



SOMOS
TODOS
SOLIDÁRIOS

Proteja-se! Precisamos de todos!

Notícias do GDST é uma publicação do Grupo Desportivo Santander Totta, tendo como objectivos informar os associados, especialmente os reformados, sobre as iniciativas relevantes realizadas e a realizar e ainda a promover a sua participação nas atividades

nesta edição

Este número da revista Notícias GDST foi produzido em teletrabalho, com o agradecimento ao estúdio Gráfico Xis e Erre

5

Social

Surto gripal obriga a encerramento das instalações



7

Visitas Culturais

Dia da Mulher no Alqueva e Monsaraz



Lazer

Colecionistas em Lagos e Tomar

9

Ficha Técnica

Propriedade: Grupo Desportivo Santander Totta | Rua Centro Cultural, 45 | 1700-106 Lisboa | Tel.: 21.8453560 | Fax: 21.8453561 | geral@gdst.pt | NPC 507270975 | www.gdst.pt **Diretor:** Francisco Duarte **Conselho Editorial:** Mário Rui Costa, João Correia, Maria de Lourdes Vidal, Vitor Pereira, Carlos Pio Trindade, Ana Paula Antunes, Luís Oliveira, Hilário Selidónio, António Bicho e António Cardoso **Editor:** Rui Santos **Delegações:** Norte | Rua 5 de Outubro, 310 | 4100-172 Porto | Tel./Fax: 226 002 894 | delegacaonorte@gdst.pt **Centro** | Rua Simões de Castro, 147 A/B 1.º | 3000 Coimbra | Tel.: 239 827 494 | delegacaocentro@gdst.pt **Alentejo** | delegacaoalentejo@gdst.pt **Algarve** | delegacaoalgarve@gdst.pt **Madeira** | delegacaomadeira@gdst.pt **Açores** | delegacaoacores@gdst.pt **Distribuição** | Serviços Administrativos GDST **Execução gráfica** | xis e erre, lda. | xer@netcabopt.pt **Tiragem** | 9.000 exemplares **Preço** | exemplar 0,40€ **Periodicidade** | Trimestral **Depósito legal** | 243341/06

Instalações encerradas

SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS

6:30 horas

Sede

Geral

geral@gdst.pt

el Duque

65 626 14

geral@gdst.pt

Manique

65 626 15

geral@gdst.pt

Pedrinho

65 626 25

geral@gdst.pt

na Matos

65 626 10

geral@gdst.pt

Barreiros

65 626 17

geral@gdst.pt

ão Norte

geral@gdst.pt

im Sousa

6 002 894

geral@gdst.pt

la Bastos

6 002 894

geral@gdst.pt



Francisco Duarte
Presidente



10 Desporto
Paulo Alves
O melhor na maratona de Sevilha



Desporto
Tenis de Mesa:
Eduardo Quaresma
brilha em vários torneios

13



Desporto
Viagem histórica do Grupo Motard

14

Díficeis mas incontornáveis decisões do GDST

Todas as experiências na vida têm uma primeira vez. Também a Humanidade está a ter a sua. O Mundo, a Europa, Portugal e, por decorrência, também o microcosmos desta nossa comunidade de 9.000 associados que dá pelo nome de Grupo Desportivo Santander Totta.

Tínhamos, como habitualmente, um conjunto largo de atividades a funcionar. Tínhamos projetos, sonhos, compromissos. Tínhamos desporto, campeonatos, espetáculos, viagens e passeios culturais. Tínhamos vida. Repentinamente, um traíçoeiro vírus vem-nos impor a suspensão. Nuns casos pelo simples cancelamento; noutros, onde possível, por um esperançoso adiamento. Acreditando que todos conseguiremos vencer esta crise, foi recalendarizada a realização, se reunidas as condições, das Olimpíadas para outubro próximo e dos passeios culturais do 2.º semestre.

Obviamente que, sob o condicionamento do estado de emergência, o relançamento das demais atividades irá sendo continuamente avaliado.

Aos colegas que viram a sua imediata prática suspensa ou um sonho frustrado queremos manifestar o nosso sentimento de estarmos com eles e reiterar que tudo faremos para um rápido regresso à normalidade.

Com vontade, resiliência e resguardo, vamos todos contribuir para voltar a praticar a modalidade de que gostamos, a viajar além-fronteiras, a passear domesticamente e a ir acrescentando, grão a grão, algo de novo às nossas experiências e cultura.

Melhores tempos virão. Vamos voltar a ter vida!
Contamos convosco. Contem connosco.

A Direção

Em memória do Dr. Vieira Monteiro



Morreu um Homem bom!

Mário Rui Costa*

Foi com enorme pesar que o GDST recebeu, no passado dia 18 de março, a notícia do falecimento de António Vieira Monteiro, "chairman" do Banco Santander Totta.

Muito já se escreveu sobre a competência e percurso profissional deste nosso sócio, que era uma referência na banca nacional, mas também além-fronteiras, pessoa com reconhecidos méritos e que passou pelas mais diversas funções até chegar ao patamar cimeiro do Banco Santander Totta.

Natural de Lisboa, tinha 73 anos e uma longa carreira na banca portuguesa. Além do Santander, foi vice-presidente da Caixa Geral de Depósitos entre 1993 e 2000. Passou ainda pelo antigo Banco Português do Atlântico e pelo BNU, sempre em cargos de grande destaque e notoriedade.

Cruzei-me com Vieira Monteiro em diversas ocasiões, por via das minhas funções como coordenador da Comissão Nacional de Trabalhadores do Banco e, em todas as reuniões mantidas ou noutros fóruns, senti sempre da sua parte uma grande preocupação com todos os trabalhadores, com o ambiente de trabalho em todo o banco e, especialmente, muita atenção quando lhe eram relatados alguns problemas que tentava resolver com a maior celeridade possível!

Vieira Monteiro era sócio do nosso Grupo Desportivo desde abril de 2000, filiação que transitou dos muitos anos de tam-

bém associado do GDC do Pessoal do CPP, e quem com ele privou sabe do orgulho que sentia por fazer parte da família GDST, sempre com curiosidade relativamente às modalidades desportivas e também às viagens ou passeios culturais por nós organizados.

Na sua relação com o Grupo Desportivo, mostrou sempre muita atenção às nossas necessidades e sempre que foi necessária a sua intervenção, fê-lo de forma a desbloquear qualquer constrangimento existente.

Bateu-se para que o nosso Grupo Desportivo mantivesse o foco no aproveitamento dos tempos livres dos seus associados e respetivos agregados familiares, bem como a promoção do bem-estar físico e emocional dos trabalhadores, através da sua participação em atividades de carácter lúdico, formativo, cultural e desportivo.

Em meu nome e do Grupo Desportivo Santander Totta, tive oportunidade de expressar as mais sentidas condolência à família, neste momento tão difícil.

Acabo como comecei, morreu um Homem bom! ●

* Vice-presidente da Direção



Surto gripal obriga a encerramento das instalações do Grupo Desportivo

O Grupo Desportivo Santander Totta, atento ao desenrolar dos acontecimentos relacionados com a pandemia Covid-19, e no prosseguimento de orientações publicadas pelo Banco e pelas entidades oficiais envolvidas no tema, decidiu hoje, 12 de março, chamar a si as seguintes ações, no sentido de ajudar a minimizar riscos que possam ocorrer para a saúde dos seus colaboradores efetivos, atletas e outras entidades afetas à organização e participação em atividades. Assim:

1. Atividades Desportivas, Culturais e de Lazer

- 1.1. Suspender com efeitos imediatos, até comunicação em contrário, toda a prática desportiva, cultural e de lazer, organizadas por si, GDST, ou por outras entidades externas;
- 1.2. Suspender a Assembleia Geral Ordinária para apresentação, discussão e aprovação do Relatório e Contas 2019, convocada para o dia 27 de março de 2020;
- 1.3. Aconselhar todos os seus colaboradores efetivos (funcionários do GDST) que estejam inseridos em grupos considerados de risco de saúde (diabéticos, asmáticos, cardíacos, hipertensos e grávidas) a permanecerem em casa, devendo disso dar conhecimento e enviar comprovativo médico da sua condição, num prazo máximo de um mês;
- 1.4. Lembrar a todos os colaboradores, atletas e outros elementos envolvidos em atividades do Grupo Desportivo, a necessidade de seguirem as recomendações de proteção básica da Organização Mundial de Saúde e da Direção Geral de Saúde, na aplicação das medidas preconizadas para limitar o contágio do Covid-19.

2. Acesso às Instalações do Grupo Desportivo (Lisboa, Porto e Coimbra)

- 2.1. O acesso apenas está disponível aos colaboradores efetivos (funcionários do GDST), aos Órgãos Sociais, aos membros das Direções, às Delegações e às entidades externas devidamente autorizadas pelas Direções respetivas;
- 2.2. Designadamente, está vedado o acesso a familiares, amigos, sócios reformados e ex-colaboradores;
- 2.3. Em consequência, não estão autorizados eventos internos ou externos no auditório e no ginásio da sede (Rua do

Centro Cultural, Lisboa), bem como no ginásio da Delegação Norte (Rua Cinco de Outubro, Porto).

3. Precauções

Caso tenham algum sintoma febril e/ou dificuldades em respirar e tosse seca, devem contactar o SNS 24 através do número **808 24 24 24**.

Obs.: Para quaisquer assuntos e/ou esclarecimentos a tratar com o Grupo Desportivo, contactar pelo E-mail: geral@gdst.pt ou pelo telefone 218 453 560 (Porto: delegacaonorte@gdst.pt telefone: 226 094 374).

Lisboa 12 de março de 2020

A Direção

Encerramento das instalações do GDST

Face ao agravamento da gravidade da situação, a Direção do GDST deliberou proceder ao encerramento total das instalações do Grupo Desportivo em 18 de março.

A abertura das instalações será tão breve quanto as condições o permitam e em data a anunciar, dada a imprevisível e excecional situação em que o país e o mundo se encontram.

Assembleia Geral de 27 de março adiada para 29 de maio

Tal como a Direção do GDST noticia, no seu comunicado de 12 de março, a Assembleia Geral ordinária, inicialmente marcada para 27 de março, para apresentação, discussão e votação do Relatório de Atividades e Contas relativo ao exercício de 2019, e apreciação do Parecer do Conselho Fiscal, para além da substituição do vogal efetivo da Direção, teve de ser adiada por motivo de força maior – o surto do Covid-19 – face aos condicionamentos e orientações divulgadas para o cumprimento de ações necessárias à minimização de todos os riscos para a saúde dos nossos colaboradores e associados.

Assim, e no cumprimento de disposições legais aplicáveis, a assembleia entretanto adiada já tem nova convocatória, para 29 de maio, salvo se as condições continuarem a não permitir a sua realização. ●



**Grupo Desportivo
Santander Totta**

Convocatória

Assembleia Geral Ordinária

Nos termos do n.º 4 do Art.º 10.º dos Estatutos do Grupo Desportivo Santander Totta, e ao abrigo da alínea a) do n.º 3 do Art.º 8.º do Regulamento Geral Interno, convoco os associados efetivos para o dia **29 de maio de 2020**, pelas 17,30 horas, na sede nacional do GDST, sita na Rua do Centro Cultural n.º 45, em Lisboa, uma reunião ordinária da Assembleia Geral:

ORDEM DE TRABALHOS

Ponto 1: Informações;

Ponto 2: Substituição do vogal efetivo do órgão Direção, nos termos da alínea g) do artigo 9.º do Regulamento Geral Interno;

Ponto 3: Apresentação, discussão e votação do Relatório de Atividades e Contas relativo ao exercício de 2019, e apreciação do Parecer do Conselho Fiscal.

Não havendo número legal de presenças à hora acima determinada (50% do total de associados), a Assembleia reunirá e deliberará meia hora depois, em segunda convocatória, com qualquer número de associados efetivos presentes, sendo as decisões aprovadas por maioria absoluta de votos dos presentes, nos termos da alínea a) do n.º 2 do artigo 8.º do Regulamento Geral Interno.

A Mesa da Assembleia Geral disponibilizará aos associados presentes toda a documentação necessária aos trabalhos, bem como promoverá a sua divulgação no site www.gdst.pt e a prévia afixação na sede nacional

Lisboa, 9 de abril de 2020

O Presidente da Mesa da Assembleia Geral

Manuel Joaquim Sousa da Silva



Suspensão das Olimpíadas GDST 2020

Tinhamos um conjunto largo de atividades programadas para o corrente ano e apostávamos fortemente nas Olimpíadas GDST 2020, a realizar em Castelo de Vide, no primeiro fim de semana de maio.

A ocorrência da Pandemia que assola Portugal e os restantes países do Mundo, e suas conseqüências, levou a Direção do Grupo Desportivo à inevitabilidade da suspensão do evento, situação que reverteremos logo que os condicionalismos do estado de emergência o permitirem.

Melhores tempos virão e nos permitirão certamente retomar o curso das nossas atividades, agora tão abruptamente interrompidas. ●

Dia da Mulher celebrado com visita ao Alqueva e Monsaraz

Cumprindo o programa das visitas e passeios culturais de 2020, o GDST proporcionou um agradável convívio a um largo grupo de associados e familiares no dia 8 de março, coincidindo com o celebrado Dia da Mulher. E que bem o género feminino esteve representado



Tratou-se do passeio ao Alqueva e a Monsaraz, iniciado com um cruzeiro no enorme lago artificial do Guadiana, criado pela barragem do Alqueva. Experiência de paz, observação da natureza, quer da paisagem quer da fauna. Para além da beleza, uma experiência repousante.

Quebrado o passeio para almoço, tivemos nova experiência num amplo mas acolhedor restaurante recuperado de um antigo lugar de azeite que mantém o essencial do seu original equipamento. Depois do repasto, de menu basicamente alentejano, o grupo rumou à vila de Monsaraz.

Em visita guiada, apreciámos esta joia alentejana, legado medieval testemunha de muitos aspetos da sociedade portuguesa

ao longo dos anos, desde a vertente militar da defesa raiana à estrutura de administração pública, sem esquecer a influência judaica e as pegadas da realidade inquisitorial.

Certamente o grupo terá concluído ser Monsaraz uma urbe-museu.

De regresso, houve ainda uma pequena visita a uma cerâmica familiar em São Pedro do Corval onde o proprietário mostrou o equipamento e explicou o ciclo de fabrico da tradicional loiça regional.

Sob a égide da celebração do Dia da Mulher, a organização prestou-lhes o seu respeito, associando-se à data com uma pequena lembrança a cada uma das participantes. ●

Diversificado programa na visita a Torres Vedras

O primeiro passeio do programa de visitas e passeios culturais de 2020 do GDST realizou-se em 8 de fevereiro.

Em agradável convívio fomos ao Oeste cumprir um diversificado programa que, em termos culturais, lúdicos e gastronómicos bem satisfaz os colegas participantes. Tivemos como guia um torriense, dirigente da Associação de Defesa do Património de Torres Vedras, quem, com o seu demonstrado conhecimento, muito enriqueceu o passeio na vertente cultural.

Em pequena paragem no centro histórico da cidade, com tempo para o café e o tradicional pastel de feijão, observámos enormes bonecos satíricos de políticos e futebolistas, na boa tradição figurativa carnavalesca de Torres Vedras.

Rumámos depois ao franciscano Convento do Varatojo onde, pela mão de um dos frades da irmandade, nos foi facultada uma visita guiada, muito bem documentada sobre a história, o edificado e a vida conventual.

Intervalámos para almoço numa excelente e, para muitos, inédita experiência gastronómica.



De tarde, visitámos o interessante Castro do Zambujal, um dos mais bem descobertos do Alto Neolítico, bem referenciado localmente e dispendo de passadiços para facilidade de acesso.

Terminámos a visita com um fim de tarde em ambiente de poesia em Santa Cruz, no seu Passeio dos Poetas. Evocámos, com pequena e descomprometida leitura, Antero de Quental, João de Barros e Kazuo Dan. ●



Muita animação na visita ao Alentejo Hospitalário

Carlos Vidal

Ainda em novembro, o GDST promoveu um passeio lúdico-cultural a Belver, Amieira do Tejo e Marvão, com um almoço típico alentejano em Alpalhão

Tendo como foco o já célebre magusto de Marvão, o passeio apresentava o paralelo atrativo da abordagem à influência da Ordem do Hospital na região. A abordagem cultural foi bem conseguida na passagem por Belver e nas visitas ao Castelo da

Amieira do Tejo, à Alcáçova do Segundo Prior do Crato e à original capela de São João Batista, que lhe está adjacente.

Quanto a Marvão, o objetivo lúdico do magusto não foi conseguido, porque as condições objetivas no terreno o não permitiram. Com um acesso "entupido" por uma afluência de cerca de 50.000 forasteiros (como viemos a ser informados), toda a envolvente se tornou impraticável pela chuva, vento e, principalmente, denso nevoeiro. Um ambiente agreste nada convidativo a andar na rua. Após uma hora a "percorrer" uma pequena parte do acesso à vila, não obstante os impotentes esforços dos agentes da GNR que observámos do nosso quase imobilizado autocarro, seguida de mais uma hora literalmente "bloqueados", foi discutida a situação, havendo mais um elemento em equação: os limites horários da viatura e da condução do motorista. Ponderada abertamente a situação, todos os nossos participantes votaram favoravelmente a desistência. Após uma inversão um pouco complicada, prosseguimos a nossa viagem de regresso a Lisboa. Embora alheios à nossa vontade ou capacidade de intervenção, lamentamos o sucedido e apresentamos as nossas desculpas aos participantes.

De referir por último, como duas notas muito positivas, para além da componente cultural já referida: o excelente almoço em Alpalhão e a alegre animação que contagiou todo o grupo e que se prolongou pelo percurso do regresso. ●



Colecionismo

Espaço dos nossos colecionistas muito visitado no encontro de Tomar

Jorge Nobre Silva



O 21.º Encontro Nacional de Colecionismo de Tomar, realizou-se em 15 de fevereiro, estando a Secção de Colecionismo do GDST representada por seis elementos. Um excelente convívio, com mui-

tas trocas e partilha de conhecimentos nas várias áreas do colecionismo, o espaço reservado ao GDST foi, como tem sido hábito noutros encontros, dos mais visitados pelos colecionadores. ●

Excelente participação do GDST no Encontro Nacional em Lagos



O 5.º Encontro Nacional de Colecionismo realizou-se em novembro, no Armazém Regimental de Lagos, com a presença de uma representação do GDST, que contou com a presença do nosso Presidente, Francisco Duarte.

Além de um excelente convívio, com partilha de conhecimentos das várias áreas do colecionismo, o GDST foi a entidade escolhida pela Organização para escrever um artigo para a próxima edição da revista "À lupa", como forma de reconhecimento pela nossa participação. ●

Paulo Alves foi o mais destacado na Maratona de Sevilha

Em 23 de fevereiro decorreu a 36.ª edição da carismática maratona de Sevilha, uma cidade famosa pela dança flamenca, pelo cruzamento da dinastia moura com a cristã em muitos dos seus monumentos (Real Alcazar, Igreja São Marcos), pela emblemática torre de sino, a Giralda, e da Catedral Gótica.

Há quem diga que a maratona são 30 quilómetros com as pernas, dez com a cabeça, mais dois com o coração e os 195 metros finais com as lágrimas nos olhos, ou onde as dores duram algumas horas, mas a glória... essa é eterna!

O GDST contou com a presença de vários atletas nesta aventura épica internacional de dois dias, enfrentando o calor e a dureza que se sentiu na prova, mas onde o prazer coletivo, união, camaradagem, amizade, ajuda constante, resiliência, diversão e - porque não? - alguma loucura suplantaram o sofrimento ou intenções pessoais de cada um, antes e durante o certame.



Os seguintes atletas do GDST terminaram a prova, com marcas pessoais que são de enaltecer: Paulo Alves 03:06:59; Pedro Xavier 03:16:27; Rui Machinho 03:20:37; Artur Vasques 03:24:00; Miguel Marques 03:27:38; Silvério Correia 03:30:23; Nuno Almeida 03:42:54; Mário Ribeiro 03:42:54; Rita Mogo 03:43:38; Rui Barbosa 03:44:30; João Frazão 03:44:52;

José Raposo 03:44:54; Luis Gomes 04:13:45; Ivo Lima 04:43:24.

É devida uma palavra de agradecimento a estes bravos atletas, que mais uma vez dignificaram o Grupo Desportivo Santander Totta, neste caso além-fronteiras. Para o ano há mais e cá estaremos para apoiar os colegas em mais conquistas! ●

Delegação Norte com três atletas na Meia Maratona Manuela Machado



Joaquim de Sousa

A 19 de janeiro, no Dia da Cidade, realizou-se a 22.ª Meia Maratona Manuela Machado, em Viana do Castelo.

Tal como em anos anteriores, a prova contou com a participação de atletas nacionais e estrangeiros, bem como com a presença da ex-campeã mundial, Manuela Machado, que participou e organizou a prova.

A partida aconteceu na Praça Marques Júnior, junto ao Centro Cultural de Viana do Castelo. E, a par da Meia Maratona, também se realizaram a Mini Maratona e a 20.ª Caminhada, com uma extensão de 5000 metros.

Marcaram presença três atletas da Delegação Norte, Carlos Alves, Luís Oliveira e Paulo Fontes, que, assim, contribuíram para a promoção da prática desportiva e aquisição de hábitos saudáveis.

Futsal

Invictos United vencem torneio do Norte

Joaquim de Sousa

Teve início a 11 de janeiro, no Pavilhão do CCD da Câmara Municipal do Porto o torneio interno de futsal, evento organizado pela Delegação Norte e que contou com a participação de três equipas: D3C, Rufiões e Invicta United.

Na 1.ª jornada, a 11 de janeiro, verificou-se um empate entre os Invicta United e os D3C, que haveriam de chegar ao termo do torneio nesta ordem classificativa e com os Rufiões no terceiro lugar. Apesar disso, esta equipa teve entre si o melhor marcador do torneio – João Madureira – enquanto os vencedores, os



Invicta United, conquistaram ainda o troféu de “fair play” e o seu guardião, Hugo Fonseca, cotou-se como o melhor nas balizas.

Para a história do torneio, aqui ficam os resultados verificados nos seis jogos realizados:

1.ª volta – Invicta Un. – DC3, 2-2; DC3 – Rufiões, 2-1; Invicta Un. – Rufiões, 3-1

2.ª volta – Invicta Un. – Rufiões, 3-3; DC3 – Rufiões, 6-2; Invicta Un. – DC3, 5-1.

Face a estes resultados, os Invicta Un. somaram 8 pontos, contra 7 dos DC3 e 1 dos Rufiões. ●

Golfe

Excelente vitória coletiva no torneio de Vale Pisão

Bráulio Silva



O Clube de Golfe do Sindicato Nacional de Quadros e Técnicos Bancários em boa hora decidiu introduzir no seu calendário para 2020 um torneio a realizar na região do Porto, mais concretamente no campo de Vale Pisão, em Santo Tirso.

Inserido numa paisagem de rara beleza natural, este campo de 9+9 buracos, par 74, com uma extensão de 6.532 me-

tros, desenvolvido ao longo de um vale recheado de algumas lagoas e linhas de água cristalina, rapidamente se revelou ser um percurso com um grau de exigência acima da média, agravado pelos acentuados declives e obstáculos estrategicamente colocados.

Pese embora a presença de alguns estreatantes em competições na qualidade

de atletas federados, a equipa do GDST registou uma excelente prestação tendo no final arrebatado o primeiro lugar por equipas, à frente do Novo Banco (2.º lugar) e do Millennium BCP (3.º lugar).

Paralelamente, alguns atletas nossos foram também distinguidos com vários prémios individuais: 1.º Gross sócios, Longest drive e Nearest the pin – Bráulio Silva; 1.º Net convidados – Noé Fontes; 2.º Net sócios – João Francisco; 3.º Net sócios – José Pedro Figueiredo.

Para além dos atletas mencionados, assinalamos ainda a presença em campo dos sócios Abel Leça, Ana Maria Andrade, João Pedro Coelho, José Mendes Silva, José Samuel Oliveira, Luis Miguel Baetas, Manuel Andrade, Miguel Silva, Paulo Saraiva, Paulo Teixeira, Rui Brito e Cunha e Vasco Valente, a quem também agradecemos pela sua contribuição para esta excelente vitória. ●

Bowling

Equipa do GDST no torneio do SBSI

Janino Pereira

A 13.ª edição do campeonato de bowling do SBSI tem estado a decorrer na Beloura, desde 25 de janeiro e conta com uma representação do GDST, formada por sete elementos, num torneio que conta com a presença de atletas de outras instituições bancárias, nomeadamente o Banco de Portugal, BPI e Unicre.

Na segunda jornada, que teve lugar em 22 de fevereiro, a nossa equipa esteve representada por Luís Oliveira, Carina Silva, Vítor Pereira e António Bicho, com a nossa jovem a ser, de entre estes, a melhor pontuada, no 18.º lugar da classificação geral, tendo os restantes registado comportamento discreto, a que se deve,



em boa parte, a escassez e localização dos recintos para a realização dos necessários treinos.

A terceira prova deveria ter tido lugar em 14 de março, em Évora. Mas viria a ser suspensa, devido ao surto gripal que afeta o nosso País e o Mundo, tal como as seguintes, que estavam marcadas para 18 de abril, nas Caldas da Rainha, e 9

de maio, com a final antes aprazada para 23 de maio, novamente na Beloura.

Os atletas do GDST têm um caminho longo de aprendizagem. Com a criação da secção vamos poder divulgar a modalidade aos colegas e criar condições para participar em novos eventos.

Podem aparecer para ver os jogos. Inscreva-se, apareça. ●



Karting

Torneios internos estão suspensos

Diogo Geraldes

Os torneios internos de karting, a disputar nas zonas norte e sul, e consistindo de seis provas em cada zona, deveriam ter tido início na segunda quinzena de março. Contudo, e dada a situação de confinamento da população portuguesa, foram os mesmos adiados.

Oportunamente, será dada informação sobre as novas datas da sua realização bem como do prazo para a inscrição dos praticantes da modalidade. ●

Luís Mendes foi vencedor no campeonato do Sul

Por lamentável lapso, de que nos penitenciamos, no número anterior noticiámos que o vencedor no campeonato do Sul tinha sido Filipe Trinca, com 150 pontos, quando, na verdade, aquele piloto somou 93 pontos e obteve a 6.ª posição, tendo o vencedor sido Luís Mendes, com 140 pontos.

Aos visados e aos nossos leitores aqui fica o nosso pedido de desculpas pelo involuntário erro cometido. ●

Ténis de mesa

Eduardo Quaresma brilha no torneio da Casa da Moeda

Janino Pereira

O torneio organizado pelo Grupo Desportivo da Imprensa Nacional - Casa da Moeda teve lugar em 7 de março e realizou-se nas instalações do INATEL, em Lisboa.

Estiveram presentes doze equipas, representadas por 41 atletas, sendo 37 homens e 4 senhoras.

O GDST esteve representado com seis atletas, destacando-se Eduardo Quaresma, que obteve o quarto posto, sendo estas as outras posições conseguidas: 15.º Sérgio Ângelo; 17.º José Vicente; 23.º Jorge Nobre e 28.º Vítor Neves.

A nossa equipa classificou-se no 3.º lugar e, após o torneio, os nossos atletas juntaram-se para confraternizar.

O INATEL classifica os atletas numa "ranking list", onde os atletas do GDST ocupam agora estas posições: 2.º Eduardo Quaresma; 22.º Sérgio Ângelo; 31.º Vítor Neves; 56.º José Vicente e 63.º Jorge Nobre.

Boa presença nos campeonatos do INATEL

Os campeonatos de pares e individuais do INATEL realizaram-se em 22 de



fevereiro, nas instalações do INATEL, no Estádio 1.º de Maio, em Lisboa.

Estiveram presentes 38 atletas e 16 pares, sendo o GDST representado por seis atletas e duas equipas de pares, tendo sido estas as classificações obtidas:

Individual – 6.º Eduardo Quaresma; 17.º Sérgio Ângelo; 19.º Vítor Neves; 33.º Paulo Santos e 35.º Jorge Nobre

Pares – 10.º José Vicente/Jorge Nobre e 14.º Vítor Neves/Paulo Santos.

Quatro tenistas do GDST no torneio de Mafra

O GDST também esteve representado no torneio do Clube Academia de Mafra, que contou com a presença de 51 partici-

pantes, em representação de dez grupos desportivos.



Os nossos quatro representantes bateram-se bem, com alguns resultados interessantes: Eduardo Quaresma obteve o oitavo lugar e a nossa equipa classificou-se no quinto posto.

Boas prestações no distrital de pares

O GDST esteve igualmente representado no campeonato distrital de pares masculinos, organizado pelo INATEL e realizado no seu complexo desportivo, em Lisboa.

Neste torneio participaram vinte equipas, com os nossos representantes a obterem as seguintes posições: 12.º Jose Vicente/Jorge Nobre; 16.º Sérgio Ângelo/Lobato Inácio; 18.º Paulo Santos/Vítor Neves.●





Grupo Motard GDST

Viagem histórica a Marrocos

Hilário Selidónio

Após meses de preparação e organização de toda a logística necessária, foi escolhido o 5 de outubro para o Grupo Motard GDST dar início à tão esperada viagem, a Marrocos!

Na maioria de nós existia uma grande expectativa e curiosidade, e até alguma desconfiança acerca do país que tínhamos escolhido para rolar... Estava prevista uma nova experiência, que se traduziu numa viagem inesquecível para todos os participantes sem exceção...

1.º dia – Foi um dia de muita estrada mas que serviu para fomentar a união do grupo, saímos de Lisboa e seguimos para Algeciras onde chegamos já ao final da tarde, após 650 quilómetros de viagem, e aí pernoitámos.

2.º dia – Foi dia de acordar cedo e fazer o pequeno trajeto do hotel até ao porto de Algeciras, onde entrámos com as motas no barco que nos levaria a Tânger. Aqui o bem-estar começou a crescer entre o

grupo, fruto dos muitos quilómetros percorridos na véspera, de facto eles não cansam, tão só aproximam o companheirismo.

Chegados a Marrocos, a primeira sensação é a de um calor sufocante, já em Tânger houve uma paragem técnica para alguns procedimentos logísticos, como efetuar o respetivo câmbio de moeda e aquisição de cartões de telefone marroquinos, que permitissem efetuar chamadas para a família, e acesso à net com custos muito mais reduzidos que em "roaming".

Rolamos para Asilah e a paisagem começou a mudar, seguimos para Chefchaouen onde iríamos pernoitar, não sem antes jantar nesta cidade azul, magnífica com os seus edifícios caiados de azul do mar, sem dúvida um destino a regressar...É especial!

3.º dia – Saímos diretos à segunda maior Medina do mundo, Fez, Medina linda, com as suas ruas estreitas e muitas ruelas, fácil de nos perdermos, fruto da

complexidade das mesmas. O comércio é a palavra de ordem, sendo sempre necessário regatear.

Ao terceiro dia podemos ainda não estar no espírito, no entanto o melhor é deixar andar, há sempre um mais atrevido que se chega à frente e regateia por 2 ou 3, o Riade onde pernoitamos era lindo, podemos constatar na foto de pequeno-almoço tirada do 1.º piso. Tivemos o prazer de comemorar o aniversário de Luis Cartaxo neste Riade...com bolo improvisado...

Não é fácil descrever Fez, é mais fácil, perdermo-nos em Fez... Todos adorámos a cidade, à exceção de um camarada, que andou uma hora de malas às costas para encontrar a mota. Acreditamos, no entanto, que, também tenha adorado...

Dali arrancámos diretos a Midelt, as paisagens começam a deslumbrar, cada curva é uma foto de filme, indescritível a alegria que sentimos em cada curva...daqui para

baixo é sempre a melhorar, as vezes perguntamos, será possível?... mas é mesmo!

4.º dia – Saímos diretos a Erg Chabi e ao deserto, não há palavras para descrever o deserto, sobretudo para quem o vê pela primeira vez... o final do dia, o amanhecer, tudo é perfeito, e quando se pensa que está perfeito e mais nada te vai surpreender, eis que uma dormida no deserto, com uma festa à volta de uma fogueira após o jantar, com tambores, danças... digamos que nos deixa completos... Seria difícil melhorar este estado de alegria e felicidade com tanta beleza natural à nossa volta... de facto uma noite memorável. Como bons portugueses, até um chouriço assámos na terra onde o porco é proibido (a entrada do chouriço no país teve história, alguém de nós o identificou como "rouge fromage", para outros contos....

O apogeu tinha acontecido, teria mesmo? Só uma questão de opinião de cada um.

5.º dia – Saímos para as gargantas do Dades, que paisagens no caminho, de cortar a respiração....

Pernoitámos perto das gargantas de Dados, onde uma noite de guitarrada patrocinada por Luis Cartaxo foi o apogeu, que mais se pode pedir numa viagem de amigos?

6.º dia – Deixámos o Atlas para trás, em direção a Alt Benhaddou, famosa pela quantidade de filmes épicos que aí foram gravados, como o Gladiador, Guerra dos tronos, Indiana Jones, entre outros... tivemos a felicidade de pernoitar na única casa com luz na vila em causa.... Lindo crepúsculo e o nascer da Lua, ao lado da única montanha, com um manjar digno de deuses, confeccionado pela avó do nosso anfitrião Rachid, chamuças de várias qualidades e o famoso Tajjin estava soberbo. Tudo perfeito para uma noite das Arábias... Tivemos até direito a espetáculo de danças tradicionais, patrocinado por um grupo local.

7.º dia – Após uma visita guiada pela vila património da Unesco, seguimos para

a montanha/Atlas, dia de chuva que nos apanhou desprevenidos. Resultado, molha certa para quase toda a equipa, na subida ao cume de Col du Tichka, a 2260 metros de altitude, mas as curvas eram de chorar por mais, descemos um pouco e parámos para almoçar, o sol ficou radioso e após as respetivas mudas de roupa e um bom almoço, seguimos para mais umas curvas lindas até Marraquexe, a cidade imperial do comércio do trânsito caótico, onde as lambretas passam por onde andam as pessoas, onde as pessoas passam por onde andam as motos... Uma loucura para os europeus, contudo, após quase oito dias em Marrocos, já nos sentimos marroquinos, ou seja, já não estranhámos quase nada, mais uma noite excelente com um bom jantar no meio da Medina, que nos permitiu dar um passeio e ver a vida noturna da cidade (igual ao dia), comércio como nunca vimos....

8.º dia – A aventura estava a terminar e este foi um dia de ligação entre Marraquexe e Tânger para pernoitar, rolámos 650 quilómetros de autoestrada e no

dia seguinte houve que apanhar o barco para Algeciras e o regresso a casa.

No último dia, cada um optou e definiu o melhor percurso até casa, cerca de 700 quilómetros até Lisboa, e houve quem tivesse de fazer mais uns quantos para chegar a casa, no final todos chegaram bem, cansados, mas muito mais ricos nas experiências e vivências que tiveram ao longo desta aventura. Esta foi uma viagem histórica para cada um à sua maneira, onde de certo fica a vontade de regressar.

O GDST ofereceu t-shirts, mochilas e chapéus a algumas crianças em Marrocos, o que nos encheu o coração, pois não deixa de ser emotivo ver as crianças a retribuir e a partilhar o pouco que têm connosco, pelo facto de lhes darmos uma camisola.

Um especial agradecimento ao colega Frederico Costa, pela excelente organização e empenho que teve neste projeto e a todos os outros um muito obrigado pelo espírito, companheirismo e amizade!

Os agradecimentos também à estrutura do GDST, por toda a ajuda e disponibilidade nesta aventura. ●

Delegação Norte na Bêção dos Capacetes

Joaquim de Sousa



Mais de 130 mil motociclistas reuniram-se em 22 de setembro, em Fátima, para a "Bêção dos capacetes", tendo ouvido uma mensagem enviada pelo Papa Francisco, que os alertou para a necessidade de não colocarem as suas vidas em perigo.

A secção Motard da Delegação Norte fez-se representar por Tiago Sousa, que, orgulhosamente, mostrou a nossa bandeira. ●

BTT

Jorge Correia no “Raid Miratejo”



Hélder Coimbra

O 11.º Raid BTT Miratejo, evento organizado pelo Clube Recreativo e Desportivo de Trancoso – Vila Franca de Xira, teve lugar em 16 de fevereiro.

A prova desenrolou-se nas serras a oeste do concelho, com excelentes con-

dições naturais para a prática da modalidade, destacando-se as paisagens deslumbrantes, com vistas panorâmicas para o Tejo, do alto das serras de A-de-Formoso e Bulhaco.

A prova contou com um total de 359 atletas inscritos nas duas distâncias, a meia maratona, de 30 quilómetros, e a ma-

ratona, de 55 quilómetros, contando esta última com a participação de 131 atletas.

O GDST, através da sua secção de BTT, esteve representado por Jorge Correia, que completou o percurso mais longo, tendo obtido um magnífico 37.º lugar, na categoria Veteranos B, com um tempo de 04:33:04,190. ●



Trail

Lurdes Maia da Delegação Norte participa no Fafe Trail Run

Joaquim de Sousa

Com partida e chegada na Barragem da Queimadela, o “Fafe Trail Run”, que contou já com a 5.ª edição, levou os participantes à conquista do Alto do Maroço, do maciço granítico da Laje Branca e ao ponto mais alto do concelho de Fafe, o Alto de Morgair, passando por aldeias típicas minhotas.

A atleta Lurdes Maia, da Delegação Norte, participou nesta prova, percorrendo os trilhos, os caminhos rurais e estradões do concelho e envergando o dorsal 1109 na camisola, granjeou a 238.ª posição na classificação geral, com o tempo de 03:35:27. ●

Pesca

João Rui Nunes é campeão de pesca embarcada

Luís Ferreira

A 4.ª saída do torneio interno de pesca em barco fundeado teve lugar em 28 de dezembro e ditou a vitória de João Rui Nunes nos dois troféus em disputa, sendo o melhor nas duas classificações, por pontos e também a do peixe grande.

Estes foram os três primeiros da classificação de peixe pequeno, vencedores das três provas: 1.º João Rui Nogueira Nunes, 750 pontos e 22 exemplares; 2.º José Simões, 650 e 20; 3.º Luís Manuel Ferreira, 585 e 21.

Os dois concorrentes que conseguiram pontuar na modalidade peixe grande foram: 1.º João Rui Nogueira Nunes, 28 no total e 4 exemplares, sendo o maior um pargo de 49 centímetros; 2.º Jorge Miguel Oliveira Silva Pinto Fernandes, 71 no total, um exemplar, sendo o maior um pargo de 42 centímetros.

Estavam agendadas seis saídas previstas para o ano corrente, em 28 de



março, 25 de abril, 23 de maio, 26 de setembro, 24 de outubro e 28 de novembro. Mas as duas primeiras já foram suspensas e as restantes devem carecer de remarcação.

Para participar basta ser sócio do Grupo Desportivo e estar inscrito na modalidade. Tentaremos privilegiar a participação feminina nas saídas agendadas para as provas dos meses de maio e setembro. ●

Campeonato interno de surfcasting já começou

João Agualusa

A primeira prova do campeonato interno de surfcasting teve lugar em 29 de fevereiro, na praia de Soltroia.

A manhã chuvosa não desmotivou os atletas que se deslocaram à península de Troia para um retorno à pesca de praia de que tanto gostam. Durante a prova não choveu, os quinze participantes neste encontro tudo fizeram para convencer os peixes a cooperar, facto que infelizmente não aconteceu, pois uma anormal concentração de caranguejos rapidamente comiam os iscos, não deixando nada para o peixe. Como o marisco não conta, poucos foram os que conseguiram no mínimo uma captura mas caranguejos todos apanharam.



A prova foi ganha pelo veterano Oriolando Nascimento, sendo ele o único atleta com duas capturas efetuadas.

No fim da pesca, um salutar almoço ajantarado permitiu conviver, recuperar forças e pensar que para a próxima será com certeza melhor.

Esta foi a classificação da primeira prova:

Zona A

1.º Oriolando Nascimento, 757 pontos; 2.º João Agualusa e Orlando Viegas, 101. Leonel Madrugo, Daniel Morais, Manuel Pinheiro e Silvério Velez não pontuaram.

Zona B

1.º João Feira, 195 pontos. Manuel Alves, João Serralha, José Moreira, Jorge Santo António, José Mestre, Paula Alves e José Carvalho Pereira não pontuaram. ●



A Farmácia Internacional estabeleceu há anos uma parceria com o GDST, na qual os associados, para além de vantagens financeiras, têm também acesso à entrega de medicamentos no domicílio.

Dadas as atuais circunstâncias, este serviço torna-se mais importante que nunca e, neste contexto, a Farmácia Internacional continuará a desempenhar o seu papel de apoio aos associados do GDST.

Assim a Farmácia Internacional continuará a prestar o serviço de entregas, sem qualquer custo adicional, como sempre fez. A dispensa ao domicílio será feita por colaboradores da farmácia, devidamente preparados, para que a entrega seja feita da forma mais segura. Quem pretenda usufruir do serviço pode solicitá-lo via email farminternacional@yahoo.com; ou pelos telefones 213 241 360 ou 939 957 799.

Relembramos que a Farmácia Internacional, sita na Rua do Ouro, 228 – Lisboa, permitirá aos associados, não só a obtenção de descontos em todos os produtos disponíveis, bem como o seu pagamento diferido (os produtos requisitados num mês, serão pagos no mês seguinte).

Para além disso, podem ter acesso a um serviço de entrega gratuito (zona centro de Lisboa) de medicamentos de forma personalizada, com as seguintes vantagens:

- A comodidade de não terem de se deslocar à farmácia, caso assim o desejem;
- O pagamento pode ser efetuado mais tarde;
- Descontos em todos os produtos:
 - Medicamentos comparticipados sem genérico (PVP <50%)-50% sobre a parte a pagar pelo utente (5% sobre o PVP);
 - Medicamentos comparticipados (PVP >50%)-desconto fixo no valor de 2,5€;
 - Medicamentos comparticipados com genérico com PVP > ao preço de referência-10% desconto;

- Medicamentos sujeitos a receita médica não comparticipados - 5% desconto;
 - Medicamentos de venda livre / Dermocosmética - 10% desconto.
- d) Proceder ao pagamento no ato de entrega, caso seja a sua preferência.



O GDST e os Hotéis Vila Galé estabeleceram uma parceria que concede aos associados condições especiais no acesso aos serviços de alojamento, restauração, SPA, clubes de saúde e outros serviços.

Os associados do GDST, através do cartão GDST-Vila Galé, garantem o acesso às melhores condições nos hotéis Vila Galé em Portugal e no Brasil para as suas estadias de lazer. O processo é simples, bastará que o colaborador ou associado, aceda ao referido cartão e efetue o registo dos seus dados pessoais.

Para poder aceder e registar-se no cartão, deve efetuar antes o login no nosso site. Caso ainda não tenha password registre-se primeiro e depois efetue o login.

Com a adesão ao referido cartão, os Hotéis Vila Galé concedem as seguintes vantagens: anuidade gratuita, acesso a promoções exclusivas, desconto direto de 14% em alojamento, serviços e nos SPA e clubes de saúde, early check-in a partir das 11 horas e late check-out até às 15 horas (mediante disponibilidade) e prioridade de reserva.

Com a adesão ao referido cartão, o associado, beneficiará de um desconto de 14%, calculado sobre a tarifa publicada no site www.vilagale.com. O desconto considerado incidirá sobre os serviços de alojamento e em qualquer regime disponível (pequeno-almoço, meia pensão ou tudo incluído).

Beneficiarão das vantagens referidas os destinatários que invoquem a qualidade de associado do GDST e que façam o seu registo no cartão GDST-Vila Galé.



Os associados acedem ao link abaixo de consulta rápida, com toda a informação disponibilizada pela Vodafone relativa ao protocolo em vigor com o GDST. Todas as atualizações mensais efetuadas pela Vodafone e relativas a novas campanhas poderão igualmente ser consultadas pelos nossos associados.

Com esta alteração pretendemos informar atempadamente das novas campanhas e promoções efetuadas pela Vodafone, de modo a que os associados estejam sempre devidamente informados.

Clique no link Protocolo Vodafone para sócios



A Delegação Norte renovou o protocolo com a agência de viagens Flash Viagens, visando proporcionar aos sócios e seus familiares diretos (cônjuge e filhos), mediante a apresentação do cartão de sócio um desconto extra mínimo de 5% sobre todos os descontos existentes à data da confirmação da reserva. O desconto não incide sobre taxas de aeroporto e outros suplementos ou despesas de reserva.

A Flash Viagens garante serviços cotados a preços fixos, nos casos de grupos, viagens à medida, meios de transportes isolados, suplementos, diferentes taxas e outros. E dispõe de um site, onde colocará toda a programação própria em www.flashviagens.com, dispondo de três lojas, situadas no Porto, Lisboa e Coimbra, onde os sócios poderão formalizar os seus pedidos de reserva.

Contactos: 225 081 240 (Porto), 217 900 610 (Lisboa) e 239 090 293 (Coimbra)

E-mail: geral@flashviagens.com - www.flashviagens.com



HOLMES PLACE

Foi renovado o protocolo com o Holmes Place, ginásio. Os novos benefícios e condições melhoradas podem ser consultados no site do GDST.

Para mais informações sobre as condições de adesão, os associados deverão entrar em contacto com o clube da Av. Defensores de Chaves, o responsável pela gestão da conta do GDST e que poderá ser contactada por telefone: 213511300, ou e-mail defensores@holmesplace.pt, ou Wellness Corporate Manager, Bruno Nunes através de contacto@holmesplace.pt

DISCOVERY HOTEL MANAGEMENT

Foi celebrado um protocolo com o Discovery Hotel Management, www.discoveryportugal.com, com excelentes condições para os sócios.

Faça já o seu login e tenha acesso à aba "condições especiais" e confirme as excelentes condições que celebramos.

Se ainda não tiver password faça primeiro o "registre-se" e depois efetue o login.



Os associados acedem ao link abaixo de consulta rápida, com toda a informação disponibilizada pela NOS relativa ao protocolo em vigor com o GDST. Todas as atualizações efetuadas pela NOS e relativas a novas campanhas poderão igualmente ser consultadas pelos nossos associados.

Com esta alteração pretendemos informar atempadamente das novas campanhas e promoções efetuadas pela NOS, de modo a que os associados estejam sempre devidamente informados.

Consulte o link [Parceria NOS](#)

Coluna Gastronómica



Carlos Gomes Pinto



Aletria (doce goês)

No tempo frio é altura de se usar a lareira, bebericar-se um Porto ou um chá de pau de marmeleiro...

Em Fafe, por trás do tribunal da cidade, está uma estátua de duas toneladas de bronze. Dois homens e um pau de marmeleiro, simbolizando uma lenda que uma cidade fez sua.

A justiça feita com o varapau está relacionada com Fafe, assim como a Nazaré está para o surf.

Depois deste introito, vou voltar às minhas origens e reviver os dias frios e chuvosos, com o clarão dos relâmpagos a entrar pelas janelas, e eu a pedir à minha saudosa mãe para fazer doce aletria. Este doce é de origem goesa, embora os indianos tenham um parecido, e não sei se o "nosso" doce é de inspiração alentejana ou minhota. Este ... o nosso, era feito na altura do Natal, tal como o do Minho, mas não leva leite ou gemas!

- ✘ 8 meadas desfeitas de aletria
- ✘ 2 colheres de manteiga
- ✘ 1 chávena de água quente
- ✘ 3 colheres das de sopa de corintos (opcional)
- ✘ 3 colheres das de sopa de amêndoas palitadas alouradas (passadas pela frigideira quente, sem gordura)
- ✘ 3/4 de chávena de açúcar amarelo
- ✘ 1 pau de canela
- ✘ 1 colher de café de cardamomo em pó

Leve um tacho de boca larga a fogo médio. Derreta a manteiga e deite as meadas de aletria previamente desfeitas. Deixe dourar na manteiga, mexendo sempre, de baixo para cima, para ficarem uniformes e não deixar queimar.

De seguida, acrescente o pau de canela, a água quente e deixe cozer a aletria em lume brando, acrescentando aos poucos mais água, até a aletria ficar sem "coração" mas húmida.

Junte os restantes ingredientes, misture bem, tape o tacho e desligue o lume. Sirva morno, ou frio, acompanhado com o tal Porto, ou com o chá.

Nota: a canela e o cardamomo, são conhecidos como "aquecedores da alma", e têm outros atributos benéficos para a saúde de atletas muito competitivos, como é o caso particular dos da pesca de rio, do tiro e ainda dos praticantes de bilhar. ●

NOVO CORONAVÍRUS
COVID-19

PROTEJA-SE

**MANTENHA
DISTANCIAMENTO
SOCIAL**

**CUIDE DE SI,
CUIDE DE TODOS**

MANTENHA-SE INFORMADO
CONSULTE

PARA DÚVIDAS DE SAÚDE: [COVID19.MIN-SAUDE.PT](https://www.min-saude.pt)
PARA MAIS INFORMAÇÕES: [COVID19ESTAMOSON.GOV.PT](https://www.covid19estamoson.gov.pt)

#ESTAMOSJUNTOS

#SEJAUMAGENTEDESAUDEPÚBLICA

#ESTAMOSON