OUTUBRO 2026 • # 22

NEWSLETTER

CCD Lipor – Juntos a Construir um Mundo Melhor

EDITORIAL

Caras Sócias e Caros Sócios,

Outubro chegou e traz consigo muito para viver!

Outubro é daqueles meses que nos enche as mãos de coisas boas. É o mês da Corrida do Dragão, uma tradição que junta energia, convívio e aquele espírito de equipa que tanto gostamos. Mas não fica por aqui: é também tempo de reforçar a proteção de todos com a Campanha de Vacinação contra a Gripe, porque cuidar de nós é cuidar de quem está ao nosso lado. E porque outubro também tem sabor a outono, começamos já a preparar o nosso magusto, aquele momento de castanhas assadas, boa companhia e risos que sabe sempre a casa. Entretanto, vamos afinando os últimos detalhes para celebrar, a 12 de novembro, mais um aniversário da LIPOR, numa data que é de todos nós e que merece ser vivida com orgulho. E como não podia deixar de ser, os festejos de Natal já espreitam ao virar da esquina. Vem aí uma época de partilha, de reencontros e de aquele calor que não vem do frio, mas das pessoas. Outubro é só o começo e o melhor ainda está para vir.

A Equipa do CCD LIPOR

AVISOS & INFORMAÇÕES

OUTUBRO
VACINAÇÃO CONTRA A GRIPE

17 DE OUTUBRO
CORRIDA DO DRAGÃO

NOVOS SÓCIOS
CLÁUDIA VALE
DELFIM RODRIGUES
JOEL PEIXOTO
JOEL SILVA
JOSÉ MARINHO
JOSÉ RODRIGUES
MARCO BESSA
MATILDE SANTOS
PATRICIA ROCHA
PAULA BESSA
SILVANA PEIXOTO

EVENTOS & BENEFÍCIOS

VACINAÇÃO CONTRA A GRIPE 2026

No âmbito das medidas de prevenção e promoção da saúde dos associado CCDLIPOR, decorreu a Campanha de Vacinação contra a Gripe 2026. As inscrições para receber a vacina estiveram abertas até o passado dia 30 de setembro. A data e o horário para a administração das vacinas serão comunicados oportunamente aos participantes inscritos. A vacinação constitui uma importante medida de prevenção da gripe e de proteção da saúde individual e coletiva. Pela tua saúde.

CORRIDA DO DRAGÃO

No próximo dia 17 de outubro, o Estádio do Dragão e as ruas da cidade do Porto voltam a receber a Corrida do Dragão, numa iniciativa que reúne milhares de participantes num percurso marcado pelo azul e branco. O CCDLIPOR associa-se ao evento e tem cinco inscrições para oferecer aos seus associados. Para ter a oportunidade de participar, é preciso estar atento ao passatempo Corrida do Dragão 2026, que será divulgado em breve. Fica atento e prepara-te para correr!

LIPOR BIKE TEAM

A LIPOR BIKE TEAM esteve representada por Paulo Barbosa em duas provas de BTT realizadas recentemente: a Maia Urban Race 2026 e a NGPS Rota de Basto 2026. Entre os dois desafios, foram percorridos 133 quilómetros, com a marca LIPOR em destaque ao longo dos percursos. Fica o reconhecimento pelo esforço, dedicação e espírito desportivo demonstrados. Parabéns, Paulo!

2ª LIGA DE PADEL EMPRESARIAL

Terminou a 2ª Liga de Padel Empresarial de Padel da Maia. As nossas duplas tiveram um excelente desempenho. Os colegas Marco Moreira e Nuno Barros, Marcos Santos e Carlos Barbosa, chegaram até aos quartos de final e o Fernando Coelho e o Carlos Alves chegaram às meias-finais. Parabéns!

XV MEDIEVAL DE RIO TINTO

Promovemos um passatempo com oferta de 7 entradas duplas aos sócios, tendo proporcionado a oportunidade de viverem a magia da Idade Média em pleno Rio Tinto, com torneios, música, gastronomia e muita animação para toda a família.

EVENTOS E BENEFÍCIOS

ORÇAMENTO PARTICIPATIVO 2026

Após uma muito participada votação que terminou a 18 de setembro, os sócios escolheram por ampla maioria a Fisioterapia nas nossas instalações, com 205 votos. É, sem dúvida, um sinal claro da confiança que depositam em nós e da vontade de ver este projeto acontecer. Agora é tempo de passar das palavras aos atos. Vamos organizar a atividade, criar o respetivo normativo e abrir as inscrições. Assim que tivermos os próximos passos definidos, voltaremos a contactar para alinharmos os detalhes e mais informações.

RESULTADO DA VOTAÇÃO
Realização de uma feira de artesanato - 10 votos
Parque de estacionamento para motociclos com cobertura - 31 votos
Fisioterapia nas nossas instalações - 205 votos
Aluguer de cabine acústica para reuniões - 9 votos

CAMPANHA MIL RAÇÕES

Entre os dias 21 e 25 de setembro, decorreu a campanha 'Mil Rações', uma iniciativa de angariação de alimentos para cães e gatos, com o objetivo de apoiar associações de bem-estar animal. A campanha contou com a participação e solidariedade da comunidade LIPOR, contribuindo para reunir alimentos que serão posteriormente entregues a associações que desenvolvem o seu trabalho em prol do bem-estar e proteção dos animais. A todos os que participaram e contribuíram para esta iniciativa, o nosso obrigado!

JURÍDICO & FISCAL

10 recomendações para gerir bem o seu dinheiro

A 31 de outubro celebra-se o Dia Mundial da Poupança, instituído em 1924, para incentivar as pessoas a poupar, sobretudo depois das dificuldades económicas da Primeira Guerra Mundial. Os últimos dados revelam que os portugueses estão a poupar mais e a aproximar se da média da zona euro (12% versus 15 por cento). No entanto, devido ao excesso de conservadorismo, aplicam mal as poupanças, em produtos de baixo risco e rendimento miserável, abaixo da inflação. Este comportamento repete se ano após ano, o que leva as poupanças a perder valor, em termos reais. Siga as 10 recomendações seguintes para ser bem sucedido na gestão do seu dinheiro:

01. Elabore um orçamento mensal, com receitas e despesas
02. Elimine dívidas de curto prazo
03. Crie um fundo de emergência
04. Escolha produtos de curto prazo que rendam acima da inflação
05. Subscreva um PPR o mais cedo possível
06. Aproveite o benefício máximo dos PPR
07. Diversifique as poupanças por diferentes produtos
08. Com mais de 100 mil euros em depósitos, aumente o número de titulares da conta
09. Não invista em produtos complexos e de risco
10. Cuidado com os conselhos dos influenciadores digitais

À CONVERSA COM...

Sandra Rodrigues

Idade?
49 anos
Qual é a sua Profissão/Cargo?
Assistente técnico.
Quais são os seus hobbies?
Ler, cinema.
Qual é o seu maior sonho?
Ir viver para a Austrália.
Qual é o seu maior medo?
Aranhas.
Qual a série, livro ou filme preferido?
Série: X FILES, filme: Os Condenados Shawshank, livro: tenho vários.
O que sonhava ser quando criança?
Polícia.
Qual o acontecimento da sua vida que mais o marcou?
O nascimento da minha criança.
Qual a frase que melhor a caracteriza?
Livre, criativa, curiosa e sempre pronta a olhar para o mundo de uma perspetiva diferente.
O que gostaria de tentar e nunca teve a oportunidade?
Ir nadar com tubarões.
O que ainda gostaria de aprender?
Mandarim e Coreano.
O que significa para si o CCD LIPOR?
Pessoas, memórias.

SUGESTÃO DO MÊS

XXXI Festival de Teatro Cómico da Maia

De 2 a 11 de outubro, o Festival Internacional de Teatro Cómico da Maia regressa ao Fórum da Maia para a sua 31.ª edição, reafirmando o humor como espaço de encontro, criação, crítica e reflexão. Ao longo de 10 dias de programação, o Festival reúne artistas de Portugal, Espanha, Estados Unidos da América, Chile, França, Ucrânia, Itália, Nova Zelândia e Brasil, numa programação diversificada e dirigida a diferentes públicos e idades. Do teatro de circo ao clown, da mímica à música, da palavra ao gesto e à improvisação, diferentes linguagens e formas de expressão encontram no humor o seu ponto comum. Entre propostas para toda a família e espetáculos que desafiam o público a olhar de outra forma para a realidade, o Festival volta a fazer da Maia um palco internacional dedicado à arte de fazer rir — e também de pensar. A 31.ª edição integra ainda um momento especial de homenagem a Leo Bassi, uma das grandes figuras do teatro cómico contemporâneo e artista com uma relação próxima com a história do Festival. Rir é matéria para viver.

Fórum da Maia
Rua Engenheiro Duarte Pacheco, 131 - Maia
BOL - Bilheteira Online do Fórum da Maia

NEWSLETTER CCD LIPOR | OUTUBRO 2026 | #22

Propriedade, conteúdos e coordenação, design, edição e divulgação:
CCD LIPOR - Centro Cultural e Desportivo dos Trabalhadores da LIPOR
Rua da Morena, 805, 4435-746 Baguim do Monte
E-mail: geral@ccdlipor.pt - https://ccdlipor.pt/