

**DIA DOS AVÓS**  
Quinta da Presa – Meadela – Viana do Castelo  
29 de julho de 2023

A **Secção Sindical de Reformados**, com o apoio e colaboração da **Direção do SBN - Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal**, vai associar-se às comemorações do **Dias dos Avós**, cuja data se assinala em **26 de julho**, levando a efeito no dia **29 do mesmo mês, sábado, pelas 13h**, um almoço de confraternização e convívio, para todos os Associados e familiares, na **Quinta da Presa, na cidade de Viana do Castelo**.

A celebração do dia dos avós é feita através de eventos e de atividades que prestam homenagem e que pretendem demonstrar carinho e apreço a todos os avós.

Netos e filhos presenteiam simbolicamente os seus avós, de forma a agradecer o apoio e dedicação destes à família e mostrar o quanto eles são importantes para os seus familiares.



**PROGRAMA:**

- 8h30m** - Partida dos autocarros do Porto, junto à Câmara Municipal do Porto;
  - Tempo livre para visitar o centro da cidade da Póvoa de Varzim (± 60 m);
  - Tempo livre para visitar a cidade de Viana do Castelo, até às 12h45m;
- 13h** - Almoço (bacalhau, rojões, arroz de sarrabulho e tudo o resto);
  - Tarde de convívio e animação musical com bar aberto;
- 18h** - Lanche diverso;
  - Regresso ao Porto a seguir ao lanche, em hora a designar.

**Preço por pessoa** (inclui almoço, lanche, transporte e seguro)

**Associados e agregado familiar 35 € \***  
(até 80 anos inclusive)

**Associados e agregado familiar 40,50 € \*\***  
(dos 81 aos 90 anos inclusive)

**Acompanhantes 37,50 € \***  
(até 80 anos inclusive)

**Acompanhantes 43 € \*\***  
(dos 81 aos 90 anos inclusive)

**Crianças (dos 5 aos 10 anos) 17,50 €**  
**Crianças até aos 4 anos GRÁTIS**

Pessoas com idade superior a 90 anos - **SEM SEGURO**

Entende-se por agregado familiar, única e exclusivamente, os familiares do Associado, devidamente registados no SAMS/SBN.

Esta iniciativa só se realiza com um mínimo de **35** inscrições e o máximo de **100**.  
As inscrições deverão ser efetuadas na Loja de Atendimento do SBN (Rua Cândido dos Reis, 130-2º, 4050-151 Porto) até **21 de julho de 2023**.

Para mais informações contactar a Loja de Atendimento do SBN, através do telefone 223 398 843 (chamada fixa nacional) ou sag@sbn.pt.

Só se aceitam desistências, com garantia de reembolso, **até 24 de julho**, inclusive.

[WWW.SBN.PT](http://WWW.SBN.PT)

**IMPORTANTE:** Consulte, no verso desta Circular, as **INSTRUÇÕES DE PAGAMENTO** bem como o **SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS**

Saudações Sindicais  
A DIREÇÃO  
v.s.f.f. →



**DIA DOS AVÓS**  
Quinta da Presa – Meadela – Viana do Castelo  
29 de julho de 2023

Inscrição Nº \_\_\_\_\_

Nome Associado(a) \_\_\_\_\_ Associado(a) Nº \_\_\_\_\_

Telemóvel \_\_\_\_\_ E-mail \_\_\_\_\_ Ativo  Reformado

**Inscreve:**

Nome completo \_\_\_\_\_ Familiar  Acompanhante

Data Nascimento \_\_\_\_\_ N.º Contribuinte \_\_\_\_\_

Nome completo \_\_\_\_\_ Familiar  Acompanhante

Data Nascimento \_\_\_\_\_ N.º Contribuinte \_\_\_\_\_

Assinatura \_\_\_\_\_ Data \_\_\_\_\_

\* O preço por participante inclui Seguro de Acidentes Pessoais da Companhia de Seguros Caravela. Em caso de acidente, para acionamento do Seguro, indicar o nº da apólice 23/117560 junto de todas as entidades de socorro e médicas. Condições do seguro: aos menores de 14 anos não se aplica cobertura por morte; aos maiores de 70 anos não se aplica cobertura por invalidez permanente; idade máxima permitida para realização de seguro de acidentes pessoais: 80 anos (inclusive).  
\*\* O preço por participante INCLUI Seguro de Acidentes Pessoais (Seniores) da Companhia de Seguros Allianz. Em caso de acidente, para acionamento do Seguro, indicar o nº da apólice junto de todas as entidades de socorro e médicas. Condições do seguro: Franquia de 60 € por pessoa nas despesas de tratamento e repatriamento. Idade: dos 81 aos 90anos (inclusive).

## Dia dos Avós

“É cada vez menor o tempo que os pais dispõem para dedicar aos filhos, com horários prolongados, tempos infinitos perdidos em transportes, o esforço do dia a dia. Quando as famílias nucleares se dissolvem, agrava-se o problema. Muitas vezes, uma creche e um jardim de infância abertos das sete e meia da manhã quase até ao anoitecer tornam-se a solução possível para colmatar ausências, promovendo simultaneamente a socialização e o desenvolvimento dos mais novos.

Mas, para bem de todos, é com frequência possível contar com os avós, esteios firmes em todas as ocasiões. Muitos criam os netos. Outros vão buscá-los à tarde, brincam, passeiam com eles, tratam-nos quando estão doentes. Mais que isso, amam-nos inquestionavelmente.

Os avós continuam a ser os guardiões das histórias da família, os elos entre o passado e o presente, criando nos mais novos um sentido de comunhão, pertença, continuidade.

Não competem, nem devem competir com os pais ou com o jardim de infância, pois cada qual tem o seu papel.

Como avó, interrogo-me se será totalmente gratuito este amor total pelos netos...

E talvez não seja. Na idade madura, um neto é encarado de uma forma bem diferente daquela com que abrimos os braços para os nossos filhos. A experiência ensinou-nos a valorizar a magia de uma nova vida, a pureza da infância, a esperança que ela oferece. Eu exprimo-a assim:

*É uma pequena fada  
a voar no nevoeiro,  
é a andorinha  
que traz a primavera,  
é o riso da papoila  
a crescer da minha raiz.*



Encontramos nos netos a única forma de renascer, preservando a identidade de quem abre os olhos para o mundo e procurando dar-lhes tudo o que temos, o que sabemos, o que sentimos.

Ontem perguntava eu à minha neta de 2 anos:

- Onde vai amanhã a Nonô?
- Para a praia. E a avó?
- Eu fico sozinha em casa, a escrever.

Então ela beijou-me e disse:

- A Nonô leva a avó para a praia.

Claro que hoje estou em casa, sozinha, a escrever. Mas estou ao mesmo tempo com ela na praia, rindo e procurando conchinhas à beira-mar. E, por isso, sou feliz.”

**Luísa Ducla Soares**

Excerto / transcrição de:

<https://www.portoeditora.pt/espacoprofessor/paginas-especiais/educacao-pre-escolar/opiniao-pre/avos/>

Esta atividade poderá vir a ser cancelada e adiada, para data a indicar, no caso das condições climáticas não permitirem podendo a sua realização ainda sofrer alterações por outros motivos alheios à nossa vontade. Do facto, daremos informação a todos os inscritos, via telefone ou e-mail.

### INSTRUÇÃO DE PAGAMENTO

Não são aceites inscrições sem o respetivo **COMPROVATIVO DE PAGAMENTO** que poderá ser efetuado por débito direto (mediante autorização do Associado), presencialmente nos nossos serviços, ou ainda através de transferência bancária para a nossa conta de **NIB 0033 0000 0388 0164 34039**, e ainda o envio de confirmação de pagamento para o e-mail [sag@sbn.pt](mailto:sag@sbn.pt).

#### SEGURO DE ACIDENTES PESSOAIS

\* O preço por participante **INCLUI** Seguro de Acidentes Pessoais da Companhia de Seguros Caravela. **Em caso de acidente, para acionamento do Seguro, indicar o nº da apólice 23/117560** junto de todas as entidades de socorro e médicas.

Condições do seguro: aos menores de 14 anos não se aplica cobertura por morte; aos maiores de 70 anos não se aplica cobertura por invalidez permanente; idade máxima permitida para realização de seguro de acidentes pessoais: 80 anos (inclusive).

\*\* O preço por participante **INCLUI** Seguro de Acidentes Pessoais (Seniores) da Companhia de Seguros Allianz. Em caso de acidente, para acionamento do Seguro, indicar o nº da apólice junto de todas as entidades de socorro e médicas.

Condições do seguro: Franquia de 60 € por pessoa nas despesas de tratamento e repatriamento. Idade: dos 81 aos 90 anos (inclusive).