



**Especial
CONVÍVIO
NACIONAL**

Coimbra

Três dias, mil emoções



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

SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS

Horário das 8:30 às 16:30 horas

Sede Geral

218 453 560 | geral@gdst.pt

José Carlos Coelho

218 453 564 | 65 626 14

josecoelho@gdst.pt

Paula Manique

218 453 565 | 65 626 15

paulamanique@gdst.pt

Rute Filipe

218 453 560 | 65 626 13

rutefilipe@gdst.pt

Cândida Barreiros

218 453 560 | 65 626 25

candidabarreiros@gdst.pt

Delegação Norte

delegacaonorte@gdst.pt

Paulo Saraiva

227 665 375

paulo.saraiva@santander.pt

Paula Bastos

227 665 375

paulabastos@gdst.pt



Entre risos,
desporto e amizade:

O Convívio que marcou junho

Ficha Técnica

Propriedade: Grupo Desportivo Santander Totta | Rua General Firmino Miguel, 12, Loja B | 1600-300 Lisboa | Tel.: 21.845.3560 | geral@gdst.pt | NPC 507270975 | www.gdst.pt **Diretor:** Lara Veloso **Conselho Editorial:** Mário Rui Costa, António Cardoso, João Correia, António Bicho, José Vicente, Vitor Manuel Pereira, Lara Veloso, Rita Velada, Sara Nascimento, Victor Camacho, António Louro. **Editor:** Mário Rui Costa. **Delegações:** Norte | Praceta Adelino Amaro da Costa, 748 - 7.º Esq. | 4050-012 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 érrre, lda. | xer@netcabo.pt **Tiragem** | 3.500 exemplares **Preço** | exemplar 0,40€ **Periodicidade** | Trimestral **Depósito legal** | 243341/06

editorial

Mário Rui Costa
Presidente



O Convívio Nacional Coimbra 2026 ficará, certamente, na memória de todos os participantes como um dos momentos mais marcantes da vida associativa do nosso Grupo Desportivo. Durante vários dias, mais de 400 participantes, entre sócios e familiares, reuniram-se num ambiente de amizade, partilha e saudável confraternização, demonstrando, uma vez mais, a força e a vitalidade da nossa associação.

O programa foi cuidadosamente preparado para responder aos mais variados interesses. As 15 modalidades desportivas proporcionaram momentos de competição saudável, espírito de equipa e superação, sempre pautados pelo respeito e pelo convívio entre todos os participantes. Paralelamente, as visitas culturais permitiram descobrir a riqueza histórica e patrimonial de Coimbra, cidade que acolheu este grande encontro de forma exemplar. Conhecida pela sua tradição académica, pela sua beleza arquitetónica e pela hospitalidade das suas gentes, Coimbra revelou-se o cenário ideal para um evento desta dimensão, oferecendo experiências culturais diversificadas que enriqueceram ainda mais o programa.

Mas um encontro desta natureza vale muito mais do que os resultados desportivos ou o número de atividades realizadas. Representa, acima de tudo, a oportunidade de reencontrar amigos de longa data, antigos e atuais colegas de trabalho, fortalecer laços de amizade e criar memórias. Foram muitos os abraços, as conversas que retomaram histórias interrompidas pelo tempo e os momentos de genuína alegria partilhados entre pessoas que continuam unidas por um forte espírito de pertença.

Também merece especial destaque a excelente qualidade do hotel que acolheu os participantes. O conforto das instalações, a qualidade dos serviços prestados e o profissionalismo demonstrado contribuíram decisivamente para o bem-estar de todos, proporcionando as melhores condições para que cada momento fosse vivido com tranquilidade e satisfação.

Importa igualmente reconhecer o enorme empenho de toda a direção, a quem publicamente agradeço e reconheço o compromisso, dedicação e a qualidade de trabalho. Também os trabalhadores do Grupo Desportivo foram determinantes para o sucesso deste Convívio Nacional. O rigor na organização, a dedicação, o espírito de serviço e a permanente disponibilidade permitiram que todas as atividades decorressem com elevada qualidade, segurança e sem qualquer incidente.

A todos os que participaram, colaboraram e tornaram possível este extraordinário encontro, fica uma palavra de sincero agradecimento. Coimbra 2026 demonstrou que o verdadeiro património da nossa associação são as pessoas. Que este espírito de união, amizade e participação continue a inspirar-nos, reforçando a identidade do nosso Grupo Desportivo e motivando-nos para os desafios futuros.

E porque o sucesso de um convívio termina precisamente quando começa a preparação do seguinte, a Direção já está no terreno a trabalhar na edição de 2027. O objetivo é manter o elevado padrão de qualidade que todos reconhecem, construindo um programa diversificado, atrativo e capaz de ir ao encontro das expectativas dos sócios e seus familiares. Será mais um desafio que enfrentaremos com dedicação, entusiasmo e sentido de responsabilidade. O desporto, a cultura, o convívio e a amizade voltarão a ser os grandes protagonistas. Contamos, desde já, com a participação de todos para fazermos de 2027 uma página de sucesso na história do nosso Grupo Desportivo.

Mário
Rui
Costa



XVIII Convívio Nacional do GDST | Coimbra 2026

Três dias de desporto, cultura, amizade
e muitas histórias para recordar

Há eventos que ocupam espaço na agenda. E há eventos que ocupam um lugar especial na memória. O XVIII Convívio Nacional do Grupo Desportivo Santander Totta, realizado em Coimbra nos dias 5, 6 e 7 de junho, foi um desses momentos. Ao longo de três dias, cerca de 400 participantes, vindos de vários pontos do país, partilharam experiências, desafios, sorrisos e reencontros que voltaram a demonstrar aquilo que torna o GDST tão especial: a capacidade de unir pessoas em torno do desporto, da cultura, da amizade e do espírito de equipa.



José Carlos Coelho

Por volta das 15h de sexta-feira, cerca de uma centena de participantes partiu de Lisboa, em dois autocarros com saída de Sete Rios, rumo à cidade dos estudantes. Para muitos, a viagem foi o início de mais um fim de semana de reencontros; para outros, a oportunidade de participar pela primeira vez numa experiência há muito recomendada por colegas e amigos.

À chegada ao Hotel Vila Galé Coimbra, os participantes encontraram uma receção calorosa preparada pela Direção do Grupo Desportivo. O ambiente de entusiasmo era evidente e anunciava desde logo que estavam reunidas todas as condições para mais um grande Convívio Nacional.

Nos quartos aguardava-os uma simpática oferta de boas-vindas: a tradicional t-shirt alusiva ao evento e um dos maiores símbolos da doçaria regional, o irresistível Pastel de Tentúgal. Um pequeno gesto que ajudou a dar ainda mais sabor ao arranque do fim de semana.

Com todos instalados, chegou o momento do jantar de abertura. O excelente buffet servido no hotel agradou aos mais diversos gostos e proporcionou o cenário ideal para as primeiras conversas e reencontros. Mas seria a animação da noite a surpreender todos os presentes.

O que inicialmente parecia ser apenas um agradável serão de boas-vindas rapidamente se transformou numa verdadeira celebração. A música começou a tocar, a pista de dança ganhou vida e, num instante, participantes de todas as idades partilhavam passos de dança, gargalhadas e momentos de pura descontração. Um dos grandes responsáveis pelo ambiente vivido foi o excelente animador musical, que, com a sua voz, energia e carisma, conseguiu pôr muita gente a cantar e a participar, criando uma atmosfera ainda mais envolvente. Entre coreografias improvisadas, outras cuidadosamente ensaiadas e muitos talentos inesperados que vieram à superfície, criou-se um ambiente contagiante de alegria e proximidade. Os grupos misturaram-se naturalmente, as conversas prolongaram-se e a animação estendeu-se muito para além do previsto. Ainda o



primeiro dia não tinha terminado e já era possível perceber que Coimbra iria ficar associada a mais um Convívio Nacional memorável.

Um sábado para todos os gostos

Depois de uma noite tão bem passada, o sábado começou com um pequeno-almoço reforçado. Era necessário acumular energia para aquele que seria o dia mais intenso e diversificado de todo o programa.

Logo pela manhã, os participantes distribuíram-se pelas várias atividades disponíveis, cada uma delas proporcionando experiências únicas.

Na Caminhada e no Atletismo e Trail, os participantes aproveitaram para descobrir alguns dos locais mais emblemáticos de Coimbra, percorrendo as margens do Mondego e apreciando a beleza natural que caracteriza a cidade. Já os adeptos do BTT partiram à descoberta dos trilhos da região, combinando o prazer da modalidade com paisagens de grande beleza.

Em Vila Nova de Poiares, os motores fizeram-se ouvir bem alto. A prova de Karting voltou a proporcionar momentos de grande emoção, com ultrapassagens disputadas, muita adrenalina e um saudável espírito competitivo que fez vibrar participantes e espectadores.

Junto ao Choupalinho, nas margens do Rio Mondego, os praticantes de Pesca colocaram à prova a sua paciência, concentração e técnica. No campo de Montebelo, realizou-se o habitual torneio de Golfe, no qual participou uma equipa de 12 jogadores da Sede e da Delegação Norte. Merece especial destaque a presença de Charlotte Ballayer, de apenas 9 anos, uma das atletas mais jovens do Clube.

Nos diversos recintos desportivos de Coimbra decorreram igualmente os torneios de Padel, Ténis de Campo e Ténis de Mesa. Modalidades que voltaram a reunir participantes oriundos de várias regiões do país e que demonstraram, uma vez mais, que a distância nunca é um obstáculo quando existe uma paixão comum. Entre partidas equilibradas, pontos disputados e muitas conversas ▶



entre jogos, o verdadeiro espírito das modalidades fez-se sentir dentro e fora dos campos.

No Campo de Tiro de Mira, a precisão e a concentração assumiram papel de destaque. Já a Secção Motard aproveitou para percorrer algumas das mais belas estradas da região centro, passando pela Serra da Lousã, pela aldeia de xisto do Talasnal e por diversos miradouros naturais que ofereceram paisagens difíceis de esquecer.

Também o Futebol voltou a cumprir a sua missão de promover o convívio e a integração. Além do encontro disputado frente à equipa local, houve ainda oportunidade para acolher novos elementos no grupo. E, como manda a tradição, os estreantes enfrentaram a habitual

"praxe" da equipa, revelando inesperadas capacidades musicais que garantiram muitos aplausos.

O Futsal foi também um momento de convívio e fortalecimento do espírito de equipa. Num jogo amigável que reuniu atletas das delegações do Porto, Centro e Lisboa, não faltaram boas jogadas, fair play e muita animação. Mais do que o resultado, ficaram as amizades reforçadas e as memórias de um excelente momento de partilha.

Coimbra contada por quem a conhece

Para os participantes das Visitas Culturais, o sábado foi igualmente rico em experiências.

A jornada começou na Universidade de Coimbra, um dos maiores símbolos da cidade e do país. O percurso incluiu a Porta Férrea, o Paço dos Estudos, a Capela de São Miguel, a Torre e a Via Latina, seguindo depois para o Laboratório Chimico e outros espaços emblemáticos que ajudam a compreender a importância histórica e cultural da instituição que projetou Coimbra para o mundo.

Após o almoço livre, a descoberta continuou pelas ruas históricas da cidade. O grupo visitou a Sé Velha, percorreu as tradicionais ruas da Alta, incluindo a emblemática Rua do Quebra-Costas, e passou também pela Igreja de Santa Cruz. Ao longo do percurso, as explicações dos guias permitiram conhecer melhor os episódios, personagens e tradições que ajudaram a construir a identidade única da cidade.

A tarde reservava ainda um dos momentos mais marcantes do programa cultural. Na Quinta das Lágrimas, os participantes foram convidados a revisitar a lendária história de Pedro e Inês. Entre jardins centenários, fontes históricas e recantos carregados de simbolismo, ganhou vida uma das narrativas mais conhecidas da história de Portugal.

No final do dia, entre a diversidade de atividades desportivas que marcaram o convívio e a descoberta dos encantos da

cidade de Coimbra, todos regressaram ao hotel com memórias especiais e histórias para contar.

Enquanto alguns optaram por descansar e recuperar energias após um dia repleto de atividades, outros aproveitaram a oportunidade para continuar a descobrir os encantos de Coimbra. As ruas da cidade, iluminadas pela luz suave do entardecer, proporcionaram o cenário perfeito para momentos de convívio, descoberta e boa disposição. Entre passeios pelas ruas históricas, houve ainda oportunidade para assistir às tradicionais marchas que animavam a cidade, desfrutando da atmosfera festiva e genuína de Coimbra. Para terminar o dia da melhor forma, cada participante teve a liberdade de escolher o local do seu jantar, podendo optar por um espaço típico coimbricense e pelos sabores da gastronomia local para dar o toque final a uma noite memorável.

Um encerramento à altura

Na manhã de domingo, chegou o momento de rumar a Tentúgal para o encerramento do XVIII Convívio Nacional.

A Quinta do Mourão recebeu os participantes para o último capítulo de um fim de semana que já deixara marcas ▶





positivas em todos. A receção esteve a cargo do Coro do Grupo Desportivo, criando um ambiente de grande alegria e confraternização entre os presentes.

Seguiu-se a cerimónia de entrega de Troféus das diversas modalidades, momento sempre aguardado por todos. Um dos pontos mais emotivos da manhã foi a atribuição do Troféu Carreira Atletismo a Anastácio Valadas, em reconhecimento da sua dedicação, empenho e contributo

para o desenvolvimento da modalidade e do próprio Grupo Desportivo ao longo de muitos anos.

Após a entrega dos troféus, teve lugar uma animada atuação da Tuna de Medicina da Universidade de Coimbra, que rapidamente conquistou os presentes e encerrou a manhã num ambiente de grande entusiasmo, alegria e participação.

Após a receção no jardim, e já reunidos para o almoço, coube ao Vice-Presidente fazer uso da palavra em representação do Presidente do Grupo Desportivo, que por motivos pessoais teve de regressar a Lisboa na manhã de domingo. O Vice-Presidente agradeceu a presença de todos os participantes e apresentou um breve balanço daquela que foi mais uma edição marcada pelo sucesso.

Foi também assinalada a presença de Natália Ribeiro, em representação da ER & Governance, bem como de Bruno Jesus, em representação da Comissão Executiva do Banco, e de Verónica Soares Franco, recentemente nomeada responsável pelas áreas de Pessoas, Cultura e Organização e Customer Care, que aceitou o convite para participar pela primeira vez no Convívio Nacional do GDST. ►





Nas palavras dirigidas aos participantes, Bruno Jesus e Verónica Soares Franco destacaram a extraordinária capacidade de organização e mobilização demonstrada pelo Grupo Desportivo ao longo de todo o fim de semana.

A encerrar o momento das intervenções, interveio Cândido Vargas Escária, Presidente da Mesa da Assembleia Geral, que agradeceu a presença de todos os participantes e destacou a importância do apoio contínuo do Banco ao Grupo

Desportivo, um contributo fundamental para o desenvolvimento das suas atividades e iniciativas. Salientou ainda a relevância deste evento como momento de convívio e reforço dos laços entre os participantes, manifestando o desejo de poder contar novamente com todos na próxima edição. Concluídas as intervenções, seguiu-se o almoço de encerramento.

À medida que as sobremesas davam lugar aos últimos brindes e que os abraços começavam a substituir as conversas, tornava-se evidente aquilo que todos sentiam: tinham sido três dias intensos, vividos ao máximo e recheados de momentos difíceis de replicar no dia a dia.

Porque o Convívio Nacional é muito mais do que um conjunto de atividades desportivas ou culturais.

É um ponto de encontro entre colegas e associados de diferentes gerações, geografias e percursos de vida. É uma oportunidade para reforçar amizades antigas, criar novas ligações e recordar que existe uma comunidade que continua a crescer e a fortalecer-se ano após ano.

Coimbra ofereceu o cenário perfeito para mais uma edição de sucesso. A riqueza histórica da cidade, a qualidade das atividades, o empenho da organização e a participação entusiástica de todos voltaram a demonstrar a vitalidade, a capacidade de mobilização e o espírito de união que fazem do GDST ▶



Ambos sublinharam igualmente a importância destas iniciativas para fortalecer relações entre colegas e associados, promovendo valores fundamentais como a amizade, o espírito de pertença, o bem-estar e o trabalho em equipa. Foi ainda reafirmada a relevância do apoio da Administração à continuidade e desenvolvimento da atividade do GDST, reconhecendo o impacto muito positivo que o Grupo Desportivo tem junto da comunidade Santander.





uma referência e um motivo de orgulho para todos os que dele fazem parte.

Terminou mais um capítulo desta história.

Ficaram as fotografias, as histórias que continuarão a ser contadas durante muitos meses, os reencontros reforçados, as amizades renovadas e a certeza de que momentos como estes representam, da forma mais genuína, os valores que unem a família GDST.

E para muitos dos participantes, a pergunta já não é se estarão presentes no próximo Convívio Nacional.

A pergunta é apenas: quando chega 2027?

A contagem decrescente já começou...rumo a Sul, com dias que começam com "hola" e vistas infinitas sobre o mar. ●

Adira ao Cartão **Solred Frota** e beneficie de ainda **mais vantagens:**



- 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 Repsol Neotech** – combustíveis que garantem melhor performance e economia.
- **Crédito na lavagem** e na aquisição de lubrificantes em qualquer posto Repsol aderente.
- Crédito médio de 30 dias, sem qualquer custo.
- Acesso à maior rede ibérica de postos de abastecimento – mais de 4000. A segunda rede a nível nacional com mais de **490 postos**. Forte presença nos Açores e na Madeira.
- **Cartão isento de anuidade**.
- **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.



Agora
até
14
cêntimos/
litro



Estas condições não são acumuláveis com outras campanhas em vigor nas Estações de Serviço de Repsol. A Repsol aplica o maior dos descontos nas transações do cartão Solred Frota.

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



Grupo Desportivo
Santander Totta