
- 57 Expo Dubai
- 61 Viagens *City Breaks*
- 65 Apartamentos
- 66 Hotéis
- 73 Turismo rural

CONTACTOS

77

A FECHAR

78



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

Diretor: Osvaldo Silva

Grafismo: Nuno Costa

Revisão: Luís Alho

Secretariado: Victória Cuzmici

Colaboradores desta Edição:

Alexandre Leal, António Rosa, António Vale (fotografia), Carlos Galvão, Costa Pinto, David Silva, Direcção Nacional, Fátima Pereira, Fernando Barnabé, Francisco Ribeiro, Hugo Gomes, João Sampaio, Joaquim Pinto, Jorge Magalhães, José Caldas, Manuel Correia, Maria João, Osvaldo Silva, Pedro Ferreira, Pilar Batoréu, Reis Almeida, Rosa Maria, Rui Duque, Rui Simplício, Victória Cuzmici

Imagem da Capa: Expo Dubai

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: 10 500 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

> **Utilize o cartão frota do Grupo Desportivo – Solred – da Repsol** e poupe 14 cêntimos em cada litro de combustível aditivado. Consulte as condições no nosso portal ou na contracapa desta revista.

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

> Se quer vender, arrendar ou comprar um imóvel em qualquer lugar do País, consulte o Pedro Proença, da Remax, e **ganhe até 3500 euros.** Consulte a página 29

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

> Agosto

14

Visita guiada ao **Museu Ferroviário, no Entroncamento**

15

último dia para se inscrever na viagem **Por terras de Fronteira**

16

último dia para se inscrever na viagem de **Convívio de Reformados à descoberta de Portugal**

18

último dia para se inscrever para a viagem a **Girona, Barcelona e Narbonne – Encontro de Reformados**

31

último dia para se inscrever para a visita guiada aos **Passadiços da Lousã**

> Setembro

4

Viagem à **Rússia Imperial**

5

Viagem aos **Açores – Terras de Bruma**

8

Viagem a **Nantes e Puy du Fou**

11

Passadiço da Lousã – visita guiada

18

XVII Aniversário do Orfeão Portuscale – consulte o programa nesta revista

20

Viagem de **Convívio de Reformados à descoberta de Portugal**

25

1.ª etapa do Caminho de Santiago pela Costa – do Porto a Vila do Conde

25

último dia para se inscrever para a visita guiada. **O ciclo do arroz – Herdade das Parchanas**

27

último dia para se inscrever para a caminhada pela **Ponte pedonal de Arouca**

30

último dia para se inscrever para a viagem a **Taiwan**

> Outubro

Em data a indicar oportunamente visita guiada **O ciclo do arroz – Herdade das Parchanas**

1

Viagem Por terras de Fronteira

2

Caminhada pela **Ponte pedonal de Arouca**

9

2.ª etapa do Caminho de Santiago pela Costa – de Vila do Conde a Esposende

13

Viagem a Girona, Barcelona e Narbonne – Encontro de Reformados

23

3.ª etapa do Caminho de Santiago pela Costa – de Esposende a Viana do Castelo

30

Data-limite para se inscrever para a viagem à **Expo Dubai**, que se realizará de 26 de Fevereiro a 5 de Março de 2022

> Novembro

01

último dia para se inscrever para o **S. Martinho na Casa Salgueiro**, em Labruje

13

S. Martinho na Casa Salgueiro, em Labruje

13

4.ª etapa do Caminho de Santiago pela Costa – de Viana do Castelo a Caminha

[entrevista]



À conversa com... Rui Vieira

Por Rui Duque

A dança das palavras escritas começou em 2005 com um romance a que decidiu dar o nome de *Guardador de Almas*. Depois disso, seguiram-se: *A Eternidade Noutra Noite*; *Vozes no Escuro*; *Os Cavalos de Santiago*; *No Labirinto do Centauro*; *O Último Rosto de Caravaggio*; ...

➤ Quando convidámos o Rui Vieira para uma conversa, impôs de imediato uma condição: «Não vamos misturar as coisas. Não gostava que me fossem feitas perguntas sobre o Banco. Gosto de distinguir as águas.»

Naturalmente percebemos aquilo que o Rui nos quis transmitir, e obviamente respeitámos.

Embora estejamos a falar de um colega com quem convivemos todos os dias, é devido à sua actividade exterior ao Banco BPI que lhe estamos a lançar este desafio para uma conversa.

Curiosamente, embora não goste de misturar as coisas, estamos a falar de alguém que mistura, com uma mestria desmedida, números e letras.

Senão, vejamos:

É licenciado em Engenharia Mecânica, tem um MBA em Gestão Internacional, mas preenche grande parte do seu tempo livre à volta das letras.

A dança das palavras escritas começou em 2005 com um romance a que decidiu dar o nome de *Guardador de Almas*.

Depois disso, seguiram-se: *A Eternidade Noutra Noite*; *Vozes no Escuro*; *Os Cavalos de Santiago*; *No Labirinto do Centauro*. Mais recentemente escreveu *O Último Rosto de Caravaggio*, tem vários textos e contos espalhados por antologias, revistas e jornais.

GD: De que gosta muito?

RV: Da minha família. De rir. De ler, aprender e saber – tenho sempre fome de conhecimento. De sentir as páginas e o cheiro dos livros, viajar, conhecer novos costumes, de pessoas inteligentes e que me surpreendam (em vias de extinção), cavalos... e, claro!, os AMIGOS.

GD: O que detesta ou o irrita muito?

RV: Hipocrisia. O facto de em Portugal não se ler, e quando se pergunta a algumas pessoas que se sentem na obrigação de dizer que lêem, se justificarem com a falta de tempo e com uns títulos ou temas que memorizaram e lhes parece bem, e não existir o culto do livro. Irritam-me os papagaios que se dizem especialistas – um especialista é alguém que sabe muita coisa de uma pequena coisa, ou seja, sabe muita coisa de nada –, e a importância que se dá ao futebol.

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

RV: Difícil de responder... ainda me faltam muitos passos para dar.

GD: Em pequeno era uma criança difícil?

RV: Fui uma criança com a liberdade do meu tempo. Tive a sorte de viver na Baixa do Porto: brinquei na rua, joguei à bola, tive um carrinho de rolamentos, atravessava o rio Douro a nado (às escondidas dos meus pais), subi montanhas e fiz alpinismo, campismo selvagem... fui bom aluno, mas os meus pais eram frequentemente chamados à escola pelo comportamento; lia tudo que podia (e como filho de alfarabistas tive a sorte de ter sempre muitos livros). Se pudesse voltar atrás gostava de que tudo se repetisse sem alterar ou acrescentar uma vírgula.

GD: Ainda estamos no início, e vem aqui já uma difícil. Se uma imagem vale mais que mil palavras, quanto vale o silêncio de um abraço sentido?



RV: Hoje, um abraço, com o afastamento que se impõe, vale mesmo tudo; temo que se torne natural o não-abraço. É complicado (como pai de dois adolescentes) presenciar os não-abraços na geração dos meus filhos. A palavra «imagem» actualmente leva-nos para outras interpretações, em particular quando comparada com um abraço; há um ditado português que tenho tentado alterar... melhor, evoluir: pela imagem morre o peixe.

GD: Qual foi a sensação que teve depois de ver o seu primeiro livro nas bancas?

RV: Talvez por ter nascido no meio dos livros e ter conhecido vários escritores e personalidades ligadas ao mundo literário, curiosamente, não consigo descrever uma sensação excepcional ou de grande realização; ainda hoje sorrio quando me apresentam como escritor, mas quando se vê o primeiro livro nas bancas o sentimento ou desejo é de ver o segundo... Um dia, numa viagem de avião, o passageiro ao meu lado ia a ler a *Eternidade Noutra Noite*, e eu disse-lhe que conhecia o livro e que de certeza que iria gostar... Lá foi lendo, e quando aterrámos, fecha o livro, e comentou: «Diferente, gostei mesmo do primeiro capítulo, mas há passagens que tive de ler mais do que uma vez.» Já quando estávamos na gare, veio a correr atrás de mim, envergonhado a pedir-me desculpa por não me reconhecer, para me pedir um autógrafo; o livro tem uma foto minha na badana...

reconheceu-me. Aprecio as reacções à leitura e os encontros com leitores (leitores, mesmo) são sempre muito interessantes. O que adianta ver um livro numa prateleira com o nosso nome se ninguém o lê? Uma vez convidaram-me para falar dos meus livros numa prisão a um grupo de reclusos (já o fiz duas vezes) e fiquei impressionado com a forma que dissecaram os meus textos e com as perguntas que faziam.

GD: Qual foi a principal razão por que tudo começou com um *Guardador de Almas*?

RV: O *Guardador de Almas* não foi o meu primeiro texto. Foi o “livro” com o qual concorri ao Prémio Literário da Cidade de Almada em 2004. Ganhei, e as coisas mudaram. Mas “um” guardador de almas, que é um coveiro, teve uma razão de ser: queria escrever um livro que se passasse dentro da cabeça da personagem, onde os pensamentos e os sentimentos se atropelassem constantemente, e um coveiro, ex-combatente da guerra de África, tinha todos os ingredientes para a ideia que gostava de desenvolver como livro.

GD: Quem é o seu ídolo?

RV: Ídolo: meu pai. Depois há vários nomes que aprecio, nas letras: António Lobo Antunes, Agostinho da Silva...; gostava de ter conhecido Caravaggio, Picasso, pelas personalidades, ... e o Alf (sim, o *alien* de Melmac), Bruce Springsteen, e ultimamente surpreendeu-me Bill Gates (deve ser da idade).

GD: A sorte somos nós que a fazemos?

RV: Sem dúvida. Procura-se. Julgo que a origem é grega, mas num dos poemas épicos de Virgílio encontramos o célebre ditado – *Audaces Fortuna iuvat* – a sorte protege os audazes (na versão mais portuguesa e lema do Comandos).

GD: Nunca lhe passou pela cabeça dedicar-se em exclusivo à arte da escrita?

RV: Escrevo pelo prazer que me dá escrever. É um exercício de prazer e quase purga, obriga os neurónios e os sentidos a funcionar todos ao mesmo tempo. Não conheço nenhum escritor, em Portugal, que sobreviva única e exclusivamente da escrita. Penso que se tivesse de viver da escrita teria de abdicar da minha forma de escrever – interessa-me muito mais a forma como se conta a história do que a história –, e reconheço que os meus textos não me permitiriam sobreviver; gosto de que os leitores dos meus livros se percam no texto, que não percebam quem fala... alguns dizem-me que voltam atrás vezes sem conta, gosto de esconder o texto e deixar que a história seja construída pelo leitor – não imaginam o número de versões que cada texto tem até estar burilado, não há uma letra que não seja pesada e medida até à exaustão –, os livros que se vendem (e viver da escrita implica vender) seguem por caminhos que não me interessam. Mas, obviamente, escrever precisa de tempo: demoro dois/três anos a escrever um livro, e só é possível com dedicação e, digamos, já tenho projectos para o futuro quando o tempo for só meu.

GD: Tenho conhecimento de que o também escritor Carlos Granja em tempos afirmou que o Rui era um excelente contador de histórias. Quer partilhar com os sócios do Grupo Desportivo, por palavras escritas, uma pequena história?

RV: Gosto de uma boa tertúlia. O Carlos Granja, além de ser um escritor com uma sensibilidade ímpar, tem

uma obra notável e um trabalho em prol da literatura que tornou Ovar uma das cidades literárias de referência. Bom, faço um desafio: tendo por tema a pandemia e as mudanças de vida que sofremos, numa coletânea com as mais diversas intervenções (poesia, desenho, pintura, vídeo...) que pode e deve ser consultada aqui: <https://torpor.abysmo.pt/>, participei com um conto com o título *Conheço Ventos*. Não será uma pequena história, mas... começa assim:

Aprendi a conhecer ventos.

As árvores da janela da minha sala trocam segredos entre as folhas, murmuram palavras santo-e-senha que não decifro

doze caracteres, uma letra maiúscula, uma minúscula, três algarismos para conhecerem os códigos do vento,

frases soltas como suspiros

e talvez falem de mim, pedem-lhe que me indague a alma para perceberem porquê, afinal o estranho sou eu, quase não me viam e agora eu no retângulo que os ramos das copas dominam, riem-se do meu pijama às riscas, da barba que deixei crescer e dos chinelos que começam a deformar num dos calcanhares,

dois meses

do quarto para a sala, da sala para o quarto, arrasto-me no acanhado apartamento de sempre, de repente mais pequeno do que imaginava, a esquina da cristaleira que cresce quando saio da cozinha para me confinar na mesa redonda encostada à parede, o portátil que trouxe do escritório que a Informática distribuiu e o relatório que preencho todos os dias à mesma hora a olhar o vazio do ecrã, o telemóvel sempre ligado, e as gaiótas que já não fogem do parapeito, bicam o vidro em desafio, levanto os olhos e permanecem descontraídas a alisar as penas, mesmo quando o computador ou a rede falham e o chefe quase aos gritos no outro lado do telefone, Eduardo, não está no seu posto eu, quarenta anos no meu posto, de



aqui a oito meses uma salva de prata com um rendilhado de letras que não me interessa e finjo ler, (...)

Uma vez mais, para saber até onde vai a pandemia <https://torpor.abysmo.pt/conto/conheco-ventos/>.

GD: O que é que gostava que durasse sempre?

RV: A vida.

GD: E o que é um dia perfeito?

RV: Não há um dia perfeito, há todos, mas... Com a família. Sem confinamentos. Acordar cedo enquanto todos dormem, folhear as notas e os rabiscos da noite. Acordar a família e começar a rir, rir, rir... quando todos adormecerem, sentar-me com o livro ou com o texto do momento e voltar à cama tentando não acordar ninguém.

GD: Se atribuíssemos apenas uma parte do dia para o acto de meditar, qual seria o período por si escolhido? Imediatamente antes de dormir ou logo depois de acordar?

RV: Logo depois de acordar. Durmo muito pouco e não posso interromper os sonhos.

GD: Augusto Cury, escritor e psiquiatra brasileiro, tem a opinião de que apenas os homens inteligentes sabem que as mulheres são admiravelmente complexas, um mundo a ser explorado, um tesouro a ser descoberto. Elas são tão fascinantes, que no dia em que eles acharem que conhecem uma mente feminina, deveriam saber que erraram o diagnóstico. Em alguns livros, a personagem principal é uma mulher. Acha que ele tem razão? As mulheres são um ser assim tão complexo?

RV: Em todos os meus livros a mulher é a personagem principal, e são sempre muito marcantes, o que não é difícil: as mulheres são mais fortes do que os homens... dizem que os meus livros são complexos e difíceis de ler, deve-se às personagens (risos). Numa vez, numa Feira do Livro, uma senhora comentou que a descrição da dor de parto que faço em *Eternidade Noutra Noite* poderia ter sido a dela – as mulheres estão sempre à nossa frente, nem que seja apenas nove meses, e nós, homens, nunca recuperaremos – é um desafio. As sociedades matriarcais foram sempre mais prósperas, e fiquemos por aqui... Quando começo um texto sei sempre como acaba, escrevo o livro para saber o que aconteceu e conhecer a história, e é inevitável a presença feminina. Quem trincou a maçã?

GD: Na vida qual é que é mesmo a regra do jogo?

RV: Ser feliz em todos os momentos. E dois lemas: esta vida são dois dias e o Carnaval no Brasil são três; e os cobardes morrem sempre duas vezes.

GD: «É a falar de sentimentos que o ser humano se materializa.» Sabemos que procura fugir do descritivo porque prefere o romance que fala de sentimentos reais... no fundo que fala da vida real. É homem para verter duas lágrimas ao ver um filme que o emocione?

RV: Há uma aprendizagem para tudo. No cinema tenho nitidamente presente o antes e o depois de ser pai. E um



pai aprende a verter duas lágrimas, mas não com lamechices. Emociono-me mais facilmente com um livro.

GD: O Rui escreve na primeira pessoa. Queremos acreditar em que opta por essa solução sempre que se prepara para escrever uma história com um conteúdo intenso e carregada de sentimentos. Mas também sabemos que, por vezes, essa primeira pessoa é uma personagem feminina. Será que, nestes casos, a primeira pessoa não acaba por lhe trazer dificuldades acrescidas? 😊

RV: Tecnicamente é mais difícil escrever na primeira pessoa. Por exemplo, fazer passar o tempo é muito mais complicado. É também mais desafiante, e corre-se mais riscos de perder o leitor se não encarnar a personagem; quando lemos na primeira pessoa a narrativa é nossa, na terceira pessoa é alguém que nos conta uma história (e já está tudo escrito) e a nossa história é sempre diferente. O *Guardador de Almas* tem um narrador onnipresente, mas prefiro a primeira pessoa: permite explorar melhor o cérebro das personagens e armadilhar o texto para os leitores. Foi apenas o primeiro texto. No texto que estou a terminar a personagem principal é de um homem, é um ensaio romanceado à evolução da nossa sociedade e às imagens que se apelidam de sucesso.

GD: Qual a sua opinião sobre este tipo de conversas, ou sobre esta rubrica do Grupo Desportivo?

RV: Confesso que evito. Este tipo de conversas ou as entrevistas no geral são um indício de vaidade, e simplesmente... evito. Um dos meus autores preferidos, Thomas Pynchon, que terá oitenta e tal anos, não aparece desde os vinte e dois – ninguém o conhece – é um escritor de culto, pouco traduzido em Portugal, vale pelos seus livros e não por ter um produtor de imagem ou aparecer nos eventos sociais. Hoje os livros não valem só por si, não conseguem fazer o caminho sozinhos, são inevitáveis alguns aparecimentos e o meu editor “obriga-me” a algumas

exposições, chamemos públicas... gosto das Feiras do Livro. O António Lobo Antunes diz frequentemente que os livros não deviam ter o autor (as árvores que se poupavam). Leio as rubricas da revista do Grupo Desportivo e não podia dizer que não a amigos com quem me cruzo há mais de vinte anos.

GD: Porque é que o *Malhadinhas*, de Aquilino Ribeiro, era um livro importante de ser lido pela criança Rui Vieira?

RV: (Isto foi bem pesquisado) Como referi, os meus pais eram (a minha mãe mantém a livraria aberta) alfarrabistas; como tal, sempre se leu muito lá em casa, mas nunca me impuseram um autor; minha mãe, uma confessa admiradora de Miguel Torga; meu pai, de Aquilino e João de Araújo Correia (que dizia ser muito melhor que Torga, e hoje percebo porquê)... bom, mas sem imporem os seus gostos, de vez em quando, o meu pai dizia-me: «Tens de ler Aquilino, começa pelo *Malhadinhas*...»; hoje, quando me falta uma palavra (aquela palavra!), pego num livro qualquer de Aquilino e vou folheando e lendo passagens, e a palavra acaba por aparecer... Tenho tentado que os meus filhos leiam o *Malhadinhas*, mas ainda não o consegui... (risos). Quem tiver chegado aqui, pense qual foi a última vez em que leu um livro do Aquilino Ribeiro...?

GD: Qual era a pegada que gostava de deixar para as gerações vindouras?

RV: Não sei se os meus livros vão

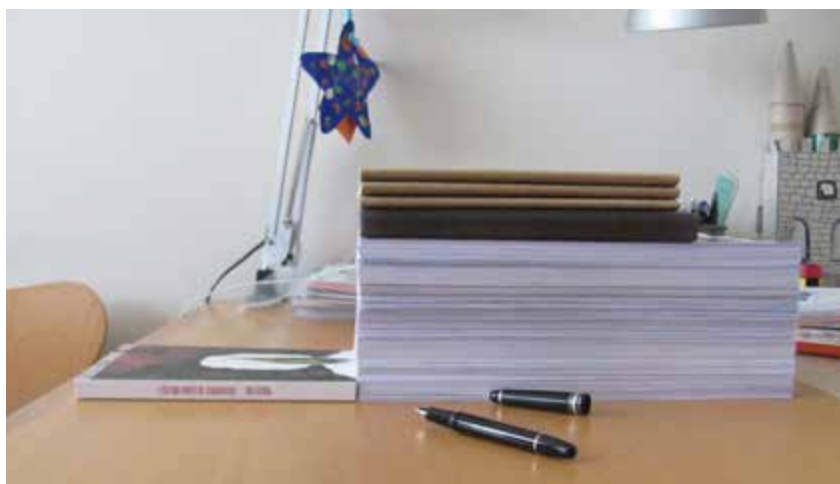
ser a minha pegada, mas gostava de não ser apenas mais uma pessoa que passou por aqui. Se pensarmos friamente, que escritores se lêem do século passado? Mesmo os grandes nomes da literatura, hoje (alguns) são lembrados nos centenários ou em teses académicas. Nos livros, talvez fiquem os poetas. Espero que as gerações vindouras sejam exigentes com os sonhos – muito exigentes – e não cedam à imagem fácil. Se conseguir que os meus filhos sejam exigentes com os sonhos e saibam perdurar a ideia, já me sentiria realizado. E ocorreu-me agora: se um dia alguém decidir escrever porque os meus livros o inspiraram...

GD: Até hoje, qual foi o dia mais difícil, durante a pandemia?

RV: Não há um em particular, mas os que se passaram a ver os meus filhos a terem aulas amarrados a um ecrã de computador, fechados em casa sem estarem com os amigos. O que este vírus fez aos adolescentes e aos jovens é inadmissível... e os políticos e os burocratas por toda a Europa falharam, mas isto não interessa... adiante.

GD: Consegue encontrar uma razão objectiva para que o *Milénio* tenha ficado na gaveta?

RV: Não sei onde desencantaram esta, mas, simplesmente, não prestava. Era mau. Não tinha o que procurava e o que procuro num livro (meu) – preocupava-se mais com a história do que com a forma de a contar. Mas vou mais longe: se fosse hoje, o *Guardador de Almas* talvez lhe fizesse companhia; é um livro que deixa uma pegada (já agora), considerado o primeiro livro do pós-Guerra Colonial em que o autor não tem memória de guerra (não cumpri sequer serviço militar) e tem sido uma referência obrigatória nesta área de estudo. Nunca li qualquer dos livros depois de publicado. Quando me perguntam se gosto dos meus livros, respondo que nunca os li, mas quando penso no *Guardador de Almas* e em tudo que lhe devo, fico



muitas vezes com a sensação de que se fosse hoje ficaria na gaveta... talvez um dia o leia.

GD: Onde é que gostava de estar daqui a 10 anos?

RV: A guiar o camião de cavalos do meu filho mais velho pelos circuitos europeus de saltos de obstáculos.

GD: Salta da cama, ou é mais de fazer um bocadinho de ronha?

RV: Salto completamente da cama e ouço todos os dias as reclamações para falar menos e mais baixo.

GD: Acorda bem-disposto, ou só depois das 10.00h?

RV: Sempre bem-disposto. A vida... e os passos que faltam dar não permitem indisposições.

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

RV: Não sei se a pergunta tem alguma ratoeira: caipirinha, mas não costuma ser com lima?

GD: Porquê a necessidade de escrever também para as crianças?

RV: Foi um desafio de um escritor amigo e um presente para os meus filhos. *Os Cavalos de Santiago*, para o Santiago (o cavaleiro de quem vou guiar o camião), e tenho um segundo texto – *Bernardo e Anjo da Neve* –, que espera que a minha mulher (pintora de vocação e formação) termine as ilustrações para o Bernardo.

GD: Se o euromilhões lhe proporcionasse 100 milhões de euros, o que fazia?

RV: Ainda não programei, mas não conseguiria comprar um Caravaggio ou um bom Picasso.

GD: O que é que um livro infantil lhe consegue oferecer que um livro para adultos não consegue?

RV: A inocência da história, mas curiosamente os dois textos têm a complexa personagem feminina (risos).

GD: Por falar em ofertas, o que é que a idade nos oferece?

RV: Memórias... e o saber sorrir aos pobres de espírito.

GD: E o que é que ela nos tira?

RV: Tempo para os passos que nos falta dar... e a visão ao perto. Tenho que usar óculos para ler e escrever (e escrevo à mão).

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

RV: Não sei, não vejo a vida como conquistas. A minha mulher, o estar sempre bem com a vida, o sorriso permanente dos meus filhos, a vontade de viver todos os segundos o mais intensamente possível...

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

RV: Não consigo dissociar. Ambas.

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

RV: Claro que na capacidade de mudar. Só não dominamos o tempo, é impossível retardar ou adiantar um segundo, é a única propriedade física incontável.

GD: Tem saudades de quê?

RV: De ser menino no meu tempo e do meu pai.

GD: O que queria ser quando era menino?

RV: Cientista.

GD: O que quer ser quando for velho?

RV: Menino.

GD: E hoje, quem queria ser?

RV: Apenas eu.

GD: Em criança, um dos desejos mais idiotas que nos ocorre é o de querermos que rapidamente chegue a idade que permita sermos tratados como adultos. Este também fez parte dos seus?

RV: Julgo que não. Tive a sorte de os meus pais me proporcionarem uma infância preenchida e mesmo feliz.

GD: Aos 54 anos, o que é que se sabe que não se sabe?

RV: Fernando Namora, outro dos escritores esquecidos, inicia o livro *Estamos no Vento* com a seguinte pergunta: «Que olhos tem um homem de cinquenta anos para ver a nova face do mundo?» Não sei nada, ainda quero saber e ver muitas, muitas coisas. E não sei (tenho medo) se os meus filhos me vão considerar um bom pai, é o único medo que sinto – e o medo deve-se ao desconhecimento –, ter sido egoísta para ter filhos e poder falhar como pai.

GD: Por falar em saber, quem sabe os seus segredos?

RV: Não tenho segredos, segredos... sou um livro aberto, com vários livros publicados. Tenho muitos – muitos! – sonhos e nem todos ainda partilhados.

GD: Quem é o seu maior fã?

RV: Sou o filho mais velho, e como todos os filhos mais velhos, o maior fã é a nossa mãe.

GD: Fale-me de alguns pequenos prazeres.

RV: O silêncio da noite, um livro que me arrebatava no primeiro parágrafo e o leio de um fôlego, encontrar um livro que me falta numa prateleira de um alfarrabista... um bom tinto. Os sucessos dos meus filhos.

GD: Em que altura da vida é que começou a entender que algumas regras podem e devem ser quebradas?

RV: Acho que todos nascemos com o dom da irreverência, depois é que nos deixamos moldar; como referi, com 12/13 anos atravessava o rio Douro a



nado às escondidas dos meus pais – nem quero imaginar os meus filhos a fazerem isso –, talvez fosse mais por inconsciência, mas gosto de me desafiar a mim mesmo a ultrapassar os limites. A irreverência pode ser uma qualidade desde que não se seja irreverente por ser, ou porque fica bem no curriculum. Somos um povo demasiado formatado para as regras, de brandos costumes, a única coisa que os portugueses não cumprem é o limite de velocidade nas auto-estradas, mas porque se acham todos pilotos fantásticos (a irreverência do asfalto) e continuamos a ser o país europeu com o maior número de mortes em acidentes rodoviários. Considero-me uma pessoa de convicções e quebro as regras que tiverem de ser quebradas desde que não prejudique ninguém. Sou incapaz de prejudicar alguém para obter um proveito pessoal (acho que devo acrescentar nos lemas de vida).

GD: Tem ideia de um bom conselho que alguém lhe tenha dado?

RV: O meu avô repetia frequentemente a frase de os cobardes morrerem sempre duas vezes; e uma outra que aprecio, quando o homem não sabe, até os tintins estorvam. Na escrita sempre me disseram que uma frase nunca sai à primeira, quanto mais um texto ou um livro. Também sigo à risca que um livro que nasce pelo título nunca será bom.

GD: Considera que é uma pessoa feliz?

RV: Mesmo muito feliz. Vivo constantemente apaixonado pela vida.

GD: O que precisaria para se sentir ainda mais feliz?

RV: Tínhamos um acordo de que não falávamos do Banco.

GD: O que é que este período de confinamento lhe ofereceu?

RV: Curiosamente alguma tranquilidade e uma vontade enorme de viajar... para mim existe Itália e o resto do mundo, mas neste caso viajar para lugares inóspitos, sei lá, ocorreu-me Mongólia... seja.

GD: Já percebemos que é um homem de desafios. Qual é o próximo?

RV: Lançamento do próximo livro em Outubro/Novembro, tirar a carta de veículos pesados e ainda não subi ao Everest.

GD: Um dos grandes prazeres da leitura, é que uma viagem literária consegue levar-nos a todo o lado sem que saíamos do mesmo lugar. Qual é a sua viagem de sonho?

RV: Aprendi a ler com os livros do Emílio Salgari, o famoso *Sandokan*, e desde sempre desejei conhecer a Malásia (já tive hipótese de o fazer), só mais tarde soube que o autor nunca tinha saído de Itália e descrevia as paisagens pelas descrições que lhe chegavam. Lembrei-me de um livro, *Alcatrão*, do Luís Brito, publicado pela Abysmo; relata as viagens do Luís, sem dinheiro, pelos quatro continentes apenas com uma mochila; devia ser obrigatório os pais oferecerem e obrigarem os filhos adolescentes a ler este livro... o resto deve aparecer por acréscimo.

GD: Qual foi a pergunta que ficou por fazer?

RV: Tínhamos combinado não a fazer.

Curtas e Rápidas

GD: Teatro ou cinema?

RV: Cinema.

GD: Prosa ou verso?

RV: Prosa (invejo os poetas).

GD: Livro ou crónicas soltas?

RV: Livro

GD: Escrever para crianças ou para adultos?

RV: Adultos. Mas as crianças são uma surpresa. Gosto de encontros nas escolas, e as crianças fazem as perguntas mais inteligentes. Há dois/três anos estive numa escola e preparei uma história para introduzir o “debate”, que se passava na praia, e uma menina com 11/12 anos levantou-se e diz que nunca tinha visto o mar...

GD: Primavera ou Verão?

RV: Primavera

GD: Beijo ou abraço?

RV: Abreijos

GD: Jazz ou Rock?

RV: Jazz

GD: Manhã ou tarde?

RV: E a noite? Manhã.

GD: 25 de Abril?

RV: Sempre.

GD: Séries ou filmes?

RV: Filmes.

GD: Croissants ou pão de Mafra?

RV: Acredito que o pão de Mafra seja mesmo bom.

GD: Mar ou montanha?

RV: Montanha

GD: Almoço ou jantar?

RV: Jantar

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

RV: Cinema Paraíso, do Giuseppe Tornatore (que revejo frequentemente e faz verter as duas lágrimas na cena final).

GD: Jorge Nuno?

RV: Há dúvidas? Fui vizinho (de porta) durante 3 anos de um Jorge Nuno Pinto da Costa, é uma daquelas pessoas inteligentes e que nos surpreendem.

GD: Grupo Desportivo BPI?

RV: A quem não podia recusar estas palavras, com a admiração pela inteligência das perguntas.

O caminho faz-se caminhando...

... ou talvez não, porque todos sabemos que o caminho tem sido tortuoso, mas porque amamos o nosso País, amamos a dança das palavras escritas e amamos os nossos sócios, resolvemos levar a cabo esta aventura de organizar uma volta a Portugal, sem que alguém tivesse de se levantar do sofá.

Por Rui Duque



> «Tem sido um caminho tortuoso, calcorado na tormenta, por ventos e marés que teimam em virar a nau. Mas tem valido a pena, porque se amam as letras. Se assim não fosse, os corações não eram tocados, nem os sorrisos cantados, porque de alento vive a alma como se fosse alimento.»

Resolvemos partilhar estas palavras, porque todos sabemos que o caminho tem sido tortuoso, mas porque amamos o nosso País, amamos a dança das palavras escritas e amamos os nossos sócios, resolvemos levar a cabo esta aventura de organizar uma volta a Portugal, sem que alguém tivesse de se levantar do sofá.

Foi no dia 28 de Fevereiro que saímos de Cabanas, e no dia 5 de Junho que demos por encerrada a volta com a etapa de Almeida.

Nós gostámos do trabalho feito, e a avaliar pelas opiniões que nos foram chegando, as equipas participantes também...

Chegaram-nos sugestões e opiniões cheias de criatividade; umas em prosa e outras em verso, mas em todas elas havia um denominador comum: a satisfação generalizada pelo facto de terem participado.

- «Serviu-nos este passatempo essencialmente para duas coisas: ocupar o tempo que nos sobra da nossa activi-

dade de reformados e aguçar o apetite de conhecer *in loco* alguns espaços do País que nem sonhávamos existirem. Venha o próximo!»

- «Muito interessante! Um trabalho espectacular da vossa parte, a quem agradeço os desafios e tantos pontos de interesse que conheci graças à vossa dedicação e tempo!» «O objectivo está cumprido e vai-nos... obrigar a sair do sofá.» Esta forma de fazer o rally também venceu!!!»
- «É com muita pena minha que os meus domingos vão ficar mais pobres e vão deixar de contar (espero que por pouco tempo) com estes fantásticos desafios que me acompanharam durante as últimas 14 semanas!»
- «Julgava que era um bom conhecedor de Portugal; depois deste desafio muitos locais terei de visitar, aprendi imenso sobre Portugal, sobre a sua história, crenças, mitos, etc.»
- «Parabéns a todos os que colaboraram nesta excelente iniciativa em tempo de pandemia!!! Numa palavra, apenas foi FANTÁSTICO. Muito obrigado, bem hajam!»

É com mágoa que envio as últimas respostas para a «Volta a Portugal... sem sair do sofá. Estava a converter-se num hábito dedicar umas horas semanais a visitar locais deste magnífico País.»

- «Viajar expande a imaginação e a memória. Torna-nos capazes de viajar sem sair do lugar, sempre que quiser, onde quiser e quantas vezes quiser. Assim aconteceu com esta fantástica "Volta a Portugal". Foi um prazer participar.»





• «Parabéns pela forma simples e engenhosa com que nos conseguiu cativar, ensinar e comprovar que, apesar de muito pequeno, Portugal é enorme e maravilhoso.»

• “Fantástico!!! Divertimo-nos, cultivámo-nos, discutimos, discordámos, concordámos, etc. Até parecia que estávamos num rally-paper, só não deu mesmo para voltar para trás. Obrigada por nos distraírem em tempo de pandemia!»

• «De Sul a Norte
Viajámos por Portugal
Tantos quilómetros à sorte
Com curiosidades sem igual
Divertimo-nos em segurança
Sempre de fones no ouvido
Almoçámos e enchemos a pança
Sem um tostão nos ser pedido
Vinha mesmo a calhar
Receber os grandes prémios
Vinhaça ou férias junto ao mar
É o desejo destes génios ;-)
Para o ano continuamos
Esta longa viagem
Ao planeta Terra limitamos
Esta nossa peregrinação!»

• «Lá fizemos a caminhada
Sempre à hora do chá.
Foram quilómetros de estrada
Bem sentados no sofá.

Foi uma dura missão
O responder à rasteira.
Todos tinham opinião
Mesmo quando era asneira.

Foi muito conhecimento
E horas de discussão.
Mas houve sempre momentos
De boa descontração.

Chegámos enfim ao dia
Do final deste caminho.
Muitos parabéns ao guia,
Um abraço e um beijinho.»

E naturalmente, também recebemos sugestões

- «Em resumo, iniciativa fantástica muito enriquecedora, em que apenas sugeria: haver semanalmente uma questão-bónus (a mais matreira) que valesse 3 ou 5 pontos, tipo uma meta volante com bonificações, criando mais imprevisibilidade na vitória final...»
- «Espero que o Grupo se atreva organizar uma 2.ª volta, não só porque quaisquer que sejam os itinerários escolhidos terão sempre bons motivos para perguntas motivadoras e respostas, muitas vezes difíceis, mas também porque os sócios gostariam certamente de repetir idêntica experiência.»
- «A única sugestão que faço é que cada etapa tenha até o final de domingo para enviar as respostas. Quem tem crianças pequenas não pode ter a dedicação contínua que este tipo de desafio implica, e, como tal, aproveitar todo o fim-de-semana para responder ajudava, já que a gestão da semana também não o permite.»

E algumas palavras, que, sendo críticas, foram escritas com um sorriso na ponta da esferográfica.

- Pelo lado menos positivo, achámos a duração (14 semanas) um pouco longa.
- Por último, acho que certas respostas que implicaram horas de vídeos ☺ mereciam pontos extra!
- Obrigada e parabéns por mais esta iniciativa. Só foi pena não termos ido a Viseu, a minha bonita cidade.

Para memória futura, não podemos deixar de mencionar aqueles que chegaram ao fim com mais respostas certas.

A equipa Team One, da Anabela Dias, conseguiu uma prova brilhante com 139 respostas correctas em 148 possíveis.

Até nem começou bem, uma vez que em Cabanas de Tavira partiu logo com atraso, ao dar 2 respostas erradas. Mas depois disso, talvez fruto da sua participação em alguns dos rallies-paper que temos organizado, arregaçou as mangas e fez 7 semanas em que falhou apenas 1 resposta, e 7 semanas completamente imaculadas.

No segundo lugar ficou a equipa Papa-Léguas, composta por Paula Fontes, André Braga, Diogo Dores e Ana Burgos.

Na terceira posição ficou a equipa Vamos na Volta, composta por Ana Patrício, António Costa, Susana Duarte e Rui Alves.

É com grande satisfação que divulgamos também os melhores trabalhos naquele que foi o desafio da selfie, lançado na etapa de Coimbra.

Os 6 melhores trabalhos estão apresentados neste artigo, sendo que a equipa ADJOSUCA, formada por Jorge Nunes, Adílson Correia, Susana Pereira e Carlos Senra, foi a vencedora, de acordo com a unanimidade do júri.

Até à próxima volta!



Desafio foto e escrita sobre o confinamento

Não foi fácil enquadrar as fotos com os textos, mas penso que conseguimos! Em vez dos 10 premiados que o regulamento estipulava resolvemos escolher 14 premiados, dada a qualidade dos trabalhos produzidos.

> Queremos desde já agradecer a grande participação, entusiasmo e criatividade de cada participante no desafio Foto e Escrita.

Não foi fácil enquadrar as fotos com os textos, mas penso que conseguimos!

É importante referir que os textos enviados suplantaram em muito as fotos recebidas. Tínhamos a ideia de que seria o contrário, mas a veia literária dos nossos associados veio ao de cima.

Em vez dos 10 premiados que o regulamento estipulava resolvemos escolher 14 premiados, dada a qualidade dos trabalhos produzidos.

Oportunamente receberão a indicação de como levantar os prémios. Todos os participantes receberão ofertas para se lembrarem do concurso.

Continuem a escrever e a fotografar, pois o desafio poderá voltar a qualquer momento.

Entretanto fiquem com a fantástica participação dos sócios neste desafio. <

Por Maria João

1.ª Participação



Foto: Sócio n.º 8366
– Pedro Taleigo

Texto: Sócia n.º 9862
– Cláudia Santos

Prémio: Caminhada

Confinamento inesperado

Estamos todos em aprendizagem,
A tentar fazer a nossa parte, da melhor forma que sabemos e conseguimos,

Nesta primeira semana, em que as nossas vidas mudaram de forma inesperada,

Temos todos demonstrado uma capacidade impressionante, de nos adaptarmos e rapidamente.

Quer seja:

- os profissionais da linha da frente, adoptando todos os cuidados possíveis,
- os profissionais em teletrabalho, trabalhando a partir de casa, tentando dar o melhor contributo para a empresa que representam,
- as empresas a ajustar e adoptar procedimentos que facilitem o acesso aos seus produtos/serviços à distância,
- as crianças e os adolescentes a ter aulas à distância,
- os pais com crianças pequenas a encontrar formas de os manter entretidos,

– os mais idosos a terem de acatar as indicações para não sair de casa, e não tem sido tarefa fácil para muitos filhos.

Todos nós estamos a valorizar tantas pequenas coisas, que antes nos passavam completamente ao lado.

Olhar o céu, olhar as flores do campo, olhar a estrada vazia, olhar as pedras do caminho... tudo tem o seu encanto e colorido.

Fazer aquele telefonema que andamos por fazer há tanto tempo.

Saber dos nossos e de quem nos é querido.

Vamos continuar a cuidar de nós e estaremos a cuidar dos outros.

2.ª Participação



Foto: Sócio n.º 11596
– Rui Colaço

Texto: Sócio n.º 6871
– Fernando Rocha

Prémio: Turismo Rural

Forte força fez ficar o Homem em casa.
Ele, que ficava apenas num sono rápido
E, rápido, partia para toda a parte
A toda a velocidade!
Ele dava abraços, beijos, apertos de mão,
Agora não.

A cidade ficou deserta
E não há porta aberta
Para tomar um café, dar um abraço, conversar.
Um abraço! Quem me dá outra vez um abraço?
Já abraço as árvores sem ter a quem me abraçar.

Eu quero, outra vez, muito barulho, muita vozearia,
Muitas sardinhas, febras, barrigas na brasa,
Muita alegria!
Eu dizia que não queria, mas era a brincar.
Só se for em honra da Senhora Dona Amália,
O silêncio antes de se cantar o fado,
Cada um de seu lado.
Ai, aí, sim, vamos ter romaria, vai compensar.

No jardim, as pombas procuram em vão o velhote
Que lhes dava de comer.
Feia besta fez o homem ficar em casa!
Ele precisa de sair, pode estar a sofrer.

O mundo parou, assim, do nada.
Não houve armas, não se ouviram bombas.
Forte força nos ditou novo estilo, novas modas.
– Vamos ver amanhã! – disseram as pombas.

3.ª Participação

Sentir e ver para além da barreira,
Adaptar e evoluir para além da contrariedade.
Manter sempre a postura guerreira,
Porque o valioso é conseguir viver esta nova liberdade.

Texto: Sócia n.º 11905
– Carla Bernardino

Foto: Sócio n.º 8102
– José Pinto

Prémio: S. Martinho



4.ª Participação



Foto: Sócio n.º 3147
– Miguel Ramalho

Prémio: S. Martinho

Texto: Sócio n.º 96012
– Maria Eusébio

Como tu estás, Portugal!!!
Meu país à beira-mar plantado,
Taciturno e sombrio.
Nem a luz da Primavera,
Faz ouvir o assobio
Do coitado do passarinho,
Que fica no ninho sozinho.
Até o bater do relógio
No alto da torre da igreja,
Bate em surdina as badaladas,
Mais parece um choro de fadas,
Lamentando não terem armas,
Para combater algo invisível,
Que torna tudo inverosímil.
Como tu estás, Portugal!!!
Que tristeza, que saudade,
Dos dias de inquietude,
Cheios de gente na rua,
num vaivém infernal,
numa correria fatal,
que se quebra num minuto.
E o mundo pára...
Ninguém se sente seguro,
Não há barreira nem muro,
Que detenha este inimigo.
Só nos resta esperar,
Confiar, unir e amar,
Como se o mundo fosse acabar...

**Apartamentos
disponíveis
de 27 de Março
a 1 de Novembro**

De 10 de Abril
a 29 de Maio
e de 25 de Setembro
a 9 de Outubro,
**alugue por
7 noites
e pague só 6**



GRUPO DESPORTIVO

Grupo  CaixaBank

www.gdbpi.pt

5.ª Participação



Foto: Sócia n.º 9027
– Sara Mendes

Prémio: Visita Guiada

Texto: Sócio n.º 6720
– Carlos Veloso

Pela primeira vez na minha vida senti e sinto um misto de angústia, incerteza e até de medo.

Todo este misto de sentimentos se prende pelo incerto, pelo desconhecido em que toda a humanidade está mergulhada.

Estamos todos a lutar contra algo invisível, ainda muito desconhecido e com consequências devastadoras para um dos nossos maiores valores, a vida.

Nós, simples humanos, que nesta curta passagem sempre demos a primazia à liberdade para podermos conviver e amar todos os que nos são queridos, assim como todos os que nos rodeiam interagindo com eles no nosso dia-a-dia, em consciência não o devemos fazer, uma vez que este vírus causador de toda esta desumanização é altamente contagioso.

Perante toda esta nova e triste realidade sem fim à vista, resta-nos o isolamento, a solidão e o refúgio nos nossos pequenos mundos, agarrando-nos a todo o amor que sentimos, na esperança de que a nossa resiliência, coragem e vontade de viver sejam factores suficientes para ultrapassar esta pandemia. E é neste quadro que surge a principal arma que temos ao nosso dispor, o confinamento. É uma palavra que no dicionário apresenta uma tradução tão simples: «substantivo masculino, acção de prender, de cercar ou de isolar», mas que nas nossas vidas têm sem dúvida uma enorme repercussão.

Até tudo se normalizar, por mim, por todos os que amo, e por todos, continuarei em confinamento.

Um até já.

+900
Parceiros

Consulte as nossas
parcerias em
www.gdbpi.pt.

 **BPI**
GRUPO DESPORTIVO
Grupo  CaixaBank

6.ª Participação



Acto de confinar
Para acautelar
O nosso movimento
Tendo em conta o melhor
E não sentir o pior
Que nos afecta no tempo

Atestando equidade
Dentro da liberdade
Seguido o bom exemplo
Sendo a melhor atitude
Ao precaver a saúde
Com o “desconfinamento”

Dentro deste padrão
Nem todo o cidadão
Se comporta entre a lei
O que poderá mais tarde
Voltar a sentir alarme
E seu futuro, não saberei.

Há que precaver a tempo
Durante o confinamento
Uma porta se abre
A não ser assim
Alguns mais verão o fim
E para voltar já é tarde

Foto: Sócia
n.º 8685
– Sandra Peixinha

Texto: Pai da Sócia
n.º 8938
– Sónia Borges

Prémio:
Turismo Rural

7.ª Participação



Passámos a ser refugiados no nosso continente,
no nosso país,
na nossa cidade,
na nossa casa!

Vivemos tempos de guerra, dizem os políticos e não só.
É de facto uma guerra com um inimigo invisível
que não traz bombas, aviões, tropas, drones ou
outras armas.

Passámos a refugiados
escondidos do medo de e do nosso próprio medo.
Somos refugiados!

Mas não somos refugiados
como são os refugiados
dos países onde levamos as guerras.

Depois disto,
quando passar se passar
talvez entendamos
melhor a verdadeira angústia
de um verdadeiro refugiado.

Texto: Sócio n.º 3349 -
João Magalhães

Foto: Sócio n.º 1838
– Armando Isaac

Prémio: Visita Guiada

> **Ponto prévio:**

A Direcção do Grupo Desportivo solicitou ao Dr. Hugo Gomes que fizesse a sua apresentação junto dos sócios do Grupo na sua função de contabilista da DRS e da Direcção Nacional. Não faz parte de nenhum dos órgãos sociais do Grupo, pelo que exerce a sua função de forma completamente independente. Esta apresentação faz parte de uma trilogia que iniciámos no *Associativo 67* e que vamos terminar com a apresentação do auditor, no próximo *Associativo 69*.



O (outro) contabilista

Os tempos actuais são extremamente desafiantes para todos a nível pessoal, profissional e social, mas é minha opinião que com força de vontade e motivação todos ultrapassaremos esta fase e nos tornaremos mais fortes como sociedade.

Por Hugo Gomes

> Decorria o ano de 2016 quando, com muito orgulho para mim, fui convidado para ser o contabilista certificado do Grupo Desportivo dos Empregados do Banco BPI e assumir a responsabilidade técnica nas áreas contabilística e fiscal, impondo-se desde logo o desafio de existirem numa só entidade três situações distintas (a Direcção Regional Norte, a Direcção Regional Sul e a Direcção Nacional), que no final de cada ano presta contas aos associados de forma consolidada.

O desafio começou logo com a existência de diferentes metodologias de trabalho e reporte que foi necessário transformar e uniformizar, por forma que a análise de gestão pudesse ser comparável e fiável em qualquer situação.

Tal foi, e continua a ser conseguido, com a colaboração do meu colega Dr. António Ferreira, da Direcção do Grupo Desportivo e dos funcionários administrativos.

Sendo o Grupo Desportivo dos Empregados do Banco BPI uma entidade do sector não lucrativo, tem especificidades contabilísticas próprias, que nos propor-

cionam também situações específicas diversas ao longo de cada ano, o que torna o nosso trabalho mais interessante e permite evidenciar o papel de um contabilista certificado, nunca deixando de prosseguir o objectivo de proporcionar informação que transmita de forma verdadeira a posição financeira do Grupo Desportivo.

Os tempos actuais são extremamente desafiantes para todos a nível pessoal, profissional e social, mas é minha opinião que com força de vontade e motivação todos ultrapassaremos esta fase e nos tornaremos mais fortes como sociedade.

Desejo a todos os associados que se protejam a si próprios e aos seus próximos por mais uns tempos, de maneira que quando a situação estiver controlada possamos voltar a usufruir na sua plenitude de todas as liberdades de que nos vemos actualmente privados, e assim conseguir voltar a usufruir dos serviços e parcerias que o Grupo Desportivo dos Empregados do Banco BPI vos proporcionam.

Caminho de Santiago pela costa, em 12 etapas

O desafio é grande... mas só quem faz o "Caminho" sabe o que isso é e o que ele representa. Acreditem: quem faz o "Caminho" uma vez vai querer fazê-lo novamente. Com sol ou com chuva, com calor ou com frio, independentemente da hora, o cumprimento entre os peregrinos, caminheiros, de qualquer nacionalidade, é sempre: «Bom Caminho!»

Por Rosa Maria



> Os caminhos de Santiago são os percursos dos peregrinos que afluem a Santiago de Compostela desde o século IX para venerar as relíquias do apóstolo Santiago Maior, cujo suposto sepulcro se encontra na catedral de Santiago de Compostela.

A peregrinação foi uma das mais concorridas da Europa medieval, cuja importância era superada só pela Via Francigena, com destino a Roma e Jerusalém, sendo concedida indulgência plena a quem a fizesse.

A caminhada é composta por 12 etapas, e o regresso à origem será efectuado sempre em autocarro. A última etapa terá estada em Santiago, e o regresso ao Porto far-se-á no dia seguinte, domingo, por volta das 16 horas.

Por motivos que se prendem com a actual situação pandémica, que infelizmente teima em manter-se, será da responsabilidade dos sócios o almoço em cada uma das etapas.

Programa

Etapas	Datas	Percursos	km (+/-)
1. ^a	25-09-2021	Porto (Sé) – Vila do Conde	31
2. ^a	09-10-2021	Vila do Conde – Esposende	24
3. ^a	23-10-2021	Esposende – Viana do Castelo	26
4. ^a	13-11-2021	Viana do Castelo – Caminha	28
5. ^a	27-11-2021	La Guardia – Oia	20
6. ^a	11-12-2021	Oia – Baiona	20
7. ^a	08-01-2022	Baiona – Vigo	27
8. ^a	22-01-2022	Vigo – Arcade	25
9. ^a	05-02-2022	Arcade – Combarro	23
10. ^a	19-02-2022	Armenteira – Vilanova de Arousa*	24
11. ^a	12-03-2022	Vilanova de Arousa – Padrón	29
12. ^a	26-03-2022	Padrón – Santiago de Compostela**	25
	27-03-2022	(dia livre em Santiago) – Regresso a casa	

*– Rota da Pedra e da Água, um trilho deslumbrante que segue paralelo ao rio Armenteira, rodeado de uma exuberante vegetação e recantos encantadores.

**– Estada (1 noite, com jantar e pequeno-almoço) em Santiago de Compostela.





Ao longo do caminho, encontraremos pequenos cafés e restaurantes que não se arriscam a aceitar reservas para grupos. Assim, e porque o seguro morreu de velho (dizem...), sem prejuízo de até ser possível dividirmo-nos pelos diferentes locais

para almoçar, o mais avisado será cada um levar, sempre, uma ligeira merenda.

O preço inclui o custo da Credencial da Vieira e do Certificado de Distância Percorrido e da Compostela, que será aproximadamente de 10 euros.

O almoço de domingo será da responsabilidade dos sócios, para que possam desfrutar do dia em Santiago como bem entenderem, sem o constrangimento de horário para o almoço no hotel.

O desafio é grande... mas só quem faz o “Caminho” sabe o que isso é e o que ele representa. Acreditem: quem faz o “Caminho” uma vez, vai querer fazê-lo novamente.

Em grupo ou individualmente, por etapas ou seguido, existem sempre momentos difíceis que motivam os peregrinos, caminheiros, a desistir do seu objectivo, mas... o “Caminho” tem magia! Ele dá, no momento certo, o “empurrão”, a ajuda e a



motivação para prosseguirem.

Com sol ou com chuva, com calor ou com frio, independentemente da hora, o cumprimento entre os peregrinos, caminheiros, de qualquer nacionalidade, é sempre: «Bom Caminho!»

Realização: de 25 de Setembro de 2021 a 27 de Março de 2022

Inscrição até: 31 de Agosto

Ponto de encontro: Sé do Porto na 1.ª etapa. As restantes, na Praça de Francisco Sá Carneiro

Hora: a definir

Valor: 300 euros (25 euros por etapa)

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 210 euros (17,50 euros por etapa)

Suplemento de quarto individual: 27 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Inscrição inclui: transporte em autocarro para cada etapa, guia, estada na última etapa com jantar e pequeno-almoço (obrigatória a participação em todas as etapas), Compostela e seguro

Inscrição não inclui: refeições em cada etapa e despesas de carácter pessoal

O pagamento poderá ser efectuado em até: 6 (seis) prestações, com início na data da

inscrição, 2 (duas) em Novembro, e final em Dezembro

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

Deve ter boa preparação física, e usar calçado e roupa adequados. Sugerimos que leve merendas ligeiras para ir comendo ao longo das etapas. Este evento realiza-se com um grupo de aproximadamente 25 participantes.

Dicas úteis: sapatilhas ou botas de caminhada para todo o terreno (de preferência um número acima daquele que habitualmente calça) e já com alguns quilómetros de uso. Nunca use calçado novo. Meias antibolha ou, em alternativa, 2 pares de meias sem costuras. Hidrate bem os pés antes de se calçar (Vicks Vaporub ou pomada Lauroderme são uma boa opção). A roupa deve ser prática e folgada, para não condicionar os movimentos. Um par de calças e um poncho impermeáveis devem andar sempre na mochila (o poncho é um bom complemento, mesmo

por cima do “kispo” ou do corta-vento, porque cobre a mochila). Um bastão pode dar jeito, embora o Caminho da Costa não tenha grandes declives. Na mochila, leve sempre água, fruta e uma merenda do seu agrado. Haverá etapas em que não encontraremos cafés ou restaurantes durante vários quilómetros e os que existem não aceitam reservas para grupos grandes. Confirme se tem o Cartão Europeu de Seguro de Doença dentro da validade e leve-o consigo a partir da 5.ª etapa. Por último, leve sempre o seu melhor sorriso, a boa-disposição e o espírito de equipa.

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1592246563.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

O Grupo Desportivo continua a dar máscaras



Esta insistência justifica-se? Claro que sim! O Grupo Desportivo quer ficar mais próximo dos sócios; a base de dados melhora; o contacto fica facilitado, e o sócio ganha duas máscaras personalizadas. Um gesto simples, uma contrapartida valiosa. Todos ganhamos. Parece uma boa proposta?!

Por Direcção Nacional

> Não há qualquer sofisma. O Grupo Desportivo está a actualizar a sua base de dados com as fotografias dos sócios, está a pedir-lhes ajuda para isso, e em contrapartida oferece um mimo, que são as máscaras.

Quem estiver, ou ficar, preocupado com a protecção dos seus dados pessoais pode ficar tranquilo. O Grupo Desportivo cumpre rigorosamente as directivas europeias. Os seus dados são utilizados exclusivamente pelo Grupo Desportivo e só para contactar consigo.

A expectativa do Grupo Desportivo é elevada; afinal somos vários milhares de sócios. E o que é que impede os sócios de disponibilizar na sua área pessoal uma foto para uma melhor identificação nos contactos com o Grupo Desportivo? Nada! É falta de tempo?

Só tem que aceder a https://secretaria.gdbpi.pt/users/sign_in, o que é muito fácil e inserir uma foto sua com o máximo de 500 kb. Se for maior, não vai conseguir fazer o *upload*.

Na nossa página, em: <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=41&parentid=0&detalheid=6606> tem acesso a um pequeno e muito simples tutorial que a (o) poderá ajudar, se for caso disso, dado que se trata de um processo muito simples e intuitivo.

Se cumpriu todos os passos do tutorial, a fotografia passou a fazer parte da sua ficha de sócio.

A seguir envie um *e-mail* para o Grupo Desportivo, telefone para um dos 2 telemóveis disponíveis nesta página, envie

um *sms* ou um *what's app*, a informar que já inseriu a fotografia e para onde quer que sejam enviadas as máscaras que terá acabado de ganhar.

Mas se não quiser ter esse trabalho, basta que nos envie uma foto digital, identificada com o n.º de sócio e ou o n.º mecanográfico para norte@gdbpi.pt ou grupodesportivonorte@bancobpi.pt ou sul@gdbpi.pt ou grupodesportivosul@bancobpi.pt que nós tratamos do resto e enviamos as máscaras para o endereço que tiver escolhido.

Contudo, se não se sentir à vontade com estas coisas da tecnologia e do digital, ou simplesmente não lhe apetecer, então pegue no telefone e ligue para 92 578 47 18 no Sul, ou 91 320 99 95 no Norte, porque vamos com toda a certeza ajudá-lo e enviar-lhe as máscaras oferta do Grupo Desportivo.

Pode escolher receber as suas máscaras: por correio interno, se estiver num qualquer local de trabalho do Banco BPI; em casa, se estiver em teletrabalho; ou levantar no Grupo Desportivo, nas instalações de Lisboa ou Porto.

As máscaras do Grupo Desportivo são personalizadas com o logótipo, nas cores azul/laranja e cinza-claro/cinza-escuro, e são de produção nacional.

Como vê, não há forma mais fácil para ganhar duas máscaras de protecção, que devem ser usadas acompanhadas de outras medidas igualmente recomendadas pela DGS.

Participe. Não tem nada a perder, só a ganhar.

Hoppyy.pt – uma loja online amiga das crianças

Para apoiar o Mateus pode comprar o seu livro de colorir, que vem acompanhado por 12 lápis de cor, pelo valor de 12 euros. Os portes de envio são oferta.

Por João Sampaio

> Quer ajudar mas não sabe como?
A Hoppyy nasceu em Junho e consiste numa loja online de produtos amigos das crianças. Em www.hoppyy.pt, o lucro obtido com a venda de cada produto – criado pela marca – reverte para apoiar os tratamentos de várias crianças.

O primeiro dos super-heróis a ser apoiado é o Mateus, a criança que impulsionou a criação da Hoppyy. É uma criança feliz, que todos os dias tem tratamentos de fisioterapia e terapia respiratória em casa para travar a evolução da SMARD (atrofia muscular espinhal distal com insuficiência respiratória grave), uma doença rara que lhe rouba os movimentos do corpo, mas não o sorriso.

Esta foi a forma encontrada para apoiar as famílias que, para além de cuidarem dos seus pequenos, ainda se vêem a braços com a necessidade de implantar campanhas de angariação de fundos



para suportar os custos altos que o tratamento dos seus filhos exige.

Para apoiar o Mateus pode comprar o seu livro de colorir, que vem acompanhado por 12 lápis de cor, pelo valor de 12 euros. Os portes de envio são oferta.

Um presente ideal para os mais novos ou para oferecer como lembrança em festas de anos, comunhões ou baptizados.

S. Martinho na Casa Salgueiro, em Labruge

O Grupo Desportivo convida todos os associados, para se juntarem neste evento anual de São Martinho, que terá lugar na Casa Salgueiro, em Labruge. Venha celebrar o dia de São Martinho connosco.

Por Victor Camisão

> Por todo o País, do Algarve ao Minho, celebra-se o Dia de São Martinho. Poderá ter outros nomes, tais como: o magusto, a festa das castanhas, e por aí fora. No final, a razão para o fazermos é sempre a mesma.

O Grupo Desportivo convida todos os associados para se juntarem neste evento anual de São Martinho, que terá lugar na Casa Salgueiro, em Labruge.

Na companhia de familiares e amigos, com música ao vivo durante o almoço, com castanhas e vinho, o Grupo Desportivo espera que este seja mais um evento marcante nas memórias de cada um dos participantes.

Contamos com a vossa adesão. Estamos à sua espera.



Realização: 13 de Novembro
Inscrição até: 1 de Novembro
Ponto de encontro: Casa Salgueiro, em Labruge
Hora: 12.00h
Valor: 49 euros
Crianças dos 5 aos 10 anos: 60%
Crianças até 4 anos: grátis
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 35 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Inscrição inclui: almoço: arroz de gambas com tamboril, ou lombinho wellington (7 horas de presença) e bar aberto.
Inscrição não inclui: deslocação e despesas de carácter pessoal
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Número mínimo de 50 pessoas
Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1592246563.pdf
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

Publicidade



Externato Passos Manuel

Os responsáveis do Externato Passos Manuel afirmam que a sua missão é a de potenciar o desenvolvimento das crianças, respeitando a sua individualidade, e de promover o envolvimento da família e da comunidade neste processo.

Por Rui Duque

> Com o evoluir das obras no edifício do Saldanha, e a continuidade do edifício da Casal Ribeiro, os serviços centrais do Banco BPI na região de Lisboa, vão ficar muito concentrados naquela zona da cidade.

Atentos, **rapidamente tratámos de estabelecer uma parceria com um externato próximo, que garantisse melhores condições aos sócios do Grupo Desportivo.**

O Externato Passos Manuel está localizado na Rua Passos Manuel, n.ºs 24 e 26, na freguesia de Arroios, em Lisboa. Foi criado em 1977, inicialmente para crianças dos 3 meses aos 6 anos.

Posteriormente, adquiriu as valências de Educação de Infância e de 1.º Ciclo do Ensino Básico. Actualmente tem as seguintes valências: Pré-Escolar, 1.º Ciclo, Centro de Estudos e Explicações.

Aposta na qualidade do ensino, e por essa razão, garante que as turmas nunca excederão o número máximo de 15 alunos.

Os responsáveis do Externato Passos Manuel afirmam que a sua missão é a de potenciar o desenvolvimento das crianças, respeitando a sua individualidade, e de promover o envolvimento da família e da comunidade neste processo.

No Externato Passos Manuel procuram de forma permanente educar para que, no futuro, as crianças venham a ser adultos tolerantes, seguros, responsáveis, in-

terventivos e esforçados. Daí que o seu lema seja: «Promover o desenvolvimento global da criança através do ser, do saber e do agir», numa perspectiva integradora e globalizante da criança/aluno, assente num ensino rigoroso e exigente, sustentado numa ética de trabalho e alicerçado em metodologias científicas, no pressuposto de que o ensino e a aprendizagem desenvolvam em cada criança/aluno saberes que se traduzam em competências.

Mas uma parceria tem de ter vantagens para ambas as partes, e o **Externato oferece aos nossos sócios, para além do ensino rigoroso e exigente, as seguintes condições económicas:**

- **Desconto de 20% na primeira inscrição e renovações**
- **Desconto de 10% na mensalidade do pré-escolar e do 1.º ciclo**
- **Desconto de 10% na mensalidade das actividades extracurriculares**

E ainda... para além disso... o Grupo Desportivo vai oferecer, aos meninos que se inscrevam, algum material útil para a viagem que estarão prestes a iniciar. Mochilas, esferográficas, lancheiras térmicas e *pens usb* são algumas das ofertas que reservamos para os nossos amigos mais pequeninos. Para tal, basta que se dirija à secretaria do Grupo Desportivo, por telefone 92 578 47 18, ou e-mail sul@gdbpi.pt.



Vinhos medalhados. Segredos bem guardados.



Imagem da capa da *Revista de Vinhos*

Como encomendar:

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

As encomendas são entregues no prazo máximo de 5 dias úteis. Para encomendas acima de 25 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 25 euros pode levantar a sua encomenda nas instalações do Grupo Desportivo de Lisboa ou Porto. Consulte o local de recolha em www.gdbpi.pt/main.asp?id=50

O pico do Verão pede um rosé fresco. E é isso mesmo que lhe vamos oferecer. Não perca as nossas ofertas deste trimestre, de Agosto a Outubro, e celebre o período do Verão até às vindimas com as escolhas do Grupo Desportivo.

Por Pedro Ferreira

- > 1) Oferta de 1 garrafa do refrescante Casa Américo rosé 2019 em encomendas superiores a 35 euros da oferta deste trimestre.
- 2) Entrega em casa a partir de 25 euros de compras
- 3) Desconto de 20% na assinatura anual da Revista de Vinhos.

Três boas razões para brindar connosco. Boas provas!

Adquira a assinatura anual da Revista de Vinhos com um desconto de 20% face ao preço de capa.

Preço: 45 euros

Sócios: 33,75 euros (12 números)



Podem também optar pela assinatura digital com um valor promocional de 29,99 euros por 24 edições

Proposta Trimestral do Grupo Desportivo
– WineConcept



Quinta das Brôlhas Grande Escolha Tinto 2016

Preço: 24,85 euros
Sócios: 18,05 euros
Notas de Prova*: DOC Douro; vermelho-rubi brilhante na cor e aroma intenso de fruta madura e ligeiramente vegetal, assim como indícios de baunilha, coco e chocolate, típicos do envelhecimento em barricas de carvalho. Na boca, o seu corpo é bem equilibrado pela sua acidez e pelo álcool.
Servir/desfrutar: acompanha especialmente bem pratos de carne vermelha. Servir a 18 °C.
Castas: Sousão, Tinta Barroca, Tinta Roriz, Touriga Franca e Touriga Nacional



Ribeiro Santo Bastardo Tinto 2019

Preço: 17,80 euros
Sócios: 12,95 euros
Notas de Prova*: DOC Dão e Lafões; casta de maturação precoce e de pouca cor. Este vinho caracteriza-se pelo aroma a frutos silvestres, balsâmico e com algumas notas de tabaco. Delicado, com uma acidez em harmonia com a elegância que se apresenta em cada prova. Um vinho suave, com um fim de boca persistente, mas leve.
Servir/desfrutar: combina bem com pratos de peixe grelhado, carne e queijo.
Castas: Bastardo



Casa Américo Rosé 2019

Preço: 7,15 euros
Sócios: 5,20 euros
Notas de Prova*: DOC Dão e Lafões; leve cor salmão. Aroma com notas de framboesas e flores do campo. Na boca é delicado, com uma acidez viva e um final refrescante.
Servir/desfrutar: servir acompanhando marisco, pratos de peixe grelhado e queijos intensos.
Castas: Alfrocheiro e Touriga Nacional



Ensaios Soltos Loureiro Branco 2019
Preço: 8,60 euros
Sócios: 6,25 euros
Notas de Prova*: DOC Vinho Verde; aroma floral, com uma cor esverdeada, e muito refrescante.
Servir/desfrutar: saladas, peixes gordos, carnes brancas e grelhados, à temperatura de 12°C. Pode ser consumido de imediato ou nos próximos 5 anos, desde que guardado deitado num local fresco e seco, ao abrigo da luz e sem oscilações de temperatura.
Castas: Loureiro



Casa das Eiras Reserva Branco 2019
Preço: 10,35 euros
Sócios: 7,55 euros
Notas de Prova*: DOC Douro; cor citrica com laivos esverdeados. Aroma delicado, com notas de frutos cítricos, ameixa branca madura, envolvidos pela complexidade da madeira. O terroir do vale do Tua associado com a altitude confere a este vinho profunda mineralidade e frescura. Em boca, mostra carácter e potencial para complexar. Final agradável persistente.
Castas: Arinto, Gouveio e Viosinho



Casa de Saima Vinhas Velhas Branco 2019
Preço: 10,55 euros
Sócios: 7,70 euros
Notas de Prova*: DOC Bairrada; aspecto límpido, cristalino de cor citrina. Aroma delicado e elegante, combinando notas de fruta branca com notas citrinas. Na boca é fresco e intenso, apresentando uma acidez elegante em combinação perfeita com um bom volume.
Castas: Bical, Cerceal e Maria Gomes

+900
Parceiros

Consulte as nossas parcerias em www.gdbpi.pt.



Vinho Espumante Luis Pato Blanc de Blancs 2019

Preço: 8,80 euros
Sócios: 6,40 euros
Notas de Prova*: DOC Bairrada; cor amarelo-palha com ligeiras tonalidades esverdeadas. No nariz revela notas cítricas de limão e abacaxi. O paladar está vivo, com boa acidez.
Castas: Maria Gomes e Sercialinho



Quinta Vale de Fornos Doc Reserva Syrah Tinto 2015

Preço: 11,75 euros
Sócios: 8,55 euros
Notas de Prova*: DOC Tejo; limpo e brilhante, com cor granada. Aroma a frutos silvestres, notas florais, cravinho e pimenta. Na boca: amoras, mirtilos e especiarias.
Servir/desfrutar: chanfana, bifes com molhos, carnes maturadas e caça (costeleta de javali)
Castas: Syrah



Murgas (Bucelas) Branco 2017

Preço: 12,55 euros
Sócios: 9,15 euros
Notas de Prova*: DOC Lisboa; exprime a força do *terroir* atlântico em solos calcários. A elegância do Arinto à mineralidade característica dos solos calcários. Sério, profundo e de grande longevidade.
Castas: Arinto



Vicentino Pinot Naked Rosé 2019

Preço: 9,90 euros
Sócios: 7,20 euros
Notas de Prova*: DOC Alentejo; cor rosado aberto. Aroma predominantemente frutado com notas de toranja, framboesas e melancia fresca. Na boca é suave, com volume, mostrando uma acidez equilibrada e refrescante. O final é longo e salino.
Servir/desfrutar: entradas como uma sopa de abóbora, húmus ou carpaccio de vaca, percebe ou mexilhões à espanhola. Boa maridagem com gastronomia indiana ou nepalesa. Deve ser servido fresco a uma temperatura de 10°C.
Castas: Pinot Noir



LV Branco 2020

Preço: 11,60 euros
Sócios: 8,40 euros
Notas de Prova*: DOC Alentejo; cor citrina muito atractiva no aroma, onde se destacam notas de lima, flor de laranjeira e vibrante mineralidade. Um vinho cativante em boca, de acidez viva e estrutura equilibrada. Com final sedutor e fresco.
Servir/desfrutar: Marisco, peixe, cozinha asiática, carnes brancas e queijos.
Castas: Arinto e Verdelho



Rapariga da Quinta Reserva Tinto 2018

Preço: 13,20 euros
Sócios: 9,60 euros
Notas de Prova*: DOC Alentejo; mostra uma bonita cor rubi intensa. Aroma profundo e complexo de fruta madura bem integrada com a madeira. Elegante e poderoso na boca, com final muito longo e sedutor, e uma estrutura que lhe permitirá bom envelhecimento em garrafa.
Servir/desfrutar: ideal para acompanhar pratos tradicionais de cozinha mediterrânea, carnes assadas ou grelhadas e queijos fortes.
Castas: Alicante Bouschet, Aragonês e Touriga Nacional



Pico Wines – Terras de Lava Merlot Tinto 2018

Preço: 10,50 euros
Sócios: 7,65 euros
Notas de Prova*: DOC Açores; cor rubi, aroma com frutas vermelhas (groselha e framboesa), algum vegetal combinando com discretas notas de pimentos numa ligeira envólvecia fumada. Boca elegante, com boa acidez e suave. Termina longo.
Servir/desfrutar: especiado e estruturado, sugere ser acompanhado com pratos de carnes brancas, vermelhas e queijos maturados.
Castas: Merlot



Mais notas de prova em:
<https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=45&parentid=41&detailid=6681>

Publicidade

Licenciaturas, cursos técnicos superiores profissionais e pós-graduações

O Grupo Desportivo estabeleceu uma parceria com o ISTECS – Instituto Superior de Tecnologias Avançadas (Porto e Lisboa) com excelentes condições para os nossos associados e familiares, com a isenção dos pagamentos de inscrição (150 euros) e de matrícula (100 euros), e um desconto de 20% sobre a propina mensal (licenciatura, 290 euros; cursos técnicos, 190 euros).

Por João Sampaio



> O instituto tem como principal objetivo a promoção e o desenvolvimento do ensino de nível superior de natureza politécnica na área das tecnologias da informação.

O ISTECS e a sua equipa pedagógica dispõem dos recursos e das tecnologias mais avançadas nos domínios da informática e da multimédia. O rigor científico no ensino das matérias, a constante actualização das tecnologias leccionadas e a adaptação da estrutura curricular dos cursos à evolução da realidade do mundo das novas tecnologias têm contribuído igualmente para o êxito dos alunos que concluem a sua formação superior no instituto.

Por outro lado, a estratégia do ISTECS consiste em enriquecer e diversificar a sua oferta pedagógica, proporcionando aos seus alunos a possibilidade de participar em novas e enriquecedoras experiências de aprendizagem, através de inovadores conteúdos de *e-learning*.

Entre os cursos ministrados salientam-se as licenciaturas em Informática e Multimédia, os cursos técnicos superiores profissionais de Informática de Gestão e de Redes e Sistemas Informáticos, e ainda a pós-graduação em Virtualização e Cloud Computing.

A parceria proporciona a todos os sócios do Grupo Desportivo, bem como aos respectivos familiares, a isenção dos pagamentos de inscrição (150 euros) e de matrícula (100 euros) nos cursos ministrados, e ainda um desconto de 20% sobre a propina mensal (licenciatura, 290 euros; cursos técnicos, 190 euros).



O NOSSO **NOVO** PARCEIRO PARA TODAS AS SOLUÇÕES IMOBILIÁRIAS DE NORTE A SUL DO PAÍS.

Procure o consultor **Pedro Proença**
e saiba como receber prémios
que poderão ir até aos

[**3500 €**]



www.gruposolucao.pt

PEDRO PROENÇA

919 033 022

pmproenca@remax.pt

Grupo Solução RE/MAX

- SOLUÇÃO
- SOLUÇÃO 2
- SOLUÇÃO 3
- SOLUÇÃO LUX
- SOLUÇÃO ARRÁBIDA
- SOLUÇÃO PROPERTY



GRUPO DESPORTIVO E CULTURAL
DOS EMPREGADOS DO BANCO BPI

AMI 7020

Moelas de pato *al ajillo*



Moelas de pato *al ajillo* é um desafio à criatividade, uma proposta de mudança e um verdadeiro saudosismo à descoberta de novos paladares e combinação de ingredientes saudáveis...

Por António Rosa



Coleccione as nossas ofertas para a sua cozinha

Neste próximo trimestre oferecemos um moinho de pimenta para o desafio mais alto de reinterpretar as «moelas de pato com esparregado em massa filo». O ingrediente que falta? Criatividade!

> Pouco conhecidas por alguns, não muito apreciadas por outros, na verdade as moelas são um superalimento! Muito saudáveis e nutritivas, são ricas em proteínas e com muito pouca gordura. Têm quantidades consideráveis de vitamina C, riboflavina, magnésio, cobre, selénio, zinco, ferro, cálcio, manganês e quase zero carboidratos.

Além de ser recomendada para qualquer tipo de dieta, as quantidades generosas de selénio que possui já foram testadas e reconhecidas numa meta-análise em 2016 e publicadas no Scientific Reports, como um alimento que ajuda na protecção contra o cancro de mama, bexiga, pulmão, próstata e pele. Este mineral ajuda também no bom funcionamento hormonal da tiróide, evitando o stress oxidativo, e favorece a saúde reprodutiva.

O seu alto índice proteico ajuda também na perda de peso e na redução da gordura visceral, provocando uma sensação de saciedade durante muito mais tempo depois de serem consumidas.

E a sua *cherry on top* é a elevada quantidade vitamina B12 que aporta nos seus constituintes – um verdadeiro escudo protector da função cerebral e na produção de glóbulos vermelhos.

Moelas de pato *al ajillo* é um desafio à criatividade, uma proposta de mudança e um verdadeiro saudosismo à descoberta de novos paladares e combinação de ingredientes saudáveis, que podem dar originalidade a momentos e experiências de degustação arrojadas e inesquecíveis.

Bom apetite!



Ingredientes (4 pessoas)

- 300 g moelas de pato
- 2 embalagens de massa filo
- 800 g de espinafre (1 embalagem/ pessoa)
- Tomate-*cherry*
- Amoras, mirtilos e framboesas
- Azeite, sal e louro, pimentão-doce, vinho branco
- 6 dentes de alho
- Creme balsâmico com aroma de framboesa

Preparação

1. Coza as moelas em água abundante durante 30 minutos. Escorra a água e reserve.
2. Num tacho, deite o azeite, 4 dentes de alho picados e o louro. Deixe refogar um pouco e acrescente uma colher de sobremesa de creme balsâmico, e outra, de pimentão-doce. Adicione as moelas cortadas em pedaços pequenos com duas colheres de sopa de vinho branco, sal q.b. e deixe apurar.
3. Coza os espinafres em água fervente durante 4 minutos. Escorra bem toda a água e refogue em azeite e 2 alhos picados. Tempere com creme balsâmico, sal e pimenta q.b.
4. Numa uma taça que possa ir ao forno, disponha quadrados de massa filo de modo a fazer a forma de uma cesta e leve ao forno durante 10 min. a 160° C. Convém estar sempre atento, porque é uma massa muito delicada que se coze muito rapidamente. Pode não ser necessário os 10 min.
5. Faça o empratamento com as moelas dentro da cesta da massa filo, os espinafres e uma mescla de tomates-*cherry*, amoras, framboesas e mirtilos.



Foi com grande entusiasmo que a Carla Fernandes e o Miguel Ramalho interpretaram o «*linguini* de bacalhau com brócolos», receita do chef António Rosa no trimestre passado. Oferecemos moinhos de sal a todos os participantes.

Calendário de visitas guiadas 2021/22

Caros associados e amigos, o Grupo Desportivo apresenta, para vossa apreciação e decisão, a proposta de visitas guiadas para a época de 2021/2022, apesar do estado de pandemia que continuamos a atravessar, mas com a esperança de que tudo vá melhorar e nos possamos juntar, pois as saudades são muitas.

Por Fátima Pereira

> Neste ano, começamos o calendário em Setembro, acreditando em que as condições já serão as melhores, mas podemos garantir desde já que estamos preparados para cumprir todas as determinações de segurança que são impostas.

É sempre a pensar nos associados e amigos que projectamos, e damos o nosso melhor, para que tudo seja do vosso agrado.

Mais uma vez esperamos contar com a vossa presença para um belo convívio, com carinho e amizade.

Todas as nossas visitas são acompanhadas, como habitualmente, pelo professor Miguel Soromenho.

Consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível na nossa página, em: https://www.gdbpi.pt/attachs/6427_1593907256.pdf.

As inscrições só deverão ser efectuadas aquando da publicação detalhada da visita. <



11 e 12 de Setembro –
Passadiço da Lousã e
Aldeia de Xisto



11 de Dezembro –
Museu Berardo Arte Deco
– Alcântara



19 de Fevereiro –
Residência do primeiro-
-ministro



29 de Maio – **Bênção dos
Rebanhos e Alenquer**



Outubro (em data a
determinar, dependendo
do dia da colheita) –
O Ciclo do Arroz



22 de Janeiro – **Casa da
Moeda**



12 de Março – **Auto-
-Europa ou Delta Cafés
e Adega Mayor**



25 de Junho – **Caldas da
Rainha e Torres Vedras**



19 de Novembro –
Barragem do Fratel



9 e 10 de Abril – **Elvas,
Olivença, Alqueva,
Fortaleza de Juromenha
e Moura**

Passadiço da Lousã

Com o Gerês e a serra da Estrela, a Lousã integrou o primeiro lote de turismo de natureza em Portugal, um género de destino agora tão em voga e, felizmente, já com dezenas e dezenas de percursos qualificados espalhados por todo o País.

Por Fátima Pereira



➤ Nesta serra da Lousã abundam os motivos de interesse: as famosas aldeias de xisto com as suas arquitecturas populares tão bem adaptadas às condições dos sítios e aos ambientes circundantes; monumentos históricos, como o castelo de Arouce e o complexo de Nossa Senhora da Piedade; e, claro, as magníficas paisagens de floresta autóctone, vertentes escarpadas, riachos e ribeiras, quedas de água, praias fluviais. As exigências do turismo moderno tornaram os acessos e os trajectos mais fáceis, sem bulir com a envolvente. Com mais de 1200 metros, o Passadiço da Lousã acena-nos com um belo passeio, exercício físico e espiritual próprio para as alegrias do nosso desconfinamento! <



Realização: 11 e 12 de Setembro
Inscrição até: 31 de Agosto
Ponto de encontro: Sete-Rios, junto à entrada do Jardim Zoológico
Hora: 8.30h
Valor: 146 euros
Suplemento quarto individual: 25,00 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 140 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Inscrição inclui: entrada nos passadiços, autocarro, 3 refeições, 1 noite de alojamento, seguro e acompanhamento do Prof. Miguel Soromenho
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
O pagamento poderá ser efectuado em até: 3 (três) prestações, com início na data da inscrição
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. As inscrições são limitadas a 30 participantes. Consulte o regulamento das visitas guiadas, disponível no nosso site em: <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=15&parentid=2&detalheid=6427>
Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1592246563.pdf
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

O Ciclo do Arroz – Herdade das Parchanas

O Vale do Sado é a região do nosso país, onde é conseguida 60% da produção nacional de arroz, e onde encontramos o maior número de produtores.

Por Fátima Pereira

> Vamos poder observar, para além dos campos de arroz, a secagem da semente e do seu circuito de conservação, várias espécies de aves, parte do Rio Sado com caracterização de águas doces e salgadas, bem como ecossistemas caracterizados entre o regadio e o sequeiro.

Depois de um saboroso almoço, visitaremos a fábrica de armazenamento, acomodamento e secagem do todo o arroz do vale do Sado, e finalizaremos com um belo lanche.



Realização: em Outubro (data a indicar oportunamente – depende do tempo/dia da colheita)

Inscrição até: 25 de Setembro

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

Hora: 8.00h

Valor: 48 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 45 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

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

Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal

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

Recomendações: faça a inscrição

on-line na sua área pessoal em

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

inscrições são limitadas. Consulte

o regulamento das visitas guiadas,

disponível no nosso site em: <https://www.gdbpi.pt/main.asp?id=15&parentid=2&detalheid=6427>

Ficha de inscrição disponível em:

https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1592246563.pdf

Para mais informação contacte: o

Grupo Desportivo

A organização técnica é da

responsabilidade de: Grupo

Desportivo

XVII Aniversário do Orfeão Portuscale

O Orfeão Portuscale reiniciou os seus ensaios no dia 22 de Junho, com o intuito de preparar a comemoração do seu XVII aniversário. Deixamos o convite a todos para nos acompanharem.

Por Fernando Barnabé

> O Orfeão Portuscale, em sintonia com as regras estabelecidas pelo estado pandémico que atravessamos, reiniciou os seus ensaios no dia 22 de Junho, no Clube dos Fenianos, com o intuito de preparar a Eucaristia comemorativa do seu XVII aniversário, que será celebrado na Igreja da Lapa, no Porto, no dia 18 de Setembro.



A missa, presidida pelo reverendo padre Amorim, será celebrada pelas 19.00h, terá como organista o Filipe Veríssimo, e a direcção artística será do nosso maestro Hélder Magalhães.

Nesta altura aproveitaremos para rezar por todos os associados e respectivos familiares que faleceram nesta altura.

Deixamos a todos o convite para nos acompanharem, conforme programa abaixo.

Programa:

19.00h – Igreja da Lapa – Eucaristia

20.30h – Jantar no restaurante do Monte Aventino

Valor: 25 euros

Sócios: 20 euros

Desejamos boas férias aos nossos associados, com votos de boa saúde.

Passadiços de Rio Tinto

Devido ao confinamento, as “caminhadas” no Grupo Desportivo estiveram suspensas. Esta foi a primeira actividade depois do confinamento. A foto mostra os heróis que participaram.

Por Reis Almeida



> Devido ao confinamento, as “caminhadas” no Grupo Desportivo estiveram suspensas. Retomámos esta actividade e fomos percorrer os Passadiços de Rio Tinto. Foram 23 caminhadores e um pendura que só almoçou.

O percurso, de aproximadamente 5 km para cada lado, teve início no Parque Urbano de Rio Tinto, próximo da Estação de Metro da Levada, sempre acompanhado pelo rio Tinto.

A caminhada passa por pontes, algumas propriedades rurais e pelo Parque Oriental, e termina na Ponte do Freixo, onde é possível ver o local onde o rio Tinto entra pelo rio Douro.

Seguimos até à extremidade do Parque Oriental, passando por baixo de dois imponentes viadutos da EN 15, e encontramos umas hortas.

Eu, como amante das caminhadas, recomendo que conheçam este percurso, óptimo para caminhar e estar perto da natureza em plena cidade.

Espero vê-los na próxima. <

Crónica da caminhada do Areinho

Quem vive na área do Grande Porto pode agora variar um pouco e sair dos passadiços à beira-mar para conhecer outras paragens também interessantes.

Por José Caldas

> Desconfinar com segurança foi o que o Grupo Desportivo proporcionou a duas dezenas e meia de caminhadores que se juntaram logo pela manhã na praia do Areinho, em Vila Nova de Gaia, para realizar a segunda caminhada pós-covid, ainda numa fase de testes e monitorização pelo Grupo Desportivo.

A recepção dos participantes desta vez foi mais prolongada, pois muitos já não participavam deste convívio havia mais de um ano, e então urge recordar todas as aventuras e peripécias que o tempo passado nos fez viver.

A caminhada começou com o céu um pouco nublado, mas logo o astro-rei apareceu para dar um colorido diferente à paisagem que nos rodeava. No percurso de ida com o rio Douro do nosso lado esquerdo, pudemos contemplar a beleza das zonas ribeirinhas das cidades do Porto e de Gondomar bem como as praias fluviais que encontramos no nosso percurso até ao lugar de Espinhaço, fim do acesso do passadiço.

Retemperadas as forças, iniciámos o percurso inverso, que nos ia levar até à praia do Areinho, passando pela Quinta das Camélias, pela foz do rio Febros e pelo Hotel Vinha Boutique. O percurso em si é bonito e interessante, com muitas zonas verdes.

Terminada a caminhada, ao início da tarde retemperámos forças num pequeno café/restaurante da zona, com a componente de contribuir para a dinamização do sector da restauração.

Durante toda a actividade os participantes cumpriram as orientações da DGS. <



De Sonim à praia fluvial do Rabaçal

Em vez de Sonim, optámos por iniciar a caminhada em Barreiros, uma aldeia mais à frente, e rumámos para a direita para a Ecovia do Rabaçal (PR 1 VLP), que, como se pode ver pelo mapa, se estende toda ao longo do rio com o mesmo nome.

Por Reis Almeida

> À hora marcada, com trinta “caminheiros” arrancou o autocarro com destino a Valpaços.

Em vez de Sonim, optámos por iniciar a caminhada em Barreiros, uma aldeia mais à frente. No miradouro, depois de uma breve observação pelo telescópio, começámos o percurso, iniciando a descida para o rio.

No fim da descida aparece uma placa com a indicação, para a esquerda, da mini-hídrica. Rumámos para a direita, para a Ecovia do Rabaçal, que, como se pode ver pelo mapa, se estende toda ao longo do rio Rabaçal.

Observámos a exuberância da sua vegetação, vegetação com silvas, onde os mais distraídos podem ser arranhados, como aconteceu comigo.



O rio Rabaçal tornou-se um encanto para os nossos olhos, exibindo no seu seio alguns penedos.

E continuámos o percurso, que, então, apresentava outras características: veredas mais estreitas e difíceis, suavizadas por um cabo de aço para não irmos ter ao leito do rio.

Mais à frente, estávamos em Gorgoço, um açude com um parque de merendas. Aqui parámos e descansámos um bocadinho. Sabíamos que o trilho, então, era bem melhor e que já faltava pouco.

Saímos deste aprazível local de Gorgoço, prosseguindo caminho.

A determinada altura, descemos e através duma ponte de madeira, e atravessámos a ribeira de Santa Valha.

A partir daqui, foi um pequeno passeio, caminhando ao lado do rio Rabaçal, e chegámos à Ponte de Valtelhas e à praia fluvial. <

Caminhada pela orla marítima – 1

Subordinada ao tema «Pela orla marítima», esta primeira etapa entre Espinho e Póvoa de Varzim teve o seu ponto de partida na praia da Baía, em frente ao Casino de Espinho.

Por Joaquim Pinto

> O percurso prometia ser longo para uma bela caminhada. Junto ao oceano tínhamos os passadiços que ligam Espinho a Vila Nova de Gaia. Mais à frente percorremos a margem do rio Douro até o atravessarmos na Ponte de D. Luís I. A partir daqui foi “só” chegar à Estação de S. Bento.

Nesta aventura observámos, entre outras, as praias de S. Félix da Marinha, da Granja, de Miramar, do Senhor da Pedra, de Francelos, da Madalena, de Canidelo, de Salgueiros e de Lavadores.

Pelo caminho ainda tivemos oportunidade de visitar a Capela do Senhor da Pedra para a foto de grupo. Em Lavadores, após três horas de viagem, efectuámos uma breve pausa para o lanche.

E ficámos a aguardar a próxima etapa. <



Caminhada pela orla marítima – 2

Subordinada ao tema «Pela orla marítima» esta segunda etapa ligou a Sé do Porto a Matosinhos, um percurso de cerca de 13 quilómetros. A praia, nesse dia, fazia inveja às tardes de Agosto. A tão típica nortada não se “apresentou ao serviço”, permitindo...

Por Jorge Magalhães



> O percurso – de cerca de 13 quilómetros – ligou a Sé do Porto a Matosinhos. O grupo de caminhantes – animados, por natureza – lançou-se na (re)descoberta das estreitas ruelas, que conduzem à beira-rio. Foi ali que o Porto se fez Porto e onde, ainda hoje, a cidade é vivida na sua forma mais pura. Os preparativos para o São João – se bem que a festa tenha de revestir um formato mais contido e recatado – eram já bem visíveis.

Assim que nos aproximámos do rio, contornámos a Igreja de São Francisco e dirigimo-nos para a Alfândega, observando o casario que, de frente para o Douro, se apresentava, muito dele, de cara lavada e de cores novas, ainda frescas, ansiando pelo bulício dos turistas para recuperar o ritmo tão próprio da cidade!

Deixamos para trás o Museu do Carro Eléctrico e seguimos viagem em direcção a uma foz que abraça o mar e se espraia nas esplanadas onde, além do café e do fino, se inala a maresia.

Após uma espécie de “pausa técnica” para reagrupar – alguns caminhantes foram ficando um pouco mais para trás, perdidos nos encantos da cidade! – prosseguimos para o Castelo do Queijo, já com os olhos postos na “Anémona”, que se despede do Porto e nos dá as boas-vindas a Matosinhos.

A praia, nesse dia, fazia inveja às tardes de Agosto. A tão típica nortada não se “apresentou ao serviço”, permitindo um gozo pleno do sol, de modo que os corpos conquistassem o tão desejado “bronze”. Sentindo que alguns de nós tivéssemos ficado algo nostálgicos com um Verão que surgia, antecipado, aos nossos olhos, a organização prendeu-nos com um saboroso gelado que teve o efeito não apenas de retemperar as forças, mas também de levarmos connosco um bocadinho desse mesmo Verão!

“Despedimo-nos” do mar. O mar, no entanto, não se quis despedir de nós e acompanhou-nos, enquanto os armazéns de peixe e as marisqueiras por onde passávamos nos inundavam com os seus odores.

A “meta” aproximava-se. A ponte móvel de Leça ficava para trás, e os contentores do Porto de Leixões – com os versos de Álvaro de Campos e da sua Ode Triunfal – acompanhavam os nossos derradeiros metros. “Abancámos” – literalmente – na Praça de Guilhermina Suggia. Foi “música para os nossos ouvidos”! Após a foto da praxe, desmobilizámos.

Descansemos, agora, que nova etapa se aproxima!

Ponte pedonal de Arouca

A caminhar na ponte que faz a ligação entre as margens do Paiva e tem uma vista deslumbrante sobre a cascata das Aguieiras e a garganta do Paiva...

Por Reis Almeida

> A ponte 516 Arouca, em Arouca, no distrito de Aveiro, é a maior ponte pedonal suspensa.

Tem quinhentos e dezasseis metros de comprimento e uma altura ao rio de cento e setenta e cinco metros, fazendo a ligação entre as margens do rio Paiva.

Ao percorrer a ponte deleitámo-nos com uma vista deslumbrante sobre a cascata das Aguieiras e a garganta do Paiva, que desperta sempre muita curiosidade por parte dos visitantes.



Programa

08.00h – Saída do Porto
09.30h – Chegada a Albisqueiros (Alvarenga)
10.00h – Chegada ao ponto de acesso à ponte
12.00h – Fim da travessia da ponte pedonal
12.15h – Opção A – Segue para Passadiços do Paiva, saída no Areinho
12.15h – Opção B – Segue para passadiços do Paiva, saída em Espiunca
13.15h – Chegada a Espiunca
13.30h – Almoço

Realização: 2 de Outubro
Inscrição até: 27 de Setembro
Ponto de encontro: Praça de Francisco Sá Carneiro (junto ao Balcão BPI)

Hora: 8.00h

Valor: 24,00 euros

Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 22,50 euros

Inscrição inclui: transporte em autocarro, 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>. Deve levar calçado confortável e água

Ficha de inscrição disponível em:

https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1592246563.pdf

Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo

A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

Apartamentos disponíveis de 27 de Março a 1 de Novembro

De 10 de Abril a 29 de Maio e de 25 de Setembro a 9 de Outubro, alugue por 7 noites e pague só 6



GRUPO DESPORTIVO

Grupo  CaixaBank

www.gdbpi.pt

Scrap Is Back – Endless card

O *Endless Card* é um cartão de recordações que pode ser utilizado também como álbum, pois tem 26 possíveis sítios para colocar recortes ou simplesmente mensagens.

Por Maria João



- > Olá,
Cá estamos de novo com um pequeno projecto adaptável a qualquer situação.
Este cartão é para o nascimento de um menino, no qual usei recortes de uma colecção de papel da *echopark* que a Letícia Ferreira da Hello Scrapbook me enviou para este projeto.

Se não tiverem papel de *scrapbooking*, usem e abusem da imaginação. É super-simples.

Vamos começar!

- 1 – Para a base do cartão, recortar 4 tiras de cartolina com 10cm×20cm.
- 2 – Em altura, vincar 5cm em cima e em baixo.
- 3 – Nos rectângulos de 2 cartões, marcar 5cm de largura, para servir de guia.
- 4 – Nos outros 2 cartões, marcar 5 cm nos rectângulos e fazer um pequeno vinco.
- 5 – Em cima e em baixo ficarão quadradinhos de 5cm×5cm.
- 6 – Colocar os dois cartões com as marcas “guias” na horizontal e os outros 2 cartões na vertical, um de cada lado.
- 7 – Colar os 4 espaços de 5 cm, conforme correspondência de números, como se estivesse a fechar um livro.
- 8 – Depois virar as dobras e definir bem os vincos.

Para decorar, use recortes ou fotos ligeiramente mais pequenos que os espaços.
O cartão abrir-se-á em forma de livro; depois o topo e o fundo, até voltarem ao início.

Veja os exemplos para lá conseguir chegar. Se tiver dúvidas fale comigo.

Divirta-se!



Em Cartaz

Teatro da Trindade

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

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

Nota: Confirme junto do teatro as datas da realização dos espectáculos



Chicago

De 1 de Setembro a 30 de Dezembro

21.00h – de quarta-feira a sábado

16.30h – ao domingo

M/12

Depois de 197 representações e mais de 65 mil espectadores, *Chicago* regressa para a derradeira temporada, com duas novas intérpretes nos papéis principais. Roxie Hart será interpretada por Inês Herédia, e Velma Kelly, por Vanessa Silva.

Passado nos loucos anos 20, *Chicago* conta-nos a história de duas rivais de vaudeville, acusadas de assassinio. Velma, uma estrela de clubes nocturnos, cumpre pena por ter matado o marido e a irmã, depois de os apanhar juntos; Roxie, uma ambiciosa corista, foi parar atrás das grades por matar o amante. Ambas se socorrem dos serviços de Mama Morton, a chefe das guardas prisionais, e do astuto advogado Billy Flynn, para criarem um frenesim mediático e prepararem o seu regresso em grande ao mundo do showbiz.

Ficha Artística

Música: John Kander;

Encenação: Diogo Infante

Interpretes: Inês Herédia, Vanessa Silva, Miguel Raposo, José Raposo, Catarina Guerreiro, Ana Clóe, Carlota Carreira, Carolina Branco, Catarina Alves, Filipa Peralzinha, Leonor Rolla, Mariana Silva, David Bernardino, João Lopes, JP Costa, Pedro Gomes e Ricardo Lima

Direcção musical e piano condutor: Artur Guimarães

Sala Estúdio

Hora de Visita

De 9 de Setembro a 24 de Outubro

19.00h – de quarta-feira a domingo

M/12

Uma comédia sobre o reencontro entre uma filha e um pai, que estão desavindos há anos. Ele é um famoso artista plástico, que pôs sempre o seu trabalho à frente da sua relação com ela e com o resto da família. Ela é uma comedianta de *stand-up*, que usa quase como terapêutica o humor para lidar com o trauma de ter sido abandonada pelo pai. Ele está num quarto de hospital, onde foi internado com um cancro terminal. Ela decide ir despedir-se e não deixar nada por dizer.

A peça é passada nestes breves encontros e desencontros, que se dão durante o horário de visita, e explora temas como a morte, a redenção, a família, a arte, o humorismo e as refeições de hospital.

Ficha Artística

De: Pedro Goulão

Encenação: João Reis

Interpretes: Mafalda Lencastre e Pedro Lacerda



Teatro Politeama

Descontos: 15% à quarta-feira, quinta-feira e sexta-feira. 10% ao sábado e ao domingo

O desconto é válido apenas para os sectores: plateia, 1.ª e 2.ª tribuna

Poderá efectuar a reserva através dos números 21 340 57 00 - 96 440 90 36

Nota: confirme junto do teatro as datas da realização dos espectáculos



Espero por ti no Politeama

17.00h ao sábado e ao domingo

20.30h à quarta, quinta, sexta-feira e domingo

Nestes tempos que todos atravessamos é urgente rir e acreditar na vida. Por isso, Filipe La Féria preparou um grande espectáculo de revista que vos fará divertir, emocionar e vos dará força, coragem, esperança e alegria e permitirá passar uma noite ou uma tarde inesquecível e divertida.

Com um elenco de estrelas, composto de gente nova e cheia de força e alegria, como a grande cantora e atriz Vanessa, o extraordinário FF, a magnífica fadista e atriz Filipa Cardoso, o versátil e maravilhoso Filipe de Albuquerque, as duas grandes revelações do musical *Severa*, o jovem e cómico João Frizza, a escultural cantora e atriz Bruna Andrade, o impagável Jonas Cardoso, a nova atracção Élia González além de oito bailarinos portugueses, dirigidos por Marco Mercier e também a música de Miguel Amorim e Miguel Camilo, a direcção vocal de Tiago Isidro em canções sofisticadas e com um esplêndido guarda-roupa nunca visto em palcos portugueses, um dos belos e divertidos momentos da vossa vida.

[basquetebol / ténis de campo]

Estamos de regresso!

Ainda não se encontra definida a retoma da Liga Master da Federação Portuguesa de Basquetebol

Por Manuel Correia



> Ora cá está a notícia que mais ansiávamos dar, ao fim de mais de 14 meses de inactividade: no passado mês de Maio a nossa equipa voltou aos campos de basquetebol!

De momento, fruto do contexto pandémico, ainda se trata de um regresso “a meio gás” perante a existência de diversas limitações.

Uma delas refere-se ao número de atletas presentes nos treinos, pois retomámos a actividade em regime de presenças totalmente livres/facultativas, logicamente apenas com os praticantes que se sentem confortáveis para o fazer nesta nova realidade.

Em relação à competição, também ainda não se encontra definida a retoma da Liga Master da Federação Portuguesa de Basquetebol, sendo certo apenas que a época desportiva 2020/2021 foi cancelada, e, na melhor das hipóteses, esperamos que existam jogos oficiais só depois do mês de Outubro.

Outra alteração relevante são os locais de realização dos treinos, uma vez que ainda não foi possível acedermos à nossa habitual casa, o pavilhão do CLIP, ao qual só em Setembro deve ser possível voltar. Em Maio e Junho treinámos na Escola EB 2/3 Leonardo Coimbra, que até nos surpreendeu pela positiva e se revelou um local bastante adequado à prática da modalidade. Já em Julho e Agosto, voltámos “às origens”: o antigo pavilhão do Banco Pinto & Sotto Mayor, que foi precisamente onde, em 2010, começámos nestas andanças.

De qualquer forma, não obstante todas estas contingências, o realmente importante foi termos podido voltar a desfrutar do jogo, assim como do convívio semanal com os nossos companheiros de equipa. <

Torneio de ténis na Maia

No Quadro A, destacou-se um atleta de tenra idade, passando com grande vigor duas rondas complicadas. De realçar a participação da Maria do Carmo Bastos, dando ao torneio outro brilho e revelando uma esquerda poderosíssima. No Quadro B a vitória sorriu ao Tiago Caldas.

Por David Silva



> Decorreu mais um torneio de ténis de campo, durante um fim-de-semana e como habitualmente no Complexo de Ténis da Maia, desta vez com algumas ausências, mas com os presentes, 8 participantes, a efectuar excelentes jogos competitivos, com saudável convívio entre todos os participantes.

No Quadro A, salientou-se um atleta de tenra idade, passando com grande vigor duas rondas complicadas, o António Rocha, na meia-final a perder 0/6 e 0/2, deu a volta com mudança de estratégia

genial, mas a sucumbir na final perante o Fernando Almeida, que, com pancadas vigorosas e *amorties* geniais, levou para casa a famosa “bicicleta”.

É de realçar a participação da Maria do Carmo Bastos, dando ao torneio outro brilho e revelando um excelente ténis, nomeadamente uma esquerda poderosíssima.

Na outra metade do quadro do torneio, de realçar o empenho do David Silva e do João Batista, que deram a luta possível nos embates com o Fernando Almeida, um adversário temível, em grande forma física e com excelente jogo táctico.

No Quadro B a final realizou-se com o Tiago Caldas e o Adalberto Ribeiro, sorrindo a vitória ao primeiro.

Como balanço final, e mais uma vez, a organização agradece a todos os participantes e já vamos começar a trabalhar para os próximos torneios, que irão ocorrer, em princípio, em Setembro e Novembro deste ano de 2021. <

[BTT]



Viagem a Santiago de Compostela e Finisterra

Depois de um ano de interregno devido à tão malfadada pandemia, os amadores do pedal voltaram a efectuar a sua viagem anual a caminho de Santiago de Compostela e Finisterra – desta vez com a participação alargada a clientes do Banco BPI e com o patrocínio do Grupo Desportivo.

Por Alexandre Leal

> No primeiro dia, com início da jornada às 6:00h da manhã do dia 3 de Junho, o destino era Rubiães. A primeira paragem foi em Macieira da Maia para o pequeno-almoço e novo arranque até S. Pedro de Rates para algumas fotos. Seguiram-se-lhe: Pedra Furada, Barcelos e o almoço em Tamel.

Após o almoço, o primeiro contratempo com um quadro partido devido a uma queda. Felizmente ninguém se magoou. Conseguimos chegar a Ponte de Lima para substituição da bicicleta partida, valeu o *staff* de apoio, para iniciar a subida da “maldita” serra da Labruja. Objectivo cumprido, serra ultrapassada e o tão merecido descanso em Rubiães.

No segundo dia o destino era Caldas de Reis e as suas águas termais. Chegada rápida a Valença, travessia da ponte e entrámos em Espanha com paragem na Catedral de Tui. A pedalada corria bem; por isso, a recta do Porriño foi cumprida com rapidez, talvez pelo aproximar da hora de almoço.

Paragem para almoço e novo arranque até Mós. Ironia do destino e quebra de dropout na bicicleta de substituição. Sem

peça de substituição para continuar, não restava alternativa ao ciclista senão passar a integrar o nosso magnífico staff de apoio, parte fundamental desta aventura. De nove ciclistas passámos a oito, e continuámos a pedalada até Pontevedra, onde efectuámos breve paragem para recuperar energias. Caldas de Reis estava perto e foi aí que chegámos para o final da segunda etapa.

No terceiro dia saímos de Caldas de Reis, sendo este o percurso mais bonito até à entrada em Santiago de Compostela. Cumprimos 260 km, tirámos as fotos da praxe e chegámos à Praça da Catedral para um merecido repouso para almoço.

Não podíamos parar, pois ainda faltavam os 90 km finais até Finisterra, sem dúvida dos trilhos mais bonitos que já fizemos. Com paisagens extraordinárias, principalmente quando começámos a avistar o mar a partir do alto da montanha.

Foram 90 km de puro prazer pelo companheirismo e espírito de equipa que são o lema principal deste grupo: «Ninguém fica para trás!»

Km 0, e Finisterra surge no final da etapa. Ninguém nos pára, pois somos os Amadores do Pedal.

Foram dias bem passados com muita alegria, novos companheiros e a boa onda de que as idades não fazem a diferença. Dos 17 aos 73 anos fomos todos iguais, cumprimos o objectivo e obtivemos a tão ambicionada recompensa: uma grande mariscada no restaurante Pirata em Finisterra, que recomendo a quem visite esta bela localidade.

Obrigado ao Grupo Desportivo pelo apoio que muito apreciámos e que iremos continuar a divulgar nas próximas aventuras.



[pesca]

Retrospectiva da Pesca Desportiva no Centro

... O Rui Prata é a última aquisição do Grupo Desportivo e com resultados muito relevantes, já que conseguiu ser por duas vezes campeão nacional nos Campeonatos de Rio. O Costa Pinto também foi campeão nacional e várias vezes campeão regional de Rio, tal como o Faria da Cunha...

Por Costa Pinto

➤ Por volta do ano de 1976 o Grupo Desportivo do Banco de Fomento Nacional consultou o balcão de Coimbra sobre a possibilidade de, entre os empregados do balcão e de outros balcões da zona Centro, se constituir uma equipa para participar no Campeonato de Pesca Interbancária e noutras provas organizadas pelos Grupos Desportivos da Banca.

A ideia foi acolhida com muito entusiasmo porque já havia no balcão vários colegas com a “mania” da pesca. Dessa equipa faziam parte o Carlos Conde, já falecido, o José Maria Ferreira, o Raul Octávio, o Fernando Galheta, o Costa Pinto e o Joaquim Rodrigues.

Passámos a ir aos campeonatos de Rio e de Mar, somando muitas vitórias – individuais e colectivas –, numa época em que havia centenas de participantes, nas fases regionais do Campeonato Interbancário de Rio e de Mar, organizado pelos Sindicatos dos Bancários do Norte, Centro e Sul.

Mais tarde juntaram-se à equipa o Rui Nunes e o Fernando Gaspar, de Leiria, que enriqueceram a já forte equipa do Centro. Os anos foram passando, sempre com participações muito honrosas, e, em 1998, surge o Banco BPI e o Grupo Desportivo e Cultural dos Empregados do Banco BPI.

Do BBI veio o Carlos Cunha, e do BFB, o Gustavo Romão e o José Rui Ferreira.

Também o Pedro Veiga nos últimos anos integrou a equipa. O Rui Prata é a última aquisição do Grupo Desportivo e com resultados muito relevantes, já que conseguiu ser por duas vezes campeão nacional nos Campeonatos de Rio. O Costa Pinto também foi campeão nacional e várias vezes campeão regional de Rio, tal como o Faria da Cunha, que também venceu o Campeonato Regional de Rio.

A foto anexa é da última participação no campeonato organizado pelo Sindicato dos Bancários do Centro, que colectivamente vencemos mais uma vez. O primeiro em pé do lado esquerdo e com uma *T-shirt* do Che Guevara é o saudoso José Rui Ferreira, que desde o 1.º Interbancário em representação do Grupo Desportivo do BFB e depois já no atual Grupo, nunca deixou de estar presente.

É um companheiro de muitas jornadas, sempre bem-disposto apesar de um período longo de doença que atravessou. O Zé Rui deixou-nos no passado dia 12 de Fevereiro. Vamos sentir a sua falta, como a de todos os companheiros que já partiram. A nossa sentida homenagem e a certeza de que estarão sempre ao nosso lado e que não deixarão de ser lembrados, quando acabar este já longo período de ausência da pesca, devido à pandemia, e nos voltarmos a encontrar numa competição à beira de um rio ou de uma albufeira, onde tanto gostamos de estar e conviver. <



[ténis de mesa]



Torneio Interno de Ténis de Mesa em Arruda Vinhos

O Grupo Desportivo realizou o seu torneio interno, no Pavilhão do CRD Arrudense. Não obstante as condições adversas resultantes da pandemia da covid-19, decorreu harmoniosamente e foi um êxito, em termos tanto desportivos, como de convívio social.

Por Carlos Galvão

> Por força das recomendações sanitárias adoptámos procedimentos adequados a um evento com esta dimensão, nomeadamente:

Em termos desportivos, para um universo de 64 atletas, a utilização de apenas 8 mesas, medição de temperatura a todos os participantes à chegada, condução para a bancada com máscara enquanto os atletas aguardavam a chamada para a competição, higienização pelos atletas da bola e das mesas entre partidas.

Em consequência deste procedimento, o decorrer da competição arrastou-se para além da hora prevista, até às 16.40h.

Em termos sociais, o almoço foi servido em várias mesas: à medida que os atletas acabavam a competição seguiam para o restaurante, em grupos entre 10 e 15, e eram distribuídos em mesas de 3 pessoas, aguardando no parque em frente ao restaurante pela parte social do evento.

Após os últimos atletas e os elementos da organização terem acabado a competição foi-lhes servido também o merecido almoço.

Foram chamados então todos os participantes, com máscara e o devido distanciamento social, a quem foram dirigidas algumas palavras, das quais salientamos:

A dificuldade de realizar eventos deste tipo no actual contexto pandémico, mas ficando, no entanto, a certeza de que é possível fazê-lo com os necessários cuidados.

Em seguida, aos clubes aqui representados pelos atletas classificados e que contribuíram para o excelente nível técnico do nosso torneio, destinado em primeira mão aos sócios do Grupo Des-

portivo que tiveram a oportunidade de o desfrutar, culminando com uma final épica entre o Pedro Mendes e o Shan Kai, ao nível das melhores finais mundiais.

Agradecemos também às entidades que colaboraram com o Grupo Desportivo: o CRD Arrudense, a Câmara Municipal e a Protecção Civil de Arruda dos Vinhos, aos proprietários do Restaurante Temperos do Rancho, Nelson e Carla Garcez, pela qualidade da cozinha e do serviço apresentado, apesar dos constrangimentos já descritos, e também ao nosso companheiro e amigo Rogério Dias.

Por fim, um agradecimento especial ao Mário Carvalho por toda a ajuda prestada e à direcção do Grupo Desportivo, representada no evento pelo Paulo Quaresma, por todo o contributo logístico e financeiro indispensável a esta realização.

A classificação, para memória futura:

1.º Pedro Mendes (EDP), 2.º Shan Kai (BPI), 3.º Mário Cruz (VFC), 4.º Paulo Martins (BPI), 5.º Nuno Mexa (Casa da Moeda), 6.º Carlos Leitão (Bombeiros de Alverca), 7.º Eduardo Silva (EDP), 8.º Alan Zheng (BPI), 9.º Allen Azevedo (TAP), 10.º Rui Pedro (Fidelidade).

A melhor atleta feminina foi a Ana Braz (B. Alverca).

Em conclusão:

Produzimos um evento que prestigia o nosso Grupo Desportivo em várias vertentes: organização, nível técnico, convívio social excelente, apesar dos condicionalismos descritos, projecção credora de respeito de toda a comunidade mesatenística, prémios e lembranças de qualidade.

Por esse motivo é com grande satisfação e orgulho que envio a todos os participantes as mais calorosas saudações desportivas.

Calendário de Viagens para 2021

Apesar da pandemia, apesar de se desconhecer a sua evolução, apesar das dificuldades, o Grupo Desportivo preparou este plano de viagens em grupo, com destinos em Portugal e no estrangeiro.

Contudo, os associados que preferam viajar sozinhos podem sempre optar por uma vasta oferta de viagens individuais no formato *city breaks*.

Mas se preferir desenhar uma viagem por medida, à sua medida, então consulte o Grupo Desportivo, use o nosso *know-how* e as nossas facilidades de pagamento. Somos capazes de o surpreender.



N – Fim-de-semana na serra do Buçaco

De 28 a 29 de Agosto – 2 dias

Inscrição até 30 de Julho



S – Por Terras de Fronteira

De 1 a 3 de Outubro – 3 dias

Inscrição até 15 de Agosto



S – Taiwan

De 1 a 10 de Dezembro – 10 dias

Inscrição até 30 de Setembro



Nova data

N – Convívio de Reformados à descoberta de Portugal

De 13 a 20 de Setembro – 8 dias

Inscrição até 16 de Agosto



S – Girona, Barcelona e Narbonne – Encontro de Reformados

De 13 a 17 de Outubro – 5 dias

Inscrição até 18 de Agosto

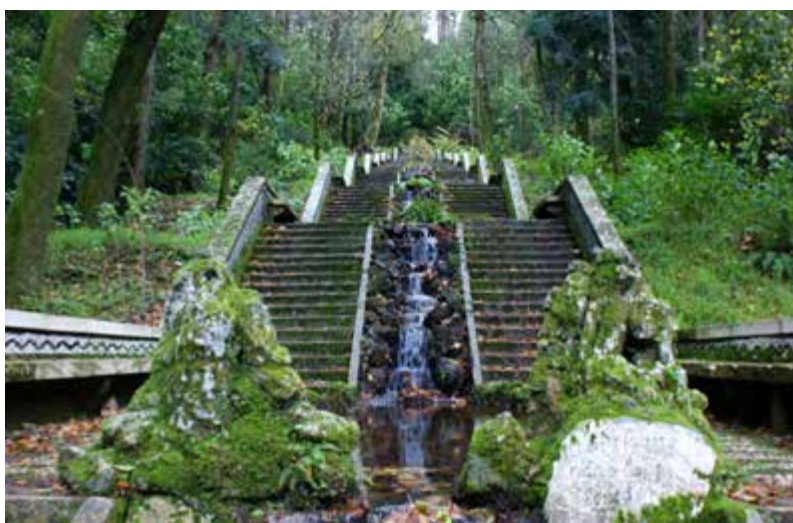


S – Expo Dubai

De 26 de Fevereiro a 5 de Março – 8 dias

Inscrição até 30 de Outubro

Fim-de-semana na serra do Buçaco



De 28 a 29 de Agosto

Por Francisco Ribeiro

- > Num enquadramento paisagístico de perfeição absoluta que lhe é conferido pela majestosa e bucólica Mata Nacional do Buçaco, *ex-líbris* botânico da região, com todo o seu passado religioso e militar que se respira passo a passo, surge apoteoticamente o Palácio-Hotel, em esplendoroso estilo neogótico, como concretização dos sonhos mais fantasistas de um rei visionário que, à semelhança dos ideais românticos dos seus primos alemães, edificou o mais fantástico e genuíno palácio real de conto de fadas em pleno bosque encantado.

[Fim-de-semana na serra do Buçaco]



Realização: 28 e 29 de Agosto
Inscrição até: 30 de Julho
Ponto de encontro: Estação de Metro do Dragão
Hora: 9.00h
Valor: 260 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 190 euros
Suplemento de quarto Individual: 100 euros
Inscrição inclui: transporte, alojamento, 3 refeições e seguro de acidentes pessoais
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
O pagamento poderá ser efectuado em até: 4 (quatro) prestações com início no mês da inscrição
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Mínimo de 30 e máximo de 40 participantes
Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1592246563.pdf
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

A longa tradição da grande hospitalidade portuguesa, gastronomia de autor na fabulosa sala de banquetes reais e uma adega mítica constituída pelos mundialmente aclamados vinhos do Buçaco, *mis-en-bouteille au château*.

Uma experiência única e genuína para concretizar os melhores sonhos. O Museu Militar do Buçaco está localizado no lugar de Almas do Encarnadouro, na serra do Buçaco, freguesia de Luso, foi fundado em 1910, por altura do 1.º Centenário da Batalha do Buçaco, em homenagem à vitória do exército anglo-luso. Foi inaugurado por D. Manuel II.

28 de Agosto

9.00h – Saída do Porto em autocarro
Chegada, visita à vila do Luso
Almoço no restaurante O Lourenço
Check-in no Bussaco Palace Hotel
Saída para um passeio de cerca de hora e meia, pelo interior da mata
20.00h – Jantar no restaurante Bussaco Palace Hotel
Alojamento

29 de Agosto

10.00h – *Check-out*
10.30h – Saída
Visita guiada ao Museu Militar do Buçaco
Pequena paragem no Luso
Almoço em restaurante na Mealhada.
Após o almoço, regresso ao Porto.





Nova
data

Convívio de reformados à descoberta de Portugal

Porto / Bragança / Miranda do Douro / Vila Nova de Foz Coa /
Figueira de Castelo Rodrigo / Covilhã / Castelo Branco / Alpalhão /
Nisa / Castelo de Vide / Portalegre / Campo Maior / Elvas /
Olivença / Juromenha / Alandroal / Alter do Chão / Ponte de Sor /
Mealhada / Porto

De 13 a 20 de Setembro

Por Francisco Ribeiro



> Começaremos a nossa viagem por terras lá no alto – Bragança, como Miguel Torga a citou e bem, fica no cimo de Portugal, como os ninhos ficam no cimo das árvores para que a distância os torne impossíveis e apetecidos.

Após Bragança, o destino que se segue é Miranda do Douro, onde teremos a primeira noite de descanso.

No dia seguinte, visitaremos a cidade paleolítica de Vila Nova de Foz Côa, Figueira de Castelo Rodrigo e chegaremos à Covilhã, onde pernoitaremos.

A viagem seguirá por Castelo Branco, cujos emblemáticos e coloridos bordados serão objecto de paragem obrigatória a caminho de Castelo de Vide.

No quarto dia de viagem, Portalegre – cidade dos conhecidos doces conventuais; Arronches, a cidade da lenda do Tamborzinho de Campo Maior, e Elvas serão os destinos a visitar, sendo o último ponto de paragem, também, local do nosso alojamento nas próximas duas noites.

Outros dos destinos a visitar serão Olivença, em Espanha, Juromenha e Alandroal.

O penúltimo destino desta viagem será Alter do Chão, que marca a sua importância pela dedicação à coudelaria.

O último dia desta viagem ainda está por determinar, pelo que, para já, é surpresa.



Realização: de 13 a 20 de Setembro
Inscrição até: 16 de Agosto
Ponto de encontro: Estação de Metro do Dragão
Hora: 8.30h
Valor: 700 euros
Sócios, cônjuges e filhos a cargo: 580 euros
Inscrição inclui: transporte, alojamento, refeições, visitas e seguro de acidentes pessoais
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
O pagamento poderá ser efectuado em até: 6 (seis) prestações com início no mês da inscrição, duas em Novembro e final em Dezembro
Recomendações: faça a inscrição on-line na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>. Mínimo de 40 e máximo de 50 participantes
Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1592246563.pdf
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica é da responsabilidade de: Grupo Desportivo

13 de Setembro – Porto / Bragança / Miranda do Douro

8.30h – Saída do Porto em autocarro com destino a Miranda do Douro, onde pernoitaremos com passagem por Bragança. Duas paragens técnicas.

14 de Setembro – Miranda do Douro / Vila Nova Foz Côa / Figueira de Castelo Rodrigo / Covilhã

8.30h – Saída de Miranda do Douro para terminar na Covilhã

15 de Setembro – Covilhã / Castelo Branco / Alpalhão / Nisa / Castelo de Vide

8.30h – Da Covilhã vamos até Castelo de Vide, onde pernoitaremos.

16 de Setembro – Castelo Vide / Portalegre / Campo Maior / Elvas

8.30h – Saída de Castelo Vide em direcção a Elvas, onde ficaremos durante duas noites.

17 de Setembro – Elvas / Olivença / Juromenha / Alandroal / Elvas

9.00h – Saída de Elvas até ao Alandroal, e regresso

18 de Setembro – Elvas / Alter do Chão

9.00h – Visitas em Elvas, e o próximo destino é Alter do Chão

19 de Setembro – Alter do Chão

10.00h – Visita guiada

20 de Setembro – Alter do Chão / Ponte de Sor / Mealhada / Porto

10.00h – Regresso ao Porto



Por terras de Fronteira

Lisboa / Estremoz / Vila Viçosa / Elvas / Badajoz / Olivença / Mourão
/ Monsaraz / Alqueva / S. Pedro do Corval / Lisboa
De 1 a 3 de Outubro

Por Rui Simplício



[Por terras de Fronteira]

Realização: de 1 a 3 de Outubro
Inscrição até: 15 de Agosto
Ponto de encontro: Sete-Rios, junto à porta do Jardim Zoológico, em Lisboa
Hora: 8.00h
Valor: 335,00 euros
Suplemento de quarto Individual: 41,50 euros
Crianças dos 4 aos 11 anos: desconto de 50%
Crianças até aos 3 anos: Grátis
Taxa de inscrição: 36 euros
Inscrição inclui: autocarro de turismo; guias locais para as visitas mencionadas; 2 noites de alojamento no hotel escolhido; todas as refeições, desde o almoço do 1.º dia ao almoço do 3.º dia; bebidas nas refeições; visitas conforme mencionadas; taxas hoteleiras, serviços e IVA; seguro de assistência em viagem
Inscrição não inclui: despesas de carácter pessoal
O pagamento poderá ser efectuado em até: 10 (dez) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e final em Outubro
Recomendações: faça a inscrição *on-line* na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>.
Ficha de inscrição disponível: em https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1592246563.pdf
Para mais informação contacte: o Grupo Desportivo
A organização técnica da viagem é da responsabilidade de: Ponto por Ponto, Rua da Cidade de Espinho, 3-r/c 5000-611 Vila Real, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Vila Real, e com o RNAVT n.º 3645
Condições gerais da viagem: disponíveis na nossa página em <http://www.gdbpi.pt/main.asp?id=4&parentid=0&etalheid=5100>



> 1 de Outubro – Lisboa / Estremoz / Vila Viçosa / Elvas

8.00h – Saída em direcção a Estremoz, visita ao centro histórico, ao castelo, ao Museu Municipal a fim de admirar uma importante colecção de bonecos de Estremoz e ainda ao quarto onde morreu a rainha Santa Isabel, hoje capela. Almoço. Saída para Vila Viçosa, com visita ao Paço Ducal, ao centro histórico e à Igreja de Nossa Senhora da Conceição, onde, no século XVII, o rei D. João IV consagrou Nossa Sra. da Conceição como rainha e padroeira de Portugal. Continuação para Elvas, *check-in* no hotel, jantar e alojamento.

2 de Outubro – Elvas / Badajoz / Olivença

9.00h – Visita a Elvas (recentemente declarada cidade Património da Humanidade), a cidade-fortaleza, que constitui o maior conjunto de fortalezas abaluartadas de Portugal e um dos mais interessantes conjuntos a nível mundial; ao Forte da Graça, do século XVIII; ao Aqueduto da Amoreira, dos séculos XVI-XVII; ao centro histórico Fonte da Misericórdia, do século XVII; à antiga Sé Catedral, do século XVI; à Igreja das

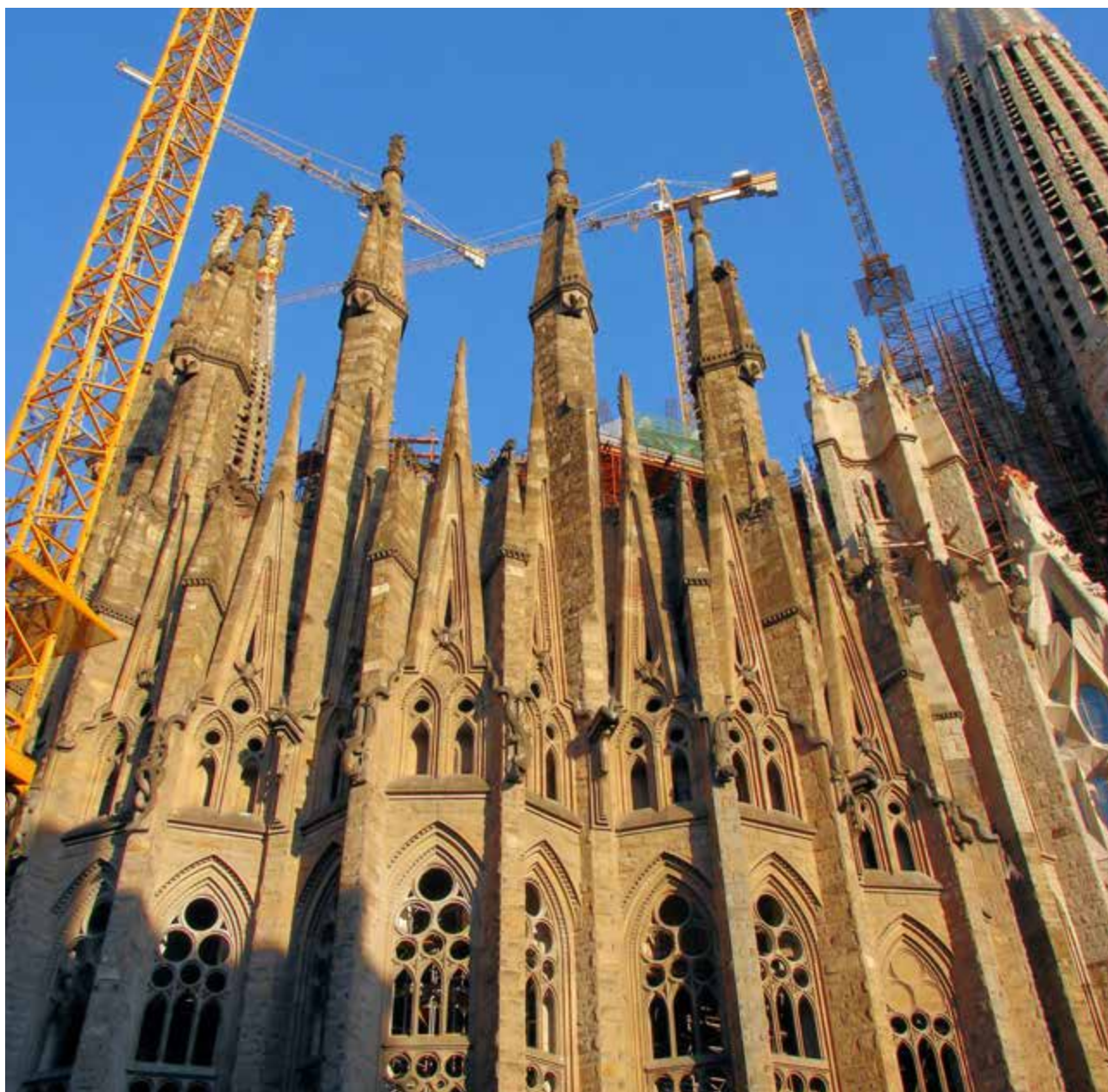
Domínicas, do século XVI, e à parada de armas do castelo, do século XIII. Vista panorâmica no miradouro do castelo, partes da 1.ª e da 2.ª, muralhas islâmicas dos séculos VIII e XII, partes das muralhas abaluartadas do século XVII, fachadas de alguns palacetes e antigos quartéis. Almoço; saída por Badajoz até Olivença para visita com guia local ao centro histórico de Olivença; à Igreja de Santa Maria Madalena, conhecida como a Igreja portuguesa de Olivença; à Igreja de Santa Maria do Castelo e ao Museu Etnográfico. Tempo ainda para visita à Ponte da Ajuda. *Check-in* no hotel, jantar e alojamento.

3 de Outubro – Olivença / Mourão / Monsaraz / Alqueva / S. Pedro do Corval / Lisboa

9.00h – Saída para Mourão com visita ao centro histórico e ao castelo. Continuação para a vila medieval de Monsaraz, visita ao centro histórico, ao castelo e ao Museu do Fresco. Almoço. Cruzeiro fluvial na barragem do Alqueva, o maior lago artificial da Europa, e visita ao Centro Oleiro de S. Pedro do Corval, o maior centro oleiro da Península Ibérica. Regresso à origem.



Girona, Barcelona e Narbonne – Encontro de Reformados



Lisboa / El Prat de Llobregat / Montserrat / Barcelona / Narbonne /
Girona / Lisboa

De 13 a 17 de Outubro

Por Rui Simplício

[Girona, Barcelona e Narbonne – Encontro de Reformados]

Realização: de 13 a 17 de Outubro

Inscrição até: 4 de Julho

Ponto de encontro:

Aeroporto de Lisboa

Hora: 120 minutos antes da hora da partida

Valor: 999 euros

Suplemento de quarto

Individual: 185 euros

Taxa de inscrição: 36 euros

Taxas de aeroporto, segurança e combustível:

39 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)

Inscrição inclui: viagem de 5 dias, 4 noites de alojamento;

acompanhamento por delegado da TQ – Travel Quality Viagens e Turismo SA, de Lisboa a Lisboa; avião Lisboa / Barcelona / Lisboa em classe económica e com direito a 23 kg de bagagem; taxas de aeroporto, segurança e combustível incluídas (podem ser alteradas até ao dia de emissão dos bilhetes aéreos); viagem em AVE, em 2.ª classe Barcelona / Narbonne / Barcelona;

guias locais em Português ou Castelhanos; auriculares obrigatórios para as visitas – 3 dias em Barcelona; autocarro de turismo para *transfers* e visitas; alojamento na base de quartos duplos com banho privativo no hotel mencionado; taxa turística de Barcelona – neste momento 1,21 euros por pessoa e noite; visitas e entradas conforme programa; 11 refeições (4 pequenos-almoços, 4 jantares e 3 almoços; água e vinho às refeições; seguro multiviagens internacional + cancelamento + covid, montante de 30 000,00 euros e franquia de 50 euros); taxas de turismo, serviços e IVA

Inscrição não inclui: bagageiros; gratificações; outras bebidas às refeições, tais como cervejas, refrigerantes, cafés ou chás, aperitivos e digestivos; outros serviços não mencionados como tudo incluído Saídas do Porto, Faro, Madeira e Açores sob consulta, já

> 13 de Outubro – Lisboa / El Prat de Llobregat / Monserrat / Barcelona

Comparência no Aeroporto de Lisboa, no hall do Terminal 1, junto aos CTT, duas horas antes da partida. Reunião com a representante da TQ – Travel Quality Viagens e Turismo, SA, formalidades de embarque em voo TAP com destino à Catalunha – Aeroporto de Barcelona. Chegada, desembarque, acolhimento pelo guia e início do passeio a Monserrat. O mosteiro de Santa Maria de Monserrat, localizado na montanha com o mesmo nome, é um símbolo para a Catalunha e tornou-se um ponto de peregrinação para os crentes e uma obrigação para os turistas. O Santuário de Monserrat, com os santuários de Torreciudad, El Pilar, Meritxell e Lourdes formam a Rota Mariana, o itinerário guiado pela espiritualidade e devoção. Almoço em restaurante local incluindo água e vinho da casa, tempo livre. Em horário a combinar, continuação até Barcelona. *Check-in* no hotel, jantar no hotel ou em restaurante local, alojamento.

14 de Outubro – Coração de Barcelona

Tour de dia completo em autocarro e com guia local. Pela manhã faremos um



passeio de meio dia (a pé), com guia local, entradas e audioguias incluídos. Vamos sentir a cidade – Bairro Gótico, Praça da Catalunha, Las Ramblas, Praça Vila de Madrid, Santa María del Mar (exterior), Catedral de Barcelona (entrada incluída), Palau de la Generalitat (exterior), Praça del Rei, Ayuntamiento, Mercado de la Boquería, etc.

De tarde visitaremos, mais uma vez, a Sagrada Família, podendo assim ver a evolução da obra imaginada por Gaudí – entrada incluída e auriculares.

Jantar no hotel ou em restaurante local, e alojamento.



[Girona, Barcelona e Narbonne – Encontro de Reformados]

que terão de ficar uma noite em Lisboa de 12 para 13 de Outubro, devido ao horário de saída do voo no dia 13 de Outubro

Poderão consultar-nos na verificação de disponibilidades e preços de hotéis, ligações ou de avião ou de comboio, e por consequência analisar os valores destes serviços que não estão incluídos nos preços apresentados

No caso de possíveis

participantes do Porto: no dia do regresso, dia 17 de Outubro, é possível fazer a ligação Lisboa / Porto, sendo aplicada a tarifa aérea existente no momento e disponibilidade de lugares
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: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1592246563.pdf

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&detailheid=5100>



15 de Outubro – Barcelona / Narbonne / Barcelona

Transporte à Estação de Sants para embarque no comboio AVE (Alta Velocidad Española), para uma viagem de cerca de duas horas com destino a Narbonne (França). À chegada faremos uma breve panorâmica da cidade. Atravessada pelo canal de Robine, Património da Humanidade pela UNESCO, a cidade não tem escassez de charme ou atrações.

Almoço no sensacional Les Grands Buffets de Narbonne. No final da refeição regressamos à estação de Narbonne, para embarque de regresso a Barcelona. Jantar no hotel ou em restaurante local, e alojamento.

16 de Outubro – Barcelona / Girona / Barcelona

Saída do hotel em direcção a Pals. Este encantador povoado de Girona parece que ficou congelado no tempo, mais concretamente na época medieval.

Dentro das suas muralhas centenárias, descobriremos o centro histórico.

Continuação para a cidade de Girona, onde poderá admirar as suas pontes coloridas. Irá pisar uma das primeiras obras de Gustave Eiffel – a Ponte de Ferro de Girona.

A terminar a visita guiada vamos a uma adega tradicional para fazer uma deliciosa prova de vinhos e licores. Almoço incluído entre visitas. Regresso a Barcelona. Jantar no hotel ou em restaurante local, e alojamento.

17 de Outubro – Barcelona / Lisboa

Dia livre para poder fazer compras ou outras visitas que deseje adicionar ao seu álbum de memórias. Almoço livre. Em horário a indicar localmente, transporte ao Aeroporto de Barcelona para embarque de regresso a Lisboa. Chegada a Lisboa, desembarque, recolha de bagagens e fim dos nossos serviços.





Taiwan

Lisboa / Taipé / Sun Moon Lake / Kaohsiung /
Kenting / Taitung / Zhiben / Taroko / Lisboa
De 1 a 10 de Dezembro

Por Direcção Nacional

> 1 de Dezembro – Lisboa / Taipé

Comparência no aeroporto 180 minutos antes da partida. Formalidades de embarque e partida em voo com destino a Taipé via uma cidade de ligação. Noite a bordo.

2 de Dezembro – Taipé

Assistência à chegada e transporte ao hotel, *check-in*. Resto do dia livre. Alojamento.

[Taiwan]

Realização: de 1 a 10 de Dezembro
Inscrição até: 30 de Setembro
Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa
Hora: 150 minutos antes da hora da partida
Valor: 2300 euros
Suplemento de quarto individual: 650 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 450 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Inscrição inclui: passagem aérea em classe económica de acordo com o itinerário; transporte do aeroporto ao hotel e vice-versa; alojamento durante 7 noites nos hotéis da categoria escolhida e em regime de pequeno-almoço; 7 almoços e 8 jantares; visitas em privado, mencionadas como incluídas e com acompanhamento de guia local em espanhol; taxas hoteleiras e IVA; assistência 24 horas em caso de emergência; seguro multiviagens
Inscrição não inclui: extras de carácter pessoal; visitas opcionais; bebidas às refeições
O pagamento poderá ser efectuado em até: 13 (treze) prestações, com início em Fevereiro, duas em Abril e em Novembro, e final em Dezembro



3 de Dezembro – Taipé

Saída para visita da cidade de Taipé com destaque para o impressionante museu memorial Chiang Kai-Shek e o museu do Palácio Nacional, onde estão expostos mais de 5000 anos de arte imperial chinesa e colecções de jade. Visita ainda ao templo de Martyr, caracterizado pela sua arquitectura tradicional, e ainda ao centro de artesanato de Taipé. Por fim, poderá assistir ao render da guarda. Tarde livre para visitas a gosto pessoal. Alojamento.

4 de Dezembro – Taipé / Sun Moon Lake

Saída em direcção a Sun Moon Lake, localizada nas montanhas centrais de Taiwan, a 762 metros acima do nível do mar. A visita passará pelo famoso Templo de Wenwu, também conhecido como o Templo da Literatura Guerreira, dedicado a Confúcio (mestre da caneta) e Kuan Ti (mestre da espada). Visita ainda ao Santuário do Monge Sagrado e ao pagode Ci En. Resto do dia para visitas a gosto pessoal, actividades ao ar livre ou para desfrutar das águas termais do Hotel Fleur de Chine. Alojamento.

5 de Dezembro – Sun Moon Lake / Kaohsiung

Saída para visita ao Mosteiro de Fo Guan Shan, o mais famoso e sagrado mosteiro budista no Sul de Taiwan. Em caminho, paragem para visitar a pequena e antiga estação de comboios Jiji. Durante a visita ao mosteiro, oportunidade de comunicar com os monges que ali habitam. Continuação da viagem para Kaohsiung, a segunda maior cidade de Taiwan. Visita ao rio do Amor e ao mercado nocturno. Alojamento.



[Taiwan]

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

Ficha de inscrição disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1592246563.pdf

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

Quadrante – Viagens e Turismo, Lda., matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Santa Maria da Feira com o n.º 4419 e com o alvará n.º 791/95

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



6 de Dezembro – Kaohsiung / Kenting / Taitung / Zhiben

Visita ao parque nacional de Kenting, localizado no extremo sul da ilha e cuja principal atracção são os 60 km de barreira de coral que rodeiam o parque. Visita ao farol Eluanbi, à zona costeira de Maobitou e ainda ao Parque Longpan. Chegada a Zhiben e alojamento.

7 de Dezembro – Zhiben / Taroko

Saída para visita à costa leste da ilha de Taiwan. Esta área protegida

estende-se ao longo de 170 km e permite desfrutar de magníficas paisagens resultantes da erosão e do clima. O passeio inclui paragem em Xiaoyeliu, Sanxiantai e Shitiping. Por fim, continuação da viagem para Hualien para estada no Parque Nacional de Taroko. Alojamento.

8 de Dezembro – Taroko / Taipé

Saída para visita ao Parque Nacional de Taroko, onde se destaca a garganta de Taroko, um desfiladeiro excepcionalmente bonito, resultante da erosão causada pelo rio Liwu. Passagem pelo túnel das nove voltas e pela ponte Ci Um, e paragem na gruta Swallow e no Templo Changchun. Chegada a Taipé e alojamento.

9 de Dezembro – Taipé / Lisboa

Tempo livre para as últimas visitas. Em hora a combinar localmente, transporte ao aeroporto. Formalidades de embarque e partida de regresso a Portugal via uma cidade de ligação. Noite a bordo.

10 de Dezembro – Lisboa

Chegada e fim da viagem.





Expo Dubai

De 26 de Fevereiro a 5 de Março

Por Direcção Nacional

O Grupo Desportivo não desiste de apresentar alternativas aos sócios, qualquer que seja a área, convictos como estamos de que esta fase vai passar e voltaremos a recuperar a nossa mobilidade sem risco, a curto prazo, muito embora ainda tenhamos de ultrapassar algumas arrelias. Neste contexto, e tratando-se de um evento único, lembremo-nos da Expo '98 em Lisboa: o Grupo Desportivo vem propor aos sócios, já para 2022, a Expo Dubai.

Realização: de 26 de Fevereiro a 5 de Março
Inscrição até: 30 de Outubro
Ponto de encontro: Aeroporto de Lisboa
Hora: 150 minutos antes da hora da partida
Valor: 2080 euros
Suplemento de quarto Individual: 489 euros
Taxa de inscrição: 36 euros
Taxas de aeroporto, segurança e combustível: 107 euros, incluídos (valor sujeito a alteração)
Inscrição inclui: passagem Aérea Lisboa – Dubai – Lisboa, em classe económica e com direito a 25 kg de bagagem de porão e 1 mala de cabine até 8 kg por pessoa; taxas de aeroporto, combustível e segurança no montante de 107 euros (podem ser alteradas até ao dia de emissão dos bilhetes aéreos) – à data de hoje; transporte em autocarro de turismo para o itinerário indicado;

> 26 de Fevereiro de 2022 – Lisboa / Dubai

Comparência no Aeroporto de Lisboa em hora a indicar. Reunião com o guia da agência, formalidades de embarque em voo directo com destino ao Dubai. Refeições a bordo. Chegada ao Aeroporto Internacional do Dubai, desembarque e formalidades aduaneiras. Acolhimento pelo assistente local, transporte ao Hotel Movenpick Bur Dubai***** – www.movenpick.com – e alojamento.

27 de Fevereiro de 2022 – Dubai

Visita de dia completo com guia local desta fascinante cidade, onde o contraste entre o tradicional e o extremamente moderno se encontra em cada recanto. A visita começa na Mesquita Jumeirah, símbolo da arquitetura islâmica. Conheceremos a 1.ª urbe no Dubai – Al Bastakiya. Visitaremos o Museu do Dubai (entrada incluída) que se encontra

no Forte de Al Fahidi. Visita incluída ao Museu do Perfume. O centro de Dubai é dividido em duas partes por um canal, o *creek*, e a sugestão para depois do museu é atravessá-lo a fim de conhecer as atracções do distrito de Deira. A travessia do *creek* é feita numa embarcação típica chamada Abra, e proporciona uma óptima vista panorâmica da região. Finalmente, visita do souk das especiarias e do ouro, onde se poderá “entrar” verdadeiramente no seio da cultura islâmica. Almoço em restaurante local. De tarde conheceremos as grandes construções do Dubai, viajando até à famosa palmeira artificial, onde encontramos o fabuloso Atlantis the Palm. Conheceremos também o Mall of Emirates, com o famoso Ski Dubai. Pelas 18.00h assistiremos ao Show das Águas Dançantes no Dubai Mall. Regresso ao mesmo hotel, jantar e alojamento.





acompanhamento por guia da Agência de Lisboa a Lisboa; Guias locais em português; viagem de 8 dias = 7 noites de alojamento; hotel de 5 estrelas; alojamento na base de quartos duplos com banho privativo; 12 refeições = 6 pequenos-almoços + 3 almoços + 3 jantares – refeições incluindo água; água no autocarro – 1 garrafa por pessoa; passeio de dia completo ao Dubai – entradas conforme programa; passeio de dia completo a Abu Dhabi – entradas conforme programa; passeio Aventura no Deserto em 4x4 com jantar e *shows*; 3 dias de entradas na Expo Dubai; passe de 3 dias no metro para deslocações à Expo Dubai; taxas turísticas hoteleiras; seguro de assistência Multiviagens (30 000 euros – assistência, cancelamento, interrupção e coberturas covid-19); taxas de turismo, serviços e IVA; Oferecemos APP Travel Quality – comunicação ao minuto com os nossos clientes;

Inscrição não inclui: bagageiros, gratificações, outras bebidas, testes à covid-19 no caso de necessário e perante as exigências das entidades locais, na data da realização da viagem. Outros serviços não mencionados.

28 de Fevereiro de 2022 – Dubai / Abu Dhabi / Dubai

Saída com destino a Abu Dhabi, capital dos Emirados Árabes Unidos. A visita inclui a impressionante Mesquita de Sheikh Zayed, uma das maiores mesquitas do mundo, obra-mestra da arquitectura neomuçulmana. Panorâmica pela cidade, com os seus impressionantes arranha-céus, percorrendo a Corniche Road. Conheceremos a Heritage Village, onde se descobre o modo de vida tradicional dos nómadas, antes da modernização

de Abu Dhabi. Almoço. Continuação da visita, com paragem frente ao luxuoso Emirates Palace Hotel, até Manarat Al Saadiyat, centro de interpretação especial que oferece uma fascinante visão do desenvolvimento da cidade mais rica do mundo. A ilha Saadiyat, onde nos encontramos, é hoje um centro artístico e cultural que abriga, entre outros, o Museu do Louvre (visita livre do interior) e o Museu Guggenheim, atualmente em construção. Ao final da tarde, regresso ao Dubai. Jantar e alojamento no mesmo hotel.



O pagamento poderá ser efectuado em até: 9 (nove) prestações, com início em Agosto, duas em Novembro e final em Março de 2022

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

Documentação: obrigatório passaporte com validade mínima de 6 meses após a data de regresso, cuja fotocópia deve ser enviada previamente para a agência Ligações ao Porto ou Faro. Aconselhamos a utilização dos comboios Alfa Pendulares ou Intercidades (não previstas nos preços).

Condições de reserva e pagamentos: cancelamento sem penalização até 20 de Dezembro 2021; de 21 de Dezembro a 20 de Janeiro de 2022, penalização de 150 euros; a partir de 21 de Janeiro de 2022, penalização de 100% incluindo taxas de aeroporto, combustível e segurança

Notas: Em virtude da pandemia covid-19, o programa poderá sofrer ajustes ou alterações na ordem das visitas previstas.

Ficha de inscrição

disponível em: https://www.gdbpi.pt/attachs/Static_32_1592246563.pdf

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&detalhaid=5100>



1 de Março de 2022 – Dubai

Manhã livre para outras visitas ou compras. Almoço incluído no hotel. Hoje teremos a nossa Noite Árabe – A Noite das Mil e Uma Noites, incluindo jantar-*buffet*, incluindo água e bebidas não alcoólicas. Acompanhados por um guia local, saída em jipes 4x4 para o famoso Desert Safari, com passeio pelas dunas do deserto e acabando num acampamento para jantar e assistir a um *show* tradicional (Tanoura Show, dança oriental e do ventre). Vivam as noites de Lawrence das Arábias. Alojamento no mesmo hotel.

2 – 3 e 4 de Março de 2022 – Dubai – Expo Dubai

Almoços e jantares livres. Teremos 3 dias para visitas livres à Expo 2020 Dubai. A exposição tem uma duração de cerca de 6 meses, sendo a primeira exposição mundial na região do

Médio Oriente, localizada na zona sul do Dubai, e ocupa cerca de 4,38 km².

A Expo 2020 será a primeira exposição mundial em que cada uma das mais de 190 nações terá o seu próprio pavilhão, repleto de eventos e novas experiências. Teremos a oportunidade de descobrir o que torna cada país único. O tema deste evento é «Conectando Mentes, Criando o Futuro», explorando três subtemas «Mobilidade, Oportunidade e Sustentabilidade», que têm por objectivo criar um legado significativo que beneficiará as gerações futuras.

5 de Março de 2022 – Dubai / Lisboa

Em horário a informar localmente, transporte ao aeroporto, formalidades de *check-in* para embarque de regresso a Portugal.

Refeições ligeiras a bordo. Chegada a Lisboa, desembarque, recolha de bagagem e fim dos nossos serviços.

[viagens city breaks]

Viagens City Breaks

A complementar a proposta de viagens para 2020 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 Berlim***; IVA, taxas de turismo e serviço; seguro multiviagens; taxas de aeroporto, segurança e combustível 122,67 euros (valor à data de edição e sujeito a alteração)
Inscrição não inclui: tudo o que não está referido no programa.
O pagamento poderá ser efectuado em até: 5 (cinco) prestações, até à data de partida 50% e o restante em 4 (quatro) prestações
Recomendações: os cidadãos portugueses em visita turística necessitam de bilhete de identidade ou cartão de cidadão

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.

[viagens city breaks]

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>

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

[viagens city breaks]

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>

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 deitada 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

[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 27 de Março a 1 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 29 de Maio e 25 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 10 de Abril a 29 de Maio, e de 25 de Setembro a 9 de Outubro, alugue por 7 noites e pague só 6, em todos os apartamentos.

Tabela de preços dos apartamentos – 2021

ÉPOCAS E PREÇOS

Baixa	Páscoa	Média/Baixa	Média	Média/Alta	Alta
9/10 a 1/11	27/03 a 10/04	10/04 a 29/05	29/05 a 03/07	03/07 a 10/07	10/07 a 04/09
25 euros	51 euros	25/09 a 09/10	11/09 a 25/09	04/09 a 11/09	102 euros
		51 euros	55 euros	81 euros	

[hotéis]

Hotéis Baía, Grande e Cristal condições 2020/21



Desde
37,50
euros
por pessoa e noite
em regime de HB
(pequeno-almoço
e jantar *buffet*,
bebidas
não incluídas)


Hotel Baía Grande
Albufeira

Hotel Baía Grande

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
ou reservas.bg@baiaalgarve.com



Desde
37,50
euros
por pessoa e noite
em regime de HB
(pequeno-almoço
e jantar *buffet*,
bebidas
não incluídas)


Hotel Baía Cristal
Beach & SPA Resort
Corvoeiro

Hotel Baía Cristal Beach & Spa Resort

Oferta de 1 *welcome drink*.
oferta de quarto vista mar ou *júnior suite* vista jardim (mediante disponibilidade).
Estada mínima 2 noites.
Oferta não cumulativa com outras ofertas.

Reservas

telefone: 282 358 601
e-mail: sales@baiaalgarve.com
ou reservas.bc@baiaalgarve.com

[hotéis]

Grupo de Hotéis Real



Real Marina Hotel & Spa (Olhão) *****

Desde
49,00
euros
por pessoa em
quarto duplo/twin,
vista cidade, meia
pensão*

* bebidas não
incluídas

Estada mínima de 2
noites
Upgrade para vista
de mar (mediante
disponibilidade)
Oferta do acesso à
piscina interior aquecida
e área borbulhante (uso
obrigatório de touca)
Acesso gratuito ao
ginásio

Reservas:
telefone 289 598 010,
ou e-mail – reservas.
alg@hoteisreal.com



Grande Real Santa Eulália Resort & Hotel Spa *****

Desde
53,00
euros
por pessoa em
quarto duplo/twin,
vista resort, meia
pensão

* bebidas não
incluídas

Estada mínima de 2
noites
Upgrade para vista
de mar (mediante
disponibilidade)
Oferta de 1 entrada no
circuito *thermal* (uso
obrigatório de touca)
Acesso gratuito ao
ginásio

Reservas:
telefone 289 598 010,
ou e-mail – reservas.
alg@hoteisreal.com

[hotéis]

Grupo de Desenvolvimento das Termas de Portugal

O Grupo de Desenvolvimento das Termas de Portugal é uma cadeia de hotéis, localizados no Norte e Centro de Portugal, a grande maioria de quatro estrelas com Termas ou SPA, com grande capacidade de alojamento e variada oferta de serviço de restauração/bar.



Os nossos hotéis dispõem de quartos espaçosos, climatizados e com varanda, todos eles com uma decoração moderna e wc privativo.

Poderá experienciar connosco as melhores escapadinhas de fim de semana, melhorar a sua saúde com os nossos tratamentos termais, ou simplesmente relaxar com o nosso serviço de massagens e/ou piscina dinâmica com *jacuzzi*, cascatas, subaquático, contra correntes, aerobanho e hidromassagem.



Quer necessite de alojamento para si e/ou para a sua família, serviços de grupos, congressos, eventos especiais ou *short breaks*, temos um produto que irá certamente ao encontro das suas necessidades.

Palace Hotel & SPA Termas de S. Vicente****
em Penafiel
(Distrito do Porto)

Palace Hotel & SPA Termas de S. Miguel****
em Fornos de Algodres
(Distrito da Guarda)

Palace Hotel & SPA Termas de S. Tiago****
em Penamacor
(Distrito de Castelo Branco)

Palace Hotel & SPA Termas do Bicanho****
em Soure
(Distrito de Coimbra)





Desde
57,50
euros por noite

Alojamento
e pequeno-almoço
para dois*

Desde
90,00
euros por noite

Alojamento com
pequeno-almoço e
Meia Pensão*

*Preços sujeitos à estadia mínima de 2 noites.
*Preços não se aplicam a épocas festivas/Especiais.



**Palace Hotel
& SPA
Monte Rio******
nas termas
de S. Pedro do Sul
(Distrito de Viseu)



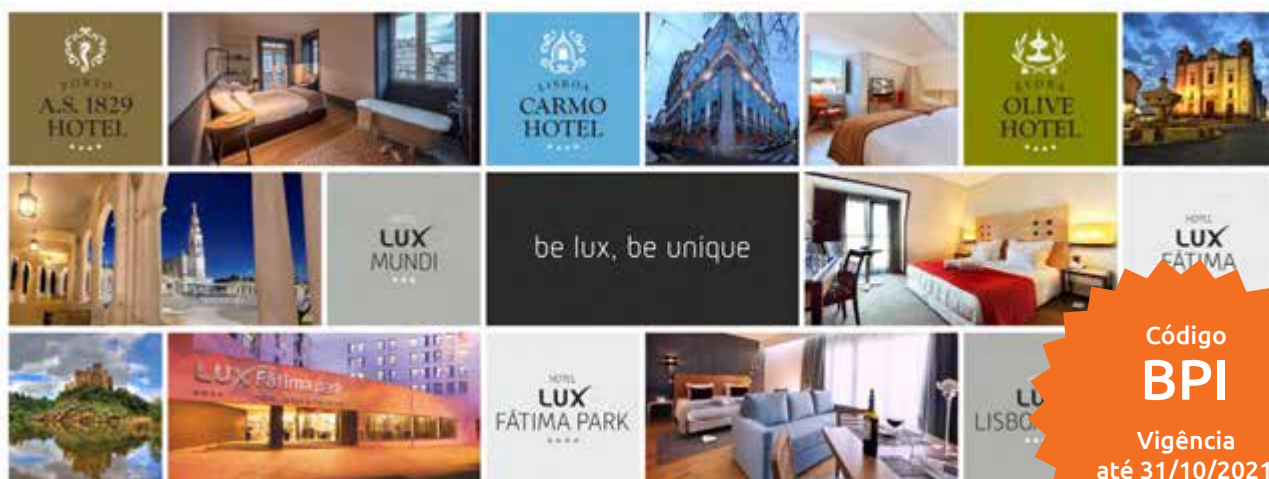
**Plácido
Hotel Douro******
em Tabuaço
(Distrito de Viseu)



**Palace Hotel
& SPA
Astúrias******
nas termas do Carvalho
em Castro Daire
(Distrito de Viseu)

[hotéis]

Grupo Lux Hotels



Instruções para utilizar Código Promocional em reservas através do [site luxhotels.pt](http://site.luxhotels.pt)



- 1 – Aceder a www.luxhotels.pt e entrar no *site* do hotel em que se pretende efectuar a reserva.
- 2 – No site do hotel, abrir a opção [Reservas](#)

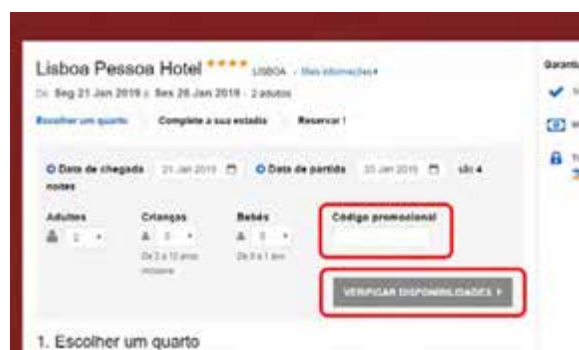


- 3 – Inserir as datas de *check-in* e *check-out*, a ocupação desejada e clicar em [Reservar](#)

- 4 – No topo da página que surge, junto à informação inserida, clicar em [Alterar](#)



- 5 – Nos campos de edição disponíveis estará um campo de texto onde deverá inserir o Código Promocional, depois clicar em [Verificar disponibilidades](#)



- 6 – Neste momento deverá passar a ver os preços com o respectivo desconto aplicado. A partir daqui deverá seguir as instruções normais do processo de reserva, seleccionando a tipologia e tarifa desejada.



Informação: O facto de ter um código promocional não significa que terá desconto em todas as tipologias ou tarifas.

[hotéis]

Hotéis Minor (NH Hotel Group e Tivoli) em Portugal e no resto do mundo

Desconto de
15%
22%
sobre o melhor preço.

Os sócios do Grupo Desportivo passam a beneficiar de um desconto que varia entre 15% e 22% sobre o melhor preço disponível nos hotéis Minor (Tivoli & NH), em Portugal e no resto do mundo.

Propriedades incluídas em Portugal

Porto

NH Collection Porto Batalha
NH Porto Jardim

Coimbra

Tivoli Coimbra

Sintra

Tivoli Palácio de Seteais
Tivoli Sintra

Lisboa

Tivoli Avenida Liberdade
Avani Avenida Liberdade
NH Collection Lisboa Liberdade

Tivoli Oriente

NH Lisboa Campo Grande

Algarve

Anantara Vilamoura
Tivoli Marina Vilamoura
The Residences at Victoria
Tivoli Carvoeiro
Tivoli Marina Portimão
Tivoli Lagos



Como reservar

Aceder ao link: <https://www.nh-hotels.com/b2b-ccg/a53c937778ec2bc89ec28f4147e7a326>

Seleccionar o hotel, datas de estada e número de pessoas

Confirme a sua reserva (pagamento directo)

Receba a confirmação da sua reserva via *email*

[hotéis]

Rentals in Algarve

É com grande satisfação que a Rentals in Algarve estabelece esta parceria com o Grupo Desportivo do Banco BPI.

Convidamos os associados a virem passar férias numa das nossas acolhedoras propriedades.

Estas estão dispersas pela Galé, uma zona bem conhecida pelas suas praias e grutas fantásticas numa das costas mais bonitas do Algarve. Albufeira, a região do Algarve com maior animação, conhecida tanto pela agitada oferta nocturna como pelos espectáculos oferecidos pela câmara municipal, desde concertos e feiras tradicionais, aos teatros, com as magníficas praias a aparecer sempre como pano de fundo. Vilamoura, conhecida pela marina e pela oferta de restauração, com os mais famosos bares de música ao vivo, bem como a oferta de alguns dos melhores campos de golfe do País. Vale do Lobo, conhecido como uma das partes do triângulo dourado do Algarve, com as suas casas luxuosas e imponentes onde um simples passeio no “bairro” é uma inspiração.

Oferecemos desde um simples estúdio fantástico para 2 pessoas, apartamentos com 1 ou 2 quartos para 4, 5 ou 6 pessoas, às moradias de 3 quartos para quem quer ficar um bocadinho mais isolado.

Contactos:

telemóvel: +351 966447429, e-mail: joao.rodrigues@rentalsinalgarve.com

Endereço: R. de Fernão de Magalhães, lote 11-12, 8200-129 Albufeira, Portugal



Pode ver as nossas propriedades no nosso site www.rentalsinalgarve.com

e usufruir do desconto do Grupo Desportivo do Banco BPI, utilizando o código promocional GDBPI

[turismo rural]

Turismo rural



Almeirim

Casa de Besteiros

Telefone: 243 595 474 / 91 752 60 10

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

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



Alvito – Beja

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 auto-estrada e a 9 km de Castro Verde, o Monte da Ameixa localiza-se a 800 m da localidade de Piçarras, com uma paisagem deslumbrante sobre as planícies alentejanas.

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



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 de São Miguel – Açores

Quinta da Mó

Telefone: 91 780 02 81

Localização: Ilha de São Miguel, Açores, Rua das Águas Quentes nº 66, 9675-040 Furnas

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



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.



Mirandela

Quinta dos Avidagos

Telefone: 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.



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.

[turismo rural]



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.



Santa Vitória – Alentejo

Agro-Turismo do Roxo

Telefone: 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*).



Santiago do Cacém

Monte Xisto Hotel Rural****

Telefone: 269 900 040 / 92 758 64 84

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

Condições: A tabela de preços para sócios do Grupo Desportivo corresponde a um desconto de 10% sobre o preço de balcão na época baixa e de 7% na época alta, de 15 de Junho a 15 de Setembro. Os preços de balcão podem ser consultados no *site*, ou directamente com o hotel.



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.



Seia – Quinta do Crestelo

Aparthotel na Serra da Estrela

Telefone: 96 857 89 21 / 238 320 050

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

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



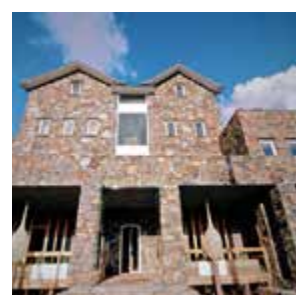
Seixo da Beira – Serra da Estrela

Casa do Forno da Aldeia

Telefone: 93 231 71 52

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

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



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*.

[turismo rural]



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.



Vila Ruiva – Cuba

Casa do Alto da Eira

Telefone: 284 412 619 / 96 557 99 18

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

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



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.



Vinhais – Rio de Fornos

Casa do Rebelhe

Telefone: 93 427 70 40

Localização: A Casa do Rebelhe situa-se na pacata aldeia de Rio de Fornos, a cerca de 3 km de Vinhais, a 30 km de Bragança e a 20 km da fronteira de Espanha via Moimenta.

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

DIRECÇÃO REGIONAL SUL

Rua Almirante Barroso, 32-RC
1000-013 Lisboa

Tel.:

21 723 42 89 /
21 723 42 97 /
92 578 47 18

Ext.:

8002048/8002049

Fax:

21 723 43 28

Horário:

9.00h-18.00h
De segunda a sexta

E-mail:

sul@gdbpi.pt

grupodesportivo
sul@bancobpi.pt

Cod. CI – 1077

DIRECÇÃO REGIONAL NORTE

Rua Pedro Hispano,
201

4100-397 Porto
Apartado 5414
4023-001 Porto

Tel.:

22 607 43 00 /
91 320 99 95

Ext.:

8008040

Fax:

22 205 22 10

Horário:

8.30h-12.00h
e 13.00h-17.30h
De segunda a sexta

E-mail:

norte@gdbpi.pt

grupodesportivo
norte@bancobpi.pt

Cod. CI – 2039

SITE

www.gdbpi.pt

(disponível na
Intranet)

E-mail:

gestor@gdbpi.pt

BAR

Rua Pedro Hispano,
201

13.00h-19.00h

CURSOS DE FORMAÇÃO ARTÍSTICA

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

SALA POLIVALENTE

Rua Almirante Barroso, 32-RC
09.00h-19.00h
Rua Pedro Hispano,
201

10.00h-19.00h

Ensaio do Coro

À quinta-feira
a partir das 16.00h

Ensaio do Orfeão

À terça-feira
às 18.00h

ATLETISMO

Madalena Freire
tel.: 96 514 04 90
ana.madalena.
freire@bancobpi.pt

Ana Fórneas

tel.: 93 943 59 15
ana.paula.forneas@
bancobpi.pt

António Sanches

tel.: 93 406 41 39
antonio.manuel.san-
ches@bancobpi.pt

Ana Pires

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

Duarte Cardoso

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

BASQUETEBOL

Carla Pinto
tel.: 21 318 12 31
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

Francisco Barata

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

Fernando Barrias

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

Manuel Correia

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

BIBLIOTECA

Carla Pinto
tel.: 21 318 12 31
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

João Gouveia

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

BOWLING

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

Jorge Teixeira

tel.: 91 823 20 57

Duarte Cardoso

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

José Caldas

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

CAMINHADAS

Madalena Freire
tel.: 96 514 04 90
maria.madalena.
freire@bancobpi.pt

Carlos Oliveira

tel.: 21 322 67 56
carlos.manuel.olivei-
ra@gdbpi.pt

José Almeida

tel.: 22 607 32 47
jose.reis.almeida@
gmail.com

CAMPISMO

Jorge Almeida
tel.: 21 723 42 83
grupodesportivo-
sul@bancobpi.pt

CAMPOS DE FÉRIAS

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

CICLOTURISMO/BTT

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

Rui Sousa

tel.: 21 310 44 83

CORO/ORFEÃO

Carla Pinto
tel.: 21 318 12 31
carla.alexandra.
pinto@bancobpi.pt

Fernando Barnabé

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

Ensaio: quinta-feira

às 16.00h,
em Lisboa, terça-
-feira às 18.00h,
no Porto

CURSOS DE FORMAÇÃO

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

Pilar Batoréu

tel.: 91 710 94 71
pilarbatorreu@
gmail.com

José Almeida

tel.: 22 607 32 47
jose.reis.almeida@
gmail.com

Víctor Camisão

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

DANÇAS DE SALÃO

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

Sara Freitas

tel.: 22 607 22 41
sara.maria.freitas@
bancobpi.pt

DEFESA PESSOAL

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

Víctor Camisão

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

EQUITAÇÃO

André Cardoso
tel.: 91 750 96 36
andre.lobes.cardo-
so@bancobpi.pt

ESPECTÁCULOS

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

Pilar Batoréu

tel.: 91 710 94 71
pilarbatorreu@
gmail.com

ESQUI

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

EXPOSIÇÕES

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

Fernando Ferreira

tel.: 22 607 43 00
fsferreira1941@
gmail.com

FOTOGRAFIA

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

FUTEBOL

Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87
paulo.alexandre.
quaresma@bancob-
pi.pt

Duarte Cardoso

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

Fernando Barrias

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

Jorge Sousa

tel.: 22 607 43 00
jorgefsousa@live.
com.pt

GOLFE

André Cardoso
tel.: 91 750 96 39
andre.lobes.cardo-
so@bancobpi.pt

JOGOS DE SALÃO

Pedro Ribeiro
tel.: 21 318 13 46
pedro.miguel.ribei-
ro@bancobpi.pt

Fernando Ferreira

tel.: 22 607 43 00
fsferreira1941@
gmail.com

Jorge Sousa

tel.: 22 607 43 00
jorgefsousa@live.
com.pt

KARTING

Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87
paulo.alexandre.
quaresma@bancob-
pi.pt

Paulo Santos

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

José Caldas

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

MERGULHO

Pedro Ribeiro
tel.: 21 318 13 46
pedro.miguel.ribei-
ro@bancobpi.pt

Carla Siopa

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

MOTOTURISMO

Paulo Quaresma
tel.: 93 425 34 87
paulo.alexandre.
quaresma@bancob-
pi.pt

Nuno Barradas

tel.: 217 206 356
nuno.humberto.bar-
radas@bancobpi.pt

NATAÇÃO

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

PADEL E SQUASH

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

José Fernandes

tel.: 91 498 76 70

PÁRA-QUEDISMO/ PARAPENTE

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

PARCERIAS

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

João Sampaio

tel.: 22 607 43 00
joaoecsampaio@
gmail.com

Ana Pires

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

PEDI-PAPER

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

PESCA

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

David Franco

tel.: 93 348 25 40
david.jose.franco@
outlook.pt

Silva Duarte

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

José Caldas

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

Jorge Couto

tel.: 93 931 36 97
jorge.fernando.cou-
to@bancobpi.pt

RAFTING

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

Miriam Santos

tel.: 21 272 01 12
miriam.freitas.san-
tos@bancobpi.pt

José Caldas

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

RALLY-PAPER

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

João Lopes

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

Rui Simplicio

tel.: 96 502 07 91
rruissimplicio@
sapo.pt

Víctor Camisão

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

José Caldas

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

Francisco Ribeiro

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

REMO

Pedro Ribeiro
tel.: 21 318 13 46
pedro.miguel.ribei-
ro@bancobpi.pt

SURF

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

Ricardo Vicente

tel.: 21 321 37 69
ricardo.nuno.vicen-
te@bancobpi.pt

TÉNIS

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

José Caldas

tel.: 91 949 36 59
jose.manuel.caldas
@bancobpi.pt

TÉNIS DE MESA

Madalena Freire
tel.: 96 514 04 90
maria.madalena.
freire@bancobpi.pt

Carlos Galvão

tel.: 91 674 53 73

Francisco Ribeiro

tel



MARIA JOÃO MOREIRA

[a fechar]

A vida é feita de ciclos!

E quando me dou conta, sinto um *déjà-vu* na minha, mas ainda não o tinha vivido na primeira pessoa. O que vivemos hoje, de forma mais moderna, foi vivido pelos nossos pais. A diferença é mesmo a *internet*, o acesso fácil e rápido às nossas necessidades.

> Recordo a vida da minha mãe, e hoje revejo-me em muitas situações. O meu pai foi muito ausente, pelo que a minha mãe teve de ser mãe e pai.

Cedo, acordava e com um ar de cansada, como se tivesse dormido a correr e já estivesse atrasada. Acordava a “tribo” (somos 4 filhas) e punha tudo em filinha para se arranjarem. Duas tinham aulas de manhã, e duas, de tarde. Eu tinha de tarde. E apreciava-a, sempre a correr, mas eu não entendia.

Começava a tratar dos pequenos-almoços e lanches para as minhas irmãs “matutinas”. Sempre acelerada, lá as metia na carrinha e levava-as à escola, e eu, pachazinha, ficava a tomar o leite e a conversar com o meu pão. Quando chegava, eu ainda conversava com o meu pão. Lá vinha o ralhete! E eu não percebia!

Arrumar os quartos, tratar das roupas, e rápido chegava a hora de tratar do almoço. Por vezes ouvia-a a cantar a Edith Piaf ou o Jacques Brel, mas normalmente tinha uma expressão de quem estava atrasada para algo importante, e não podia falhar. O almoço está pronto! – Despacha-

-te, tens de ir para a escola e tenho de ir buscar as tuas irmãs! Eu sei que demorava uma eternidade e que a minha mãe tinha sempre pressa, mas eu não entendia.

À noite, depois de ter tratado dos lanches, do jantar, das roupas para o dia seguinte, da cozinha e de ter posto a tribo na cama, ela continuava. De olhos banhados em lágrimas, fazia contas à vida para ver onde esticar... e às filhas nada faltar.

Passaram-se pouco mais de três décadas... estou sozinha com dois filhos, sou mãe e pai... e o ciclo começa. As mesmas resmunguices e correrias matinais, até chegar ao Banco, o sair a correr para ir buscar os miúdos à escola. Chegar a casa e tratar do jantar, cozinha, roupas para lavar e roupas para o dia seguinte.

No fim de tudo, temos de fazer contas à vida para chegar ao fim do mês e começar tudo de novo.

As lágrimas também se soltam, o cansaço também existe, a luta é igual. Só mudam os tempos e as tecnologias.

E eu não entendia... mas agora entendo. <



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 213 241 360
F 213 241 369

farminternacional@yahoo.com

HORÁRIO

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

www.farmacaiinternacional.pt

Adira ao Cartão **Solred Frota** 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 **480 postos**.
Forte presença nos Açores e na Madeira.
- Cartão isento de anuidade.
- Desconto de **12 cênt./litro**, na aquisição de combustíveis simples Repsol em **Portugal Continental**.
- Desconto de **14 cênt./litro**, na aquisição de combustíveis aditivados Repsol Neotech em **Portugal Continental**.
- Desconto de **10 cênt./litro**, na aquisição de produtos **Autogás** e **AdBlue** Repsol (em bomba) em **Portugal Continental**.
- Desconto de **7 cênt./litro**, na aquisição de combustíveis **simples** Repsol nos **Açores e na Madeira**.
- Desconto de **9 cênt./litro**, na aquisição de combustíveis aditivados Repsol na **Madeira**.
- Desconto de **1,2 cênt./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.
- 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 Frotas será deduzido no mês seguinte ao da sua realização, aquando do crédito do seu vencimento. Se ainda não aderiu, faça-o na sua área pessoal em <https://secretaria.gdbpi.pt>, ou preencha e envie-nos hoje mesmo o seu pedido, utilizando a ficha de sócio, disponível no nosso site na internet, em <impressos>.

