

SINDICALISMO
Proximidade em marcha

SAMS
Mãos dadas com os associados

NORTADA

SBN
SINDICATO DOS TRABALHADORES
DO SETOR FINANCEIRO DE PORTUGAL

DIRETOR: FIRMINO MARQUES | DIRETORES ADJUNTOS: GUERRA DA FONSECA E PAULO COUTINHO - N.º 3 - SÉRIE V - 0,75 EUROS

Junho / Julho / Agosto 2022



Relatório, Contas e Salários



Junho / Julho / Agosto 2022
N.º 3 – Série V
Fotografia de Aires Araújo Pereira



4 SINDICAL

COMISSÃO PERMANENTE APROVA CONTAS



8 DESPORTO

RETOMA ATIVIDADES



10 SAMS

AFINAR CONCEITOS E ESTRATÉGIA



12 ÓRGÃOS CONSULTIVOS

CAMINHADAS E CRUZEIROS

3 EDITORIAL

Quando só os dividendos contam

4/17 SINDICAL

8/9 DESPORTO

Modalidades

10/11 SAMS

12/17 ÓRGÃOS CONSULTIVOS

Percursos culturais desvendam o Porto
Batismo de voo

17 SECÇÃO SINDICAL DE REFORMADOS

18ª encontro

18 LAZER E TEMPOS LIVRES

Férias: secretaria regista inscrições

19/21 RECREATIVO E CULTURAL

Apoio à publicação de livros
Núcleo de Fotografia
Grupo teatral

22/23 VOZ AOS BANCÁRIOS

FICHA TÉCNICA

Propriedade, Edição e Redação
SBN – Sindicato dos Trabalhadores do Setor
Financeiro de Portugal
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 – Sindicato dos Trabalhadores do Setor
Financeiro de Portugal

Reportagem
Francisco Oliveira

Grafismo e Impressão
Essência - Comunicação Completa
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 associados

Paulo Coutinho

Quando só os dividendos contam

Falando claro, os bancários, hoje, têm salários e pensões baixíssimas quando comparadas com profissionais de outros setores de igual ou menor exigência e responsabilidade, vivendo, muitos deles, com extrema dificuldade!



Vivemos tempos estranhos, imprevisíveis e extremamente difíceis. Depois de dois anos loucos em que vivemos fechados, aterrorizados por uma pandemia que abalou o mundo e cujas consequências ainda nem conhecemos, eis que do nada surge a guerra na Ucrânia, de contornos tenebrosos e que está a causar a maior crise de segurança na Europa desde a Segunda Guerra Mundial.

Como consequência, os indicadores económicos que há bem pouco pareciam indiciar uma sólida e robusta recuperação da crise pandémica, são agora tímidos e prudentes. A inflação e o custo de vida dispararam, as expectativas dos portugueses baixaram e o horizonte parece cinzento.

Mas se a situação é preocupante para todos, é-o, muito em especial, para os trabalhadores bancários. No ativo e na reforma.

Senão vejamos. Em 2021, o BCP e o Santander, na sequência de processos já iniciados de redução de pessoal por toda a banca e à boleia da pandemia, encetaram, injustificada e despidoradamente, processos de despedimentos coletivos. Sem necessidade económica que o justificasse e sem respeito por regras legais, morais e éticas, foram dispensados milhares e milhares de trabalhadores. Quer através do despedimento, quer através das abusivamente denominadas rescisões por mútuo conhecimento, quer, ainda, através de reformas antecipadas.

Entretanto, já em 2022 e com lucros de centenas de milhões de euros, os banqueiros propuseram aos sindicatos, de forma indecorosa, aumentos salariais zero. Inimaginável, inaceitável e vergonhoso! Até porque o sistema bancário em Portugal, felizmente, está robusto e sólido. As empresas estão bem capitalizadas e com excelentes níveis de rentabilidade, conforme provam os resultados deste ano. Lembramos que os seis maiores bancos fecharam o primeiro trimestre com resultados líquidos conjuntos superiores a seiscentos milhões de euros, valor que representa mais do dobro daquele que tinha sido alcançado há um ano.

Só após vários meses de negociações é que, muito a custo, as administrações, nas várias mesas negociais, aceitaram uma atualização salarial. Os sindicatos, presos na atual instabilidade da situação conjuntural e sem previsões confiáveis quanto ao futuro, acabaram por optar pelo seguro, aceitando aumentos consideravelmente abaixo do que pretendiam, mas comprometendo-se a que nas próximas propostas de revisão salarial se concentrarão na recuperação do poder de compra perdido. O que é, diga-se sem ambiguidades, mais do que justo, absolutamente indispensável, face aos valores que ano após ano, de forma sistemática, se têm perdido.

Falando claro, os bancários, hoje, têm salários e pensões baixíssimas quando comparadas com profissionais de outros setores de igual ou menor exigência e responsabilidade, vivendo, muitos deles, com extrema dificuldade!

Esta é a triste realidade de que muitos preferem não falar, ou esconder. É essencial denunciar esta situação e reafirmar que nestes casos, como em muitos outros, as atuais administrações demonstram uma total insensibilidade social, um total desrespeito e mesmo desprezo pelos bancários, não valorizando os que dão, ou que já deram, a cara pelas instituições para as quais trabalham, ou trabalharam, que muitas vezes colocaram o banco à frente das suas próprias famílias, e que sempre mantiveram a confiança dos clientes, constituindo-se, desta forma, o recurso mais importante e decisivo para a credibilidade e rentabilidade do setor! Este é o discurso que os atuais banqueiros não querem ouvir.

Infelizmente, aumentos salariais miserabilistas versus chorudos dividendos para os acionistas é o que parece ser o mote das administrações de um dos setores mais bem-sucedidos e lucrativos do País. Quero acreditar, porque sou ainda daqueles que acreditam na justiça e no sindicalismo, que o futuro será melhor.

Entretanto e na medida do possível, a todos, umas boas férias!

Comissão Permanente aprova Relatório e Contas

O Relatório e Contas referente ao exercício de 2021, bem como o parecer do Conselho Fiscalizador de Contas, foram aprovados por unanimidade na reunião da Comissão Permanente realizada em 7 de julho.

Na circunstância, e também por unanimidade, foi apreciada, votada e autorizada a Direção a subscrever a proposta de revisão das tabelas salariais e das cláusulas de expressão pecuniária do acordo de empresa da 321 Crédito e do BCP para 2021 e 2022, do Banco de Portugal e da Oitante para 2020, 2021 e 2022, e da Caixa de Crédito Agrícola Mútuo para 2017 a 2022.

No Relatório apresentado pela Direção, afirma-se que “o ano agora findo foi, uma vez mais, marcado pela pandemia COVID-19. Perante o desconhecido, temos sabido adaptarmo-nos a esta nova realidade e implementámos um conjunto de medidas que permitiram assegurar a prestação dos nossos serviços em segurança”.

Em termos estratégicos, foi destacado a maturação do projeto de acolhimento das *fintech* (novas tecnologias aliadas ao sistema bancário). Tratou-se de um ano em que, “uma vez mais, voltámos a efetuar apostas concretas na área da saúde, tendentes sobretudo a apoiar os nossos Beneficiários neste momento tão conturbado. (...) Desenvolvemos, igualmente, várias iniciativas com vista ao reforço da rede externa convencionada, em face da desvinculação efetuada com a AdvanceCare, (...) e demos continuidade ao esforço de rejuvenescimento do nosso quadro clínico nos Postos do Porto, Aveiro e Braga, tarefa realizada de uma forma prudente e equilibrada” – transcrição do Relatório da Direção.

No campo económico, o ano pautou-se por resultados que ficaram aquém das expectativas. Foi explicado que os RL do Regime Geral foram afetados pelo aumento verificado na principal rubrica de gastos – as Comparticipações (após a redução registada em 2020, motivada pelo menor recurso, por parte dos Beneficiários, aos serviços externos) e pela contabilização de gastos com Correções relativas a exercícios anteriores resultantes de comparticipações apresentadas pelo prestador AdvanceCare.

Desagregação dos resultados líquidos por UE

	2020	2021	dif. [2021 – 2020]
Atividade Sindical	776 566 €	483 015 €	-293 551 €
Regime Geral	1 958 767 €	-4 257 953 €	-6 216 720 €
FSA	187 962 €	205 411 €	17 450 €
Loja de Ótica	256 574 €	321 823 €	65 249 €
Pinheiro Manso	22 154 €	27 926 €	5 772 €
Estrutura Consolidada	3 202 024 €	-3 219 776 €	-6 421 800 €

Quadro 1 - Desagregação do resultado líquido apurado no exercício de 2021.

A Direção destacou o facto de terem sido recebidos 27,167 M € a título de quotizações e contribuições, valor que representa 88,37% do total dos rendimentos. Comparativamente com o exercício anterior, registou-se uma diminuição de 518 m € (ou seja, o equivalente a uma variação de -1,87%).

Evolução das Quotizações e Contribuições

	2020	2021	dif. [2021 – 2020]	var. (%)
Quotizações	3 513 317 €	3 430 075 €	-83 242 €	-2,37%
A. Sindical	2 321 628 €	2 264 051 €	-57 576 €	-2,48%
FSA	1 191 689 €	1 166 023 €	-25 666 €	-2,15%
Contribuições	24 172 313 €	23 737 107 €	-435 206 €	-1,80%
Quotizações e Contribuições	27 685 630 €	27 167 182 €	-518 448 €	-1,87%

Quadro 2 - Evolução das Quotizações e Contribuições.

O impacto da pandemia continuou a afetar o nível da prestação dos serviços internos do SAMS. Os rendimentos resultantes das atividades de âmbito clínico (que incluem os montantes provenientes da venda de senhas de consulta, de análises clínicas, de atos médicos internos e de penalizações por falta a consulta, entre outros) recuperaram, comparativamente com 2020, tendo-se cifrado em 497 m €. Nessa conformidade, foi assinalada a recuperação de 58 m € e 7 m €, respetivamente, nas rubricas de “Senhas de consulta” e “Utentes”, relacionada com o retomar da atividade prestada internamente no SAMS.

Evolução dos Rendimentos provenientes de serviços clínicos

	2020	2021	dif. [2021 – 2020]	var. (%)
Serviços Clínicos	399 756 €	496 602 €	96 846 €	24,23%
Senhas de consulta	182 372 €	240 356 €	57 984 €	31,79%
Complementaridade	42 655 €	50 348 €	7 693 €	18,04%
Utentes	97 504 €	104 855 €	7 351 €	7,54%
Análises clínicas	21 972 €	23 376 €	1 404 €	6,39%

Quadro 3 - Evolução dos Rendimentos provenientes de serviços clínicos.

Evolução dos Gastos com Comparticipações

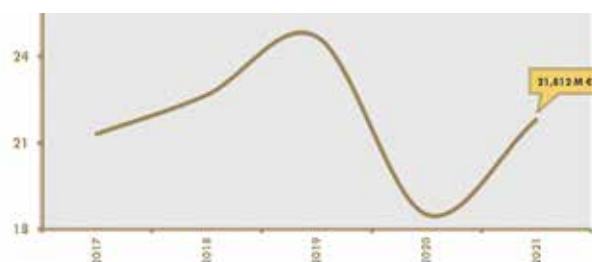


Gráfico 1 - Evolução dos gastos com as Comparticipações.

Relativamente aos gastos, verificou-se a predominância da despesa com a atribuição de comparticipações (gráfico 1), representando um peso de 64,23% do seu total e ascendendo a 21,812 M €.

Após o verificado em 2020, que culminou numa redução abrupta em gastos com Comparticipações, motivada pela atual situação pandémica que levou os nossos Beneficiários a recorrerem em menor escala aos serviços externos, esta conta sofreu, no ano em apreço, um aumento de 17,73%. As sub-rubricas com maior crescimento, em termos relativos, foram as Intervenções cirúrgicas (+36,42%) e os Internamentos (+26,16%).

Evolução dos Gastos com Comparticipações

	2020	2021	dif. [2021 - 2020]	var. (%)
Comparticipações	18 526 757 €	21 811 930 €	3 285 173 €	17,73%
Consultas médicas	1 983 326 €	2 223 485 €	240 159 €	12,11%
Intervenções cirúrgicas	2 002 975 €	2 732 468 €	729 493 €	36,42%
MAD	3 307 685 €	3 846 189 €	538 504 €	16,28%
Tratamentos	1 271 671 €	1 467 848 €	196 177 €	15,43%
Assist. medicamentosa	2 918 211 €	2 943 670 €	25 459 €	0,87%
Internamentos	1 358 159 €	1 713 388 €	355 229 €	26,16%
Assist. à terceira idade	595 610 €	531 495 €	-64 115 €	-10,76%
Médic	2 422 345 €	3 309 130 €	886 785 €	36,61%

Quadro 4 - Evolução das principais rubricas de Gastos referentes a Comparticipações.

Este aumento de 3,285 M € fez com que o gasto per capita com as Comparticipações tenha crescido para os 752 € (que foi o valor médio consumido por cada Beneficiário, durante o ano de 2021).

Evolução dos Gastos com o Pessoal

	2020	2021	dif. [2021 - 2020]	var. (%)
Gastos com o Pessoal	3 764 286 €	3 825 387 €	61 101 €	1,62%
Rem. Órgãos Sociais	106 568 €	109 211 €	2 643 €	2,48%
Rem. do Pessoal	2 609 488 €	2 629 870 €	20 382 €	0,78%
Seguros ac. trabalho	26 043 €	30 552 €	4 509 €	17,31%
Outros g. com Pessoal	272 348 €	301 379 €	29 031 €	10,66%

Quadro 6 - Desagregação dos Gastos com o Pessoal.

Esta evolução dos Gastos com o pessoal representa uma inversão da tendência que se tem vindo a verificar nos últimos exercícios, conforme se constata através da observação do gráfico 2.

Evolução dos Gastos com o Pessoal

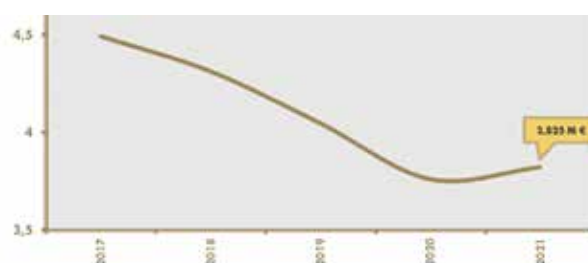


Gráfico 2 - Evolução dos Gastos com o Pessoal.

Por sua vez, os Fornecimentos e Serviços Externos diminuiram 3,98% relativamente a 2020, em função do decréscimo das atividades não principais. Assim, para além da redução de 34 m € em Ferramentas e utensílios, a Direção destacou a diminuição de 68 m € em Outros Serviços.

Evolução dos Gastos per capita com Comparticipações

	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Comparticipações	600 €	610 €	638 €	714 €	800 €	607 €	752 €
Consultas médicas	65 €	63 €	66 €	77 €	79 €	68 €	79 €
Interv. cirúrgicas	89 €	99 €	98 €	118 €	106 €	69 €	97 €
MAD	104 €	89 €	99 €	128 €	142 €	113 €	137 €
Tratamentos	42 €	42 €	44 €	44 €	53 €	43 €	52 €
Assist. medicamentosa	100 €	98 €	102 €	93 €	119 €	100 €	105 €
Internamentos	40 €	42 €	44 €	55 €	75 €	47 €	61 €
Assist. terceira idade	14 €	21 €	22 €	25 €	24 €	20 €	19 €
Médic	80 €	87 €	99 €	92 €	93 €	83 €	118 €

Quadro 5 - Evolução dos gastos per capita com as Comparticipações.

Seguindo as boas práticas contabilísticas, o SBN considera apenas em Gastos com o pessoal as verbas despendidas com os órgãos estatutários e com o pessoal vinculado à Instituição através de contrato individual ou coletivo de trabalho, enquanto os honorários pagos a trabalhadores independentes são considerados como serviços externos, classificados portanto em FSEs. Ora, se considerarmos ambas as rubricas, constatamos que estas ascenderam a 5,066 M €.

Os Gastos com o Pessoal, tendo-se cifrado em 3,825 M €, registaram um aumento de 1,62% face a 2020, em resultado de um incremento de 20 m € em Remunerações do Pessoal (verificada na UE da Loja de Ótica) e de 29 m € em Outros gastos com o Pessoal (registada no Regime Geral).

Evolução dos FSE

	2020	2021	dif. [2021 - 2020]	var. (%)
FSE	3 792 981 €	3 641 846 €	-151 135 €	-3,98%
Honorários	1 230 667 €	1 240 417 €	9 750 €	0,79%
Cons. e reparação	362 019 €	534 211 €	172 192 €	47,56%
Ferramentas e utens.	94 490 €	60 838 €	-33 652 €	-35,61%
Deslocações e estad.	46 695 €	61 490 €	14 795 €	31,68%
Comunicação	180 146 €	207 292 €	27 146 €	15,07%
Seguros	53 704 €	52 293 €	-1 411 €	-2,63%
Limp., higiene e conf.	192 463 €	236 040 €	43 577 €	22,64%
Outros serviços	374 955 €	307 013 €	-67 942 €	-18,12%

Quadro 7 - Evolução das principais rubricas de Fornecimentos e Serviços Externos.

No desenrolar da apresentação das contas deste exercício, a Direção abordou igualmente o desempenho alcançado na área do SAMS, mais concretamente no Regime Geral. Assim, foi destacado o facto de terem sido prestados internamente (através dos Postos Clínicos do SAMS) 96 005 atos, referentes a 54 120 Consultas, 15 558 Exames (M.A.D.), 375 Pequenas cirurgias, 17 762 Tratamentos e 4 043 Próteses Dentárias.

6 SINDICAL

Do total de consultas prestadas, assumem especial preponderância as especialidades de Estomatologia (com 14 683 consultas), Medicina Geral e Familiar (11 543), Oftalmologia (5 261), Ortopedia (3 296) e Cardiologia (2 206).

No que se refere à Loja de Ótica, destacou-se o nível dos resultados líquidos alcançados (cerca de 322 m € positivos). Depois do decréscimo na faturação verificado em 2020, em virtude de a Loja de Ótica ter estado encerrada no período do confinamento geral, assistimos a uma apreciável recuperação, para valores próximos do melhor registo histórico de sempre (verificado em 2019, com 1,182 M €). Nessa conformidade, apraz-nos destacar o incremento de 21,87% nas vendas.

Evolução das Vendas

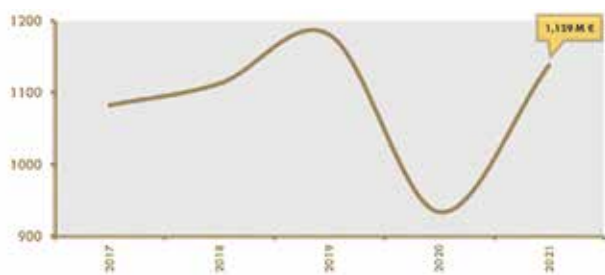


Gráfico 3 - Evolução do volume de negócios da Loja de Ótica.

A Direção realçou igualmente a manutenção dos excelentes níveis de liquidez, alavanca financeira e risco do SBN. De facto, o rácio de liquidez geral foi de 1,52, revelando a existência de uma elevada capacidade para honrar os compromissos de curto prazo. Por outro lado, verificou-se que o montante em Caixa e Depósitos bancários representa 96% do Passivo Corrente (na medida em que a liquidez imediata era de 0,96).

Por sua vez, no que concerne à rentabilidade financeira (ROE), verifica-se que esta foi de -24,62%, em função dos resultados líquidos apurados.

Evolução dos principais indicadores de rentabilidade e de liquidez

	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Liquidez Geral	1,80	2,70	3,34	1,95	2,20	3,17	1,52
Liquidez Reduzida	1,80	2,69	3,32	1,94	2,17	3,14	1,51
Liquidez Imediata	0,10	0,68	1,24	1,48	1,31	1,90	0,96
Rentabilidade Financeira (ROE)	-7,59%	-8,03%	-14,03%	-21,16%	-28,29%	20,18%	-24,62%

Quadro 8 - Evolução dos principais indicadores de rentabilidade e de liquidez.

Constatou-se igualmente que o SBN está a ser alavancado maioritariamente pelos Capitais Alheios, já que a Autonomia Financeira foi de 39,73% (Quadro 9).

Como é evidente, a diminuição dos Fundos Patrimoniais teve impacto em alguns dos principais indicadores (Quadro 10).

Evolução dos principais indicadores de alavanca financeira e de risco

	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Autonomia Financeira	41,43%	45,40%	48,53%	40,46%	41,94%	51,99%	39,73%
Endividamento	58,57%	54,60%	51,47%	59,54%	58,06%	48,01%	60,27%
Estrutura do Endividamento	0,74	0,42	0,30	0,46	0,29	0,28	0,52

Quadro 9 - Evolução dos principais indicadores de alavanca financeira e de risco.

Evolução dos principais indicadores de alavanca financeira e de risco

	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Debt to Equity Ratio							
Passivo Total / Fundo de Capital	1,41	1,20	1,06	1,47	1,38	0,92	1,52
Passivo Não Corrente / Fundo de Capital	0,36	0,70	0,74	0,80	0,98	0,67	0,73
Emp. Banc. e Similares / Fundo de Capital	0,20	0,59	0,38	0,42	0,52	0,37	0,41

Quadro 10 - Evolução dos principais indicadores de alavanca financeira e de risco.

De igual forma, o aumento do Ativo originou a melhoria de alguns dos indicadores (Quadro 11).

Verificou-se igualmente que os Capitais Permanentes assumiram uma menor importância no financiamento do Ativo Fixo Tangível (em 2021 este indicador foi de 1,47). Para além disso, é possível verificar que os investimentos continuam a ser financiados por capitais de longo prazo (Quadro 12).

Evolução dos principais indicadores de alavanca financeira e de risco

	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Passivo Não Corrente / Ativo	15,06%	31,69%	36,08%	32,41%	41,08%	34,72%	28,93%
Passivo Corrente / Ativo	43,51%	22,90%	15,39%	27,13%	16,98%	13,28%	31,34%
Capitais Permanentes / Ativo Total	56,49%	77,10%	84,61%	72,87%	83,02%	86,72%	68,66%
Ativo Fixo Tangível / Ativo Total	20,69%	35,84%	44,13%	42,75%	56,24%	52,04%	46,86%

Quadro 11 - Evolução dos principais indicadores de alavanca financeira e de risco.

Evolução dos principais indicadores de alavanca financeira e de risco

	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
R E F M = Cap. Permanentes / Ativo Fixo Tangível	2,73	2,15	1,92	1,70	1,48	1,67	1,47
Ativo Corrente / Ativo Total	78,40%	61,93%	51,46%	52,92%	37,36%	42,15%	47,73%

Quadro 12 - Evolução dos principais indicadores de alavanca financeira e de risco.

SINDICALISMO DE PROXIMIDADE

Recupera danos motivados pela Covid

O SBN – Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal, continua a recuperar, de forma constante, consistente e sustentada, dos momentos da menor atividade a que foi constringido pelo surto de SARS-COV-2.

Assim, fazendo justo ao lema de “um sindicalismo de proximidade”, as estruturas sindicais do SBN têm-se multiplicado em visitas aos mais diversos balcões.

Todavia, este incremento de trabalho exterior, vai continuar a desen-

volver-se, no sentido não apenas de interagir pessoalmente com os sócios e beneficiários, como também de explicar aos bancários ainda não filiados no SBN as diversas vantagens, aos mais variados níveis – saúde, jurídico, contratação, desporto, cultura e lazer, entre outros – de se juntarem ao nosso sindicato, engrossando as fileiras daqueles que clamam pela justiça necessária para recompensar o seu trabalho árduo (pilar primeiro e mais visível do contacto com os clientes que suportam o sistema bancário).



É urgente a reposição dos salários

“É urgente a reposição dos salários e dos rendimentos dos trabalhadores em Portugal” – sublinha o Secretariado Nacional da UGT.

E, reiterando a disponibilidade e empenho para um acordo – que acredita poder e dever ser fundamental para os trabalhadores –, o objetivo será: dialogar e lutar pela melhoria das condições de vida, quer de trabalho quer social, dos trabalhadores e pensionistas. O acordo que vier a ser negociado, deve garantir mais e melhores rendimentos e salários para os trabalhadores e suas famílias.

Contudo, espera sinais claros, no curto prazo, de aumentos salariais para os trabalhadores das administrações públicas e do setor empresarial do Estado, por parte do Governo, e a disponibilidade, por parte dos empregadores para, por via negocial, se proceder a uma real recuperação dos rendimentos e salários, drasticamente perdidos pelas nefastas consequências da conjuntura económica que Portugal e o mundo atravessam.

A UGT enfatiza que está preparada para estabelecer, responsabilmente, para uma mudança de paradigma, que corrija as injustiças do

passado e que responda às dificuldades urgentes que visivelmente se agravam dia-a-dia para milhões de trabalhadores portugueses.

A UGT exige que se corrija, a trajetória do salário mínimo para os próximos anos e que se dinamize a negociação e a contratação coletivas, para um urgente reposicionamento dos salários reais a níveis aceitáveis.

A UGT reivindica que seja repensada a fórmula de atualização das pensões mas não ao sabor de modas conjunturais, e questiona, onde andavam e andaram os atuais “arautos de mudança”, que só agora bradam pela ineficácia da fórmula.

Por ultimo, sublinha que pode sempre discutir o peso dos rendimentos do trabalho no PIB ou estabelecer objetivos de crescimento do salário médio – que sabe estar cada vez mais próximo do salário mínimo, o que é inaceitável –, mas salienta que esses são indicadores variáveis, oscilando com a economia e com o peso do emprego e que podem concretizar-se sem grande empenho, como ainda se verificou nos momentos mais recentes.

Há que valorizar a concertação social

Anteriormente, o Secretariado Nacional, em 26 de maio, tinha aprovado outra resolução, no sentido de valorizar a concertação social, dignificar o trabalho e aumentar os salários e os rendimentos.

A UGT aceita discutir os problemas da produtividade e da competitividade da nossa economia, reconhecendo a sua importância para o país, mas não esquecendo as décadas de aumento da produtividade sem o correspondente aumento dos salários, que o Governo bem reitera nos documentos que enquadram a discussão deste tema.

Para a UGT, o que deve resultar da discussão, em sede de concertação social, são compromissos claros no sentido de, por um lado, corrigir as acentuadas injustiças passadas na distribuição de rendimentos e, por outro, garantir, no futuro, aumentos reais de salários e rendimentos do trabalho que nos façam convergir com os nossos parceiros europeus, com medidas de incentivo à negociação coletiva; com o fim de uma política fiscal que continua a colocar (e de forma crescente) o grosso do peso dos impostos sobre os rendimentos do trabalho; e com uma efetiva penalização das políticas de verdadeiro *dumping* salarial, de concorrência desleal e de injustificada disparidade entre altos e baixos salários.

A dignidade dos salários é parte essencial de uma verdadeira agenda

do trabalho digno para os trabalhadores portugueses e nesta área fulcral, o Governo, mas sobretudo as confederações patronais, cumpram com o verdadeiro espírito da concertação social.

Na discussão de um Acordo de Rendimentos, a UGT reitera que deve haver prioridade aos salários e aos demais rendimentos do trabalho. Finalmente, a UGT garante estar sempre na linha da frente na exigência de medidas que respondam às necessidades reais dos trabalhadores e apresenta respostas para o momento imediato, face à perda generalizada do poder de compra, que apenas tende a agravar-se:

- Medidas que respondam não só às empresas, mas que criem também mais rendimento disponível para os trabalhadores.
- Medidas que não se limitem a mitigar os efeitos da inflação para as empresas, mas que controlem a formação dos preços e supervisionem a sua aplicação.
- Medidas que garantam a correção presente e futura da perda ou da redução do poder de compra já verificadas, incluindo ao nível do salário mínimo.
- Medidas que impulsionem a negociação coletiva, promovendo aumentos salariais reais.

Aliviadas que foram as restrições impostas pela pandemia Covid, o SBN – Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal retomou a atividade normal, para cumprimento do plano aprovado em Conselho Geral. Nesse sentido, através do pelouro do Desporto (desporto@sbn.pt), planeou e tem já em execução torneios nas mais diversas modalidades, abertas à participação de todos os associados e familiares, desde que beneficiários do respetivo SAMS.

As inscrições deverão ser feitas na Loja de Atendimento, na Rua Cândido dos Reis, 130, 2º, onde poderão ser obtidas mais informações, quer pessoal quer telefonicamente, quer ainda pelo email sag@sbn.pt, nos respetivos grupos desportivos.

Seguro de Acidentes Pessoais

Para segurança dos participantes, foi celebrado um seguro de acidentes pessoais, que passa a ser obrigatório em todas as modalidades que englobem riscos.

Nos termos da lei, para menores de 14 anos não se aplicará a garantia de morte e para maiores de 70 não é garantida a cobertura de invalidez permanente. Uma vez que o limite máximo de idade das pessoas seguras é de 75 anos, os maiores desta idade deverão fazer comprovativo de seguro de acidentes pessoais na inscrição ou serem portadores de apólice válida para o efeito durante a realização das provas. Para informações sobre as condições gerais e particulares da apólice, podem ser consultados os serviços ou o sítio sag@sbn.pt

Pesca

Torneios 2022 – Nova série

Pesca de mar, pesca de rio e corrico (surfcasting) são as modalidades de pesca desportiva mais tradicionais no seio dos associados do SBN, tendo por isso o pelouro do Desporto optado pela realização dos respetivos torneios (nova série).

Realizado que foi o torneio de pesca de mar, de cujo desfecho demos conhecimento na passada edição, relembramos que o 1º torneio de corrico (surfcasting) decorreu entre 28 de maio e 4 de junho e o 1º torneio de pesca de rio terminou no dia 11 de junho, em vila das Aves.

1º Torneio de corrico (surfcasting)

Armando Ribeiro e Novo Banco são os campeões de 2022

Realizada que foi a segunda prova de pesca desportiva de corrico (surfcasting), que teve lugar em Silvalde no dia 4 de junho, terminou o 1º torneio desta modalidade – nova série. Planeado para ser realizado em duas provas – a primeira teve lugar no dia 28 de maio, em Paramos – e a segunda realizada no dia 4 de junho, em Silvalde ditaram os campeões da modalidade em 2022.

Tendo participado onze pescadores, o apuramento final dos resultados de ambas as prova, veio a consagrar como campeão individual Armando Ribeiro (NovoBanco), que foi acompanhado no pódio por Paulo Oliveira (Santander) e José Xavier (MillenniumBCP), respetivamente segundo e terceiro classificados.

Coletivamente, a equipa do NovoBanco obteve o primeiro lugar, seguida do MillenniumBCP e do Montepio Geral.



Futsal

“Norte Unidos BM” é campeã 2022

Terminou no dia 30 de junho o 1º torneio interbancário de futsal, organizado pelo SBN-Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal e realizado com quatro equipas, em duas voltas, tendo-se consagrado vencedora a “Norte Unidos BM”, seguida por “Ventos Popularitas” e “Tripeiros BCP”. Em quarto lugar classificou-se o Banco de Portugal.



Xadrez

1º torneio de 2022

Sendo o Xadrez uma das modalidades tradicionalmente mais acarinhadas pelos Colegas, e sendo certo que sempre propicia um são convívio entre a Família Bancária, vai o SBN – Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal, através do seu Pelouro do Desporto (desporto@sbn.pt), organizar o Torneio respeitante ao ano em curso que, como habitualmente, se espera possa atingir elevado nível competitivo e, acima de tudo, represente uma oportunidade de excelente convívio entre todos os participantes, acompanhantes e organizadores. Podem inscrever-se todos os Associados do Sindicato, bem como familiares beneficiários dos SAMS SBN, e ainda outros familiares com o estatuto de Utente dos SAMS SBN.

A prova comportará 2 “blocos” de 3 jogos (jornadas) cada, a realizar em dois sábados, dias 3 de setembro e 1 de outubro de 2022.

Este 1º Torneio Interbancário só se realiza com um mínimo de 10 e o máximo de 32 inscrições que deverão ser efetuadas, até ao próximo dia 26 de agosto, na Loja de Atendimento do SBN na Rua Cândido dos Reis, 130-2º, no Porto, onde poderão ser obtidas mais informações, através do telefone 223 398 843 ou sag@sbn.pt.

Karting

Decorre até outubro o 1º torneio de karting do SBN-Sindicato dos Trabalhadores do Retor Financeiro de Portugal, que terá a prova final em 15 daquele mês, no kartódromo da Amorosa, em Viana do Castelo.



Bilhar Bola 8

Torneio 2022

Com a habitual normalidade, desportivismo e espírito de confraternização, decorreu, nas instalações da Secção Sindical de Reformados do SBN, durante maio, o 1º torneio de bilhar, bola 8.



“Saúde é um estado de completo bem-estar físico, psíquico e social, e não apenas a ausência de doença ou debilidade.”

(OMS, 1946/1948)

SAMS de mãos dadas com os associados

Cada vez mais se reconhece valor à autonomia da pessoa a nível do cuidar da saúde ou de minorar a doença. Os direitos do doente e a confiança no “seu médico” são indiscutivelmente valorizáveis, da mesma forma que é também imprescindível a qualquer ato médico o conhecimento e a aceitação pelo doente.

Convictos do nosso potencial endógeno e conscientes de que os serviços nas clínicas do SAMS - SBN fazem a diferença pela excelente qualidade de serviço prestado e no relacionamento próximo, definimos como uma das metas, a curto prazo, sermos literalmente os melhores em áreas que consideramos chave. Nada mais assertivo para que essa percepção se estabeleça, do que facultar aos nossos associados e beneficiários uma panóplia de serviços externos convencionados de grande qualidade, para, ainda assim, preferirem os serviços nas clínicas SAMS-SBN.

Lidar com a concorrência pode não ser tarefa fácil, mas é a melhor forma de afinar conceitos e aprimorar estratégias.

Ansiamos encetar uma revolução tranquila, de métodos sustentados, de objetivos claros e de saber fazer.

Profissionais de excelência, meios tecnológicos modernizados e planeamento tempestivo são ingredientes para a renovação de conceitos e lançamento de bases de uma ideia com futuro.

A qualidade de vida que todos queremos tem que assentar bases numa vida saudável. É para isso e por isso que aqui estamos:

SAMS-SBN de mãos dadas com os beneficiários.

Segue informação relativa a mais alguns dos Acordos celebrados e/ou reformulados com Entidades Prestadoras até fevereiro de 2022. Nas próximas Edições daremos continuidade à publicação de novos Protocolos para atualização desta rubrica.

Delegação do SBN – Aveiro 1. Clínica do Cértoma - Clínica Médico Dentária de Anadia, Lda. Morada (local de prestação dos Serviços) Av. Eng. Tavares da Silva, 133 NIPC: 504654470 Tel. 231516005 <i>Serviços Clínicos contratualizados</i> Consultas e Serviços Especiais de Especialidade - Diversas Especialidades Med. Dentária - Estomatologia/Dentisteria - Implantologia - Ortodontia - Próteses Dentárias Outras Valências - Nutricionismo - Osteopatia - Podologia Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêuticos - Audiometria - Timpanometria - Ecocardiograma - Eletrocardiograma - Doppler cardíaco - Reg. Holter - Prova de Esforço - Exames Endoscópicos e Proctológicos (Gastro) Tratamentos - Enfermagem Delegação do SBN - Braga 1. A Tua Clínica, Serviços Médicos Lda. Morada (local de prestação dos Serviços) R. Dr. Francisco Torres, nº 81 4750-160 Barcelos NIPC - 505731576 Tel. 253825559	<i>Serviços Clínicos contratualizados</i> Med. Dentária - Estomatologia/Dentisteria - Implantologia - Ortodontia - Próteses Dentárias Delegação do SBN - Guimarães 1. Clínica Paulo VI, Lda. Morada (local de prestação dos Serviços) R. Paulo VI, nº 402 4810-508 Guimarães NIPC: 510452434 Tel. 253420400 <i>Serviços clínicos contratualizados</i> Consultas e Serviços Especiais de Especialidade - Diversas Especialidades Med. Dentária - Estomatologia/Dentisteria - Implantologia - Ortodontia - Próteses Dentárias Outras valências - Nutrição - Podologia - Psicologia Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêuticos - Anatomia Patológica - Ecocardiograma - Eletrocardiograma - Doppler cardíaco - Mapa - Reg. Holter - Prova de Esforço - Oct Tratamentos - Enfermagem - Fisioterapia	2. Neurónio Cristalino, Lda Morada (local de prestação dos Serviços) R. Prof. Manuel José Pereira, nº 630 4805-128 Caldas das Taipas NIPC: 514761342 Tel. 253420490 <i>Serviços clínicos contratualizados</i> Consultas e Serviços Especiais de Especialidade - Diversas Especialidades Med. Dentária - Estomatologia/Dentisteria - Implantologia - Ortodontia - Próteses Dentárias Outras valências - Nutrição - Podologia - Psicologia - Terapia da Fala Tratamentos - Enfermagem - Fisioterapia Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêuticos - Anatomia Patológica - Ecocardiograma - Eletrocardiograma - Doppler cardíaco - Mapa - Reg. Holter - Prova de Esforço - Oct - Polissonografia
--	---	--

Delegação do SBN – Porto**1. Clínica Médica da Marginal, Lda.**

Moradas (locais de prestação dos Serviços)
Av. Infante D. Henrique, 1326
4480-670 Vila do Conde
NIPC: 503436615 | Tel. 252299698

Rua Fábrica, Edf. Brilhante - loja 10 r/c
4570-029 Balazar - Póvoa de Varzim

Serviços Clínicos contratualizados

Consultas e Serviços Especiais de Especialidade
- Diversas Especialidades (incluindo Fisiatria)

Med. Dentária

- Estomatologia/Dentisteria
- Implantologia
- Ortodontia
- Próteses Dentárias

Outras Valências

- Nutrição
- Psicologia/Psicoterapia
- Osteopatia
- Podologia
- Terapia Fala

Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêuticos

- Eletrocardiograma
- Ecocardiograma
- Doppler cardíaco
- Prova de Esforço
- Reg. Holter
- Espirometria
- Densitometria óssea
- Mamografia
- Radiologia

Tratamentos

- Enfermagem

2. Filhote - Clínica Pediátrica, Lda.

Morada (local de prestação dos Serviços)
Rua Alexandre Herculano, nº 38 | 3880-146 Ovar
NIPC: 503992585 | Tel. 256585676

Serviços Clínicos contratualizados

Consultas e Serviços Especiais de Especialidade
- Diversas Especialidades

Outras valências

- Psicologia/Psicoterapia
- Nutrição

Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêuticos

- Exames Ecográficos Ginecológicos

3. Instituto de Cardiologia do Norte, Lda.

Moradas (locais de prestação dos Serviços)
Tv. Conceição Fernandes, nº 98-lj.A
4430-068 Vila Nova de Gaia
NIPC: 507324137 | Tel. 224910817

R. Serafim Rodrigues Rocha, nº 39
4400-306 Vila Nova de Gaia
Tel. 223771011

Serviços Clínicos contratualizados

Consultas de Especialidade
- Cardiologia (Tv. Conceição Fernandes...)

Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêuticos

- Ecocardiograma
- Eletrocardiograma
- Doppler cardíaco

- Reg. Holter
- Prova de Esforço

4. Maria Júlia Machado, Lda (Clínica do Sono - Dra. Júlia Machado)

Morada (local de prestação dos Serviços)
R. Sá Bandeira, nº 726-2º Dto.
NIPC: 505725967 | Tel. 223389827

Serviços Clínicos contratualizados

Consultas de Especialidade
- Pneumologia

Serviços Especiais de Alergologia e Pneumologia

- Provas Funcionais Respiratórias
- Testes cutâneos, etc

Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêuticos

- Polissonografia

5. Medical Art Center, Clínica Médica, Lda.

Morada (local de prestação dos Serviços)
R. Dr. Jacinto Nunes, nº 34-R/Ch. | 4150-409 Porto
NIPC: 507215729 | Tel. 226164664

Serviços Clínicos contratualizados

Med. Dentária

- Estomatologia/Dentisteria
- Implantologia
- Ortodontia
- Próteses Dentárias

6. João, Nelson, Soares, Lda. (Maia Sorriso)

Moradas (locais de prestação dos Serviços)
Rua Simão Bolivar, nº 239 - 1º sl 4
4470-214 Maia
NIPC: 514321288 | Tel. 229484700

- Av. Conde, 6065 - 1º Esq. Frt.
4465-098 S. Mamede Infesta
Tel. 229028818

Serviços Clínicos contratualizados

Med. Dentária

- Estomatologia/Dentisteria
- Implantologia
- Ortodontia
- Próteses Dentárias

Delegação do SBN – Viana do Castelo**1. A Tua Clínica**

Morada (local de prestação dos Serviços)
Av. Santa Marinha, nº 689
NIPC - 505731576 | Tel. 258732182

Serviços Clínicos contratualizados

Consultas de Especialidade

- Medicina Geral e Familiar
- Medicina Interna

Outras Valências

- Nutrição
- Osteopatia
- Psicologia/Psicoterapia
- Terapia da Fala

Med. Dentária

- Estomatologia/Dentisteria
- Implantologia
- Ortodontia
- Próteses Dentárias

Tratamentos

- Fisioterapia

2 - Consulmoura-Serviços Médicos Lda.

Morada (local de prestação dos Serviços)
Praça D. Maria II, 162 | 4900-489 Viana do Castelo
NIPC: 508021650 | Tel. 258838401

Serviços clínicos contratualizados

Consultas de Especialidade

- Alergologia
- Cardiologia
- Cirurgia Geral
- Medicina Desportiva
- Pediatria
- Pneumologia
- Psiquiatria

Serviços Especiais de Alergologia

- Testes cutâneos

Serviços Especiais de Pneumologia

- Espirometria

Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêuticos

- Eletrocardiograma
- Reg. Holter
- Reg. Poligráfico do Sono

Outras Valências

- Nutricionismo
- Psicologia/Psicoterapia
- Terapia da Fala

Restante área territorial**I. Armamar****1. Argumento Dócil - Unipessoal Lda (Medicarm)**

Morada (local de prestação dos Serviços)
Av. 8 de Setembro, 57 Lj.D | 5110-121 Armamar
Tel. 254090148

Serviços clínicos contratualizados

Consultas de Especialidade

- Med. Geral e Familiar
- Ortopedia

Outras Valências

- Nutrição
- Osteopatia
- Terapia da Fala
- Terapia Ocupacional

Tratamentos

- Fisioterapia

II. Cantanhede**1 - Gomes Neto & Fernandes - Saúde Lda (Clínica Sorriso Catita)**

Morada (local de prestação dos Serviços)
Largo Catita nº 200/230-EN335 - Quinta da Ferreira | 3060-296 Covões
Tel. 231596384

Serviços clínicos contratualizados

Consultas de Especialidade

- Med. Geral e Familiar
- Cardiologia
- Medicina Física e de Reabilitação

Med. Dentária

- Estomatologia/Dentisteria
- Implantologia
- Ortodontia

Outras Valências

- Cinesioterapia Respiratória

Tratamentos

- Enfermagem

Os Órgãos Consultivos do SBN retomaram a atividade, interrompida pela malfadada epidemia Covid 19, tendo já realizado ou em andamento a organização de diversos eventos, destinados aos associados e respetivo agregado familiar, dos quais destacamos os que abaixo se elenca.

As inscrições deverão ser efetuadas na Loja de Atendimento, na Rua da Fábrica, 81, pessoalmente, através dos telefones 223398809/48, ou do email sag@sbn.pt.

Entende-se por agregado familiar, unicamente os familiares do associado, devidamente registados no SAMS.

Visitas, viagens e caminhadas

PÔE-TE A ANDAR PELA TUA SAÚDE...

78ª – “Rota do Gaia” Arcozelo das Maias – Oliveira de Frades

Foram 53 os caminheiros, associados do SBN e familiares, que se aventuraram no dia 21 de maio, na 78ª caminhada – “Põe-te a andar, pela tua saúde...”, – num percurso circular, denominado “Rota do Gaia”, em Arcozelo das Maias, Oliveira de Frades.

A ligação entre a natureza, os vestígios recentes da presença humana e as histórias de um passado mais longínquo, bem patente em todo o percurso, ficarão para sempre na mente dos participantes...



79ª caminhada

“Pelas serranias do Montemuro – Campo Benfeito – Castro Daire”

Foi promovida, no dia 23 de julho, por adiamento do dia 16 devido a motivos de força maior, a 79ª caminhada “Põe-te andar, pela tua saúde...”. A ligação entre a natureza, a agricultura tradicional, o pastoreio, a história da última rota transumante em Portugal, o património arquitetónico rural e os vários elementos etnográficos, alguns endógenos, acompanharam um percurso linear, não sinalizado mas moderado, denominado “Pelas serranias do Montemuro”, com saída de Cam-

po Benfeito, em Castro Daire. Esta caminhada cultural, com recurso a leituras de trechos de obras literárias que têm como pano de fundo a região, teve elevado interesse ambiental e foi marcadamente bucólica como habitualmente, orientada por um guia local credenciado - Albino José Poças, membro do Movimento Cívico de História, Etnografia e Regionalismos de Castro Daire, bancário no EuroBic, coadjuvado pelo Francisco Barros, do BST e colaborador do SBN.

Pelas serranias do Montemuro

Pontos de interesse

O percurso teve como principais motivos de interesse a Reserva da Borboleta-Azul, a Veiga do Rio Balsemão, nas Memórias Paroquiais (1758) ainda chamado por “Esfola Cabras”, a travessia da “Alagoa de D. João”, aquela que, na opinião do grande geógrafo Aristides Amorim Girão, será a maior superfície plana em altitude em todo território nacional, e a Ponte da Panchorra, monumento medieval que une as margens do Rio Cabrum, local onde, no final da caminhada, os mais corajosos, e menos friorentos, puderam mergulhar nas águas frias que brotam da nascente próxima.

Enquadramento local

A Borboleta-Azul-das-Turfeiras, espécie rara e uma das mais ameaçadas de Portugal, são apenas visíveis no verão em alguns lameiros de altitude, que têm que possuir, por sua vez, condições extremamente particulares.

A sua estratégia de sobrevivência é, talvez, a mais surpreendente de todas as 135 espécies de diurnas conhecidas no nosso país.

Durante o verão, acasalam e fazem as posturas nas flores de uma única espécie de planta, também ela rara, a genciana-das-turfeiras. Cada borboleta põe entre quarenta a 50 cinquenta ovos, que distribui por várias plantas.

Depois de passarem diversas semanas na flor da genciana, as lagartas – na altura já medindo três milímetros – abrem um orifício e atiram-se para o solo, onde são recolhidas por uma única espécie de formigas, do género “myrmica”, que as capturam pelas mandíbulas e as levam para o formigueiro, confundindo a lagarta por crias de formigas perdidas, por causa de uma substância hormonal, que imita os odores tão seus conhecidos.

No formigueiro, a lagarta leva uma vida predatória, alimentando-se das larvas das formigas até estar pronta para surgir nos lameiros, em meados de julho. Nesse momento as borboletas têm escassos segundos para abandonar o formigueiro, antes que se tornem elas mesmo presas das formigas, que se apercebem do logro, surgindo assim como uma das borboletas mais ameaçadas de Portugal.

Descrição do percurso

O percurso iniciou-se com uma visita à cooperativa de artesãs “As capuchinhas”, que aliam à tradicionalidade dos materiais e sabe-



res da manufatura ancestral a contemporaneidade do design. Com projeção internacional, têm como alguns dos destinos de exportação os USA e o Japão.

Depois da passagem da veiga foi iniciada a subida do monte Ladário, por onde se entra na chamada “Alagoa de D. João”, no dizer do insigne geógrafo Aristides de Amorim Girão, em “Montemuro – a mais desconhecida serra de Portugal”, edição de 1940, a maior superfície plana em altitude em todo território nacional., comparando-a à região dos Macondes, em Moçambique. Cenário da travessia a cavalo pelo Padre Amaro, entre a sua Paróquia de Feirão, num extremo do planalto, até à Igreja da Gralheira, noutra dos extremos, e aí se confessar ao abade desta, em “O crime do Padre Amaro”.

Depois da travessia desta região alagadiça na estação do inverno, do bosque de carvalhos que a tapa e de cursos de água como o Ribeiro do Taquinho, a aldeia da Panchorra é passada em direção à sua vetusta ponte medieval sobre o Rio Cabrum, local de um bucolismo e beleza ímpar.

Durante o trajeto foram efectuadas várias leituras, desde o já referido Eça de Queiroz a Abel Botelho (Mulheres da Beira, 1886), Aquilino Ribeiro (Geografia Sentimental), Rodrigues da Cunha (A moleirinha das Fragas) e Miguel Torga (Um Reino Maravilhoso) e Ruy Fernandes (Descrição do Terreno em Redor da cidade de Lamego, 1531-1532), todas obras que falam da região.

80ª Caminhada “Com o Douro ao pé... do Cais de Quebrantões, ao Areinho de Avintes”

A 80ª caminhada “Põe-te andar, pela tua saúde ...” realizou-se no dia 2 de julho, num percurso linear e fácil, denominado “Com o Douro ao pé... do Cais Fluvial de Quebrantões ao Areinho de Avintes”. Localizado entre quintas e pontes, compreendido entre o Cais de Quebrantões – em Oliveira do Douro – e a praia fluvial do Areinho de Avintes, é um percurso de grande beleza, que tem vindo a reabilitar antigos



caminhos e linhas de água que desaguam no rio Douro, bem como recuperar as memórias de algumas das antigas quintas existentes ao longo da margem esquerda do Douro, num percurso, aproximadamente, de dez quilómetros (5 x 2 – ida e volta).

A caminhada foi superiormente orientada por Francisco Barros, associado e colaborador do SBN.



Cruzeiro no Rio Douro | Porto – Régua – Porto

Descida do rio – 1ª edição

Decorreu, com a esperada e já habitual animação mais este evento do pelouro. Desta vez, foi a 1ª edição de um cruzeiro no Rio Douro, com subida de comboio e descida de barco.

O aliciente programa colocado à disposição dos participantes acolheu a presença de 72 associados, que no final se mostraram satisfeitos com a realização.



2ª edição

Dado o êxito alcançado com a 1ª edição desta iniciativa e a lista de inscrições existente, que em muito ultrapassou o máximo permitido, os Órgãos Consultivos levaram a efeito, no dia 14 de junho, a 2ª edição do cruzeiro no Rio Douro, que, tal como na 1ª edição, se iniciou com a viagem de comboio do Porto até à Régua e regresso de barco, descendo o rio.

Percursos culturais

“À descoberta da identidade portuense”

28ª – “Da Praça da Liberdade à Ribeira, através da área de Património da Humanidade”

Com a sábia e reconhecida competência de Joel Cleto como contador da história e das lendas que compõem o património portuense, decorreu no dia 27 maio a 28ª edição dos Percursos Culturais organizados pelo SBN, intitulada “Da Praça da Liberdade à Ribeira através da área classificada como Património da Humanidade”, num percurso com a duração cerca de duas horas e meia.

Joel Cleto abordou, desta vez, a “Introdução à História, ao Património e à Identidade da Cidade. Porque é que o Porto é a Invicta? Qual a relação do dragão com a cidade? O que foi o Cerco do Porto? Como e onde é que o Porto surgiu e como se desenvolveu? Como surgiu a velha relação do Porto e com a Inglaterra?”



29ª – “Da Ribeira à Torre dos Clérigos através do morro da Vitória”

A 29ª edição dos “Percursos Culturais”, intitulada “Da Ribeira à Torre dos Clérigos através do morro da Vitória”, foi um percurso com a duração de 2 horas e 30 minutos, sempre acompanhado pelo historiador Joel Cleto, que, entre outros factos e lendas, dissertou sobre os temas “Quando, onde e porquê surgiu o Porto? A importância do Douro no desenvolvimento da cidade. Como surgiu o vinho do Porto e qual o papel da cidade na sua origem? Qual a ligação do Porto ao bacalhau? A importância do Porto na Expansão Marítima dos portugueses. Quais as relações do Infante D. Henrique com o Porto? A igreja de S. Francisco e o ouro do barroco. Qual a origem do Palácio da Bolsa? S. Domingos: durante séculos a maior praça do Porto. Onde ficava a judiaria e qual o papel dos judeus no Porto? Qual a importância e significado da Torre dos Clérigos?”

O percurso foi pela Praça da Ribeira, Postigo do Carvão, Casa do Infante, Muro dos Bacalhoiros, Igreja de S. Francisco, Praça do Infante, Palácio da Bolsa, Largo de S. Domingos, Escadas da Vitória, Miradouro da Vitória, Rua da Vitória, Olival, Torre e Igreja dos Clérigos.



Workshops

Batismo de voo no aeródromo de Vilar de Luz



Maio

O SBN retomou, finalmente, a colaboração com o Aeroporto de Vilar da Luz, tendo promovido, no dia 7 de maio, mais um “batismo de voo panorâmico e turístico” de trinta minutos sobre o Grande Porto. E não

foi descabido o reinício desta atividade, o que pode ser confirmado pelo interesse desde logo manifestado pelos associados do SBN, que, em número inesperado, de imediato aderiram ao evento.



Workshops

Julho

A tão desejada como inesperada grande anuência a esta iniciativa levou o SBN a de imediato organizar novo evento, que se realizou no

passado dia 9 de julho, com a presença de 15 pessoas, no mesmo local e com o mesmo programa,



SECÇÃO SINDICAL DE REFORMADOS

18º encontro de reformados bancários

Com a presença de 170 participantes, entre associados do SBN e respetivos cônjuges, a Secção Sindical de Reformados levou a efeito no dia 4 de junho, no Hotel Santa Maria, em Alcobaça, o 18º encontro sobre o – Dia do Bancário Reformado.

O programa iniciou-se pelas 8 horas, com a partida dos autocarros de junto à Câmara Municipal do Porto, em direção à Nazaré, onde os participantes dispuseram de tempo para relaxar e usufruir das belezas da terra.

Seguiu-se depois para Alcobaça, onde, como o previsto, pouco passa-

va das 13 horas, foi servido, naquele hotel, um lauto almoço regional, seguido de uma tarde de convívio, com animação ao vivo e bar aberto de bebidas correntes.

Pelas 17h30 foi servido, no mesmo local, um lanche variado, findo o qual foi iniciado o regresso ao Porto.





FÉRIAS SBN

Apesar das circunstâncias extraordinárias que o mundo ainda vive, no âmbito da pandemia Covid19, o SBN, apesar de não publicar a tradicional "Revista de Férias", continua a ter à disposição dos associados ofertas especiais de cruzeiros e várias viagens de sonho, com a possibilidade de realização de reservas de férias, voos e viagens, mantendo parcerias competitivas com os nossos operadores.

O SBN convida, por isso, os associados e familiares interessados, a contatarem a secretaria do SBN, na Rua Cândido dos Reis 130, 2º, pessoalmente ou pelo telefone 223398843, através do e-mail sag@sbn.pt, ou ainda através dos telefones 223398800/05/09/17/48, onde, sem qualquer compromisso, podem solicitar informações e respetivas simulações e inscrições.

Devido à instabilidade do setor hoteleiro por força da pandemia, não será publicada a Revista de Férias 2022, pelo que qualquer informação sobre férias deverá ser obtida nos serviços do SBN, através dos meios acima indicados.

Também o pelouro Recreativo e Cultural, ultrapassado que estão as restrições impostas para controlo da pandemia que assola o mundo, promoveu, está ou vai promover diversos eventos, destinados aos associados do SBN e respetivos familiares. Para inscrição ou mais informações, os interessados deverão contactar 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 e-mail sag@sbn.pt.

Entretanto, estão a decorrer nas instalações da rua de S. Brás. 444, no auditório do SAMS, aulas de ioga, danças de salão e dança contemporânea, cujas inscrições se mantêm abertas para todos os associados e familiares.

Mantêm-se também abertas inscrições para aulas de pintura, ministradas por professores devidamente credenciados, a funcionar na Rua Cândido dos Reis, 74, às segundas e quintas feiras, das 15 às 17:30.

PUBLICAÇÕES LITERÁRIAS

Apoio a publicações literárias dos associados

A direção do SBN- Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal, tem vindo, ao longo dos anos, a apoiar associados, na publicação e divulgação de obras literárias de sua autoria.

Numa perspetiva de tornar mais efetivos esses apoios, o Pelouro Recreativo e Cultural da direção, fez aprovar em reunião de Direção o regulamento que a seguir transcrevemos.

REGULAMENTO DE APOIO A PUBLICAÇÕES LITERÁRIAS DE ASSOCIADOS

CAPÍTULO I - OBJETIVO

— Artigo 1º

O presente regulamento tem o objetivo de regular e definir as condições necessárias à atribuição de apoio a publicações literárias aos associados do SBN - Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal.

CAPÍTULO II - HABILITAÇÃO

— Artigo 2º

Pode habilitar-se ao apoio todo o associado de pleno direito e em situação regular com o SBN.

— Artigo 3º

Para que a obra possa ser enquadrada no concurso, o associado deverá preencher o "Questionário de Candidatura de Apoio do SBN a Publicação Literária dos Associados", que pode ser requerido junto dos Serviços Administrativos Gerais (SAG) e anexar, em suporte informático, a publicação pronta para editar, incluindo capa e contracapa (frente e verso).

CAPÍTULO III – FUNCIONAMENTO

— Artigo 4º

Após a entrega de todos os documentos necessários ao concurso será atribuído ao participante um número de processo.

— Artigo 5º

As obras serão facultadas, ao Pelouro Recreativo e Cultural, sem identificação, apenas numeradas pela ordem de entrada nos serviços.

— Artigo 6º

Os processos serão aceites em cada ano civil, em dois períodos que se compreendem entre janeiro a junho e julho a dezembro.

— Artigo 7º

O valor anual de apoio está orçamentado em 2.000,00€ (dois mil euros), que corresponde a um valor de 1.000,00 € (mil euros) por período.

CAPÍTULO IV – ANÁLISE E DECISÃO

— Artigo 8º

Dentro da sua competência, o pelouro, responsável pela análise das obras apresentadas a concurso, submeterá à Direção do SBN, no final de cada período, uma proposta sobre a pretensão do associado e a sua obra.

CAPÍTULO V – FINALIZAÇÃO

— Artigo 9º

A decisão será comunicada por e-mail ou por carta registada com aviso de receção, onde serão anexados a nota de apresentação redigida pela Direção do SBN e o respetivo logótipo como patrocínio, que o autor deverá colocar na obra.

— Artigo 10º

Comunicada a decisão, o associado deverá finalizar o processo no prazo de 60 dias (salvaguardando-se as situações de atrasos das editoras).

— Artigo 11º

O autor deve disponibilizar ao SBN uma quantidade de livros, observando a regra da proporcionalidade, entre o valor atribuído através do apoio e o preço de venda a público, com os respetivos direitos de venda a terceiros.

CAPÍTULO VI – CONDICIONALISMOS

— Artigo 12º

Só serão consideradas as obras da autoria de associados.

— Artigo 13º

Cada associado só poderá concorrer a este apoio uma vez. Este concurso não se aplica aos associados cujas obras literárias já foram patrocinadas pelo SBN.

— Artigo 14º

Apenas serão apoiadas as primeiras edições.

— Artigo 15º

Não será considerado qualquer pedido, em qualquer circunstância, se a obra já estiver pronta (publicada, à venda, finalizada a aguardar comercialização) através de editora/ou distribuidora, no caso de produção e venda independente.

— Artigo 16º

As situações não explanadas neste Regulamento serão analisadas casuisticamente pela Direção.

FOTOGRAFIA

Fernando Castro responde

Fernando Castro é um dos fotógrafos amadores que constituem o Núcleo de Fotografia do SBN, cuja atividade passa por um período de “marasmo”, devido à pandemia que a todos “adormeceu”.

Nortada quis ouvir este associado que, embora limitado, não deixou de exercer o seu “hobby” preferido...

P. Quando é que o Fernando deu início a esta atividade? O que o moveu a fazê-lo?

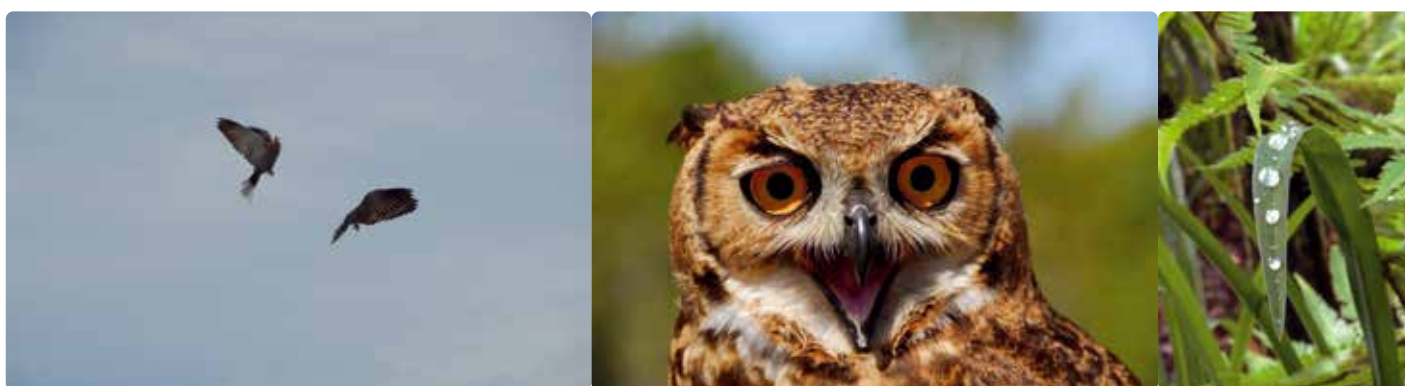
R. Ainda andava no liceu, quando recebi uma Agfa Clack, que ainda conservo. A partir daí sempre fiz fotografia.

Muito mais tarde, já de posse de uma SLR, comprei um ampliador para revelar e imprimir fotos em casa.

Quando me reformei, para evitar o sofá, inscrevi-me num curso de fotografia no SBN, com o objetivo de ampliar os meus horizontes, passando a integrar o Núcleo de Fotografia. Alguns anos depois, no Núcleo fomos passando do analógico para o digital, que é uma tecnologia mais cómoda e que melhora incessantemente.

P. Quando capta um pedaço da realidade através da sua máquina fotográfica, o que pretende comunicar? Eternizar aquele momento?

R. Uma fotografia pode ser um momento inopinado e fugaz, ou resultar de uma longa espera pelas condições ideais que ocorrem num dado local ou instante.



Aires Araújo Pereira

Aires Araújo Pereira – Associado 6.99. Natural de Tebosa – Braga – 1943 Em 1968 começou a trabalhar no BPA da Póvoa de Varzim.

Após ficar reformado, em plena época da grande evolução das novas tecnologias digitais, decidiu inscrever-se para frequentar as aulas do Curso de Fotografia Digital no SBN, ficando depois integrado no Núcleo de Fotografia do sindicato, onde continua a aperfeiçoar os seus conhecimentos e técnicas de fotografia digital, em colaboração com os colegas do Núcleo.

Participa regularmente nas exposições realizadas nas Galerias I e II do SBN e noutras onde o Núcleo de Fotografia se faz representar.



TEATRO



Grupo "Cêntimo Acto" ("CA-SBN")

Com mais de quarenta anos, este grupo, agora denominado, "Cêntimo Acto" (CA – SBN), consciente da indubitável contribuição e importância do teatro para a educação dos infantes e jovens, tem mantido esta disciplina para a vida, ainda que a vida não venha a ser o teatro, mas que é imprescindível para a expressão individual, motivadora da aprendizagem e catalisadora da interação social, entre outros inquestionáveis benefícios.

Com o inestimável apoio do SBN, Sindicato dos Trabalhadores do Setor

Financeiro de Portugal, através do Pelouro Recreativo e Cultural, mantém em cena a peça "Praça de S. Roberto", divertida, do quotidiano, e com a exaltação de valores, apanágio deste grupo de teatro.

Nas instalações do Auditório SBN, na Rua Conde de Vizela, 111, ensina e faz teatro em sistema de escola aberta, onde, também de abraços abertos e com a entusiasmada disponibilidade, aguardamos a inscrição de todos os interessados.



VOZ AOS BANCÁRIOS



No meu tempo

João Paulo Pires, Sócio SBN 24.207

No meu tempo, brincava na rua à bola com os vizinhos e descíamos o passeio inclinado em carrinhos de rolamentos, construídos ali mesmo. Mais tarde veio a moda dos primeiros skates, no entanto, eu apenas deslizava com o skate do meu vizinho.

As aulas eram de manhã e as tardes eram passadas na rua. Era o tempo de construir a cascata de São João com um pedaço de musgo, umas figuras em cima do passeio, para pedir um tostãozinho a quem passasse por ali, tudo em nome do Santo.

Por volta das cinco da tarde era hora de ir lanchar e aguardar pela abertura da emissão da RTP. Um pouco mais tarde o pai chegava do trabalho, o que foi sol de pouca dura. Passou a chegar cada vez mais tarde até que deixou de ver os filhos ao jantar. Tudo por causa de uma promoção.

Por vezes assistia ao TV Rural do Eng.º Sousa Veloso com os seus conselhos e ele terminava sempre com “Despeço-me com amizade até ao próximo programa”.

Outras vezes, no início dos anos 70, era a Pipi das Meias Altas e as suas aventuras com o macaco Herr Nilsson e o cavalo Lilla Gubben.

Dá-se a Revolução dos Cravos em Portugal, estava na sala da 4ª classe e o professor anunciou naquela manhã que a aula estava suspensa porque havia uma revolução. Por isso era mais seguro regressar a casa. Na televisão surgiam imagens de gente na rua a celebrar os primeiros momentos de liberdade.

Surgia também na RTP a «Heidi e o Marco» que faziam chorar qualquer um com as suas histórias tristes, apesar das paisagens verdejantes. Logo a seguir, deu-se a independência das então colónias portuguesas em África: Angola, Cabo Verde, Guiné-Bissau, Moçambique e São Tomé e Príncipe. Timor-Leste também proclamou a sua independência em 1975, mas foi de imediato invadido pela Indonésia, uma ocupação que durou até 1999.

Noutras alturas, enquanto lanchava, surgia o programa da telescola. Não entendia como era possível frequentar a escola através da televisão, sem haver castigos nem a presença física do professor. Nos tempos modernos o ensino à distância voltou à discussão.

Mais tarde, durante as férias, passava as tardes na marquise a ler os livros de «OS CINCO». As aventuras de quatro crianças e o Tim, um cão. Foi assim que ganhou gosto pela leitura. Depois surgiram as revistas de BD, “100 à Hora” ou a primeira revista dedicada à descoberta da puberdade e que se tornou no ícone de uma geração.

Gostava de folhear o livro dos «Porquê?» com 500 perguntas e 1.000 respostas, que havia sido oferecido ao seu irmão mais novo. Havia perguntas que nem lhe passavam pela cabeça. Mas depois de o ler, sentiu-se ainda mais confuso. Gostava mais do livro «Como Funciona», que lhe havia sido oferecido. A partir daquela data, os porquês nunca mais pararam de surgir.

Mais tarde apareceram as séries de TV «Uma Casa na Pradaria» e «Dallas» que nos fazia agarrar à TV. Há 45 anos, em 1977 surgia a primeira novela passada em Portugal: «Gabriela, Cravo e Canela», a novela que fez parar Portugal. “Eu nasci assim, eu cresci assim e sou mesmo assim. Vou ser sempre assim: Gabriela, sempre Gabriela”.

Por vezes os testes da escola eram sacrificados para não perder um daqueles programas.

No início dos anos 80 eram as aventuras do Tom Sawyer que ainda animavam a sua imaginação, embora já não o prendessem à TV.

Naquele tempo usava sapatilhas Sanjo, apesar de gostar mais das Stan Smith das Adidas, mas o dinheiro não dava para tudo.

As cassetes serviam para gravar as músicas do álbum que o vizinho

tinha acabado de comprar ou para gravar as músicas do programa de rádio «Rock em Stock» do Luís Filipe de Barros no final dos anos 70. Por vezes a fita da cassette desenrolava-se mas fazia a rebobinagem com a ajuda de uma caneta BIC.

Depois de uma época de cores sóbrias, surge a marca italiana Benetton que veio inundar o mundo de todas as cores. Infelizmente, em 1998, também foi denunciado o escândalo da fábrica em Istambul, na Turquia, que produzia para a Benetton, recorrendo ao trabalho ilegal infantil (11-13 anos) para produzir aquelas peças tão coloridas.

O ZX Spectrum estava em todas as montras das lojas de informática e apesar de ele namorar todos os dias aquele computador, no Natal apenas apareceu na casa do vizinho. Passavam juntos eternidades a jogar. Um teclado cinza, em fundo preto e as cores do arco-íris na diagonal. Para carregar um jogo, recorria-se a uma cassette e demorava imenso tempo. Depois de ouvir uns zumbidos era preciso verificar se o jogo tinha entrado.

Era tempo de liberdade, de sair para a rua. Eram as festas de garagem, onde beijar era especial, debaixo da bola de espelhos ao som dos Foreigner em «I Want To Know What Love Is», do Paul Young em «Everytime You Go Away», do Prince em «Purple Rain», Chris de Burgh em «The Lady In Red» e tantas outras músicas.

Naquele tempo muitos automóveis circulavam na estrada com um famoso autocolante de uma mulher com chapéu de cowboy afixado na traseira junto à matrícula. Mais tarde descobriu que se tratava de uma famosa discoteca em Benidorm e era orgulho ostentar aquele símbolo, sinal de que havia dançado na discoteca Penélope.

Mas em Portugal, cinco anos após a revolução dos cravos, nascia a mítica discoteca Griffon's no Centro Comercial Brasília, que foi equipado com as primeiras escadas rolantes da Invicta. Ainda hoje não entende como era possível dançar tanta gente em 30 metros quadrados. Era também o tempo das botas texanas.

Acompanhou a nova vaga nos anos 80 do expoente máximo das rádio pirata. Apesar das tentativas do Governo criar um quadro legal para o setor, só em 1988 se concretizou a publicação da Lei da Rádio. Até lá havia pedidos de licenciamento, mas foram todos recusados. Bastante mais tarde acompanhou algumas emissões da Rádio Delírio no Centro Comercial Raione, onde também funcionava a discoteca Number One. As rádios pirata forneciam músicas alternativas.

Já em 1989, poucos meses de ter iniciado a carreira profissional, acontecia a queda do muro de Berlim. Uma nova era, com o desmanchar da cortina de ferro, o início de uma nova era, o fracasso do bloco comunista e o reencontro de familiares que estavam separados e morriam de saudades.

Foi o tempo das crises do petróleo dos anos 70 e 80, que para além dos efeitos das guerras de Yom Kipur (1973), da revolução islâmica no Irão (1979) e da guerra do Irão-Iraque (a partir de 1980), se agravavam com a especulação financeira.

Naquele tempo surgia a defesa do meio ambiente, mas crescia a era do individualismo.

No meu tempo, que também é este, corre uma invasão militar da Rússia à Ucrânia, que já contabilizou 111 dias (desde 24 de Fev de 2022), de invasões, mortes, contra-informação, bloqueio de cereais que pode matar pessoas à fome e muito mais. Uma guerra que só interessa a alguns e o povo nada manda.

Afinal nem sempre é o povo quem mais ordena!

Finito

Por José Amaral

Cada vez há mais gente,
mas mais me sinto só.
Muitos olhos se fecharam
e muitos de nós já se foram,
que nunca mais me verão.
Na multidão, sinto-me só,
pois poucos sabem quem sou.
Muitos vivem na ilusão
que a vã glória conquistou.
Mas no fim desta missão,
um dia também eu vou.



A Verdade

Por José Amaral

Dizem, na guerra
não há verdade.
E mesmo que haja
mortes e destruição,
nem tudo isso verdade serão.
E quando o invasor se julga
senhor de tudo?
Então, em nome da verdade
só vale a sua verdade.
O agredido não tem verdade,
mesmo que para isso morra.
O agressor é o senhor,
dono de toda a verdade.
Há quem esteja contra a guerra
na defesa da paz,
mas defendem o agressor
contra a vítima incapaz.



A doença da memória

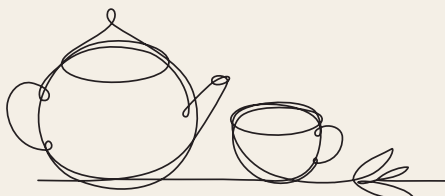
Por Raul Fernando Teixeira de Sousa

Eu não sei
Quem me pediu para lhe dizer,
O que fizera durante o dia
E como o passei,
De nada me lembrei.
De repente lembro o passado
E sei quem sou
Outras vezes, o que lembrei tudo voou.
Troco o nome dos que me amam,
Algumas vezes de todos me lembro
Outras vezes não sei
Se é janeiro ou setembro
Às vezes sinto saudade
Da minha liberdade.
Esqueço as horas de dormir
Ou de me vestir
Às vezes choro baixinho
Não por falta de carinho
Não acredito no futuro
Que o apagar da memória, é duro
Nem sempre tenho este tino
Não posso dar a volta ao destino
Haverá um momento,
Que tudo esquecerei
E nesse mesmo tempo

As mezinhas da minha Avó

Por Raul Fernando Teixeira de Sousa

Minha avó que Deus tem
Filantropa como ninguém
Há muito, muito tempo
Tratava dos males do corpo
Com mezinhas do campo
Que faziam ressuscitar um morto.
Chá de bagas de loureiro,
Para a indigestão
E para a dor da menstruação
O figo macerado,
Um ótimo laxativo natural
Destrutor de gordura corporal
Um bom anti-inflamatório
Para o trato respiratório.
A mezinha mais receita da
A mais procurada
Era o milagroso chá de malvas
Misturado com um branco pó
Um segredo ancestral
Que foi para a cova
Com a minha avó
Das mezinhas era a primeira
Que destilava qualquer bebedeira.



Não tenhas pressa de chegar

Por Raul Fernando Teixeira de Sousa



Não tenhas pressa de chegar
Faz o teu caminho passo a passo
Devagarinho...,
Vai afastando as pedras do caminho
E terás o tão esperado abraço
Mais apertado que um laço
De quem te espera,
Para te abraçar
Terás todo o tempo do mundo
Porque a vida é só um segundo
Não tenhas pressa de chegar



Novóptica com serviços para todo o público

Agora também aos sábados de manhã



A Novóptica funciona no piso térreo do edifício da Rua de S. Brás, numa clara e evidente vantagem para os beneficiários do SAMS e para todo o público que pretenda usufruir dos excelentes preços ali praticados.

Representando praticamente todas as grandes marcas mundiais de

armações e de lentes – quer medicinais quer de lazer –, a Novóptica é, assim, uma instituição que, mercê de uma política de preços concorrenciais, a coloca numa posição invejável de mercado.

As renovadas instalações tornaram-se, agora, ainda mais confortáveis para todos os utentes.

AVEIRO

Av. Dr. Lourenço Peixinho, 128-2º
Tel.: 234 403 830 | Email: aveiro@sbn.pt

BRAGANÇA

Av. Sá Carneiro, 226-1º
Tel.: 273 310 210 | Email: braganca@sbn.pt

PORTO

Rua de S. Brás, 444
Tel. 225 071 612 | Email: sbn@sbn.pt