SINDICAL
Os trabalhadores manifestam-se

CONTRATAÇÃO
Apresentada proposta de ACT

ÓRGÃOS CONSULTIVOS

NORTADA

REVISTA DO SINDICATO DOS BANCÁRIOS DO NORTE
DIRETOR: FIRMINO MARQUES | DIRETORES ADJUNTOS: GUERRA DA FONSECA E PAULO COUTINHO - N.º 81 - SÉRIE IV - 0,75 EUROS
Maio 2019

0% Não, obrigado!

Maio 2019
N.º 81 – Série IV

Millennium bcp

4 SINDICAL
1º DE MAIO DA UGT

11 CONTRATAÇÃO
ACT DO SETOR BANCÁRIO

16 SAMS
A IMPORTÂNCIA DA BULA

18 ÓRGÃOS CONSULTIVOS
GRAM, JUVENTUDE E QUADROS

3 EDITORIAL
Estancar perdas de direitos

4/10 SINDICAL
SBN ganha ação judicial em Bragança

11/13 CONTRATAÇÃO
A saga do BCP

14/15 DESPORTO
Modalidades

16/17 SAMS

18/25 ÓRGÃOS CONSULTIVOS

26/27 COMISSÕES SINDICAIS
Reformados e Vila Real

28 RECREATIVO E CULTURAL
Exposições de fotografia

29 LAZER E TEMPOS LIVROS
Caminhada pela serra do Açor

30 VOZ AOS BANCÁRIOS

31 ÚLTIMAS
Grande viagem à Índia

FICHA TÉCNICA

Propriedade, Edição e Redação
SBN – Sindicato dos Bancários do Norte
Rua Cândido dos Reis, 130, 1.º, 4050-151 Porto
E-mail: sbn@sbn.pt
www.sbn.pt

Diretor
Firmino Marques

Diretores adjuntos
Guerra da Fonseca
Paulo Coutinho

Coordenação Redatorial e Revisão
Francisco Oliveira

Fotografia
SBN

Reportagem
Francisco Oliveira

Grafismo e Impressão
Essência Completa
Marketing, Comunicação e Media, Lda.
Avenida Dr. Francisco Sá Carneiro, 100, Lote 9, Fração B, 4445-102 Alfena
Tel.: 220 963 285/9 | Fax: 220 963 290
E-mail: comunicacao@essenciacompleta.pt
www.essenciacompleta.pt

Registo no ICS
1222051

Depósito Legal
197325/03

Tiragem
14 000 Exemplares

Distribuição gratuita aos sócios

Guerra da Fonseca

É urgente que se pare com a tendência de perdas de direitos dos bancários

"… preparemo-nos para um futuro em que a cooperação entre os sindicatos vai ser fundamental…"

"há que definir quais as matérias em que se deve iniciar a recuperação possível e a melhoria das condições de trabalho"

No final de 2017, escrevi um artigo neste mesmo local sobre a questão fundamental que os sindicatos têm que abraçar, ou seja: a reversão da perda de direitos dos bancários.

Como todos sabem, estas perdas começaram no período de crise dos bancos entre 2013 e 2016, em que praticamente todos as instituições apresentaram prejuízos avultados.

Além de não haver aumentos salariais neste período, aplicaram-se também cortes nos salários dos trabalhadores; fecharam-se centenas de balcões em todos os bancos; efetuaram-se, impuseram-se, milhares de rescisões (as chamadas de mútuo acordo), para além de muitas outras decisões que apenas beneficiavam as instituições de crédito.

Os sindicatos, nessa altura, foram sensíveis a esta crise que a todos afetou.

E o que fizeram as instituições de crédito?

Ao invés daqueles, sem ter em consideração a sensibilidade demonstrada pelos sindicatos, e a coberto da crise, ameaçaram os trabalhadores com a caducidade do acordo coletivo de trabalho e a aplicação, pura e simples, do Código do Trabalho, muito mais penalizador para todos, forçando os sindicatos a uma negociação que eles conseguiram arrastar durante quatro longos anos.

Tudo fizeram, nessa altura, através dessa "chantagem", para dar uma machadada nos direitos e regalias que os trabalhadores, através dos seus sindicatos, tinham conseguido e conquistado ao longo dos anos. E conseguiram!!!…

Chegou a hora de dizer basta!

Estas perdas não são, nem podem ser, irreversíveis! Tem que haver reversão!

Nesse sentido, é importante que todos saibam que o Grupo Negociador Sindical, atualmente constituído por elementos do Sindicato dos Bancários do Norte (SBN), do Sindicato dos Quadros (SNQTB) e do Sindicato Independente da Banca (SIB), que, abrangendo todo o território, tem representação a nível nacional, trabalham em conjunto desde janeiro deste ano, com uma atuação concertada, dinâmica e muito reforçada, na intervenção junto de todas as instituições do setor bancário.

Assim, na proposta das cláusulas, de expressão pecuniária para 2019, apresentada pelo Grupo Negociador Sindical, com a aprovação das respetivas direções, foi decidido apresentar algumas alterações nas cláusulas, nas quais, foi unanimemente reconhecido, se tinham perdido alguns direitos, tais como:

- Prémio de antiguidade (prémio 15, 25 e 30 anos)
- Progressões e promoções – (incluir percentagem para garantir promoções acima do nível 9)
- Correção da retribuição base – (garantir a progressão na carreira)
- Local e mobilidade geográfica – (redução do distrito para concelho e travão acima dos 30Km)
- Avaliação de desempenho – (alterações neste sistema)
- Doença, invalidez ou invalidez presumível (anular a perda de retribuição nos 3 primeiros dias)
- Limites Gerais dos valores de empréstimo – (aumento do limite)

Para além destas cláusulas, grupo negociador decidiu incluir cláusulas (novas), de incidência moral e social, como a proibição de assédio: assédio moral e assédio sexual.

O Grupo Negociador Sindical, constituído pelos 3 sindicatos, reconhece que não vai ser fácil esta reversão, mas com uma dinâmica incomensuravelmente maior e a força dos trabalhadores bancários, estamos esperançados que algo venha a mudar, para melhor.

Esta é a promessa de empenho dos três sindicatos, demonstrativa de que todos queremos o melhor para os nossos associados.

Porém, tenho que deixar aqui um alerta: preparemo-nos para um futuro em que a cooperação entre os sindicatos vai ser fundamental e todos temos de estar preparados para as iniciativas que poderão ser necessárias efetuar para demover os bancos dos cortes de regalias ou de propostas de aumentos salariais insignificantes e miseráveis para quem deu sempre o melhor pelas suas instituições, ou seja, os trabalhadores!

Nos termos da lei e do estatuto editorial da revista Nortada, o editorial é da exclusiva responsabilidade de quem o subscreve, não responsabilizando, por isso, nenhum órgão do sindicato, no respeito pela independência da revista face ao poder constituído, a qualquer momento, no SBN.

0% de aumento? Não, obrigado!

O SBN (que se fez representar por cerca de seis centenas de trabalhadores e dirigentes sindicais), o SNQTB e o SIB realizaram, no dia 22 de maio, uma manifestação conjunta, a que se juntaram o SBSI e o SBC, frente à sede do BCP, no Tagus Park, em Oeiras – onde decorria a assembleia geral anual de acionistas –, reivindicando um aumento salarial e das pensões de reforma e de sobrevivência relativos a 2018 e a reposição das remunerações retidas – no valor de doze milhões de euros entre 2014 e 2017 – e sublinhando que tais devoluções jamais podem ser consideradas como prémios.

O SBN (que se fez representar por seis centenas de trabalhadores e dirigentes sindicais), o SNQTB e o SIB realizaram, no dia 22 de maio, uma manifestação conjunta, frente à sede do BCP, no Tagus Park, em Oeiras – onde decorria a assembleia geral anual de acionistas –, reivindicando um aumento salarial e das pensões de reforma e de sobrevivência relativos a 2018 e a reposição das remunerações retidas – no valor de doze milhões de euros entre 2014 e 2017 – e sublinhando que tais devoluções jamais podem ser consideradas como prémios. Isto após o regresso do BCP aos lucros. De resto, o carro de som que acompanhou a marcha dos manifestantes, desde a sua concentração, permitia tirar claras ilações, ao proclamar que "os trabalhadores do Milleniumbcp exigem o que é deles por direito". Além disso, segundo declarou à Lusa o presidente do SBN, Mário Mourão, "no ano passado o BCP não se coibiu de pôr 4,9 milhões no Fundo de Pensões, para administradores".

A palavra de ordem inscrita nas camisolas e nos bonés dos manifestantes era, só por si, bem eloquente sobre o propósito daquela iniciativa: "0% de aumento? Não, obrigado!" E duas faixas acrescentavam, elucidativamente: "Para administradores, milhões; para trabalhadores, tostões" e "Até quando não serão pagas as horas extraordinárias no BCP?". Para animar, música, balões, gigantones, cabeçudos e bombos.

Como nota de reportagem, registe-se uma situação reveladora do espírito de muitos trabalhadores daquele banco. É que, já perto do destino, ao passarem por um parapeito onde se encontravam colegas da mesma instituição, manifestantes houve que lhes distribuíram camisolas alusivas ao evento. E, enquanto uns fingiam que não era nada com eles (medo que os chefes retaliassem? – perguntou-se o repórter), outros aceitavam-nas mas disfarçavam como podiam (mais corajosos – continuava o repórter a cogitar), uma minoria aceitava-as e fazia-as adejar ao vento.

Por outro lado, enquanto alguns acionistas viravam a cara, à chegada – quiçá para não se impressionarem demasiadamente com a talvez inesperada mole de manifestantes – outros não disfarçaram a curiosidade e assomaram-se ao muro superior que "protegia" a entrada para as instalações da instituição. O certo é que uns e outros, mais uns do que outros, é certo, não puderam deixar de se aperceber (a contragosto? – insistia o repórter) da enorme moldura humana proporcionada pelos bancários em protesto, a que se juntaram o SBSI e o SBC.

Entregada carta à administração

A dado passo, os presidentes do SBN (Mário Mourão), do SNQTB (Paulo Marcos) e do SIB (Fernando Fonseca), conseguiram dirigir-se à sala onde decorria a assembleia, tendo entregado a seguinte carta, dirigida ao presidente do Comité Executivo do BCP:

"Os três sindicatos signatários sentem-se pressionados pelos trabalhadores e pelos reformados e pensionistas, a encontrar respostas para as reivindicações que noutras comunicações já transmitimos a V.Exa.

"Continuamos a querer privilegiar, como sempre, o diálogo, a negociação e os entendimentos possíveis.

"Porém, as expetativas criadas e não satisfeitas justificaram a manifestação pública hoje promovida.

"Em resumo, e repetindo o que já expressamos anteriormente, o que se exige é: a) o pagamento imediato de aumentos relativos a 2018 para os trabalhadores no ativo, reformados e pensionistas, tal como sucedeu para os maiores bancos de Portugal, por efeito do respetivo ACT geral; b) a garantia da revisão do ACT, para recuperação de direitos e reposição do poder de compra; c) a devolução incondicional do valor total global acumulado pelos cortes salariais de 2014 a 2017.

"Os três sindicatos signatários reiteram total disponibilidade para, em diálogo e negociação coletiva, ser dada, com a maior urgência possível, satisfação às referidas pretensões reclamadas justamente pelos trabalhadores, reformados e pensionistas que representamos."

Foi, afinal, o culminar de uma gigantesca manifestação que conglomerou, pela primeira vez em mais de quatro décadas de democracia, todos os sindicatos representativos da banca, juntamente com a coordenadora da Comissão de Trabalhadores e as comissões sindicais do BCP, a nível nacional.

Sindicatos exigem respeito ao BCP

Como é referido noutro local, a proposta inaceitável da administração do Milleniumbcp em recusar atualizar as tabelas salariais teve como resposta a realização da enorme manifestação de bancários, numa veemente ação de protesto.

Os sindicatos manifestaram-se, assim, unidos num propósito comum: o de dignificar as várias categorias profissionais dos bancários – os mesmos que, ativos e reformados, de todas as idades, provenientes de todo o país, encheram a avenida de acesso ao Tagus Park, numa expressiva manifestação de unidade e força. Por outras palavras: os bancários demonstraram querer todos os sindicatos unidos na defesa dos seus interesses, numa altura em que vários outros bancos, congregados no ACT da APB, às propostas fundamentadas para atualização do clausulado do acordo coletivo de trabalho responderam que nada querem mudar, que não querem incorporar os temas do assédio moral, do direito a desconexão, de um regime de faltas mais generoso em caso de doenças oncológicas, crónicas e degenerativas, da reposição das promoções por antiguidade, das unidades móveis – realidade emergente –, da possibilidade de os trabalhadores se fazerem acompanhar por advogado na fase de inquérito de processos disciplinares, da consideração da remuneração mensal efetiva como conceito crucial de atualização salarial. Enfim, nada querem.

Como se isso não bastasse, propõem uma atualização de salários e demais cláusulas pecuniárias de 0,5% para 2019.

Desta forma, ainda não perceberam a mensagem da manifestação no campus do Tagus Park: que o tempo da desconsideração pelo trabalho dos sindicatos e dos bancários acabou, que nenhum sindicato se atreverá a assinar um acordo abaixo da inflação, que nenhum sindicato deixará de estar à altura das responsabilidades e do sentimento dos bancários, que é tempo de partilhar de forma mais justa os ganhos da banca.

MAIS UMA VITÓRIA A FAVOR DE UM ASSOCIADO

SBN ganha ação judicial em Bragança

O Juízo do Trabalho do Tribunal Judicial da Comarca de Bragança deu razão em sentença a um associado da Caixa de Crédito Agrícola Mútuo de Bragança, em processo judicial entre aquele e a Caixa, que foi condenada, e ao que interessa na ação em causa, na integralidade do pedido.

Na próxima edição da Nortada daremos informação circunstanciada sobre o processo.

UNIÃO GERAL DE TRABALHADORES
UGT
PORTUGAL

CARLOS SILVA NO 1º DE MAIO DA UGT

Sindicatos "independentes"? Sim, mas…

"Agora anda muita gente preocupada com o surgimento de sindicatos independentes, que não se filiam nas centrais sindicais. Se algo se conquistou com Abril em 1974 foi a liberdade de associação, a liberdade sindical e de expressão, bem como o direito à greve. Os comentadores de serviço acham que estes novos sindicatos não se reveem na atitude do sindicalismo tradicional. Na UGT sempre combatemos a unicidade sindical, porque haveríamos agora de a querer impor a outros?" – sublinhou Carlos Silva, nas comemorações do 1º de Maio promovidas em Braga pela UGT, sob o lema "Dignificar o trabalho, valorizar os trabalhadores".

Aquele dirigente precisou: "Claro que preferimos o sindicalismo que prefere negociar primeiro e só em última instância parte para a luta; os dirigentes que sabem o valor da estabilidade e da paz social; o credo que fazemos nos valores da OIT, que estabelecem o diálogo social para criar pontes de entendimento e não de conflito; a aposta que sempre fizemos na negociação coletiva, como forma de resolver os litígios laborais e fazer emanar leis que regulem o trabalho e as suas novas formas."

E acrescentou: "A luta sindical sempre foi pautada pelo exercício de agendar greves como último recurso para dirimir conflitos, e não como arma de arremesso de primeira instância; sempre entendemos que a melhor greve é aquela que não temos necessidade de convocar; e se surgem novos sindicatos, com outro grau de agressividade e de mobilização, então é melhor a nossa sociedade refletir sobre o porquê desta nova realidade."

Não se escusando de apontar responsabilidades, acentuou: "Sobretudo quem tem de se preocupar são todos aqueles que permitiram, durante os anos da crise e da troika, que se impusesse o bloqueio e a quase destruição da negociação coletiva, os cortes salariais, o congelamento das carreiras profissionais e a quase ostracização dos sindicatos."

E as consequências não se fizeram esperar: "Foi este forte ataque aos direitos dos trabalhadores que potenciou este crescimento de sindicatos sem qualquer vínculo às confederações sindicais tradicionais – e para milhares de patrões deste país, que sempre olharam para os sindicatos como um empecilho e até como alvos a abater, nestes casos vão negociar com quem? Quem será o interlocutor? Que grau de confiança podem merecer aqueles que não permitem que sindicatos que representam trabalhadores nas suas empresas, os deixem lá entrar, para defender e serem a voz dos que têm medo de enfrentar o patrão? É preciso que o surgimento destes processos reivindicativos mais agressivos e descontrolados consciencializem os empregadores de que há que valorizar os sindicatos tradicionais, que apostam na negociação e no diálogo. E por isso não podemos aceitar que os partidos se disponham a discutir a Lei da Greve, devido a este fenómeno, prejudicando quem sempre pautou o seu comportamento pela decência e pela lucidez."

E Carlos Silva lançou o repto: "Que estes novos acontecimentos não embalem o Parlamento para restringir os direitos dos trabalhadores, porque perdas de direitos tivemos muitas nos tempos da troika. E isso basta para dizermos ao país: Não aceitamos mexidas na Lei da Greve."

UNIÃO GERAL DE TRABALHADORES
UGT
PORTUGAL

Mais diálogo e mais negociação

O líder da UGT passou depois ao tema do diálogo e da negociação: "Se na Administração Pública existe conflito, no sector privado continuamos a reivindicar aos empregadores mais diálogo e mais negociação."
A seguir, a precariedade: "O combate à precariedade é uma luta do nosso tempo. E os mais jovens merecem este nosso empenho, tal como os nossos pais e avós lutaram pela democracia e pela liberdade. Eles merecem estabilidade, tanta quanto a tiveram os seus pais e avós. A instabilidade laboral é perniciosa para quem a sofre. Mas também é fomentadora da incapacidade de se criar um quadro que permita assentar a vida de quem quer constituir família e contribuir para que a erosão da nossa demografia se inverta. Se no primeiro trimestre de 2019 se verificou uma alteração do número de nascimentos em Portugal para melhor, em comparação com 2018 e o melhor rácio dos últimos sete anos, certamente tal clima de confiança advém da maior estabilidade no emprego e da redução do número de desempregados."
E a relação com a Segurança Social: "Aqui também se verifica uma consolidação nas contas da segurança social, com menos encargos nos apoios aos desempregados, face à criação de mais postos de trabalho e, por conseguinte, mais contribuições para a segurança social."
A relevância da idade da reforma: "A UGT já fez saber, por diversas vezes, em sede de concertação social, que as nossas propostas vão no sentido de voltarmos a ter uma idade de reforma fixa, que permita aos trabalhadores planear com antecipação e certeza a sua saída da vida ativa.
Luta pela igualdade de géneros: "Não é possível continuarmos, em pleno sec. XXI, a aceitar que as mulheres recebam em média menos 20% de salários do que os homens, apenas pelo facto de serem mulheres. Importa que possam ascender a mais cargos de administração, seja no setor público, ou no privado. Importa que as candidaturas a cargos políticos tenham uma participação ainda mais ativa de mulheres, incluindo nos partidos políticos."
Passando ao ensino e à formação: "A UGT continua a reivindicar do Governo uma clara aposta no ensino e na formação profissional. Importa ficar bem vincado que as qualificações são essenciais para que os trabalhadores possam procurar outras alternativas no mercado de trabalho, num tempo de grandes incertezas provocadas pela robotização, automação e economia digital. O apoio aos centros protocolares do IEFP não pode ser regateado, pois estes centros de formação profissional têm sido exemplares na complementaridade que têm promovido com o IEFP e com o envolvimento de dezenas de milhares de trabalhadores em ações formativas, com o objetivo de melhorar as suas competências técnico-profissionais."
Carlos Silva referiu-se depois ao desenvolvimento do interior do país: "O combate pelo desenvolvimento do interior e dos territórios de baixa densidade deve ser um combate nacional. Seja com a descentralização de competências, seja com a regionalização, que só peca por tardia, o país tem necessidade de promover a sua coesão territorial e de valorizar o seu interior, de combater o seu despovoamento, de fixar populações e empresas, de criar empregos. Dê por onde der."

Lucinda Dâmaso: "Não esquecer o que falta conquistar"

Antes, tinha falado a presidente da UGT, para recordar que naquele momento os manifestantes se encontravam a comemorar as muitas conquistas para os trabalhadores já alcançadas mercê do firme empenhamento da central, garantindo que a UGT continuará a empenhar-se no diálogo e na conciliação, acrescentando: "Mas não podemos esquecer tudo quanto ainda falta conquistar, designadamente a nível do combate precário – todos têm direito a um trabalho digno e de qualidade –, e da luta contra a pobreza e pela igualdade de género."
A terminar: "Vamos continuar a pautar-nos pelo privilégio da defesa da paz social e da estabilidade, como fatores decisivos para o desenvolvimento social e económico do país."

Ricardo Rio: diálogo e concertação

Todavia, o primeiro orador da tarde foi o presidente da Câmara Municipal de Braga, enquanto anfitrião da manifestação. O autarca salientou a importância do diálogo e da concertação, "sem o que não se

consegue a realização social e o desenvolvimento económico", preconizando depois a concretização de "uma verdadeira agenda para promover a conciliação da vida profissional com a familiar".
Por último, referiu ser "insustentável continuar a viver-se uma situação de enorme dificuldade no acesso ao trabalho", ao mesmo que "é imperativo caminhar no desenvolvimento de mecanismos que permitam aos trabalhadores aceder a uma cada vez melhor qualificação profissional".

César Campos: unidos e mobilizados

Seguiu-se o presidente da União de Braga da UGT, César Campos, salientando que, "se dúvidas houvesse, basta olhar para a enorme moldura humana que preenche este magnífico espaço, para verificarmos que os trabalhadores Portugueses estão unidos e mobilizados na defesa daquilo que são os seus direitos e os seus interesses e na defesa da sua dignidade que, infelizmente, em pleno século XXI ainda é, muitas vezes, colocada em causa; e isso, nós não podemos aceitar.
A seguir, aludindo à circunstância de Braga ser a cidade mais jovem do País, afirmou: "Sendo os jovens o garante do futuro, a garantia da sustentabilidade da Segurança Social, a garantia da continuidade do pagamento das pensões aos mais idosos, a garantia de um País mais justo e mais solidário, não posso deixar de manifestar o meu repúdio relativamente à forma como esses mesmos jovens são hoje tratados aquando do ingresso no mercado de trabalho. Se por um lado reconhecemos e aplaudimos o número de postos de trabalho criados nos últimos anos, por outro não podemos deixar de lamentar os elevados índices de precariedade verificados. Compete-nos, a todos nós, combater essa prática e ajudar esses mesmos jovens a ter uma vida digna, com a estabilidade necessária para poderem delinear o projeto de vida em harmonia com a família, de forma a poderem olhar o futuro com esperança. É esse o legado que todos nós temos obrigação de deixar aos nossos filhos, um futuro digno, um futuro de desenvolvimento, um futuro de progresso, um futuro em que os valores da solidariedade, da fraternidade e, sobretudo, o da família, sejam uma realidade.
Todavia – referiu –, "para isso, muito trabalho há ainda a fazer; desde logo, criar condições para que todas as famílias tenham, pelo menos, um dia por semana para poderem privar, conviver e, dessa forma, serem felizes juntos".
E recusou que tal objetivo seja uma utopia: "Tem que ser um desígnio nacional. Temos que refletir sobre que tipo de sociedade queremos para o futuro. Se uma sociedade individualizada, egoísta e solitária, ou, pelo contrário, uma sociedade justa, solidária e social."

UNIÃO GERAL DE TRABALHADORES
UGT
PORTUGAL

Reivindicados aumentos salariais na banca

Uma resolução do Secretariado Nacional da UGT, aprovado em Braga no dia 30 de abril por unanimidade e aclamação, reivindicou aumentos salariais na banca, veio em defesa de uma Segurança Social universal, pública e solidária e rejeitou propostas de reformas à custa dos trabalhadores, em nome de uma hipotética sustentabilidade.

Quanto à banca, a central lamentar que a negociação coletiva continue a não acompanhar a perda de poder de compra dos respetivos trabalhadores, sublinhando que os mais recentes resultados que os bancos têm vindo a registar não se fizeram repercutir em ganhos na tabela salarial – como é exemplo o ano de 2018 –, pelo que exorta os banqueiros a assumirem uma atitude diferente, para que os trabalhadores possam começar a ser ressarcidos das perdas salariais a que estão sistematicamente submetidos desde há uma década a esta parte.
Neste contexto, apoia e solidariza-se com as diligências efetuadas pelos sindicatos, no sentido de o Millenniumbcp proceder ao pagamento imediato dos aumentos das cláusulas de expressão pecuniária e dos valores das pensões de reforma e sobrevivência relativos ao ano transato, pelo menos em valor idêntico ao verificado no acordo coletivo de trabalho negociado e outorgado com a Associação Portuguesa de Bancos.
No que se refere ao Programa Nacional de Reformas, a central aponta para uma verdadeira reforma no crescimento, no emprego e na valorização do trabalho.
Num outro aspeto, reivindica um entendimento sobre conciliação em sede de Comissão Permanente de Concertação Social, considerando imperativo reforçar a igualdade de oportunidades.
Neste domínio, congratula-se com a apresentação do documento que vem na linha dos princípios consagrados no Pilar Europeu dos Direitos Sociais, nomeadamente:

a) A igualdade de tratamento e de oportunidades entre mulheres e homens deve ser assegurada e promovida em todos os domínios.
b) Enquanto parceiro social que representa os trabalhadores e as trabalhadoras, a UGT considera fundamental que a igualdade de oportunidades entre homens e mulheres seja encarada como uma componente essencial de uma sociedade moderna, livre e democrática.
c) Reitera que as medidas adotadas pelo Governo só poderão ter o apoio da UGT se contribuírem de forma positiva para a igualdade de género no mercado de trabalho e na sociedade, em particular, promovendo o reforço da empregabilidade das mulheres, a diminuição das diferenças salariais entre homens e mulheres, a criação de mecanismos de conciliação entre a vida profissional e a vida familiar e pessoal e a maior mobilidade vertical das mulheres
d) A UGT tudo fará, em sede de Concertação Social e na negociação coletiva, para que seja possível repensar e negociar novos modelos de conciliação do trabalho, vida profissional e familiar, abrindo espaço para medidas de flexibilização de horários, de teletrabalho, de incentivos à partilha e de apoio aos cuidadores informais, entre os quais predominam sobretudo as mulheres.

Entretanto, em defesa dos mais jovens, a central defende o trabalho digno e exige a consolidação do Contrato Social, em ordem a combater a precariedade.
Por último, a UGT manifesta-se por aumentos salariais dos trabalhadores das empresas de distribição.

Millennium bcp

A contratação coletiva continua a ser uma das principais preocupações da Direção do Sindicato dos Bancários do Norte, merecendo a melhor atenção e empenhamento nas mais diversas mesas de negociação, no que tem sido acompanhada pelas direções dos sindicatos atuais parceiros nas negociações, o SNQTB e o SIB.
Apesar dos esforços, argumentação e boa-fé manifestados pelo grupo negociador sindical, nem sempre a contratação tem merecido por parte das ICs a esperada aceitação nem o tratamento democraticamente exigível: abertura negocial.
Para conhecimento e reflexão dos associados do SBN, em anexo transcrevemos as posições até agora assumidas pelas partes, expressas em diversos comunicados conjuntos dos três sindicatos.

A saga do BCP

Reunião com o executivo do BCP: deceção e desafio

Os Sindicatos signatários (SBN, SNQTB e SIB), participaram na reunião de ontem, (26 de fevereiro), em Lisboa, com a Comissão Executiva do Millennium BCP, representada pelo Dr. Miguel Maya. Infelizmente, a reunião revelou-se uma deceção que nos instiga ao desafio de insistir nas nossas reivindicações e acelerar as diligências para as tornar efetivas. Registamos como positivo o regresso do BCP a bons resultados, não nos restando qualquer dúvida de que tal se deve à resiliência, dedicação e profissionalismo dos seus trabalhadores. Como já foi tornado público, e aqui se reitera: – estamos "solidários com todos os trabalhadores do BCP"; – reafirmamos que "são inadiáveis as atualizações nas retribuições e nas pensões, bem como a reposição dos direitos perdidos (…) promovendo o início da recuperação do poder de compra dos trabalhadores reformados e pensionistas"; – continuamos "a exigir efeitos retroativos pelo menos a janeiro de 2018"; – queremos a "devolução das remunerações que foram cativadas, entre 2014 e 2017, aos trabalhadores do BCP, o que é um ato de indiscutível justiça e deverá ocorrer com a maior brevidade possível"; Eram estas as verdadeiras questões que nós, e os trabalhadores que representamos, gostaríamos que tivessem sido tratadas e que produzissem resultados para os anunciarmos aqui, como efeito natural e lógico dos excelentes resultados anunciados. Esta é a nossa agenda. Convocamos todos os trabalhadores do BCP para tais objetivos. Posto isto, não é tolerável mais qualquer adiamento do processo negocial, sempre de boa-fé e sem quebra de compromissos"

—

"Acordo coletivo do Grupo BCP

Atualização salarial e restituição dos valores retidos aos trabalhadores

O SBN, o SNQTB, e o SIB reuniram-se na segunda-feira, 15 de abril, com a administração do Millennium BCP com o propósito de se encontrar um entendimento e um acordo relativamente aos aumentos salariais e à devolução da verba retida aos trabalhadores entre 2014 e 2017.

A administração do BCP apresentou uma proposta que SNQTB, SBN e SIB irão analisar nos próximos dias.

• Atualização salarial

O SBN, o SNQTB, e o SIB continuam a defender que devem ocorrer aumentos salariais no BCP com efeito retroativo a partir de 2018. Os três Sindicatos defendem igualmente que a proposta de aumento salarial proposta pela administração do Millennium BCP está ainda longe de apresentar um valor que possa ser entendido como justo e aceitável.

• Restituição dos valores retidos aos trabalhadores

A proposta do Millennium BCP permite uma maior aproximação ao que é pretendido por SNQTB, SBN e SIB, i.e. uma devolução maior e num período mais curto. Ainda assim, para que possa ocorrer um entendimento, os três Sindicatos entendem que a restituição dos valores retidos deve ocorrer a um ritmo ainda mais célere.
Na discussão deste ponto, SNQTB, SBN e SIB frisaram que estas verbas, sendo dos trabalhadores, devem ser restituídas de forma célere, justa e universal, devendo os critérios de restituição ocorrer na mesma base que existiu aquando dos cortes.
Após quase uma década, os três Sindicatos entendem que este é o ano de inversão do ciclo para os trabalhadores e que administração do Millennium BCP não pode deixar de atender a esta reivindicação.
Da evolução deste processo negocial daremos as devidas informações aos nossos associados.

—

"BCP – Revisão do ACT para 2018: requerida a conciliação ao Ministério do Trabalho

Na sequência do Comunicado Conjunto n.º 5, de 27 de fevereiro de 2019, o SBN o SNQTB, e o SIB continuam a atuar de forma concertada e dinâmica, promovendo a defesa e o reconhecimento dos direitos dos trabalhadores e reformados do BCP.
Nesse âmbito, estes Sindicatos têm vindo a promover a negociação coletiva e o diálogo social junto da Administração do Banco, visando que seja feita justiça à notável dedicação e profissionalismo dos trabalhadores na recuperação do BCP.

Como é sabido, o SBN, o SNQTB, e o SIB exigem a revisão do ACT do BCP, com a devida e merecida atualização nas retribuições e nas pensões, com efeitos retroativos, pelo menos, a janeiro de 2018. Porém, o BCP mantém-se irredutível quanto a esta justa reivindicação, o que é inaceitável, tanto mais que o Banco regressou aos resultados positivos e, inclusivamente, vai voltar a distribuir dividendos. E aos trabalhadores o deve!

O impasse nas negociações relativamente ao ano de 2018 corresponde a uma verdadeira recusa da parte do BCP em cumprir o dever de negociar. Tal é tanto mais inadmissível quanto é certo que o ACT em vigor para o Grupo BCP já foi publicado há mais de dois anos, sem aumentos salariais. Na prática, os trabalhadores do BCP encontram-se sem atualizações salariais desde janeiro de 2010, com a agravante de ter havido redução das condições retributivas em 2014!

Face a esta situação, o SBN entregou ontem no Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social um requerimento de conciliação, com vista a desbloquear a negociação coletiva quanto à atualização para 2018 dos salários e pensões dos trabalhadores e reformados do BCP, medida que conta com total apoio do SNQTB e SIB. O SBN, p SNQTB, e o SIB não se conformam com a posição imobilista e injusta do BCP e tomarão todas as medidas ao seu alcance para que seja feita justiça aos trabalhadores e reformados do BCP. Esperamos que este processo de conciliação, que ocorrerá no Ministério do Trabalho, seja suficiente para concluir a revisão do ACT do BCP para 2018. Da evolução do processo de conciliação daremos as devidas informações."

Nota: A fim de tentar desbloquear todo o processo que opõe os sindicatos ao BCP, – *"pelo pagamento imediato de aumentos relativos a 2018 para os trabalhadores no ativo, reformados e pensionistas; pela devolução incondicional do valor total global acumulado com os cortes salariais de 2014 a 2017l; pela garantia da revisão do ACT para recuperação de direitos e reposição do poder de compra dos trabalhadores no ativo, reformados e pensionistas"* – foi realizada uma manifestação de trabalhadores no passado dia 22, no TAGUS PARK, (dia e local da Assembleia Geral de Acionistas do BCP) convocada pelos Sindicatos subscritores (SBN, SNQTB e SIB), da qual damos notícia desenvolvida noutro local.

BCP vinculado a apresentar contraproposta escrita na DGERT

Realizou-se no dia 24 de maio, nas instalações da DGERT no Porto, a primeira reunião de conciliação para se desbloquear a negociação coletiva relativa aos aumentos das retribuições de 2018 para os trabalhadores, os reformados e os pensionistas do Milleniumbcp.

A reunião foi requerida pelo SBN e nela participaram também o SNQTB e o SIB, todos empenhados, em uníssono, no objetivo comum de obrigar o BCP à negociação coletiva.

Após um debate vivo sobre as posições de cada parte, o banco ficou de apresentar, na DGERT, uma contraproposta escrita e fundamentada à proposta de negociação que recebeu dos sindicatos em janeiro de 2018, documento que aquela Direção Geral enviará aos sindicatos para que tomem posição, realizando-se a próxima reunião no dia 7 de junho.

ACT do setor bancário

SBN, SNQTB e SIB entregaram proposta negocial aos bancos que integram a mesa da APB

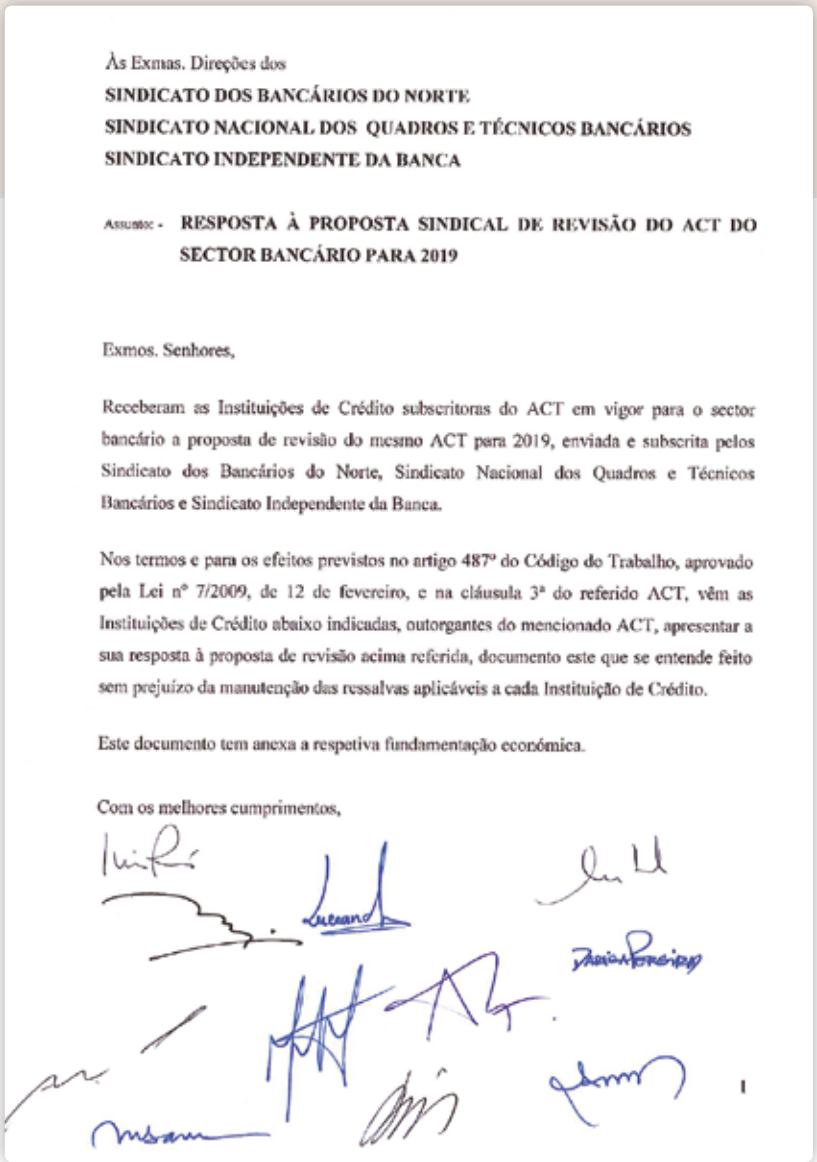
No dia 16 de abril, o SBN, o SNQTB, e o SIB enviaram a sua proposta negocial aos bancos que integram a mesa negocial da Associação Portuguesa de Bancos (APB).

Nos termos e para os efeitos do disposto nos artigos 499º e 500º do Código do Trabalho, conjugados com o disposto na cláusula 3ª do ACT de que estes bancos são subscritores, os três Sindicatos apresentaram uma proposta negocial fundamentada de tabela salarial e cláusulas de expressão pecuniária e valores das pensões de reforma e de sobrevivência em vigor nesses bancos para o ano de 2019, bem como de proposta de algum clausulado.

Os recetores da proposta negocial fundamentada foram:

Associação Portuguesa de Bancos; Abanca Corporación Bancária, S.A.; Banco Português de Investimento, S.A.; Bankinter S.A. – Sucursal em Portugal; Barclays Bank PLC. – Sucursal em Portugal; Banco Bilbao Vizcaya Argentaria, S.A.; BNP Paribas Lease Group – Sucursal em Portugal; BNP Paribas – Sucursal em Portugal;BPI – Gestão de Ativos – Sociedade Gestora de Fundos de Investimento Mobiliário, S.A.; BPI – Private Equity – Sociedade de Capital de Risco, S.A.; Banco BPI; BSource – Outsourcing de Serviços de Informática, ACE; Banco Santander Totta; Banco Credibom ; GNB – Sociedade Gestora de Fundos de Investimento Imobiliário, S.A. ; GNB – Sociedade Gestora de Fundos de Investimento Mobiliário, S.A.; Haitong Bank, S.A; Haitong Capital – Sociedade de Capital de Risco ; IBV Source – Prestação de Serviços de Informática, ACE; Novo Banco dos Açores; Novo Banco, S.A ; Banco Sabadell, S.A. – Sucursal em Portugal; Techource – Serviços de Informática, ACE; Wizink Bank, S.A. – Sucursal em Portugal; Banco do Brasil, AG – Sucursal em Portugal.

Aos associados do SBN, SNQTB, e SIB daremos em tempo oportuno as devidas informações sobre a evolução deste processo negocial."



Às Exmas. Direções dos
SINDICATO DOS BANCÁRIOS DO NORTE
SINDICATO NACIONAL DOS QUADROS E TÉCNICOS BANCÁRIOS
SINDICATO INDEPENDENTE DA BANCA

Assunto: **RESPOSTA À PROPOSTA SINDICAL DE REVISÃO DO ACT DO SECTOR BANCÁRIO PARA 2019**

Exmos. Senhores,

Receberam as Instituições de Crédito subscritoras do ACT em vigor para o sector bancário a proposta de revisão do mesmo ACT para 2019, enviada e subscrita pelos Sindicato dos Bancários do Norte, Sindicato Nacional dos Quadros e Técnicos Bancários e Sindicato Independente da Banca.

Nos termos e para os efeitos previstos no artigo 487º do Código do Trabalho, aprovado pela Lei nº 7/2009, de 12 de fevereiro, e na cláusula 3ª do referido ACT, vêm as Instituições de Crédito abaixo indicadas, outorgantes do mencionado ACT, apresentar a sua resposta à proposta de revisão acima referida, documento este que se entende feito sem prejuízo da manutenção das ressalvas aplicáveis a cada Instituição de Crédito.

Este documento tem anexa a respetiva fundamentação económica.

Com os melhores cumprimentos,

A contraproposta do patronato

Em resposta a proposta sindical, receberam os sindicatos signatários, do grupo negociador patronal, o oficio que acima reproduzimos que capeava a contraproposta das ICs.

Foi sem surpresa, mas com um elevado grau de indignação, que os sindicatos constataram que, mais uma vez, as ICs. respondem, com valores nada consentâneos com a dignidade e o bom-senso de que os trabalhadores bancários são merecedores, pelo esforço que lhe tem sido pedido e reconhecido na recuperação da banca portuguesa (em situação de dificuldades da qual os trabalhadores não foram culpados, nem para ela contribuíram)

Uma proposta de 0,5 % (!!!) de aumento na tabela salarial, não passa de um insulto não só para os trabalhadores bancários, mas para todos os trabalhadores portugueses, principalmente quando esse valor é confrontado com ordenados chorudos das respetivas administrações.

Pra alem desta ridícula proposta de "aumento", a expressão "não aceite" é de todas a mais empregada em toda a contraproposta das ICs, já que nenhuma das justas propostas dos sindicatos mereceram aceitação da sua parte.

Para uns, vão milhões…, para outros, nem tostões.

No cumprimento do programa e do plano de ação da Direção, aprovados em Conselho Geral, e estando suspensa toda a atividade conjunta da Febase, incluindo a desportiva, o SBN, através do pelouro do Desporto, promoveu, ou vai promover, em colaboração com o SNQTB, diversos eventos, destinados aos associados e respetivos familiares, desde que beneficiários dos SAMS ou dos Serviços Sociais da CGD, quer sejam inscritos através dos respetivos grupos culturais e desportivos, quer o façam individualmente. Para inscrição ou mais informações, os interessados deverão contactar a Loja de Atendimento, pessoalmente ou através dos telefones 223398800/05/09/17/48, ou do email sag@sbn.pt. As classificações das várias fases de todas as modalidades poderão ser consultadas no sítio do SBN.

PESCA

1º torneio de mar

Armindo Ribeiro, do SBN, é o campeão

Concluído no passado dia 27 de abril, na Póvoa de Varzim, o torneio conjunto de pesca de mar de 2019, Armindo Ribeiro, do SBN/NB, venceu a 3ª prova e sagrou-se vencedor absoluto da modalidade
A disputa pelos lugares de pódio foi muito renhida ao longo das três provas realizadas, tendo no final João Carneiro, do SNQTB, e Manuel Oliveira, ambos do Novo Banco, ocupado, respetivamente o 2º e o 3º lugares.
Coletivamente, a equipa do Novo Banco, constituída por Manuel Oliveira, Jorge Pinto, Alberico Alves, Armindo Ribeiro e Miranda Leite, não deu hipóteses à concorrência, sagrando-se campeã por equipas, O pódio ficou completo pelas equipas do MBCP, constituída por Domingos Correia, Virgílio Santos, Manuel Alves, Aires Saldanha e José Xavier, e da CEMG, constituída por Abílio Bastos, Emílio Ferreira, Joaquim Correia, Manuel Bento e Ricardo Silva, que se classificaram no 2º e 3º postos, respetivamente.

O pódio

Armindo Ribeiro

KING

1º torneio conjunto

José Martins comanda

A uma jornada do fim da fase de apuramento do Porto, a competição é liderada por José Claudemiro Martins do BPI, com 62 pontos.
Rui Coimbra, do IFAP, António Henrique Sousa, do MBCP e Maurício Pires Cardoso. do BST, seguem nas posições imediatas, respetivamente com 55,5 e 53,5 pontos.
Os oito melhor classificados desta fase do Porto disputarão com os oito melhor classificados de Aveiro a fase final do torneio, para apuramento do campeão de 2019.

BOLA 8

1º torneio de 2019

Apurados os representantes do Porto

Terminadas a 1ª e a 2ª fase de apuramento da zona do Porto, os três primeiros classificados de cada série – Teófilo Farelo, do CEMG, Delfim Guedes, do NB, e Valdemar Gaspar, do NB, na série A e, António Perre, do BST, António Jorge e José Coelho, ambos do MBCP, da série B, são os bilharistas que, em representação desta zona, disputarão, juntamente com os dois apurados pela zona de Aveiro, a fase final do torneio, a realizar na cidade de Ovar, no dia 16 de novembro, nas instalações do Bowling Kart, para apuramento do campeão de 2019.

SURFCASTING

BPI lidera

Realizada no passado dia 18 de maio na praia de Paramos (Espinho) a prova inicial do 1º encontro conjunto de surfcasting, Fernando Costa, do BPI, Fernando Ribeiro, do MBCP, e Abílio Bastos, da CEMG, lideram a classificação geral individual com 1 ponto, tendo cada um vencido o seu setor.

A equipa do BPI, constituída por Mário Santos, Fernando Costa, Luís Gomes, Jorge Couto e José Fonseca, lidera a classificação coletiva, com 11 pontos.

TIRO AOS PRATOS

1º torneio

Aberto aos associados do SBN, do SNQTB e do SIB e agregados familiares diretos, teve início no passado 11 de maio, no Clube dos Caçadores de Matosinhos, o torneio de tiro aos pratos.
A 2ª prova realizou-se em 1 de junho no Clube Industrial de Pevidém, onde também se realizará, em 7 de setembro, a 3ª.
Ao fim da primeira prova, João Luís Amorim, do MBCP/SBN, liderava com 45 pontos, tendo como diretos perseguidores José Manuel Coelho, do NB/SBN, e Jorge Manuel Pinheiro, do NB/SNQTB com, respetivamente, 37 e 35 pontos.

FUTSAL

43º torneio de futsal
Disputadas as meias finais

Completada a 1ª fase do 43º torneio interbancário de futsal e disputadas as meias finais (play-off) entre o Grupo Desportivo do Santander Totta e a equipa Norte Unidos, representativa da CEMG, que os primeiros venceram por 4-3, e entre o Grupo Desportivo do Banco de Portugal e a equipa Ventus Popularitas (ex-Banco Popular), que estes venceram por 11-1, realizar-se-ão no próximo dia 8 de junho as correspondentes finais classificativas para os 3º e 4º classificados e os títulos de campeão e vice-campeão.
O campeão do SBN disputará o título de campeão nacional interbancário, na cidade do Fundão, no próximo dia 29 de junho, com o representante do SNQTB.

GD Banco de Portugal

Gd Santander Totta

Norte Unidos CEMG

Ventus Popularitas

"Saúde é um estado de completo bem-estar físico, psíquico e social, e não apenas a ausência de doença ou debilidade."
(OMS, 1946/1948)

Importância da bula nos medicamentos

(Título da responsabilidade da redação)

Por nos parecer sempre atual e de muito interesse para os beneficiários, reeditamos o texto publicado na Nortada 28 (já lá vão cerca de 9 anos), da autoria do Dr. Luís Aguiar, à data diretor clinico do SAMS/NORTE, a quem aqui deixamos as nossas saudações e agradecimentos.

Diálogo 1
*Sr. Dr., desculpe mas os comprimidos que me receitou ontem, fizeram-me muito mal. – **Então porquê?** – Tomei um ontem à noite, conforme me disse, e passei mal a noite, enjoado e com dores no estômago. – **Só com um comprimido? Não é costume isso acontecer.** – Pois, mas eu estive assim e hoje já não tomei nenhum. Aliás, estive a ler a "bula" antes de tomar os comprimidos e lá diz que isso pode acontecer.*

Diálogo 2
*Pois é verdade, Sr. Dr., o xarope que me receitou deu-me uma comichão intensa e até me parece que me apareceram umas manchas vermelhas na pele que por acaso já não tenho. – **Quantas vezes já tomou o xarope?** – Só uma colher de chá à noite. – **E ficou logo com esses sintomas?** – Cerca de 1 hora depois e hoje de manhã ainda tenho alguma comichão, de maneira que não tomei mais. – **É curioso ser só com uma pequena dose e não ser habitual dar esse tipo de reação.** – Pois, mas a mim deu-me e aliás li a "bula" e lá diz que essa reação pode acontecer.*

Diálogo 3
*…e como fiquei com diarreia, deixei a medicação. E além disso a minha mulher, que em tempos também tomou a mesma medicação, quando viu os comprimidos disse-me logo que dariam diarreia e dores abdominais. Disse-me para eu ler a "bula" e lá estava: …"diarreia e dores abdominais"… – **Então não tomou mais nenhum?** – Eu não, tive receio e como li os efeitos que poderia ter com o medicamento resolvi não tomar e falar consigo.*

Diálogo 4
***Então, está melhor?** – Um pouco melhor mas ainda não estou perfeitamente bem. – **Tomou toda a medicação?** – Olhe, Sr. Dr. para dizer a verdade não tomei nada. – **Não tomou nada? Como assim?** – Cheguei a casa e li toda a "bula", tinha tantas complicações que resolvi não fazer nenhuma medicação…*

Diálogos como estes e tantos outros, parecidos ou não, surgem-me diariamente nas consultas. Mas embora fictícios eles servem unicamente como introdução ao tema que, de uma maneira muito simples, irei abordar:

A bula

Esta palavra, embora muito antiga, é hoje em dia também usada com um significado diferente daquele a que habitualmente estamos acostumados. Esta palavra vem do latim e entre outros significados quer dizer: selo, oval ou circular, com ou sem o nome do seu dono e usado em documentos oficiais. Mas de há uns tempos a esta parte começou a ser usada por profissionais de saúde e doentes como sen-

do um documento com variadíssimas informações que acompanha um medicamento. Ninguém lhe retira o valor que possui sobretudo se expressa em linguagem acessível ao comum dos mortais, o que nem sempre se verifica. Como, quase de certeza, todos já tomaram alguma medicação também é certo que leram a tal bula. De qualquer forma ela possui vários tópicos dos quais quero destacar:

1. Nome do medicamento, bem como o nome da sua composição química, sobretudo como substância isolada, de acordo com a denominação comum internacional.
2. A forma de apresentação (comprimido, cápsula, xarope, supositórios, etc.) e fórmula em que é apresentado com o conjunto das substâncias que entram na sua composição.
3. Informações para os utilizadores que vão desde prazo de validade, como conservar, etc. até às informações técnicas nomeadamente como atua o medicamento no organismo e as ações que possui.
4. As indicações que o medicamento possui indicando as patologias ou os sintomas em que deve ser aplicado.
5. Contraindicações, referindo em que situação não se deverá ou não se poderá tomar a medicação e que cuidados se devem ter se eventualmente houver qualquer patologia associada.

6. Efeitos secundários, neste iten são referidos os efeitos secundários que eventualmente poderão aparecer. Se já leram – e com certeza que sim – alguma bula e nomeadamente este grupo verificarão que aparece uma quantidade enorme de efeitos secundários mencionados. Recentemente são até classificados conforme a sua frequência de aparecimento em vários subgrupos conforme são muito frequentes, raros ou excecionais.
7. Por fim outros grupos aparecem com as interações com outros medicamentos, patologias, o que fazer em casos de sobredosagem, etc.

Tal como dito no início deste texto, entendo que a bula é um elemento de grande importância, tal a quantidade de informação que presta a quem vai necessitar de utilizar a medicação à qual se refere. O que me parece muito importante salientar é que não se pode ficar completamente dependente das suas informações e elas serem um elemento de influência e perturbação para o doente que vai utilizar o medicamento. E vou começar por falar por exemplo na posologia que vem referida e que, muitas ou algumas vezes, pode diferir daquela que é proposta pelo médico que a indicou. As posologias referidas são posologias médias mas não "estanques" e só quem observa doentes é que pode estabelecer com mais rigor quer a dose a tomar, quer o intervalo entre as tomas e a melhor altura de as tomar. Não alterem as indicações dado que essa alteração pode ser prejudicial para o tratamento e evolução da doença podendo criar perturbação e instalar dúvidas quanto à eficácia da medicação e obrigar inclusivamente a alterar a mesma. Outro aspeto muito importante a salientar é o que se refere aos efeitos secundários que se podem dever ao medicamento. Como devem calcular, qualquer medicamento antes de ser aprovado pelos organismos responsáveis é sujeito a complicados e inúmeros testes entre os quais se estuda duma maneira exaustiva e rigorosa os efeitos que a sua administração causa em doentes. Conforme a frequência com que esses efeitos se manifestam são classificados em raros, pouco frequentes e frequentes (entre outras classificações). O facto de se fazer notar que podem manifestar-se efeitos secundários não quer dizer que vão aparecer. E é aqui que eu gostava de deixar uma palavra fruto talvez da experiência que muitos anos de clínica me concede. Quantas e quantas vezes a simples leitura da bula e dos efeitos que a medicação pode causar é um facto determinante para que o doente sinta alguma dessas manifestações. Não quero dizer que muitas vezes, inúmeras mesmo, não apareçam esses efeitos. O que saliento é que também o fator psicológico é determinante para que o doente refira exatamente que sente o que lá está descrito. Então em que é que ficamos? Que ensinamento prático deve ser tido em conta? Ler a bula sim porque todos a leem e mesmo que eu dissesse para não ler todos a continuavam a ler ou então iriam mesmo lê-la os que até aqui não leram. O que se deve ter em atenção é o poder informativo que a mesma contém e seguir rigorosamente as indicações que os vossos médicos derem e caso sintam algum efeito com a toma da medicação falem com o médico e não suspendam a medicação sem o seu conhecimento. Quantas vezes a suspensão, ou alteração, de medicação sem o conhecimento médico é duma importância enorme na evolução da patologia e da ineficácia terapêutica? Bula? Sim mas com conta, peso e medida para que seja um elemento informativo e até formativo, um auxiliar do utilizador do medicamento mas não seja por si só um indutor de falsas informações e abandono de medicação

GRAM

No âmbito do programa de ação e do plano aprovado em Conselho Geral, o Grupo de Ação de Mulheres (GRAM) do SBN, órgão consultivo para a área mais específica das associadas, apoiado pela Direção através do pelouro de Dinamização Sindical e Sindicalização e Órgãos Consultivos, promoveu ou vai promover diversos eventos, destinados aos associados, independentemente do sexo ou da idade. Para inscrição ou mais informações, os interessados deverão dirigir-se aos serviços do SBN, nomeadamente à Loja de Atendimento, pessoalmente ou através dos telefones 223398800/05/09/17/48, ou do email sag@sbn.pt.

Workshops

Iniciação à pintura em tinta da China…

No próximo dia 13 de julho, com início às 15 horas e fim previsto para as 17h30, nas instalações do SBN na Rua Cândido dos Reis, 100, 3º, terá lugar uma oficina de iniciação à pintura em tinta da China, orientada pela formadora Ana Maria Costa.
A iniciativa tem por objetivo proporcionar aos participantes a aprendizagem de, entre outras valências, exercícios básicos e representação de imagens, técnica de pintura monocromática (negro) à base de água, que cria transparências, degradês, contrastes e volumes e representação de uma imagem em papel.Só se realiza com um mínimo de cinco e um máximo de dez inscrições, que deverão ser efetuadas até ao próximo dia 5 de julho. Se existirem no mínimo cinco inscrições em lista de espera, será promovida, em data e hora a anunciar, com o mesmo horário e preço, uma nova oficina.

… e em aguarela

A pintura em aguarela é uma técnica de pintura muito leve e suave, à base de água, que cria transparências. Dado o interesse manifestado por muitos associados, será promovida no próximo dia 15 de junho, nas instalações da Rua Cândido dos Reis,100, 3º, Porto, uma oficina, orientado pela formadora Ana Maria Costa.
No evento, os interessados terão oportunidade de aprender os exercícios básicos da técnica, tais como a representação de imagens, a mistura da cor, degradês de representação de um objeto e uma imagem em papel.
Por razões de eficácia e de logística, a iniciativa só se realiza com um mínimo de cinco e um máximo de dez inscrições, que deverão ser efetuadas até 7 de junho. Se existirem no mínimo cinco em lista de espera, será realizada, em data e hora a anunciar, com o mesmo horário e preço, uma nova oficina sobre o tema.

Iniciação à astrologia (quatro módulos)

Vai ser realizada uma oficina de iniciação à àstrologia, desenvolvida em quatro módulos, – os signos, o ascendente, os luminares, as casas, todos a duração de três horas – das 15 às 18, nas instalações do SBN na Rua Cândido dos Reis, 100, 3º, ministradas pela formadora Isabel Gomes, nas seguintes datas, tendo o 1º sido em 25 de maio.
2º módulo, em 15 junho – Os ascendentes – A grande importância do signo ascendente – como caminho – como primeiros anos de vida – caraterísticas.
3º módulo, em 29 de junho – Os luminares – O Sol e a Lua no mapa natal. O consciente e o inconsciente – em que signos estão e que mensagem e pistas oferecem.
4º módulo, em 6 de julho – As casas – As casas são doze divisões no mapa natal, que representam as áreas de vida. Como as podemos compreender e vivê-las melhor. A iniciativa realiza-se com um mínimo de doze e um máximo de vinte inscrições. O preço por pessoa e por módulo é de 12,50 € para associados e respetivo agregado familiar e de 15,00 € para acompanhantes.

Grupo de Ação de Mulheres

Reflexologia podal

Foi promovida, no passado dia 18 de maio, uma oficina de reflexologia podal, ministrada por Luís Filipe Gomes de Freitas, formador na área de medicina tradicional chinesa, que mereceu a adesão de dez pessoas.

Oficina de saboaria natural

— A arte de produzir sabão caseiro, de forma simples e com ingredientes naturais.

No próximo dia 20 de julho será levada a efeito, uma oficina de saboaria natural. Nela serão abordadas as principais vantagens da cosmética natural e a confeção artesanal de sabão com ingredientes locais, em que os participantes terão oportunidade de aprender os conhecimentos básicos naquela área, o processo de saponificação a frio, de identificar os principais ingredientes necessários para a produção de sabão, e de perceber como funcionam os aditivos na saboaria e o processo de cura e armazenamento, bem como a produção de sabonetes e de champô em barra.
Cada participante deve levar duas latas de conservas vazias (como latas de atum), ou formas em silicone de pequenas dimensões.

O evento será acompanhado por Helena Sousa, do "Projeto Bem da Terra", que tem por objetivo o desenvolvimento de produtos e serviços que promovam estilos e hábitos de vida sustentáveis, possibilitando a transformação de consciências e contribuindo para a aproximação do ser humano à natureza.
A iniciativa só terá lugar com um mínimo de dez e um máximo de quinze inscrições, que deverão ser efetuadas até 12 de julho.
Se o número de inscrições ultrapassar o previsto e se existirem no mínimo quinze em lista de espera, a iniciativa será repetida em data a anunciar.

Cozinha vegan: 7ª e 8ª edições

Como anunciamos na anterior Nortada, teve lugar no passado dia 11 de maio a 7ª edição da oficina de iniciação à cozinha vegan, com a presença de dezasseis pessoas.
Mas é com prazer que, reconhecendo o interesse manifestado pelos associados na alimentação vegana, tão em moda, será promovida, uma nova iniciativa, em que os participantes aprenderão a fazer uma entrada, um prato e uma sobremesa vegan.
Na alimentação vegana existe uma enorme diversidade de deliciosos alimentos vegetais, sendo a imaginação humana o único limite.
O não consumo de produtos de origem animal, como carne, peixe, laticínios, ovos, mel e outros ingredientes é conceito muito distante dos princípios daquela cozinha, que não se limita ao consumo de saladas ou a ser uma alimentação sem sabor…
A iniciativa só se realiza com um mínimo de dez e um máximo de quinze inscrições, que deverão ser efetuadas até ao dia 12 de julho.

GRAM

Agulha & Dedal, aprender, fazendo – Iniciação à costura

Decorreu no passado dia 18 de maio mais um ateliê de costura, que teve a participação de cinco pessoas.

Visitas, viagens e caminhadas

68ª: Dia da Mãe – "Por Drave, a aldeia mágica"

O Dia da Mãe, conforme temos vindo a anunciar, foi comemorado pelo SBN no passado dia 4 de maio, com a realização da 68ª caminhada "Põe-te andar, pela tua saúde…", em Drave, a denominada "aldeia mágica". O percurso escolhido foi de cariz cultural, ambiental e interpretativo.

O evento mereceu a presença de 65 caminhantes, que puderam beneficiar de um maravilhoso dia de convívio e apreciar as belezas que o percurso lhes ofereceu. Foi orientado por Paulo Fonseca, guia credenciado e certificado, coadjuvado pelo sempre disponível Francisco Barros, associado e colaborador do SBN para aquela modalidade.

"PÕE-TE ANDAR, PELA TUA SAÚDE …"

70ª: Pelos trilhos do Luso e à volta da mata do Buçaco

Foi promovida, no passado dia 1 de junho, a 70ª caminhada "Põe-te andar, pela tua saúde…", num percurso circular de pequena rota – paisagístico, interpretativo rural e bucólico –, com cerca de oito quilómetros, pelos trilhos interiores e exteriores do Luso e à volta da mata do Buçaco.

O trajeto percorreu diferentes tipologias de terreno com piso de terra batida e paralelo, sempre em floresta, o que permitiu admirar paisagens deslumbrantes.

A caminhada foi orientada pelo guia Carlos Coelho, coadjuvado por Francisco Barros, do BST, colaborador do SBN. Do desenvolvimento do evento daremos notícia em próxima edição.

Mata do Buçaco, um oásis no centro de Portugal

Falar da floresta do Buçaco – a ou mata do Buçaco –, que é metade floresta e metade mato, é entrar numa descrição quase utópica de um local de sonho. No entanto, a descrição é real e a prova existe bem no centro de Portugal.

Um dos grandes responsáveis por este lugar único foi a Ordem dos Carmelitas Descalços, que escolheu, no século XVI, a região para se instalar, contribuindo para a plantação e extensão da mata.

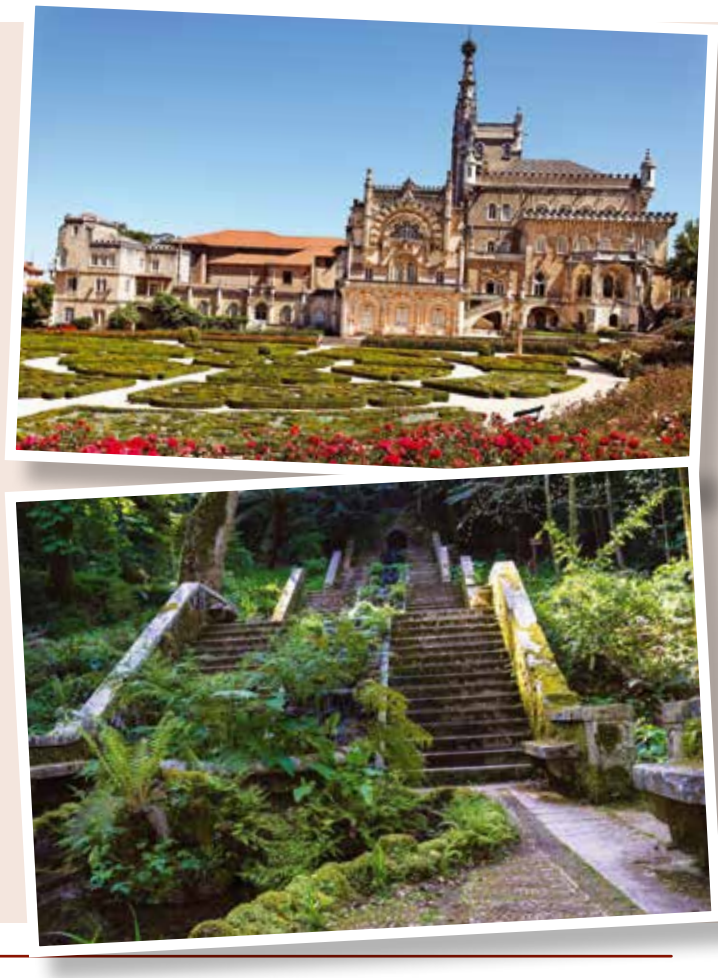
É fácil passear e explorar o local, sendo que a melhor forma de o fazer é percorrer os diferentes caminhos pedestres, preparados especialmente pela Fundação Mata do Buçaco, e através deles descobrir os diferentes tipos de vegetação, encontrar cada ponte, lago e fonte e a magia única de um dos recantos mais frondosos do centro do país.

Com seis percursos pedestres, todos eles bem sinalizados, mergulha-se na magia da mata, descobrindo porque aquele é um lugar de sonho.

Diversidade e beleza exótica na mata do Buçaco

O Vale dos Fetos é uma das zonas mais especiais da mata, pois nele se encontram lagos e fontes refrescantes e surpreendentes, pela forma como casam na perfeição com o verde da vegetação.

Visitar a mata do Buçaco é sinónimo de visitar um local de verdura excecional, desenhado e criado pelo homem para fins espirituais.



Jardim Buddha Eden – Bombarral

O Buddha Eden é o maior jardim oriental da Europa, com cerca de 35 hectares. Situa-se na Quinta dos Loridos (que data de 1430), desde 1989 propriedade da empresa "Bacalhôa Vinhos de Portugal".

Nasceu em 2001, como sinal de memória pela destruição, pelos talibãs, das milenares estátuas dos budas gigantes de Bamyan, no Afeganistão.

Aquele enorme "Jardim da Paz" está edificado numa bela zona rural do Oeste de Portugal, onde as estátuas contrastam, mas não destoam, com a paisagem que o rodeia.

Ali há um extenso arvoredo de sobreiros e carvalhos, um lago artificial com carpas chinesas e centenas de estátuas de Buda de outras divindades orientais, em terracota, mármore e granito, para cuja edificação foram utilizados mais de seis mil toneladas daquelas pedras. E o o jardim está ainda em crescimento… A escadaria central é o ponto focal do jardim, onde os budas dourados fazem as delícias dos visitantes. O exército de setecentos soldados de terracota pintados à mão tem também um grande impacto visual.

Assim, será levada a efeito, no próximo dia 9 de julho, a 3ª visita, cujo programa se inicia às 7h30 em direção ao jardim, onde os participantes usufruirão de tempo livre até cerca das 16h30, hora a que se iniciará a viagem para a vila de Óbidos, para uma visita livre de cerca de 45 minutos, seguindo depois para o Porto.

A iniciativa realiza-se com um mínimo de 35 e um máximo de 55 pessoas e as inscrições deverão ser efetuadas até 28 de junho. Se o número de inscrições ultrapassar o previsto e se existirem no mínimo 35 em lista de espera, será realizada uma nova visita, em data a anunciar.

GRAM

Visita cultural a Aveiro (2ª edição)…

Aveiro distingue-se pelos canais, navegados pelos coloridos barcos moliceiros, tradicionalmente utilizados para a colheita de algas (moliço) criadas nas águas da ria.
Mas Aveiro, conhecida como a Veneza Portuguesa, é também famosa pelos ovos-moles, sendo, para além disso, importante centro urbano, portuário, ferroviário, universitário e turístico, apesar de um município territorialmente descontínuo, visto que compreende algumas ilhas fluviais na ria e uma porção da península costeira que fecha a ria a ocidente.
Devido ao enorme êxito registado com a 1ª visita e ao elevado número de pessoas em lista de espera, foi promovida no passado dia 14 de maio, a 2ª edição, que teve a participação de trinta pessoas.

…à aldeia do Piódão…

No próximo dia 13 de junho terá lugar "Um dia no Piódão" – visita cultural e paisagística à aldeia considerada uma das mais bonitas do país, classificada como "aldeia histórica de Portugal".
A viagem inicia-se às 8 horas, com partida do autocarro da Câmara Municipal do Porto, com destino ao Piódão, onde os participantes terão tempo livre até às 13 horas, tempo para almoço, para visitar a aldeia, com as típicas casas de xisto e lousa, e janelas em madeira de azul pintadas.
O preço por pessoa, que inclui viagem de autocarro e almoço, é de 25,00 € para associados e agregado familiar e de 27,50 € para acompanhantes. A iniciativa só se realiza com um mínimo de 35 e um máximo de 55 inscrições.

Aldeia de Piódão

Piódão é uma aldeia serrana, de feição rural e acessos difíceis – excelente exemplo de como o ser humano se adaptou ao longo dos séculos aos mais inóspitos locais.
Situada no centro do país e pertencente ao concelho de Arganil, estende-se pela encosta da bonita Serra do Açor.
As típicas casas descem graciosamente a encosta da serra, formando um anfiteatro e por muitos apelidada de "aldeia presépio".
Na natureza envolvente, quase em estado puro, podem observar-se diversas espécies de fauna e de flora típicas do local.
A aldeia ter-se-á desenvolvido do anterior castro lusitano "Casal de Piodam", hoje em dia em ruínas, que terá sabiamente aproveitado e aperfeiçoado a agricultura em socalcos.
Já no século XX o estilo de vida que durante anos perdurou em Piódão sofre uma grande mudança, com a emigração em massa que se fez sentir, perdendo-se a força da terra. Piódão renasce agora, oferecendo uma boa oferta turística, com alojamento, restauração, e diversas lojas com o que de mais tradicional produz, entre artesanato, licores, mel, pão e outros deliciosos produtos gastronómicos, preservando, no entanto, a sua essência.
O casario, em alvenaria de pedra de xisto, tem cobertura de lajes do mesmo material. As janelas, de pequena modulação, têm, tal como as portas, cor nos aros.

Pelas ruelas íngremes, estreitas e tortuosas que formam recantos numa estrutura de malha cerrada e em grande parte preservada, corre aqui e ali um fio de água numa canada irregular – a levada. De realçar a singela Fonte dos Algares, a Eira – de onde se desfruta uma bela panorâmica – e o Forno do Pão.
As atividades agrícolas e a pastorícia continuam, agora como no passado, a ser dominantes no modo de vida dos habitantes, encaradas essencialmente como forma de subsistência e de sobrevivência.

Fotos de João Carvalho

...e a Sintra

Classificado em 1995 pela UNESCO como património mundial, na categoria de paisagem cultural, Sintra, com a imponente serra salpicada de palácios, igrejas e quintas senhoriais, que se estendem em ondas de verde até ao oceano, e o fascínio dos aglomerados urbanos da vila velha, constituí um local privilegiado por excelência, de inegável beleza e interesse cultural e natural.

Foi, por isso, o destino escolhido para mais um evento cultural – "Um dia em Sintra" –, a realizar no próximo dia 29 de junho.

Esta iniciativa só se realiza com um mínimo de 35 e o máximo de 55 que deverão ser efetuadas até 14 de junho e cujo preço é de 15,00 €; para Sócios e respetivo agregado familiar e de 17,50 € para acompanhantes.

Sintra

Sintra é, sem dúvida, um dos paraísos de Portugal. Já o poeta Afonso Lopes Vieira considerava que "em toda a Europa, Sintra surge como um dos mais belos e raros lugares que a invenção prodigiosa da natureza logrou criar". O nome deriva da palavra cynthia, símbolo da Lua na mitologia céltica.

Atraídos pelas belezas naturais, pelos monumentos, pela história e, ao mesmo tempo, para aproveitarem as diferentes praias das redondezas, é, anualmente, visitada por milhares de turistas. Mas desde tempos remotos que a atmosfera poética e romântica de Sintra atrai numerosos artistas humanistas.

Envolta numa neblina característica, na serra podem ser encontrados o Castelo dos Mouros, construído durante o período de dominação árabe, o Palácio da Pena, o Convento dos Capuchos, o Palácio Nacional de Sintra e o Palácio e os Jardins Exóticos de Monserrate.

Construída numa zona de grande declive, a vila velha desenvolve-se entre o Palácio Nacional, antigo Paço Real, e a própria Serra. No núcleo mais antigo do centro histórico, de assentamento medieval, multiplicam-se as amplas propriedades, isoladas pelo arvoredo e por muros cobertos de musgo e fetos, que a sombra e o clima húmido favorecem.

As carruagens puxadas por cavalos, que operam entre a vila e a serra, são uma ótima forma de conhecer Sintra.

Festa dos Tabuleiros em Tomar

Única no género no mundo, a Festa dos Tabuleiros realiza-se de quatro em quatro anos, na cidade de Tomar. A próxima edição é de 29 de junho a 8 de julho do corrente ano. A origem remonta ao culto do Espirito Santo, instituído no século XIV, mas, seja pela profusão de flores, seja pela presença do pão e das espigas de trigo nos tabuleiros, nela se vislumbram as origens remotas das antigas festas das colheitas.

Assim, vai ser promovida no próximo dia 6 de julho, com partida do Porto às 8h30, uma deslocação a Tomar, para visitar aquela festa.

As inscrições para a iniciativa, limitadas a um mínimo de 35 e a um máximo de 55, deverão ser efetuadas até 28 de junho, com um preço – por pessoa e que compreende apenas a viagem de autocarro – de 15,00 € para associados e respetivo agregado familiar e de 17,50 € para acompanhantes.

Festa dos Tabuleiros

Ao cortejo, ponto alto dos festejos, associa-se um rico conjunto de intervenções culturais e recreativas, de que se destacam os cortejos dos Rapazes, o do Mordomo", e os Parciais, os arraiais populares e a "Pêza", bem como as ruas ornamentadas e jogos populares.

A festa inicia-se com a saída das coroas e dos pendões de todas as freguesias em procissão, animada por gaiteiros, tamborileiros, fogueteiros e bandas de música, que se repete por sete vezes.

Vedar a participação das crianças no Grande Cortejo, o dos Rapazes – no domingo anterior a este –, é a solução encontrada para que às crianças, alunos das escolas e jardins de infância, seja dada a possibilidade de viverem intensamente a sua festa. Na sexta-feira anterior ao Cortejo dos Tabuleiros tem lugar o do Mordomo, que simboliza a entrada na cidade dos bois do sacrifício que, no passado, iriam ser abatidos para distribuição da carne. As ruas do centro histórico, vedadas ao trânsito, são ornamentadas com milhões de flores de papel, confecionadas durante muitos meses de labor apaixonado.

JUVENTUDE

Comissão de Juventude

No cumprimento do programa de candidatura dos corpos gerentes e do plano de ação aprovado em Conselho Geral, a Comissão de Juventude, órgão consultivo da Direção, promoveu, ou vai promover diversos eventos, destinados aos associados e respetivos familiares.

Para inscrição ou mais informações, os interessados deverão contactar a Loja de Atendimento, pessoalmente ou através dos telefones 223398800/05/09/17/48, ou do email sag@sbn.pt.

Visitas, viagens e caminhadas

Voo de divulgação: 2ª edição

Devido às condições atmosféricas adversas, foi adiada a 2ª edição do voo de divulgação, na componente panorâmica e turística de trinta minutos sobre a cidade do Porto, a realizar a partir do aeródromo de Vilar da Luz, inicialmente prevista para o dia 9 de fevereiro, para o passado 11 de maio.
O evento, teve a participação de quinze pessoas.

Comissão de Quadros e Técnicos

No cumprimento do programa de candidatura dos corpos gerentes e do plano de ação aprovado em Conselho Geral, a Comissão de Quadros e Técnicos, órgão consultivo da Direção, promoveu, ou vai promover diversos eventos, destinados aos associados do SBN e respetivos familiares. Para inscrição nos eventos ou mais informações, deverão os interessados contactar a Loja de Atendimento, pessoalmente ou através dos telefones 223398800/05/09/17/48, ou do email sag@sbn.pt.

Percursos culturais

"À descoberta da identidade portuense"

20ª edição

A 20ª edição, dos "Percursos culturais", denominada "O Castelo de Gaia e a lenda de Rei Ramiro" e "Do Mosteiro de Corpus Christi a uma das belas paisagens do Porto", decorreu no passado dia 5 de maio, com a presença de 65 pessoas, que no final mostraram satisfação pela forma como decorreu, bem como pela beleza do trajeto escolhido e pela história e lendas que comporta.

A 22ª edição

Mas como os mistérios e os segredos da identidade portuense não se esgotaram nas anteriores edições, e atendendo à vontade que os associados têm de continuar a desvendá-los, como por diversos meios têm solicitado, vai ser promovida, no próximo dia 12 de junho, a 22ª edição dos percursos culturais, intitulada "Pelos passadiços de Matosinhos I".

O trajeto, coberto de história, inicia-se na "Casa de Chã da Boa Nova" às 21h30, terminando às 24 no obelisco da "Boa Memória", mais uma vez orientado pelo historiador Joel Cleto.

A iniciativa, como as anteriores, só se realiza com um mínimo de 35 e um máximo de 65 inscrições, que deverão ser efetuadas até ao dia 5 de julho.

REFORMADOS

Comissão Sindical de Reformados

No cumprimento do seu programa e do plano de ação da Direção, aprovado em Conselho Geral, com o apoio do pelouro da Dinamização Sindical e Sindicalização e Órgãos Consultivos, a Comissão Sindical de Reformados (CSR) promoveu, ou vai promover, diversos eventos, destinados aos associados do SBN e respetivos familiares.
Para inscrição ou mais informações, os interessados deverão contactar a Loja de Atendimento, pessoalmente ou através dos telefones 223398800/05/09/17/48, ou ainda do email sag@sbn.pt.

Biblioteca

A CSR tem sido abordada por diversos associados no sentido de criar de uma biblioteca nas suas instalações, de forma a proporcionar aos reformados, ou aos outros associados que ali se desloquem, a fruição quer de romances, quer de outras obras que tenham necessidade de consultar. Nesse sentido, está disponível para receber, o que antecipadamente agradece, livros ou revistas que os associados possam oferecer para a biblioteca que está a organizar, ou que simplesmente os queiram colocar temporariamente à disposição dos associados e familiares. A CSR está instalada no 1º andar do nº 100 da Rua Cândido dos Reis, a funcionar de 2ª a 6ª feira, entre as 10 e as 12h30 e das 13h30 às 18h30. Para além da biblioteca em formação, os associados tem já à disposição jogos de sala, bilhares de snooker, café, televisão e computador com ligação à net. Não esquecendo o permanente convívio…

Viagens e visitas culturais

Um dia em Vigo

Nos termos e com o programa especificados em anteriores edições, e com o fim de dar a conhecer as belezas paisagísticas e gastronómicas da cidade de Vigo, foi promovida, no passado dia 25 de maio, uma visita àquela região espanhola, com uma elevada participação.

Dia do Bancário Reformado: 17º encontro

O dia 8 de junho é, conforme anunciámos, o escolhido pela CSR para celebrar, pela 17ª vez, o Dia do Bancário Reformado, que este ano consta de um encontro convívio, a ter lugar num espaço aprazível da Quinta da Hortinha, na Venda da Serra, em Tábua.

REFORMADOS

Festa do Alvarinho e do fumeiro

No passado dia 27 de abril foi a altura de noventa pessoas se deslocarem a Melgaço, onde assistiram, visitaram e usufruíram da 25ª Festa do Alvarinho e do Fumeiro, tendo participado num programa aliciante, em que, para além de outros motivos de interesse lúdico e cultural, o famoso vinho verde e o fumeiro da região foram os principais "intervenientes".

DELEGAÇÃO DE VILA REAL

Passeio cultural à Andaluzia

Nos passados dias 24 a 28 de abril, a Comissão Sindical da Delegação de Vila Real organizou um passeio cultural à Andaluzia, que teve a presença de associados de outras áreas sindicais.

Foram cinco dias de convívio, muito bem aproveitados, tendo sido visitados os pontos de maior interesse históricos e culturais quer da cidade de Sevilha – Praça de Espanha, Bairro da Triana e Alcazar, entre outros –, em Granada e Alhambra – Palácio Nasridos, Generalife e seus Jardins, etc.. Em Cordoba, para além de outros locais de interesse, mereceram uma visita especial a Mesquita e o centro histórico. No final, foi com alegria que se constatou a satisfação de todos os participantes.

Aos organizadores resta o orgulho do trabalho cumprido.

No cumprimento do seu programa e do plano de ação aprovado em Conselho Geral com o apoio da Direção, o pelouro Recreativo e Cultural promoveu, ou vai promover diversos eventos, destinados aos associados do SBN e respetivos familiares.

Para inscrição ou mais informações, os interessados deverão contatar os serviços do SBN, nomeadamente a Loja de Atendimento, na Rua da Fábrica, 81, pessoalmente ou através dos telefones 223398800/05/09/17/48, ou ainda do email sag@sbn.pt.

EXPOSIÇÃO DO NÚCLEO DE FOTOGRAFIA

Momentos e grafitis vistos de perto

O Núcleo de Fotografia do SBN vai apresentar, nas instalações do Mercado Ferreira Borges (Hard-Club), uma exposição intitulada "Momentos", cuja inauguração decorrerá em 4 de junho, às 17 horas, no foyer principal do edifício, de acesso livre, na Rua da Bolsa, 19. Ficará patente até ao dia 27, com o seguinte horário de funcionamento: dias de semana, das 11 às 24 horas; fins de semana e vésperas de feriado, das 11 às 2 horas, com possibilidade de prolongamento até encerramento do edifício.

Autores: Aires Araújo Pereira, António Eurico Morais, Eduardo Nogueira, Fernando Mário Castro, José Cerqueira, José Godinho, Júlio Pereira, Manuel Santos Vale e Rui Manuel Costa.

O Núcleo terá também patente, na Galeria do sindicato, na Rua Conde de Vizela, 145, de 5 de junho a 3 de julho, às quartas e quintas-feiras das 15 às 17h30, uma exposição subordinada ao tema "Grafitis", de Eduardo Nogueira.

No mesmo local e com o mesmo horário de funcionamento, de 3 de julho a 7 de agosto, será a vez da exposição "Visto de perto", de autoria de Rui Manuel Costa.

Momentos · Rui Costa

Grafitis · Eduardo Nogueira

Visto de perto · Rui Manuel Costa

No cumprimento do programa e do plano de ação aprovado em Conselho Geral, com o apoio da Direção, o pelouro de Lazer e Tempos Livres promoveu, ou vai promover, diversos eventos, destinados aos associados e respetivos familiares.

Para inscrição ou mais informações, os interessados deverão contactar os serviços do SBN, nomeadamente a Loja de Atendimento, Rua da Fábrica, 81, pessoalmente ou através dos telefones 223398800/05/09/17/48, ou ainda do email sag@sbn.pt.

PÕE-TE A ANDAR PELA TUA SAÚDE...

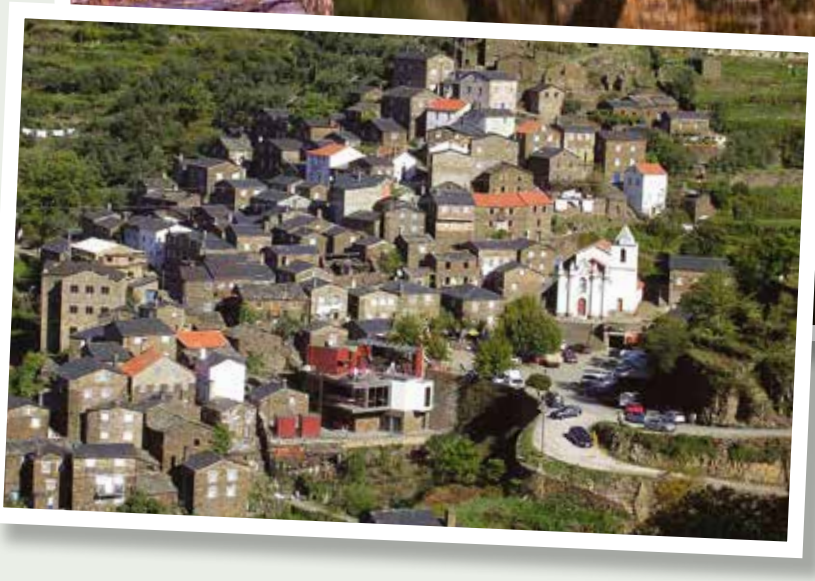
71ª caminhada: pela serra do Açor

Vai ser promovida, no próximo dia 7 de setembro, mais uma caminhada, a 71ª, da série "Põe-te a andar, pela tua saúde…", num percurso na Serra do Açor, englobando as aldeias de Piódão e Foz d'Égua, no concelho de Arganil, de âmbito ecológico, paisagístico e cultural.

De dificuldade média/alta, o percurso circular tem uma distância aproximada de dez quilómetros. Quem não se sentir com capacidade para fazer todo o percurso, dada a dificuldade, poderá optar por fazer apenas os seis quilómetros que distam de Piódão a Foz d'Égua.

A iniciativa só se realiza com um mínimo de 35 pessoas e é limitada a um máximo de 54 inscrições, que deverão ser efetuadas na Loja de Atendimento do SBN, na Rua Cândido dos Reis, 130, 2º, pessoalmente ou através dos telefones 223398805/09/17/48 ou do email sag@sbn.pt, até ao dia 19 de junho.

O preço da inscrição, que engloba transporte, caminhada, seguro e almoço, é de 30,00 € para associados e respetivo agregado familiar e de 35,00 € para acompanhantes.



Piódão e Foz d'Égua

O evento é realizado na Cordilheira Central, entre a serras da Lousã e da Estrela, classificada como paisagem protegida, sendo uma zona montanhosa predominantemente xistosa, com uma área florestal diversificada e com grande expressão na região. Do alto dos seus 1349 metros, a paisagem que oferece é de uma beleza estonteante, rica em espécies de fauna e flora, com a natureza em estado quase puro.

Naquele concentrado de beleza natural, abrigam-se riachos de águas límpidas e pequenas e belas povoações que merecem ser descobertas, como Piódão ou Foz d'Égua. Não existem palavras suficientes para descrever a beleza mística daqueles locais e nada melhor que uma caminhada entre as duas aldeias para encantar os sentidos. O espantoso altar de xisto e lousa proporcionará uma bela jornada, que certamente irá perdurar na memória dos participantes.

Direito à manifestação pública da indignação

Por João Paulo Pires

Manifestação dos bancários no Tagus Park, frente à Assembleia Geral Anual de Acionistas do Millennium BCP

Os anos de crise terminaram. O Millennium BCP já regressou aos lucros e à distribuição de dividendos, mas os trabalhadores continuam esquecidos desde 2010.

Desta vez, o descontentamento e o desalento dos trabalhadores, fez-se ouvir frente à Assembleia Geral de Acionistas no Tagus Park.

Reuniu bancários de todo o país, no ativo e reformados, mostrando sua força através dos sindicatos que organizaram esta manifestação, o SBN, o SNQTB e o SIB. Também estiveram presentes o SBSI e o SBC.

A manifestação decorreu num ambiente de protesto, música, balões gigantes, cabeçudos e bombos.

Porque o sucesso do Millennium bcp não deve encontrar respaldo na precariedade dos seus trabalhadores, com cortes e ausência de atualização da tabela salarial, os bancários decidiram manifestar o seu descontentamento publicamente.

Agora é fundamental recuperar e garantir a liberdade e direitos do coletivo.

Coletivo que é esta equipa composta por cerca de 7.100 trabalhadores no ativo. A esta causa juntaram-se os trabalhadores de outros bancos, num acto de solidariedade, mas também sabendo que só assim toda a classe pode ser representada.

Se houve um corte salarial porque não acontece a sua devolução? Por que razão decidiu chamar "compensação" à devolução dos valores retidos?

Foi neste ambiente de reivindicação organizada que decorreu a manifestação à porta da Assembleia Geral de Acionistas, onde os trabalhadores, envergaram vestuário negro com a frase "0% de aumento? Não Obrigado!", demonstraram a sua indignação, quanto ao impasse nas negociações, devolução dos valores retidos, negociação da tabela salarial e revisão do ACT, para trabalhadores no ativo, reformados e pensionistas.

Os trabalhadores do Millennium/BCP exigem a devolução na íntegra dos valores retidos entre 2014 e 2017 e a revisão da tabela salarial para todos (ativo, reformados e pensionistas). É notória a perda do poder de compra, ao longo da última década, face à estagnação da tabela salarial por um lado e ao efeito da inflação por outro.

O presidente da comissão executiva, Dr. Miguel Maya, afirmou no final da assembleia de acionista, que ainda não foi possível chegar a acordo com os sindicatos, mas que foi aprovada a "compensação" de 1/3 do valor retido, sendo que pelo menos será devolvido 25% do valor retido, sendo variável de acordo com os escalões de retribuição. No entanto sublinhou que a remuneração variável dos administradores, não ficará disponível, até ocorrer a totalidade da devolução dos valores retidos. Afirma ainda que vai discutir com os sindicatos como vai ser feita essa devolução.

Os sindicatos fazem questão de corrigir a "compensação" para devolução dos valores retidos e reclamam a devolução incondicional e imediata na sua totalidade, tendo entregue carta à administração, no decurso da assembleia geral, com pedido de devolução total e imediata dos valores retidos.

Não foi ainda alcançado acordo para a revisão da tabela salarial relativa a 2018 e a recuperação de direitos perdidos no ACT, durante o período de crise, que já terminou, continuando a decorrer negociações, que se espera sejam breves.

Não desistem!…

Por José Amaral

Os atuais banqueiros, quase todos de geração espontânea ou oriundos de coligações políticas/partidárias, não param de nos surpreender, sempre pelos piores motivos.

Exigem que os depositantes paguem, pelos depósitos (verdadeiros empréstimos) do dinheiro com que desenvolvem o negócio (!!!) e agora, querem também o descongelamento do tempo que o têm aguardado para onerar as operações que os clientes, seus depositantes (e donos do dinheiro), façam através do multibanco.

Tais mentes desviantes para os lugares que nunca deveriam ocupar, que saquearam o nosso dinheiro que tinham à sua guarda, querem, mais uma vez, que todos nós, utilizadores das referidas máquinas eletrónicas, sejamos seus trabalhadores, sem qualquer vínculo contratual ou vencimento, nem sequer seguro de risco de função em plena via pública, onde os assaltos são frequentes.

Esses senhores não merecem o nosso respeito, pois nem agiotas sabem ser, não passando de meros oportunistas.

Grande viagem à Índia (com Goa)

O SBN vai realizar uma viagem à Índia – com Goa incluída –, de 2 a 12 de setembro.

Depois da viagem do 1º dia, com saída do Porto ou de Lisboa, a 2ª jornada desenrola-se em Nova Deli, suas ruas e monumentos e o Forte Vermelho; subida em rickshaws – bicicarros tradicionais – para visita de Jama Masyid; visita de Raj Ghat, memorial onde se encontram as cinzas de Gandhi; visita panorâmica do palácio presidencial, do parlamento, do Qutab Minar e da Coluna de Ferro.

O 3º dia é marcado por uma viagem de 256 quilómetros, até Jaipur, cidade rosa do Rajastão. Ali ocorrerá uma visita panorâmica com passagem pelo Albert Hall e uma visita ao templo hinduísta de Birla, onde decorrerá o ritual cerimonial.

O 4º dia começa com uma excursão ao Forte de Amber, com passeio de elefante ou de jipe até ao cimo da colina. Regresso a Jaipur, com passagem pelo Palácio dos Ventos e visita do palácio do marajá e ao observatório astronómico.

O início do 5º dia é marcado pela saída em direção a Agra. No caminho, visita ao poço escalonado de Chand Baori e à "cidade fantasma" de Fatehpur Sikri.

O 6º dia é dedicado à visita do Taj Mahal, do Forte de Agra e à mesquita Moti Masjid, com tarde livre.

No 7º dia, regresso a Nova Deli e voo com destino a Goa, colónia portuguesa durante quase quinhentos anos.

O 8º dia é dedicado a uma visita panorâmica pela Goa antiga, conhecida como "Roma do Oriente" e à Basílica do Bom Jesus, com tarde livre.

Depois do 9º dia ser passado em Goa, com almoço no hotel, no 10º a manhã será livre, a que se seguirá o embarque em voo com destino a Bombaim e outro de regresso a Portugal, com refeições e noite a bordo.

A Santinha da Barrosa

Da autoria do associado do Sindicato dos Bancários do Norte Alberto Gomes Tavares, foi apresentado, no passado dia 25 de maio, no Salão Polivalente do Centro Paroquial da Igreja de Mafamude, no Porto, uma biografia de Ermelinda Ferreira Vieira. Também conhecida como "Santinha da Barrosa" ou "Irmã Ermelinda", é fruto inevitável do impacto que teve, junto de todas as classes sociais da época, em meados do século XX, nas vidas de todos aqueles que a procuraram, que a puderam conhecer, ou simplesmente de todos os que encontraram na sua memória a esperança renovada em si próprios e em Deus.

Viva em boa companhia.

PINHEIRO MANSO - RESIDÊNCIA SÉNIOR

CENTRO DE DIA

No Pinheiro Manso - Residência Sénior gostamos de olhar por quem já olhou por nós. Por isso, estamos preparados para lhe proporcionar a tranquilidade, a segurança e a independência que procura, num ambiente familiar em plena zona nobre da Boavista. Aqui, é tratado como sempre foi ao longo da sua vida: com carinho, afeto e respeito pelas suas necessidades individuais. Sinta-se acompanhado por uma equipa de profissionais com experiência acumulada, altamente qualificada e com formação multidisciplinar e especializada.

Encare cada dia com um sorriso. Porque aqui está em boa companhia.

NÚMERO AZUL

808 2 365 24

www.pinheiromanso.pt

Abertura do Centro de Dia

Zona da Boavista

SERVIÇOS DISPONIBILIZADOS:

- Alimentação (incluindo regimes de dieta ou de alimentação adaptada a orientações nutricionais)
- Cuidados gerais de enfermagem (preventivos e reabilitadores)
- Assistência médica regular
- Animação cultural, ocupacional e criativa
- Apoio psicossocial
- Fisioterapia
- Serviço de transporte

EQUIPAMENTOS:

- Enfermagem
- Sala de culto
- Sala de relaxamento
- Salas de atividades
- Salão nobre
- Salas de restauração
- Cabeleireiro
- Ginásio
- Jardim exterior
- Estacionamento privativo

PINHEIRO MANSO
RESIDÊNCIA SÉNIOR