

25 DE ABRIL E 1º DE MAIO
LIBERDADE E DEMOCRACIA

NORTADA

90 ANOS
1934
2024
A FAZERCE OUVIR

SBN
SINDICATO DOS TRABALHADORES
DO SETOR FINANCEIRO DE PORTUGAL

DIRETOR: FIRMINO MARQUES | DIRETORES ADJUNTOS: GUERRA DA FONSECA E PAULO COUTINHO - N.º 11 - SÉRIE V - 0,75 EUROS

FEVEREIRO / MARÇO / ABRIL 2024



90
ANOS
CONFERÊNCIA

CONFERÊNCIA
O FUTURO
DA BANCA



Fevereiro / Março / Abril 2024
N.º 11 – Série V



4 SINDICAL
CONFÉRENCIA DOS 90 ANOS



11 CONTRATAÇÃO
BANCA CONTINUA COM PROPOSTAS PROVOCATÓRIAS



14 RECREATIVO E CULTURAL
APOSTAS NAS CAPACIDADES CRIATIVAS



16 SAMS
QUE SAMS?...

3 EDITORIAL

Banca: por onde andas, 25 de Abril?

4/10 SINDICAL

SBN festeja 1º de Maio
Sindicatos recorrem de tribunal
Bancários manifestam indignação
Solidariedade com Angola

11/13 CONTRATAÇÃO

Aumentos assim? Nem pensar!

14/15 RECREATIVO E CULTURAL

Núcleo de fotografia

16/19 SAMS

Tratamento de varizes

20/21 DESPORTO

Modalidades

22 SOCIAL

Pinheiro Manso em atividade

23 LAZER E TEMPOS LIVRES

24/29 ÓRGÃOS CONSULTIVOS

Dia Internacional da Mulher
Visitas diversas
Percursos culturais

30 SECÇÕES SINDICAIS

31 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
12 000 Exemplares

Distribuição gratuita aos associados



Firmino Marques

Banca: por onde andas, 25 de Abril?

Assistimos a uma constante perda de poder de compra e de direitos dos bancários, situação não reconhecida pelas administrações

Cinquenta anos são passados sobre a gloriosa madrugada que restituiu a Portugal a tolerância, a liberdade e a fraternidade, apanágio do povo português.

Liberdade e fraternidade tão festejadas e de imediato assumidas pelos trabalhadores bancários, que, unidos à volta dos seus sindicatos, souberam ser dignos da profissão que assumiram, sem nunca pôr em causa a defesa dos interesses quer profissionais quer sociais, nunca colocando os seus direitos acima dos interesses nacionais.

Após a nacionalização da banca, fruto dos tempos algo tumultuosos vividos na sociedade – próprios, aliás, de uma qualquer revolução –, os bancários sempre souberam dignificar as instituições em que exerciam a sua profissão, com o profissionalismo digno e cada vez mais consciente de que os clientes eram (e são) a matéria prima do “negócio” bancário.

Em termos sindicais, viveram-se tempos de algum fulgor, conseguindo obter e/ou solidificar alguns direitos sociais de que os bancários andavam arredados (saúde, reformas mais dignas, férias, feriados, crédito à habitação, etc. etc., etc. ...).

Foram criadas tabelas salariais com alguma dignidade e deu-se, na banca, o arranque do hoje tão proclamado “trabalho digno”.

No entanto a privatização (boa e desejada por uns, ou má e combatida por outros – consoante a ideologia, por cada um, democraticamente assumida), cedo veio a demonstrar as dificuldades negociais que se aproximavam...

O novo patronato cedo demonstrou que as suas intenções eram viradas para o lucro (é necessário compensar e remunerar bem os investimentos, dizem eles...) e menos quer para os trabalhadores quer para os clientes, que, à medida que o tempo avançava – e avança –, passaram a ser considerados apenas como “números”, impessoalizando-os.

Por sua vez, a introdução das novas tecnologias, que deveriam ser consideradas como auxiliares dos trabalhadores, facilitando-lhes o trabalho... foram e estão a ser usadas como armas de arremesso contra esses mesmos trabalhadores, provocando a sua substituição por máquinas, mandando para o desemprego ou para precoces reformas (as célebres reformas por mútuo acordo – “RMA” –, que mais não são do que despedimentos encapotados...), levando a que hoje se possa considerar que a profissão bancária se encontra em situação de extinção...

Atrás disso, ou por vias disso, assistimos a uma constante perda de poder de compra e de direitos pelos trabalhadores, situação não reconhecida (ou vergonhosa e demagogicamente assumida!...) pelas administrações da banca (veja-se as suas propostas negociais), que, como verdadeiros falcões ou lobos esfomeados, apenas vêm na banca e nos trabalhadores, o “venha para o nosso bolso... o vosso (sangue) esforço...”

Por tudo isto, pergunto: por onde andas 25 de Abril?...

O futuro da banca: oportunidades e desafios



“O futuro da banca: oportunidades e desafios” foi o tema da conferência que constituiu o primeiro dos diversos eventos que, ao longo do ano, o SBN – Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal assinala o nonagésimo aniversário da sua existência.

Com a moderação da jornalista Ana de Freitas, do grupo SIC/Expresso, foram oradores Susana Trigo Cabral (administradora executiva do BPI), Rui Fontes (do Conselho de Administração Executivo do Novobanco), Carlos Lobo (founding partner da Lobo, Carmona & Associados) e João Duque (dean and professor of Finance da Universidade de Lisboa).

Seguidamente, João Vieira Pereira e João Silvestre (diretor e diretor executivo do jornal Expresso), realizaram um podcast, que denominaram de Money, Money, Money.

A encerrar, Mário Mourão começou por agradecer a todos quantos participaram na conferência, em que foram debatidas as problemáticas presentes e futuras com que o setor bancário está e estará confrontado. Agradeceu também a presença do presidente da Irmandade dos Clérigos, padre Manuel Fernando, de Natália Ribeiro, da Direção de Recursos Humanos do Santander, dos representantes da UGT, da UGT-Porto, das direções do SBC, do Mais Sindicato e do STAS.

Por outro lado, felicitou também os membros de anteriores corpos gerentes do sindicato, que contribuíram, com a mesma força, deter-

minação e vigor, para que o SBN atingisse hoje a plataforma cimeira a que tão justificadamente tem direito, no contexto do movimento sindical português: Manuel António, Firmino Marques, Adriano Veneslau, Álvaro Leite, Artur Penedos e Moura e Silva, ali presentes, de entre uma lista tão pormenorizada que obrigaria a uma referência demasiado exaustiva.

Mário Mourão enfatizou que longa e plena de lutas, mas também de vitórias para os trabalhadores do setor, tem sido a vida do sindicato, que ganhou contornos de ainda mais acentuada notoriedade quando os primeiros dirigentes foram eleitos na assembleia geral realizada em 9 de março de 1934, dando origem ao respetivo alvará, publicado dezassete dias depois, com assinatura do subsecretário de Estado das Corporações e Previdência Social, Pedro Theotónio Pereira, que assim avalizava o então chamado Sindicato Nacional dos Empregados Bancários do Distrito do Porto.

Prosseguido a retrospectiva histórica, o presidente do SBN destacou que em 28 de dezembro de 1938, a assembleia geral aprovou o



Reveja a conferência na íntegra



Ouçã o podcast "Money, Money, Money"



primeiro instrumento de regulação coletiva de trabalho, quebrando assim algumas das grilhetas até então impostas pelo regime corporativista. Do lado patronal, o contrato foi celebrado com o Grémio Nacional dos Bancos e Casas Bancárias. Três dias depois, o documento foi aprovado pelo posterior subsecretário de Estado das Corporações e Previdência Social, Manuel Rebelo de Andrade.

E, mesmo com muitos problemas de permeio, causados pela PIDE e seus esbirros, as lutas continuaram no tempo e no espaço.

Até que chegou a Madrugada dos Cravos, proporcionando que o SBN se livrasse assim das limitações impostas pelos “vampiros” do regime – como lhes chamaria mais tarde o inesquecível José Afonso, numa das canções que comemorou, com selo de ouro, a revolução libertadora. Logo nessa madrugada redentora de 25 de Abril, o SBN disse “presente!”, nas ruas como nos gabinetes das estruturas governamentais, manifestando assim a afirmação inequívoca de que os trabalhadores bancários tinham de ser respeitados e a eles teriam de ser reconhecidos todos os direitos que lhes eram devidos, desde há longa data, até àquele momento histórico.

Foram estas ações que conduziram o SBN às celebrações do cinquentenário daquela data, que comemora sob o mote 50 vezes dois, ou seja, 50 anos de liberdade e democracia.

Mas, naquela altura, os tempos eram de agitação e de revolução, pelo que a Intersindical pretendeu impor a obrigatoriedade de uma prática de unicidade sindical, coartando o direito às virtualidades da democracia, designadamente à liberdade e à diversidade de expressão a que os trabalhadores aspiravam.

E Mourão recordou: Foi quando dezenas de sindicatos, liderados por centenas de dirigentes, deliberaram a criação do denominado Movimento Carta Aberta, que, no essencial, recusava a unicidade, para privilegiar a unidade, assim se aglomerando num movimento sindical livre, democrático e independente, que teve na UGT a sua expressão orgânica e que perdura até hoje, fazendo-se respeitar como parceiro social aos mais elevados níveis das instituições nacionais e tornando-se membro de pleno direito de confederações internacionais.

Corria o ano de 1976. Nessa mesma altura registou-se outro marco histórico para a vida do SBN, com a constituição do Serviço de Assistência Médico-Social (SAMS), que passou a conceder, entre outros

benefícios, proteção na doença e na maternidade aos bancários e às bancárias do Norte.

Outra data que pautou a vida do sindicato e dos Portugueses foi a vinda da Troica, cujas receitas venenosas foram geradoras de um clima social e económico que provocou uma verdadeira tempestade de incertezas desastrosas para as empresas e para os trabalhadores.

Nesta sequência, uns e outras acabariam por ser fustigados por fusões, de onde partiu a vaga de desempregos, que ainda hoje se faz sentir.

Prosseguindo pelos caminhos da História, Mário Mourão lembrou que, posteriormente, os sindicatos bancários filiados na UGT – SBN, SBSI e SBC, os únicos que abrangiam o setor de forma vertical – deliberaram constituir a FEBASE, com o objetivo de criar uma frente unida face às acometidas patronais e que veio a traduzir-se por intensa atividade, nomeadamente no domínio da negociação e da contratação coletiva.

Antes de terminar, o presidente do SBN voltou aos agradecimentos, desta vez aos associados do sindicato: Sem eles não seria possível esta vida que conta com uma história ímpar de nove décadas. Esta mesma história não teria sido possível sem o contributo também dos trabalhadores do sindicato, tendo muitos deles dedicado toda a vida de trabalho ao SBN, chegando alguns a desempenhar funções governamentais, assim contribuindo todos para o crescimento e para o engrandecimento desta instituição vibrante de proatividade que é hoje o SBN.

Mourão rematou: Cá estaremos para continuar a reforçar as raízes da árvore robusta que, com a seiva desta geração e das gerações futuras, garante aos trabalhadores bancários a defesa dos seus direitos, para uma vida digna e para salários justos.



Reveja as declarações dos protagonistas da conferência

Prémio de antiguidade: Sentença mantém decisão, Sindicatos recorrem

O Tribunal do Trabalho de Lisboa renovou a anterior decisão de que o prémio de antiguidade vencido com a entrada em vigor do atual ACT deve ser pago proporcionalmente por cada período, contrariando a tese dos Sindicatos.

Os sindicatos foram notificados pelo Tribunal do Trabalho de Lisboa, em sede de repetição de julgamento, da sentença relativa à ação de interpretação da cláusula relativa ao prémio da antiguidade, interposta pelo Banco Santander Totta e que tem o Mais Sindicato, o SBN, a Febase e o SBC, entre outros, como contrapartes.

O Tribunal de Trabalho de Lisboa considerou, em Primeira Instância, que o prémio de antiguidade vencido com a entrada em vigor do atual ACT deve ser pago proporcionalmente por cada período (ou seja, sobre o número de anos de cada um dos períodos), renovando assim a anterior decisão – e não dando razão ao que os sindicatos têm vindo a defender.

Totalidade do tempo

Recorde-se que em tribunal os sindicatos mantiveram a posição que sempre perfilharam: o prémio de antiguidade, que constava do ACT substituído pelo de 2016, deve ser pago tendo em conta todos os anos de serviço prestados e não, como têm entendido os bancos, na proporção pelos anos prestados por cada período.

Para os sindicatos, a disposição da cláusula 121.^a do ACT em vigor deve ser interpretada no sentido de que os anos relevantes – para o pagamento do prémio dos 15 anos, dos 25 anos e dos 30 anos – são a totalidade de anos decorridos desde a admissão do trabalhador na entidade patronal outorgante do acordo, até ao número de anos de efetivo e bom serviço prestados à data da entrada em vigor do referido ACT, respeitando-se, assim, a proporção direta de $x/15$, $x/25$, $x/30$. A presente decisão, que será objeto do respetivo recurso dos sindicatos, surgiu após o Tribunal da Relação de Lisboa ter ordenado a repetição do julgamento, considerando que a matéria de facto apurada era insuficiente para poder avaliar o fundo da questão em análise.

Refira-se, por fim, que noutro processo, em ação interposta por um bancário contra o Novo Banco, a tese dos sindicatos mereceu o acolhimento do Tribunal da Relação de Lisboa, tendo, curiosamente, também aí o Tribunal de Primeira Instância decidido em sentido contrário.



Basta!

Não é justo brincar com os trabalhadores!

O SBN, em conjunto com o MAIS Sindicato e com o SBC, promoveu uma concentração à porta da APB (Associação Portuguesa de Bancos), em Lisboa, a fim de mostrar a indignação dos bancários perante a consistente perda de poder de compra, e reclamar aumentos salariais justos e dignos, não apenas para os trabalhadores no ativo, mas também para os reformados que tanto contribuíram ao longo dos anos.

Esta foi uma iniciativa conjunta e solidária para com os nossos colegas em Espanha, que enfrentam desafios semelhantes. Juntos, pode-

mos fazer a diferença e enviar uma mensagem forte de que estamos unidos na luta por melhores condições de trabalho.

Nesse sentido, convidámos todos os nossos sócios a participar nesta iniciativa. A sua participação foi crucial para fortalecer os sindicatos e garantir que as vozes dos trabalhadores bancários sejam ouvidas. Juntos somos mais fortes!

Aos aumentos de 6% reivindicados pelo SBN, MAIS, e SBC para 2024, a Caixa respondeu com 3%, refugiando-se no Despacho das Finanças que limita a 5% da massa salarial. Os sindicatos rejeitam.

Por trás dos números estão vidas!

Os trabalhadores bancários em Portugal dirigem-se à opinião pública e à alta administração do setor com um grito unísono de insatisfação e preocupação com as atuais condições laborais. A banca portuguesa, que já testemunhou a dedicação incansável de milhares de profissionais ao longo de 10, 15, 20, 25, 30 anos, parece ter esquecido o valor humano por trás dos números.

Em 2011 e 2012, enfrentámos desafios significativos, e os trabalhadores bancários foram os pilares fundamentais que contribuíram para a estabilidade do setor, muitas das vezes à custa de enormes cortes salariais.

Hoje, lamentavelmente, percebemos que, em vez de serem reconhecidos como profissionais valiosos, são tratados como escravos da banca.

As nossas reivindicações são claras:

- **Reconhecimento das Carreiras:** reivindicamos a criação de carreiras sólidas que reconheçam a experiência e a dedicação dos trabalhadores ao longo dos anos;
- **Remuneração Digna:** os ordenados atuais não refletem o compromisso e a importância do nosso trabalho. Propomos um aumento salarial de 6% para corrigir esta discrepância. Refutamos as propostas da Banca de 2% e 3%;
- **Componentes Variáveis no Salário Base:** as componentes variáveis devem ser integralmente incluídas no salário base, garantindo maior estabilidade financeira para todos os trabalhadores no ativo e na reforma;

- **Progressão Automática:** defendemos a progressão automática de um nível para todos os trabalhadores, reconhecendo o seu empenho e evolução profissional. A verdade é que, enquanto os trabalhadores enfrentam condições precárias, os lucros extraordinários fluem para as mãos dos acionistas, muitos dos quais são estrangeiros.

Fruto do constante acréscimo de trabalho que sobrecarrega os trabalhadores, estes cada vez em menor número, fruto das constantes reduções de postos de trabalho no setor, sujeitos à pressão do trabalho suplementar não remunerado, são também os clientes prejudicados com horas de espera para serem atendidos nas agências bancárias. Não podemos aceitar ser tratados como simples peões num jogo onde o verdadeiro valor humano está a ser desconsiderado.

Exortamos as Administrações de todas as Instituições de Crédito e as entidades reguladoras, a considerar seriamente estas reivindicações, pois são essenciais para manter o setor bancário saudável e justo.

Basta de sermos vistos como números em folhas de cálculo – somos seres humanos com vidas, famílias e dignidade.

Juntos – trabalhadores bancários, sindicatos e comunidade –, exigimos respeito e justiça no ambiente de trabalho.

Pela Dignidade e Justiça Laboral

É urgente aprovar novas regras para a governação europeia

"Por mais justiça social, por uma Europa mais forte, resiliente e próxima dos cidadãos" – Resolução do Secretariado Nacional aprovada por unanimidade e aclamação

A UGT e o movimento sindical europeu, há muito que vêm reclamando a necessidade de uma alteração profunda ao modelo da Governação Económica europeia, corporizado nas regras do Pacto de Estabilidade e do Semestre Europeu.

A preocupação quase exclusiva com objetivos económicos, a rigidez – muitos diriam obsessiva – das metas do défice e da dívida, um modelo de recomendações e soluções iguais para todos e sem atender às especificidades dos Estados-Membros ou a imposição de calendários rápidos de ajustamento estão entre os aspetos objeto de severa crítica.

Uma crítica que advém do facto de as regras existentes se terem revelado, muitas vezes, um obstáculo à estratégia de desenvolvimento económico dos países, mas igualmente – e sobretudo – um entrave a uma mais efetiva implementação de políticas e objetivos sociais e até ao crescimento de salários, não respondendo às expectativas das pessoas e motivando, em última instância, um distanciamento entre os cidadãos europeus e o projecto europeu. A desadequação do modelo de governação existente apenas se tornou mais evidente com o eclodir da pandemia de COVID19, em que ficou claro que os Estados-Membros não teriam capacidade para responder à situação de crise sem uma suspensão das regras do Pacto de Estabilidade, que se prolongaria até 2023, sem uma intervenção diferente do BCE – no que concerne à emissão de dívida – ou ainda sem instrumentos financeiros e económicos, como o Generation EU, que permitiram a realização dos necessários investimentos e despesas, num princípio de solidariedade europeia. O processo de alteração das regras da Governação Económica, iniciado em 2021 na sequência das lições aprendidas, encontra-se agora numa fase crucial. Existe uma proposta em cima da mesa e que deverá ser em breve objeto de discussão e aprovação em Conselho Europeu.

Uma proposta que fica aquém do que o movimento sindical desejava, com um mais efetivo equilíbrio entre uma Governação Económica e uma Governação Social, que fosse mais longe no sentido de uma maior flexibilidade temporal de investimento e das metas orçamentais para os Estados-Membros. Mas uma proposta que, ainda assim, introduz alterações que irão permitir a extensão dos períodos de ajustamento, viabilizar novos investimentos em linha com os objetivos europeus, aliviar as metas de défice, introduzir o Pilar Europeu dos Direitos Sociais e o investimento social como uma prioridade a par com os investimentos nas áreas da economia verde, do digital e da defesa e reforçar a participação dos parceiros sociais, nomeadamente na construção dos planos nacionais. O Secretariado Nacional da UGT reconhece que é uma proposta longe do que se desejaria, mas

igualmente que é uma proposta que, a não ser aprovada, significará a manutenção das regras atuais e o arrastamento da incapacidade notória da União Europeia e dos seus Estados-Membros de fazerem face aos desafios com que nos confrontamos, servirá de pretexto a novas políticas de cortes e austeridade e significará a incapacidade europeia de responder de forma diferente a futuras crises. Mais, e em última instância, a não mudança, ainda que não desistindo de novos e desejáveis aprofundamentos futuros, poderá significar o fomento de novos alheamentos dos cidadãos europeus e o alimentar de novas demagogias e populismos. Todos aprendemos com as crises precedentes. Aprendemos que a solução não é a austeridade e teremos que ser exigentes para que estas novas regras não sejam usadas para o seu regresso. A solução tem de ser Mais Europa e não menos Europa. A solução tem de ser melhor Europa e não pior Europa. E estas lições não podem ser esquecidas num momento em que trabalhamos na renovação do quadro de governança europeia.

Diretiva europeia sobre o trabalho nas plataformas digitais

A poucos meses das eleições europeias, o Conselho de Ministros do Trabalho, Segurança Social, Saúde e Consumidores (EPSCO) chegou a acordo sobre o texto a ser submetido para aprovação no Parlamento Europeu. Esta proposta de Diretiva permitirá que o ónus da prova recaia sobre as empresas que doravante passarão a ter de provar que não têm uma relação de emprego com o trabalhador e, não o contrário. Nesta proposta de Diretiva, o papel dos sindicatos na organização dos Trabalhadores de Plataformas Digitais é reconhecido em todos os seus aspectos, designadamente na negociação salarial, na proteção social e na negociação coletiva. Tratou-se de uma vitória para os sindicatos que se organizaram a nível europeu para manter a pressão e para conseguir uma legislação que fosse ao encontro das aspirações dos trabalhadores. A nível nacional, uma vez aprovada a Diretiva, competir-nos-á zelar pela sua rápida e cabal implementação.

A UGT saúda o civismo e a adesão nas eleições legislativas

O Secretariado Nacional da UGT, saúda o povo português pelo civismo com que decorreram os recentes atos eleitorais, nomeadamente as eleições legislativas regionais dos Açores de 4 de fevereiro e as eleições legislativas nacionais do passado dia 10 de março, numa mostra de clara maturidade do nosso Estado de Direito Democrático. Mais, cumpre saudar os partidos políticos que nelas participaram, bem como registar positivamente a continuação da redução da abstenção nas eleições nacionais, sinal claro de envolvimento cívico nos atos fundamentais para o futuro do nosso País.

No plano nacional, e independentemente do cenário político que se concretizar, cabe à UGT afirmar que será fundamental responder aos anseios expressos pelos cidadãos durante a campanha eleitoral e traduzidos no seu voto, dando resposta aos problemas dos serviços públicos e dos trabalhadores com que nos confrontamos em áreas fundamentais do nosso Estado Social, da Saúde à Justiça, da Educação à Proteção Social, em diálogo e negociação com os sindicatos.

A UGT reafirma a necessidade de um reforço do diálogo com os parceiros sociais na Concertação Social, respeitando e reforçando os compromissos existentes – livremente firmados e que continuam a vincular os parceiros sociais subscritores e todo e qualquer Governo – e trazendo para a sua agenda os grandes desafios estratégicos com que Portugal se confronta.

A necessidade de se continuar um caminho de reforço dos direitos dos trabalhadores, ainda que num quadro de alguma estabilidade da legislação laboral e com mais negociação coletiva, a importância de respeitar a estratégia de valorização de salários em curso com o Acordo de Médio Prazo de Melhoria dos Rendimentos, dos Salários e da Competitividade e o reforço da formação profissional em linha com

os consensos tripartidos atingidos não podem ser esquecidos em nenhum cenário. Nestas e noutras matérias, com cada vez maior ambição, poderão contar com um escrutínio exigente, incluindo no que concerne a qualquer programa de Governo, por parte da UGT, mas também com o nosso empenho sério na construção de consensos e compromissos com vista a soluções de progresso social e económico num clima de desejável paz social. Seremos igualmente exigentes com os empregadores à mesa das negociações, onde se joga a efetivação dos objetivos acordados de valorização salarial, e denunciaremos as práticas daqueles que, porventura tentando aproveitar o clima de instabilidade política, pretendem minar a negociação coletiva, as condições de trabalho e até o crescimento económico, com atos de gestão que não refletem nos rendimentos dos trabalhadores os lucros que acumulam. Por fim, o Secretariado Nacional da UGT saúda a participação no processo eleitoral e a eleição de dirigentes e ex-dirigentes da UGT para o próximo parlamento, nos quais depositamos a nossa confiança para que a voz do movimento sindical democrático, livre e plural seja ouvida naquela sede, contribuindo para a melhor defesa dos trabalhadores que representamos.



Solidariedade com a greve em Angola

Moção aprovada por unanimidade e aclamação

As três centrais sindicais angolanas aprovaram, por unanimidade, uma greve geral interpolada com início a 20 de março e que vai decorrer em três fases, com um primeiro período de três dias entre 20 e 22 de março, outro de sete dias entre 22 e 30 de abril e outros 11 dias entre 3 e 14 de junho de 2024. É uma greve que, em primeira linha, envolve o setor público, mas cujas reivindicações são transversais e tem merecido o apoio dos sindicatos da generalidade dos setores. É uma greve geral pelo aumento do salário mínimo, pela subida dos salários, pela atualização de subsídios, pela maior participação sindical em matéria de segurança social e pelo desagravamento dos impostos sobre os ren-

dimentos do trabalho. A UGT manifesta o seu total apoio e solidariedade à Central Geral de Sindicatos Independentes e Livres de Angola (CGSILA), à União Nacional dos Trabalhadores Angolanos - Confederação Sindical (UNTA-CS) e à Força Sindical – Central Sindical (FS-CS) nesta luta, que é a luta de todo o movimento sindical, pela defesa dos direitos dos trabalhadores e pela dignificação do trabalho. A UGT deve ainda manifestar a sua forte preocupação com os incidentes e pressões já verificadas durante a greve geral, atentatórias do direito à greve, e manifestar o seu repúdio pela detenção de todo e qualquer sindicalista pelo exercício da sua legítima atividade em prol dos trabalhadores.



Todos ao 1º de Maio

Mais uma vez os trabalhadores vão comemorar o dia do trabalhador, data que mundialmente lhes é consagrado.

Também o SBN – Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal se associa a este dia incorporando a manifestação que a UGT – União Geral de Trabalhadores organiza, nesta data, em Vila Real.

Este 1º de Maio decorre num momento em que os trabalhadores bancários são confrontados com medidas gravosas e lesivas dos seus direitos.

Assim, apelamos à participação massiva dos associados do SBN, nesta jornada que queremos seja de confraternização e luta na certeza

de que só unidos, os trabalhadores podem ser vencedores, numa luta desigual, mas justa, pelos seus direitos como trabalhadores, como portugueses e como europeus.

Só unidos, os trabalhadores podem salvaguardar uma vida justa, com direito ao trabalho digno, a habitação condigna, com salvaguardo dos seus direitos económicos e sociais e humanos.

**Viva o 1º de Maio
Viva o dia do trabalhador.**

UGT
UNIÃO GERAL DE TRABALHADORES
PORTUGAL

1º de MAIO 2024
FESTA DOS TRABALHADORES
UNIÃO GERAL DE TRABALHADORES

SALÁRIOS E PENSÕES DIGNOS

RESPEITO PELA CONCERTAÇÃO SOCIAL

MAIS NEGOCIAÇÃO COLETIVA

35 HORAS PARA TODOS OS TRABALHADORES

EMPREGO COM DIREITOS

COMBATER A PRECARIIDADE

MAIS IGUALDADE

ACT

Banca continua irresponsável ao propor aumento de 2,5%!

As IC subscritoras do ACT acrescentaram mais 0,5% de aumento nas tabelas, proposta imediatamente rejeitada pelo SBN, MAIS e SBC.

Vivem num mundo de ilusão, se acreditam que Sindicatos e trabalhadores vão ficar sem fazer nada perante esta afronta.

Na sessão de negociação desta quinta-feira, 7 de março, nada ficou resolvido entre as partes.

Depois de cerca de um mês a “fazer cálculos”, as IC acrescentaram 0,5% à sua proposta inicial de 2% apresentada em novembro, em resposta à reivindicação de 6% de aumento dos sindicatos da UGT. Recorde-se que estava agendada uma reunião negociada para 8 de fevereiro, dia da concentração de trabalhadores frente à APB, que foi desmarcada pela banca com a justificação de necessitar de fazer cálculos para dar corpo a uma nova proposta. Um mês após tão aturados “cálculos”, surge a inaceitável “oferta” de 2,5% de aumento nas tabelas e cláusulas de expressão pecuniária.

Depois dos lucros astronómicos de 2023, as IC desavergonhadamente alegaram não ter condições para ir além deste valor percentual, apelando aos sindicatos para ponderarem aceitar a proposta e assim encerrarem-se as negociações.

Não, obrigado...

Os sindicatos da UGT não precisaram de tempo nem de cálculos para responder “Não”, pois 2,5% de aumento é inaceitável.

Impõem-se, mais do que nunca, a partilha dos lucros excecionais com os trabalhadores, cujo profissionalismo diário permitiu tais resultados. Os bancários no ativo e os reformados merecem e precisam de mais – os salários e reformas atuais são indignos de uma classe com os níveis de exigência e responsabilidade como é o caso da banca.

Não obstante a irresponsabilidade e insensatez da banca, o SBN, o MAIS e o SBC não darão o processo negocial por encerrado, esperando que durante as próximas semanas haja evolução na posição das IC.

BCP

Sindicatos verticais respondem ao BCP: nem pensar!

Em vésperas de apresentar resultados históricos, BCP propõe aumentos salariais de 2,125% aos trabalhadores. O SBN, o MAIS e o SBC, ficaram estupefactos – e obviamente rejeitaram liminarmente a proposta.

Mais um banco cuja administração não reconhece o empenho e o esforço dos seus trabalhadores. No mesmo dia em que uma agência de notação prevê para o BCP lucros entre 800 e 900 milhões de euros em 2023 – um resultado considerado histórico –, a instituição liderada por Miguel Maya propõe aos Sindicatos da UGT um aumento de 2,125% nas tabelas e cláusulas de expressão pecuniária, com exceção do subsídio de refeição, que seria de 13,50€.

A proposta do banco, que se não fosse tão indignamente miserável faria rir, foi apresentada na reunião de negociação de 23 de fevereiro, em resposta à reivindicação de 6% de aumento para 2024. A primeira reação dos Sindicatos foi de estupefação... que chegou quase à vontade de chorar.

Face às notícias vindas a público recentemente não era de todo expectável que a resposta do BCP fosse esta. Nesse dia, mesmo antes da reunião se iniciar, a comunicação social veiculava os excelentes resultados esperados para o banco.

Falta de memória...

O SBN, o MAIS e o SBC, não podiam deixar de repudiar a proposta do BCP, não só em função dos resultados atingidos, mas, e fundamentalmente, porque o banco parece ter esquecido que em tempos

extremamente difíceis foram os seus trabalhadores leais e empenhados que “salvaram o banco”, quando em 2014 foi necessário cortar salários para garantir postos de trabalho.

Desde esses tempos dramáticos que os trabalhadores têm ouvido os responsáveis do BCP dizer que seriam os primeiros a ser recompensados pelo esforço e dedicação ... é com esta proposta de aumentos que o fazem??? É com aumentos mensais de 20 ou 30 euros que reconhecem anos de sacrifícios???

Os Sindicatos compreendem a necessidade de partilha de lucros pelos acionistas, mas essa partilha deve ser feita também com os seus trabalhadores.

A negociação exige boa-fé e uma proposta desta natureza está longe desse princípio. É desonrosa para quem a faz e indigna para quem a recebe. Os trabalhadores merecem respeito e têm direito a aumentos salariais justos, que reponham o seu poder de compra e recompense o seu profissionalismo.

Não obstante, é convicção destes Sindicatos que nos próximos dias o BCP reveja a sua posição e apresente uma proposta justa, que reflita a partilha dos lucros com aqueles que os possibilitaram com o seu trabalho diário.

CCAM - CRÉDITO AGRÍCOLA

Crédito Agrícola antecipa aumentos mas negociações mantêm-se

As Caixas de Crédito Agrícola Mútuo (CCAM) avançaram já em fevereiro com um adiantamento de 2,5%. O SBN, o MAIS e o SBC, não se opõem, mas avisam que tal percentagem está muito aquém do necessário para fechar negociações.

A antecipação de um valor percentual, enquanto decorrem as negociações de revisão salarial, não é novidade, pois já se verificou em 2023. Os Sindicatos da UGT não a rejeitam, pois beneficia os trabalhadores. No entanto, frisam os Sindicatos, a sua concordância não significa, de modo nenhum, a aceitação tácita do valor percentual para um acordo negocial, já que a sua proposta de revisão salarial é de 6% nas tabelas e cláusulas de expressão pecuniária.

Contraproposta

Em resposta aos Sindicatos, a Federação Nacional das Caixas de Crédito Agrícola Mútuo (FENACAM) contrapõe um aumento para 2024 de 2,5% nas tabelas e cláusulas de expressão pecuniária, com exceção das seguintes:

– Subsídio de refeição, com uma revisão de 3,2%, para 11,35€ diários;

- Ajudas de custo, cuja atualização proposta é equiparada aos montantes aprovados para a função pública;
- Crédito à habitação sem aumento, mantendo-se o atual montante.

Iniciar negociações

O SBN, o MAIS e o SBC, rejeitam a proposta e solicitaram já a abertura da mesa negocial.

A proposta do Crédito Agrícola é inconcebível, pois não compensa, sequer, a inflação prevista por todas as instituições para este ano – o que foi assumido pela FENACAM na sua própria fundamentação económica.

Razões mais do que suficientes para os sindicatos exigirem um aumento percentual bastante superior à “oferta” apresentada pelo Crédito Agrícola.

Sindicatos e Crédito Agrícola iniciam negociações salariais

O SBN, o MAIS e o SBC, pretendem que o processo para 2024 das Caixas de Crédito Agrícola Mútuo decorra de forma independente do evoluir das restantes mesas negociais. A primeira ronda negocial entre os sindicatos da UGT e a Federação Nacional das Caixas de Crédito Agrícola Mútuo (FENACAM) para a revisão salarial do respetivo ACT decorreu esta quinta-feira, dia 7 de março.

Conforme comunicado de 12 de fevereiro, estes sindicatos tomaram conhecimento do adiantamento de 2,5%, feito por ato de gestão, percentagem que consideraram inaceitável, pelo que de imediato solicitaram a abertura do processo negocial.

Os sindicatos consideram que a verdadeira negociação teve início apenas agora, sendo importante ressaltar que este adiantamento não prejudica o processo negocial em curso entre as partes.

Na sessão, os sindicatos adiantaram que embora não se oponham à antecipação do aumento, como já aconteceu em 2023, o valor percentual é claramente insuficiente para fazer face ao aumento generalizado de preços que se tem vindo a verificar.

Por outro lado, e reconhecendo a especificidade do Crédito Agrícola, o SBN, o MAIS e o SBC apelaram para que a evolução da negociação ocorra de forma independente da evolução de outras mesas, nomeadamente da APB.

Estes sindicatos estão comprometidos em continuar a lutar pelos interesses e direitos dos trabalhadores das Caixas de Crédito Agrícola Mútuo, garantindo condições justas e equitativas para todos através da dignidade salarial.

MONTEPIO GERAL

Montepio: sindicatos repudiam aumento salarial de 2%

A proposta de revisão salarial do banco é inaceitável para os sindicatos da UGT, que contrapõem 6%.

À semelhança de outras Instituições de Crédito (IC), o Montepio ignora os bons resultados de 2023 quando se trata de compensar os trabalhadores. Numa total inversão das regras negociais, os bancos recorrem à futurologia na revisão das tabelas para 2024, ao invés de considerarem os dados do ano anterior.

Na reunião de negociações de dia 19 de fevereiro, o SBN, o MAIS e o SBC, deixaram claro ao Montepio que a sua proposta de 2% de aumento salarial é inaceitável.

Os sindicatos da UGT insistiram na justeza da sua reivindicação de 6% nas tabelas e cláusulas de expressão pecuniária, tendo em conta a inflação de 2023, bem como os resultados do banco, obtidos com o esforço e profissionalismo dos seus trabalhadores.

Além disso, frisaram, há anos que os trabalhadores vêm perdendo poder de compra, fruto de aumentos salariais sempre inferiores à taxa de inflação e sem qualquer acréscimo pela produtividade.

Na sua argumentação, o Montepio repete a ladainha usada este ano pela banca: o eventual menor crescimento económico, a eventual redução de pedidos de crédito de empresas e particulares, a eventual descida das taxas de juro do BCE – sem data prevista – que diminuirão o obscuro lucro obtido pelo diferencial entre os juros dos empréstimos face aos depósitos. Ou seja, futurologia.

Melhor rentabilidade de sempre

Sobre aos lucros de 2023 – um dado concreto – não se fala...

E, menos ainda, da partilha de resultados que, conforme resulta da informação publicada pela própria Instituição, o "... resultado líquido consolidado de 28,4M€ e recorrente de 144,5M€ com referência ao

ano de 2023, representando este último a melhor rentabilidade alguma vez obtida pela instituição e traduzindo um aumento de 110,7M€ face aos 33,5M€ registados no ano de 2022."

Por outro lado, refira-se que, ao contrário de outros bancos, o Montepio beneficiou da declaração de "empresa em reestruturação" para aliviar os quadros de pessoal, situação a que chegou pelos motivos conhecidos e para a qual nada contribuíram os trabalhadores – que foram as vítimas.

Por todas estas razões, os trabalhadores merecem aumentos salariais justos e estes Sindicatos não estão disponíveis para aceitar nada menos do que isso.

CAIXA GERAL DE DEPÓSITOS

Trabalhadores da CGD em greve dia 1 de março...

Depois de mais uma reunião de negociação infrutífera, o SBN, o MAIS e o SBC, decidiram convocar uma greve no banco que se realizou em 1 de março.

Os trabalhadores têm direito a aumentos salariais dignos.

Os sindicatos da UGT reuniram-se com a CGD no dia 21 de fevereiro para mais uma sessão de negociação. A resposta do banco à reivindicação de aumentos salariais de 6% foi manifestamente insuficiente: 3% nas tabelas e cláusulas de expressão pecuniária, com um aumento mínimo de 52,63 euros.

O SBN, o MAI e o SBC, rejeitaram a proposta, manifestamente insuficiente, para um banco que nos últimos anos tem tido resultados fabulosos. Os trabalhadores merecem aumentos que reponham o poder de compra perdido e exijam repartição dos lucros para que tanto contribuíram.

Como também merecem melhores condições de trabalho, cuja degradação é gritante, principalmente nos balcões. Uma Instituição que tanto fala para fora devia começar por olhar para dentro e aplicar internamente o que tanto apregoa.

Face ao diferendo, os sindicatos decidiram convocar um dia de greve, a 1 de março, tendo já emitido o respetivo pré-aviso. Os trabalhadores da CGD têm muitas razões para protestar.

O que os sindicatos da UGT reivindicam para os trabalhadores da CGD é da máxima justiça.

Perguntas e respostas, sobre a paralisação

P – Quem tem direito a fazer greve?

R – O direito à greve, consagrado no artigo 57.º da Constituição da República Portuguesa, é um direito liberdade e garantia de todos os trabalhadores, independentemente da natureza do vínculo laboral que detenham, do setor de atividade a que pertençam e do facto de serem ou não sindicalizados.

P – Deve o trabalhador avisar antecipadamente a entidade empregadora da sua intenção de aderir a uma greve?

R – Não, o trabalhador, sindicalizado ou não, não tem qualquer obrigação de informar o empregador de que vai aderir a uma greve, mesmo no caso deste Iho perguntar.

P – E depois de ter aderido à greve, tem de justificar a ausência?

R – Os trabalhadores não têm de proceder a qualquer justificação da ausência por motivo de greve. Podem, posteriormente, ter de inscrever no sistema de justificação de faltas, adotado na empresa, o motivo da ausência.

P – O dia da greve é pago?

R – Não. A greve suspende, no que respeita aos trabalhadores que a ela aderirem, as relações emergentes do contrato de trabalho, nomeadamente o direito à retribuição e, consequentemente, o dever de assiduidade e subordinação. Mas só esse dia é que pode ser descontado.

P – E perdem também direito à antiguidade?

R – Não prejudica a antiguidade do trabalhador, nem a contagem do tempo de serviço.

P – O empregador pode por qualquer modo coagir o trabalhador a não aderir a uma greve ou prejudicá-lo ou discriminá-lo pelo facto de a ela ter aderido?

R – Não. É absolutamente proibido coagir, prejudicar e discriminar o trabalhador que tenha aderido a uma greve. Os atos do empregador, que impliquem coação do trabalhador no sentido de não aderir a uma greve e/ou prejuízo ou discriminação pelo facto de a ela ter aderido, constituem contraordenação muito grave e são ainda punidos com pena de multa até 120 dias (art.ºs 540.º e 543.º do CT, respetivamente).

Descoberta, ampliação e otimização das capacidades criativas

As inúmeras iniciativas propiciadas pelo Pelouro Recreativo e Cultural permitem aos associados e familiares descobrirem, ampliarem e otimizarem as capacidades criativas, através das artes dramáticas e pictóricas, assim como melhorarem a condição física, cognitiva e emocional, mediante diversas atividades.

Bem-estar físico e mental

Aulas de pilates

São focadas no bom desempenho físico e psicológico, proporcionam estabilidade e manutenção da coluna, agilidade e movimento, prevenindo e aliviando dores de coluna, reforço muscular e ósseo, coordenação e consciência corporal. Permitem a diminuição da ansiedade, através do relaxamento muscular e de exercícios respiratórios.

Aulas de ginástica de manutenção

Possibilitam o emagrecimento, a tonificação e o fortalecimento do corpo.

Aulas de dança contemporânea

Partilhando técnicas, métodos de trabalho e movimento facilitam a aquisição de habilidades motoras, noção espacial, aptidão de assimilação e reprodução de movimento e destreza física.

Aulas de ioga

Trabalham o corpo e a mente através de exercícios (asanas/ pranayamas) que proporcionam a diminuição da ansiedade, dores no corpo e stresse.

Aulas de danças de salão

São direcionadas para a aprendizagem de diferentes tipos de danças latinas e clássicas através da vivência do ritmo, do espaço e dos gestos.

Grupo de treino cognitivo

É ministrado por uma neuropsicóloga, para pessoas com mais de 65 anos, cognitivamente saudáveis, para se manterem intelectualmente ativas mediante a estimulação do cérebro, promovida pelos desafios mentais.

Grupo de mindfulness

É conduzido por uma psicóloga clínica. Definido como treino mental, permite a redução do stresse, a prevenção da depressão e da ansiedade, o aumento do bem-estar e uma maior clareza mental, ajudando a lidar com os desafios do dia a dia e a ter uma melhor relação consigo mesmo e com os outros.

Aprendizagem e criatividade

Aulas de pintura

Traduzem-se no ensino de várias técnicas com diversos materiais de pintura, ministradas por professoras licenciadas em Belas Artes e com elevada experiência em aulas de educação visual.

Aulas de teatro

Promovem a aquisição de conhecimentos de representação teatral através da integração no Grupo de Teatro "Cêntimo Ato", que conta com 25 anos de experiência. As atividades dramáticas têm benefícios para todas as pessoas, de todas as idades, que pretendam ou não seguir a carreira artística. Os exercícios dramáticos permitem melhorar a voz, o olhar, os gestos, os movimentos, o equilíbrio, a flexibilidade, melhorar a autoestima, falar em público sem inibições e desenvolver o intelecto através da memorização.

Fotografia

Conforme noticiamos noutra página, o Núcleo de Fotografia continua em atividade. Os associados que se sentem vocacionados para esta arte, podem aproveitar os ensinamentos dos membros do Núcleo.

Saiba mais através da Loja de Atendimento do SBN, na Rua Cândido dos Reis, 130- 2º, 4050-151 Porto, tl 223 398 843, e-mail: sag@sbn.pt

Aulas de modelação e decoração de cerâmica tradicional

Estão abertas as inscrições para as aulas de Modelação e decoração de cerâmica tradicional, destinado aos Associados do SBN, familiares e acompanhantes.

Conteúdo programático:

- Breve introdução aos princípios básicos da cerâmica;
- Abordagem geral aos diferentes tipos de argilas;
- Prática de amassar e modelação com técnicas diversas (Pinch Pote, técnica do rolo, técnica da lastra, etc.);
- Decoração em cru: texturas, carimbos, colagens, engobes, entre outras;

- Abordagem a vários tipos de decoração sobre chacota: tintas, engobes, lápis cerâmico e vidrados;
- Abordagem ao azulejo tradicional português (majólica e corda-seca). O programa é adaptado ao ritmo e evolução natural dos alunos e, após terminadas, as peças serão cozidas e serão propriedade dos alunos. Para inscrição ou mais informações inscrições contactar a Loja de Atendimento do SBN (Rua Cândido dos Reis, 130-2º, 4050-151 Porto). Pessoalmente ou através do telefone 223 398 843 (chamada fixa nacional) ou sag@sbn.pt.

Cerâmica Dia da Mãe (para mães e filhos)

Destinado aos associados, familiares e acompanhantes, o SBN - Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal, através do Pelouro Recreativo e Cultural, vai promover um Workshop que denominou "Cerâmica Dia da Mãe", cujo conteúdo programático tem como base uma breve abordagem aos diferentes tipos de cerâmica e técnicas de fabrico na execução e decoração de peça em faiança em conjunto mãe e filho(a).

Enquadrado nas comemorações do "Dia da Mãe", após a secagem das peças as mesmas serão cozidas e vidradas e poderão ser levantadas nas instalações do SBN em data a definir.

Este workshop só se realiza com um mínimo de 4 crianças inscritas. As inscrições deverão ser efetuadas na Loja de Atendimento do SBN (Rua Cândido dos Reis, 130-2º, 4050-151 Porto) até 2 de maio, local onde poderão ser obtidas mais informações através do telefone 223398843 (chamada fixa nacional) ou sag@sbn.pt.

Cêntimo Acto – Grupo de Teatro do SBN

As inúmeras peças teatrais ensaiadas foram apresentadas em diferentes palcos, incluindo festivais de teatro, muito apreciadas por um vasto público. É sabido que as atividades dramáticas têm benefícios para todas as pessoas, de todas as idades, que pretendam ou não seguir a carreira artística.

Através do teatro várias habilidades e aptidões são desenvolvidas, tais como expressão corporal, expressão vocal, criatividade, comunicação, concentração, memorização, empatia, tolerância, trabalho de equipa, disciplina, combate à timidez e autoconhecimento.

Nesta perspetiva, o SBN, mais uma vez proporciona aos seus associados e respetivos agregados familiares, formação em teatro, através do seu grupo de teatro "Cêntimo Acto" que conta com 25 anos de experiência, e onde já muitos talentos foram revelados, para o que estão desde já abertas as inscrições.

A formação é ministrada aos sábados, das 9h30 às 12h30, no Auditório Conde Vizela, Rua Conde de Vizela, 111, no Porto.

NÚCLEO DE FOTOGRAFIA DO SBN

Núcleo de Fotografia expõe e ensina

Para quem procura a arte através da fotografia encontra no Núcleo de Fotografia do SBN a possibilidade de aprender novas técnicas, assim como expor, mensalmente, os seus trabalhos na Galeria do sindicato. De resto, o Núcleo continua em grande atividade, conforme documentam os trabalhos anexos.

Saiba mais através da Loja de Atendimento, na Rua Cândido dos Reis, 130, 2º, com o telefone 223 398 843 ou o e-mail. sag@sbn.pt.

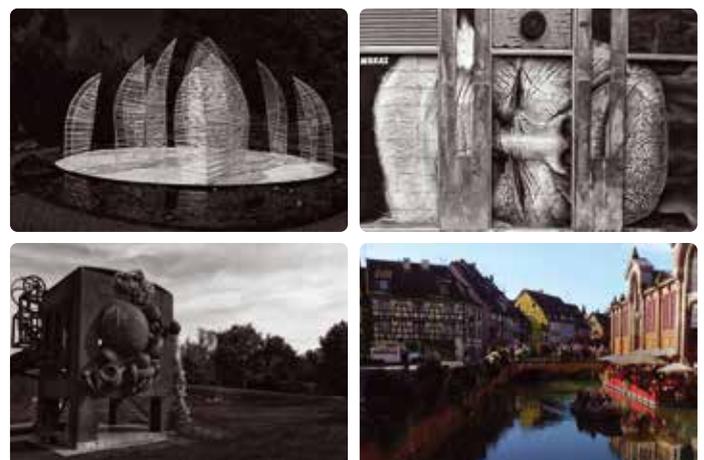
Abaixo publicamos várias fotos da exposição de tema livre, de autoria de Manuel Vale e Rui Costa.

Livre 2024

MANUEL VALE



RUI COSTA



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

(OMS, 1946/1948)

Que SAMS?...

Por Eduardo Conde (Presidente do CG)

O SAMS-SBN é um subsistema de saúde de importância fundamental para os bancários, aos quais acompanha, assiste, aconselha, trata, garante imensas possibilidades de atendimento nos convenionados e oferece uma base de organização da saúde de cada um dos seus beneficiários. Tanto mais quanto soubermos preservá-lo de excessos e abusos, mantendo um equilíbrio com o SNS, para o qual todos contribuimos com os nossos impostos.



Em primeiro lugar e sempre que possível, manter este equilíbrio de utilização, que abre portas à solução de situações mais graves e a que apenas o SNS responde, é sintoma de boa gestão e prudência.

Depois, ter médico de família/médico assistente, mantê-lo informado sobre toda a nossa história clínica, prescrição medicamentosa e posologia, doenças familiares, resultados de MADS, entre outros elementos clínicos relevantes que, em caso de urgências e/ou sinistros incapacitantes, permitem uma prestação de cuidados de saúde mais eficiente e adequada a todo o contexto clínico. A disponibilidade dos dados individuais de saúde, em qualquer ponto do país, pode ser o fator diferenciador num momento de qualquer tipologia de acidente.

Procedendo desta forma mantemos em estado operacional, informados e com capacidade de decisão acertada, todos os que poderão ter que decidir sobre a nossa situação de vida ou saúde, sendo que muitas vezes a informação vale uma vida.

Já quando a solução é o recurso a privados, recorrer ao SAMS-SBN para aconselhamento de quando, como, onde e a que preço, é outra das decisões capitais.

A urgência está sempre no momento de decidir ser consultado, o meio auxiliar de diagnóstico pode sempre aguardar por um telefonema para o SAMS-SBN, uma visita, ou uma conversa com o clínico que regularmente o acompanha. Ganhamos todos e preservamos o futuro.

Muitas vezes esses meios de diagnóstico podem ser feitos no próprio SAMS-SBN, com garantia de qualidade, com tempos de resposta mí-

nimos. A este nível é possível responder em exames ecográficos, (abdominal, tiroide, prostática, partes moles), ortopantomografia, OCT (Tomografia ótica coerente) e Angiografias, ECG e estudos de doppler cardíaco, Eco doppler de varizes, venoso e arterial dos membros inferiores, exames de otorrino, análises clínicas e anatomia patológica, pequena cirurgia, escleroterapia ambulatória de varizes por espuma e cirurgia de varizes por radio frequência, entre outros.

Caro beneficiário, pergunte sempre, proteja-se e proteja o seu subsistema. Ou fazemos internamente de forma competente racional e rápida, ou sabemos onde se faz com a maior qualidade.

Numa situação de debilidade o doente, utilizador de serviços, estará mais vulnerável a aceitar prescrições impostas, muitas vezes redundantes, sem a devida informação e sem consentimento informado e consciente.

Mais e melhor SAMS-SBN, depende do esforço de todos na capacidade de poupar, na avaliação da forma como foram atendidos nos prestadores, na utilização dos recursos.

Mais nem sempre quer dizer melhor.

Queremos Mais e Melhor para os nossos, sendo que para isso precisamos da colaboração de todos.

Colabore connosco na avaliação de quem nos fornece serviços.

Utilize os serviços internos do SAMS-SBN, como garantia do melhor diagnóstico, tratamento e aconselhamento.

Juntos seremos ainda melhores!

Varizes comuns, veias finas

No Posto Clínico de São Brás existe a possibilidade de tratamento de varizes comuns, de veias finas que aparecem na superfície da pele e das pequenas veias vermelhas ou azuis.

Agora, é possível realizar o tratamento com esclerose em espuma, graças ao sistema de produção de espuma Varixio.

Mas o que é a esclerose em espuma?

É um tratamento minimamente invasivo que envolve a injeção de uma espuma especial nas veias afetadas.

Esta espuma causa uma reação que ajuda a fechar as veias problemáticas. Com o tempo, o corpo naturalmente redireciona o fluxo sanguíneo para veias saudáveis.

O sistema Varixio torna este processo ainda mais eficaz, pois permite a produção de uma espuma de alta qualidade, que pode ser personalizada para cada doente.

Isso significa que podemos tratar uma variedade maior de veias, desde as maiores varizes comuns até às menores veias vermelhas ou azuis.



Procedimentos a observar nos prestadores de saúde protocolados

Acessibilidade / Encargos:

a) Consultas de Especialidade / Consulta médica no domicílio / Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêuticos-MCDT's / Tratamentos Clínicos – Enfermagem, Fisioterapia, etc / Serviço de Atendimento Permanente

- **Beneficiários titulares e familiares com Plenos direitos e Pensionistas**
 - Não há lugar à liquidação de quaisquer serviços clínicos, junto do Prestador, sendo posteriormente faturado ao Beneficiário, pelo SAMS-SBN, o encargo regulamentar.
- **Beneficiários familiares titulares de Outros Subsistemas de Saúde (ADSE ou outros)**
 - Caso o Prestador não disponha de convenção com o Subsistema, deverá o Beneficiário liquidar o valor integral da tabela contratualizada com o SAMS-SBN, submetendo o recibo da despesa ao Subsistema.
 - Para obtenção da comparticipação complementar pelo SAMS-SBN, o Beneficiário deverá apresentar fotocópia do recibo/fatura-recibo juntamente com a declaração de reembolso, emitida pelo respetivo Subsistema de Saúde.
- **Utente do SAMS SBN**
 - O Utente liquida integralmente, junto do Prestador, os Serviços Clínicos pelo valor convencionado com o SAMS-SBN.

b) Procedimentos Cirúrgicos c/ ou s/ Internamento de Medicina

- **Beneficiários titulares e familiares com plenos direitos, associados do SBN**
 - Após submissão do pedido de autorização, é emitido o **Termo de Responsabilidade pelo SAMS-SBN – Mod. 58**.
 - Não há lugar à liquidação dos serviços clínicos autorizados, junto do Prestador, sendo posteriormente faturado ao Beneficiário, pelo SAMS-SBN, o encargo regulamentar.
- **Beneficiários titulares e familiares não associados do SBN, titulares de outros subsistemas de Saúde e Pensionistas**

- Após submissão do pedido de autorização, é emitido o **Mod. 87 – Declaração**. O Beneficiário liquida o valor integral da tabela contratualizada com o SAMS-SBN, apresentando posteriormente, nestes Serviços, a documentação necessária para obtenção de comparticipação.
- Para obtenção de comparticipação complementar pelo SAMS-SBN, os Beneficiários titulares de outros Subsistemas deverão apresentar as fotocópias dos documentos e relatórios acompanhados da declaração de reembolso, emitida pelos Subsistemas de Saúde.

• Utente do SAMS-SBN

- O utente liquida integralmente, junto do Prestador, os Serviços Clínicos pelo valor convencionado com o SAMS-SBN.

c) Medicina Dentária (Estomatologia/Dentisteria/Implantologia/Ortodontia/ Próteses Dentárias)

- **Beneficiários titulares e familiares com plenos direitos e Pensionistas**
 - O Beneficiário liquida integralmente, junto do Prestador, os serviços clínicos pelo valor convencionado com o SAMS-SBN, submetendo posteriormente, nestes Serviços, os recibos das despesas para obtenção da comparticipação regulamentar.
- **Beneficiários familiares titulares de Outros Subsistemas de Saúde (ADSE ou outros)**
 - Caso o Prestador não disponha de convenção com o subsistema de que o Beneficiário é titular, deverá este liquidar o valor integral da tabela contratualizada com o SAMS-SBN.
 - O Beneficiário deverá remeter o recibo da despesa ao Subsistema, para reembolso. Para obtenção da comparticipação complementar pelo SAMS-SBN, deverá apresentar fotocópia do recibo, acompanhada da declaração de reembolso, emitida pelo Subsistema de Saúde.
- **Utente do SAMS-SBN**
 - O Utente liquida integralmente, junto do Prestador, os serviços clínicos pelo valor convencionado com o SAMS-SBN.

Notas:

1. Acessibilidade

No ato de prestação dos Serviços Clínicos pelo Prestador, o Beneficiário deverá apresentar, obrigatoriamente, o Cartão de Beneficiário/ Utente do SAMS-SBN juntamente com outro documento de identificação (com fotografia) – Cartão de Cidadão ou outro.

2. As Consultas de Homeopatia e Osteopatia/ Nutrição/ Podologia /Psicologia e Psicoterapia/ Terapia da Fala/ Terapia Ocupacional (e os demais serviços definidos com o Prestador)

Implicam a liquidação por parte de todos os **Beneficiários e Utentes**, pelo valor integral convencionado com o SAMS-SBN.

Protocolos

Segue informação relativa a alguns dos Acordos celebrados e/ou reformulados, até ao momento, com Entidades Prestadoras de serviços de saúde. Nas próximas edições daremos continuidade à publicação de novos Protocolos para atualização desta rubrica.

DELEGAÇÃO DO SBN - BRAGA

Dra. Maria Daniela Almeida Ramos Martins
NIF: 202801454

AMARES

Av. Afonso Manuel, 599 – Sl. 1 | Tel. 253 361875

VILA VERDE

Av. Professor Machado Vilela, nº 23 | Tel. 253 105545

Serviços clínicos contratualizados em Amares e Vila Verde

. Medicina Dentária
Estomatologia/Dentisteria / Implantologia / Ortodontia / Próteses Dentárias

DELEGAÇÃO DO SBN – CHAVES

VALPAÇOS

Santa Casa Misericórdia de Valpaços
Rua da Misericórdia, nº 2
NIPC: 501435425 | Tel. 278 710150

Serviços clínicos contratualizados

. Consulta aberta de Atendimento Permanente (Adultos/ Pediátrica)
(horário: 8h00-22h00 - Dias úteis, feriados e fins-de-semana)

. Consultas de Especialidade
Diversas Especialidades

. Serviços Especiais – Diversas Especialidades
Cardiologia / Cirurgia Vascular / Ortopedia / Oftalmologia
Otorrinolaringologia / Pneumologia / Endoscopia Respiratória
Ginecologia / Urologia / Endoscopia Urológica

. Outras valências
Nutrição / Psicologia / Terapia da Fala

. Tratamentos
Enfermagem / Fisioterapia

. Internamento

. Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêuticos
Eletrocardiograma / Mapa / Registo de Holter / Escleroterapia
Exames Ecográficos / Densitometria Óssea / Radiologia

. Meios Auxiliares de Diagnóstico Vascular – Dopplers
OCT / TAC / Provas Funcionais Respiratórias
Registo Poligráfico do Sono (Polissonografia)

DELEGAÇÃO DO SBN - GUIMARÃES

GUIMARÃES

Fisiquima - Clínica de Reabilitação, Lda.
Rua Dr. Joaquim de Meira - Edf. da Misericórdia
NIPC: 504573748 | Tel. 253420400

Serviços Clínicos contratualizados

. Consultas de Especialidade
Medicina Física e de Reabilitação

. Outras valências
Podologia / Fisioterapia

DELEGAÇÃO DO SBN - PESO DA RÉGUA

PESO DA RÉGUA

Irfo – Instituto de Reabilitação Física e Oral, Lda.
Av. Sacadura Cabral, Lot. Vinha da Porta, L.J.2 - Peso da Régua
NIF: 509271766 | Tel. 254 336311

Serviços Clínicos contratualizados

. Consultas de Especialidade
Medicina Geral e Familiar

. Outras valências
Psicologia/ Psicoterapia / Podologia

. Tratamentos
Fisioterapia

. Medicina Dentária
Estomatologia/Dentisteria / Implantologia / Ortodontia
Próteses Dentárias

DELEGAÇÃO DO SBN - PORTO

VILA DO CONDE

Consultório Médico dos Benguiados, Lda.
Rua dos Benguiados, 251 – A
NIF: 504089617 | Tel. 252647381

Serviços Clínicos contratualizados

. Consultas de Especialidade
Diversas especialidades

. Serviços especiais – Diversas especialidades
Ginecologia / Otorrinolaringologia / Reumatologia

. Outras valências
Nutrição / Psicologia / Psicoterapia

. Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêuticos
Audiograma Tonal e Vocal / Audiograma infantil
Eletrocardiograma / Exames Ecográficos

REstante ÁREA TERRITORIAL

ERICEIRA

Irmãos Oliveira - Centro de Recuperação e Reabilitação, Lda. (Fisio-on)
Rua do Emigrante, 18 C - Ericeira
NIPC: 507811844 | Tel. 261 869538

Serviços Clínicos contratualizados

. Consultas e Serviços Especiais de Especialidade
Medicina Geral e Familiar / Medicina Física e de Reabilitação
Dermatologia / Oftalmologia / Ortopedia / Pediatria / Reumatologia

. Meios Complementares de Diagnóstico e Terapêuticos
Eletrocardiograma

. Outras valências
Nutrição / Psicologia / Psicoterapia / Podologia / Terapia da Fala

LEIRIA

Microdiag - Lab. Anat. Patológica Lda.
R. Cidade Tokushima. Lote, nº 17-R/C - Leiria
NIPC: 505269023 | Tel. 244 813331

Serviços Clínicos contratualizados

. Análises Anátomo-Patológicas

LISBOA

LGF - Dental Clinic Lda. (Dentinho de Negrais, Clínica Dentária)
NIPC: 507098960

ODIVELAS

Av. Magalhães Coutinho, 19 - L.J. Esq.
Almargem do Bispo - Odivelas
Tel. 21 9333924

RAMADA (PEDERNAIS)

Rua Alfredo Ruas, Lt. 106-R/C - Santo Tirso
Tel. 21 9314429

Serviços Clínicos contratualizados em ambas as unidades

. Medicina Dentária
Estomatologia/Dentisteria / Ortodontia / Próteses Dentárias

FUNCHAL

Actionorm - Centro de Reabilitação Médico, Lda.
Rua dos Netos, 23 - Funchal
NIPC: 508957427 | Tel. 291 008080

Serviços Clínicos contratualizados

. Consultas de Especialidade
Medicina Interna / Medicina Física e de Reabilitação / Ortopedia

. Tratamentos
Fisioterapia

BOWLING

Final Nacional

Realizada em Ovar, nos dias 18 e 19 de novembro de 2023.



KING

Final Nacional

Realizada em Ferreira do Zêzere, nos dias 4 e 5 de novembro de 2023.



XADREZ

Torneio de 2023

Final Nacional, realizada no dia 4 e 5 de novembro, em Ferreira do Zêzere.

Torneio de 2024

A prática do Xadrez constitui já uma forte tradição entre os Bancários,

que em todas as épocas encontraram nesse jogo, de elevada componente mental, como que um precioso escape para o seu laborioso dia-a-dia. É por isso que as Direções do SBN têm vindo, há já mais de 30 anos, a eleger esta modalidade entre as mais dignas de apoio, através da realização de importantes eventos.



SNOOKER

Final Nacional de Snooker bola 8

Realizada nos dias 18 e 19 de novembro de 2023, em Ovar.



PESCA: FINAIS NACIONAIS

Surfcasting

Realizada em Troia, nos dias 14 e 15 de outubro de 2023.



Alto Mar

Realizada no dia 18 de novembro de 2023, em Peniche.



Rio

Realizada em Coruche, no dia 30 de setembro de 2023.



FUTSAL

Final Nacional

Realizada nos dias 25 e 26 de novembro de 2023, em Ferreira do Zêzere.



Equipa representante do SBN

Atividades de Pinheiro Manso

Este ano tem tido, como já é habitual, um início cheio de eventos, que contam sempre com a participação ativa dos residentes e suas famílias, que se disponibilizam para participar nas iniciativas realizadas em Pinheiro Manso – Residência Sênior (PMRS), e ainda com a colaboração de entidades que, graciosamente, e num espírito de solidariedade interagem com aquela instituição.

Tudo começou com o Cantar das Janeiras, pelo Grupo Infantil do Externato S. João de Brito, do Porto, que encantou os residentes com os cânticos e a alegria que transmitiu com a sua atuação.



As festividades prosseguiram com o Grupo de Cavaquinhos D'Alcântara, também do Porto, com cantares tradicionais portugueses, que prendeu a atenção de todos os que escolheram viver na PMRS.



Houve ainda a comemoração do Carnaval, com a participação ativa de todos os residentes e trabalhadores, seguindo-se um lanche, tendo no final sido atribuídos prémios à melhor vestimenta.



Em fevereiro, oferecida pela ITAU, empresa que colabora com a PMRS na área da alimentação, realizou-se a apresentação de uma peça de teatro da autoria da Companhia Seistopeia, que também foi do agrado dos residentes.



Ainda naquele mês realizou-se a Festa dos Afetos, que substituiu o Dia dos Namorados, na qual os residentes colaboraram com a partilha da leitura de cartas por si escritas e que também contou com a participação de familiares. Aquele período terminou com a realização, em 8 de março, das comemorações do Dia da Mulher, com oferta de flores a todas as residentes, terminando com a apresentação de uma reportagem sobre o papel da Mulher na sociedade portuguesa nos últimos quarenta anos.





Caminhada: "Por terras da Murtosa" – Aveiro

Zeus, o Deus do Tempo, segundo a mitologia grega, prometia (e cumpriu) muita chuva e vento, mas Kairós, o seu irmão do Olimpo, mostrou o momento oportuno para que os participantes pudessem sair ilesos das adversas forças da natureza.

Começamos a nossa visita no concelho mais plano de Portugal, em pleno Coração da Ria de Aveiro, com a visita ao Cais do Bico, para tirar a foto para a posteridade. O Bico apresenta o maior complexo de cais do concelho da Murtosa, tendo sido outrora um dos mais importantes locais de descarga de moliço, de sal e de materiais de construção, servindo, no início do século XX, como local de ancoragem e descarga a mais de 250 barcos moliceiros. Atualmente, continua a ser a base de um grande número de pescadores murtoseiros. Até meados do século XX funcionou ali um estaleiro de construção naval, onde foram construídos alguns dos magníficos lugres que guarneceram a numerosa frota nacional da pesca longínqua de bacalhau. Não foi possível observar, mas por lá costumam andar bandos de Flamingos durante a maré-baixa, a descansar ou a alimentarem-se, mas foi possível observar inúmeros e bem preenchidos ninhos de cegonhas. Visita e passeio feitos, correndo da chuva, partimos em direção ao Cais da Ribeira de Pardelhas, situado no final de um extenso esteiro que serpenteia terra adentro, desde o canal da Murtosa da Ria. Este foi um dos mais importantes cais mercantis da Murtosa, remetendo-nos para um tempo em que a Ria de Aveiro era a principal via de comunicação, por onde tudo chegava e partia, e o território murtoseiro, pela sua localização geográfica – no coração da laguna –, era uma das mais importantes plataformas comerciais da região. Todo o edificado que ladeia o cais é constituído por antigos armazéns de mercadorias junto às zonas de atracação e descarga. Continua a ser um local procurado graças à atividade da pesca e aos muitos visitantes que, a pé e de bicicleta, desfrutam da tranquilidade e da beleza dos trilhos ribeirinhos. Aqui está localizado o Centro de Educação Ambiental da Ribeira de Pardelhas. A envolvente possui, igualmente, um parque de merendas, com mesas e bancos, que num tempo mais estival convida a desfrutar da sombra das emblemáticas "pinheiras". E por falar em merendas, lembrando o horário do saudável compromisso gustativo, partimos em direção ao Cais da Béstida. A chuva interrompeu a sua impetuosidade, deixando apenas a companhia do seu irmão vento. Começamos a caminhada na Rua da Bés-

tida, em Brunheiro, uma das freguesias da Murtosa, com passagem pelo Cais da Béstida. Este cais foi em tempos o local do qual partiam, rumo à Torreira, as embarcações que transportavam as pessoas e as mercadorias, antes da magnífica Ponte da Varela vir estabelecer, em 1964, a ligação física entre as margens nascente e poente da Ria. Situado em pleno percurso visitável da natureza, existe, aqui, atualmente, um porto de abrigo para pescadores, construído, em 1999, pela Câmara Municipal da Murtosa. Apesar do vento que nos empurrava para trás, alongamos o passo na marginal do Padre António, em direção à Ponte da Varela, num percurso de cerca de 5km. Num território anfíbio como a Murtosa, terra, água e homem estabeleceram aqui, há muito, uma relação ancestral. Este percurso que fizemos entre a ria e os campos agrícolas, mostra esta dicotomia que faz com que, ainda hoje, a Murtosa seja terra de pescadores e agricultores. Percurso feito era chegada a hora de robustecer o estômago, o que foi muito bem executado no emblemático Restaurante Moinho Terrace, em Ovar, onde a ementa diversificada e o acompanhamento musical ajudaram a preencher com satisfação o tempo, tendo-se destacado os dotes dançarinos e rapioqueiros de alguns participantes. O dia não acabaria por aqui. De volta à estrada, fomos em direção à base aérea de S. Jacinto, onde fomos acolhidos e acompanhados numa visita por uma simpática e diligente oficial de dia que foi dando conhecimento da história, funcionalidades e atributos da base. Estas instalações militares edificadas em 1918 para vigilância dos submarinos alemães que cruzavam a costa atlântica do nosso território europeu durante a I Guerra Mundial, foi também escola de aviação naval onde treinaram os heróis portugueses Sacadura Cabral e Gago Coutinho na preparação da viagem aérea Lisboa – Funchal precursora (no que respeita à navegação), da I Travessia Aérea do Atlântico Sul. Hoje está ali instalado o Regimento de Infantaria 10. Feita a visita, secos e confortáveis iniciou-se o regresso a casa, já a pensar na próxima atividade porque o exercitar da mente e do físico devem ser uma constante das nossas vidas.



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 enuncia.

As inscrições deverão ser efetuadas na Loja de Atendimento, 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.

COMISSÃO PARA A IGUALDADE

Dia Internacional da Mulher

Sob a organização da Comissão de Igualdade do SBN, realizou-se no passado dia 16 de março a já habitual comemoração do “Dia Interna-

cional da Mulher” que este ano teve lugar na Quinta da Valinha, em Pataias, com a presença de 120 convivas.



Rota das amendoeiras em flor

Decorreu no passado dia 24 de fevereiro o anunciado passeio à rota das amendoeiras em flor, que este ano teve como destino Alfandega da Fé.

Este evento mereceu a presença de 77 associados e familiares.



TEATRO SÁ DA BANDEIRA

Revista à Moda do Porto (2ª sessão)

Em virtude de se encontrarem esgotados os bilhetes para a sessão do dia 15 de junho, dando satisfação às várias solicitações que nos tem chegado, a Comissão de Igualdade, vai proporcionar aos associados do SBN e respetivo agregado familiar a possibilidade de assistirem a uma segunda sessão da peça, de Filipe Lá Féria, "Revista à Moda do Porto", no próximo dia 22 de junho, sábado, pelas 16h00, no Teatro Sá da Bandeira, sito na Rua Sá da Bandeira, nº 108, no Porto.

O espetáculo

O regresso triunfante de Filipe La Féria ao Porto com "Revista à Moda do Porto" no Teatro Sá da Bandeira.

O renomado encenador e diretor, Filipe La Féria, está de volta à cidade do Porto com uma produção espetacular: "Revista à Moda do Porto".

O Teatro Sá da Bandeira será o palco deste regresso, prometendo encantar o público com cor, música e humor irresistível.

O magnífico elenco inclui os talentosos FF, Anabela, Filipa Cardoso, entre outros destacados artistas, acompanhados por um grupo excepcional de bailarinos.

Este espetáculo promete cativar os espectadores com uma mistura única de entretenimento.

Prepare-se para uma experiência teatral inesquecível, onde a tradição e a modernidade se encontram, tudo à moda do Porto.

A "Revista à Moda do Porto" é um tributo vibrante à rica herança cultural da cidade, repleto de momentos hilariantes e performances brilhantes. Não perca a oportunidade de testemunhar este espetáculo magnífico que celebra a alegria de viver.

"Revista à Moda do Porto" promete encher o coração do público Portuense saudosos da magia única de Filipe La Féria.

Mirandela, a par e passo. 1ª visita guiada à Cidade Jardim...

Com a participação de 74 associados e familiares, realizou-se no passado dia 6 de abril a anunciada visita (passo a passo) a Mirandela – Cidade Jardim.



... e 2ª visita

Tendo em conta o número elevado de pessoas que se encontram em lista de espera para a primeira visita guiada a Mirandela, que ocorreu no passado dia 6 de abril, a Comissão da Juventude, vai promover, no próximo dia 15 de junho, uma 2ª visita ao centro histórico da cidade de Mirandela, também guiada pelo Prof. e historiador Pedro Beato, residente naquela cidade. Tal como a 1ª visita, este percurso histórico, recreativo, cultural e paisagista incluirá, entre outros o Palácio Távora,

Ponte Velha, Estação da CP, a Porta de Santo António, o Arco Medieval, o Parque Império, o rio, o famoso espelho de água da cidade, os jardins (Cidade Jardim).

Esta iniciativa só se realiza com um mínimo de 35 inscrições e o máximo de 55 inscrições que deverão ser efetuadas na Loja de Atendimento do SBN (Rua Cândido dos Reis, 130-2º, 4050-151 Porto) até 7 de junho, local onde poderão ser obtidas mais informações.

“Da carqueja ao urze, do granito ao xisto”

No próximo dia 4 de maio, sábado, terá lugar um passeio guiado, a par e passo, interpretativo e cultural para apreciação da flora serrana em época de floração, da transição geológica entre o granito das cotas altas da serra e o xisto da zona da meia-serra e ribeirinha do Vale do rio Paiva, com término na rústica aldeia de Mós.

É uma visita linear, não sinalizada de dificuldade baixa/moderada, com piso pedregoso e algum mato rasteiro. É aconselhável neste percurso o uso de calças compridas. Este passeio, a par e passo, interpretativo, cultural e ambiental, de elevado interesse paisagístico, é orientado por um guia credenciado, local, Albino Poças, membro do MCHER - Movimento Cívico de História, Etnografia e Regionalismos e do Centro Histórico “O Castelo”, de Castro Daire.

Esta iniciativa só se realiza com um mínimo de 35 inscrições e o máximo de 55 inscrições que deverão ser efetuadas na Loja de Atendimento do SBN na Rua Cândido dos Reis, 130-2º, Porto até 26 de abril, local onde poderão ser obtidas mais informações através do telefone 223 398 843 ou sag@sbn.pt



Festa da Cereja em Resende

No Conselho de Resende, as cerejas vão ser recebidas em festa nos fins de semana de 1 e 2 e 8 e 9 de junho, com a realização do XXII Festival da Cereja pelo Município de Resende, reunindo produtores locais que disponibilizarão este precioso fruto a preços especiais.

Os visitantes terão a possibilidade de provar e comprar as cerejas mais afamadas de Portugal, passar pelas diversas barracas montadas no espaço onde estarão presentes inúmeros doces tradicionais executados

a partir deste fruto e, para além das cerejas, nesta festa, também poderão ser encontradas as típicas cavacas, assim como o reconhecido artesanato da região.

No próximo dia 1 de junho, o SBN, proporcionará aos seus associados e respetivos agregados familiares uma visita a Resende, onde os aderentes a esta iniciativa terão oportunidade de participar nesta, tão famosa, “Festa da Cereja”.

Visita Museu Ferroviário do Entroncamento e Aldeia Ribeirinha de Dornes

Para o próximo dia 11 de maio está programada uma visita guiada ao Museu Nacional Ferroviário, no Entroncamento e à Aldeia Ribeirinha de Dornes, em Ferreira do Zêzere, que será acompanhada por uma Técnica Superior de Turismo, da Divisão de Cultura, Património Cultural

e Turismo da Câmara Municipal de Ferreira do Zêzere. Esta iniciativa só se realiza com um mínimo de 35 e um máximo de 55 pessoas e as inscrições deverão ser efetuadas na Loja de Atendimento do SBN até dia 3 de maio.



Santarém, a par e passo... 3ª visita guiada à Capital do Gótico

Da 3ª visita a Santarém, capital do gótico, levada a efeito no passado dia 20 de abril, guiada por uma Técnica Superior de Turismo, da Divisão de Cultura, Património Cultural e Turismo da CM Santarém, daremos notícia na próxima edição.



Mata do Buçaco, a par e passo... Visita guiada ao "Trilho da água"

A Mata do Buçaco encontra-se inserida no extremo noroeste da Serra do Buçaco, local de relevo proeminente e precipitação abundante.

Num contexto litológico favorável, permite abundante água subterrânea e superficial, propiciando uma floresta exuberante.

Entre os séculos XVII e XIX, os pontos de água (nascentes) e linhas de água que se encontram na Mata do Buçaco, comportaram várias intervenções, nomeadamente a construção de lagos e fontes. entre as Fria. As duas linhas de água predominantes da Mata do Buçaco unem-se na mais célebre, fonte, a " Fonte Fria", originando uma linha de água que percorre o Vale dos Fetos, nome que deriva de um conjunto de fetos de porte arbóreo, dispostos ao longo do vale.

Consciente do interesse que este percurso tem para os associados do SBN e seus familiares, a Comissão da Juventude promove no próximo dia 29 de junho, uma visita "a par e passo", à Mata do Buçaco, guiada por um técnico certificado e credenciado da Fundação da Mata do Buçaco.

Esta visita incide sobre um dos muitos trilhos existentes no interior da Mata do Buçaco, "O Trilho da Água", com uma duração de cerca de 2 horas e de dificuldade moderada.

As inscrições, limitadas a um máximo 55, deverão ser efetuadas na Loja de Atendimento do SBN na Rua Cândido dos Reis, nº 130, 2º, no Porto) até 21 de junho de 2024.



— PERCURSOS CULTURAIS —

À descoberta da identidade portuense

40ª edição...

“O Porto do fabuloso criador de azulejos Jorge Colaço”

Subordinada ao tema em epígrafe, e conforme informamos, realizou-se no passado dia 3 de fevereiro a 40ª edição dos percursos Culturais, tendo tido a presença de 66 associados.



...41ª...

“Nos 1100 anos da batalha do Rio Tinto”

Realizada no passado dia 2 de março com a presença de 60 participantes.



— PERCURSOS CULTURAIS —

...42ª...

"O Porto contra a Ditadura (1926-1974)" Da Praça da Batalha à Praça de Carlos Alberto

No âmbito dos 50 anos do "25 de Abril de 1974", o SBN - Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal, quis evocar, numa visita guiada pelo historiador Joel Cleto – a 42ª edição dos Percursos Culturais intitulada "O Porto contra a Ditadura (1926-1974)" – da Praça da Batalha à Praça de Carlos Alberto –, alguns dos momentos e dos

locais mais marcantes no Porto relacionados com a oposição da cidade à Ditadura (1926-1974).

Destacamos, entre outros, a revolta militar do "3 de fevereiro" de 1927 ou a campanha eleitoral de Humberto Delgado em 1958.

Este evento teve a presença atenta de 40 associados.



...e 43ª

"O Porto e o 25 de Abril" Do Campo 24 de Agosto à sede do sindicato

Ainda enquadrado no âmbito das comemorações dos 50 anos do 25 de abril, o SBN – Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal, através da sua Comissão de Quadros e Técnicos vai promover, no próximo dia 30 de abril, véspera do feriado do dia 1 de Maio – Dia do Trabalhador –, mais uma edição dos "Percursos Culturais" a 43ª edição, intitulada "O Porto e o 25 de Abril" – do Campo 24 de Agosto

à sede do sindicato – num percurso com a duração prevista de 2h30m. Nesta visita, noturna, serão recordados alguns dos momentos mais significativos daquela madrugada e dia no Porto, acompanhando a coluna dos Rangers vindos de Lamego ou os incidentes na Avenida dos Aliados, onde então se situava a sede do SBN.

No âmbito do seu programa de ação e sempre com o apoio da Direção do SBN, a Secção Sindical de Reformados, promove, anualmente diversos eventos, quer culturais quer sociais, desportivos e culturais, destinado não só aos associados reformados, antes abertos a todos os associados do SBN e seus agregados familiares.

Destas organizações temos vindo a dar notícia, quer anunciando o evento, quer explanando e retratando o seu desenvolvimento. Neste contexto, aqui deixamos, mais notícias quer do passado quer do futuro da atividade da Secção Sindical de Reformados.

SECÇÃO SINDICAL DE REFORMADOS

Festa de Carnaval

Como informamos na passada edição, o passado dia 10 de Fevereiro, foi o dia escolhido pela Secção Sindical de Reformados, par comemorar o Carnaval, na Quinta da Nora, em Miro, Penacova, evento que contou com a presença de 125 pessoas.



QUINTA DOS BIRREIROS – ANSIÃO

20º Encontro Bancários Reformados

Destinado a todos os associados do SBN e respetivos agregados familiares, o 20º Encontro Bancários Reformados do SBN, Sindicato dos Trabalhadores do Setor Financeiro de Portugal, terá lugar na Quinta dos Birreiros – Ansião no próximo dia 25 de maio.

As inscrições, limitadas a 100 pessoas, serão consideradas por ordem

de chegada e efetuadas impreterivelmente até 17 de maio, na Loja de Atendimento do SBN, Rua Cândido dos Reis, 130-2.º, 4050-151 Porto, telefone 223 398 843 (chamada fixa nacional) e pelo e-mail: sag@sbm.pt., local onde poderão ser obtidas mais informações.

Ansião

Embora as primeiras referências a Ansião datem de 1175, só em 1514 D. Manuel a eleva a vila e lhe outorga foral.

O pelourinho, já do século XVII, testemunha na sua inscrição latina, a doação da vila a D. Luiz de Menezes, Conde da Ericeira, como prova de agradecimento régio pela sua valorosa participação na Batalha do Ameixial.

A Ponte da Cal, a Igreja Matriz de construção austera do século XVII

e a Capela da Misericórdia não poderão ser esquecidas nesta viagem pela História, que deve continuar por Alvorge e Torre de Vale de Todos e Lagarteira, povoações que se situariam na área da Ladeia, linha de fronteira entre cristãos e mouros nos séculos XII e XIII.

Também medieval é o Forno do Avelar, que pela Senhora da Guia, em setembro, cozia o “Bolo” que era distribuído ao povo.

Muitos séculos depois, em 1933, José Malhoa pintava um belíssimo retábulo dedicado a Nossa Senhora da Consolação, que está no altar-mor da Igreja Matriz de Chão de Couce.

Auto-cuidado como ato revolucionário

João Paulo Pires

A importância do sindicato na defesa dos direitos dos trabalhadores

O auto-cuidado é um acto revolucionário, e só depois disso os trabalhadores bancários poderão defender as suas questões relacionadas com o trabalho por um sindicato que seja uma organização formada por trabalhadores que se unem e usam a sua força para ter voz no seu próprio local de trabalho. Através do seu sindicato, os trabalhadores bancários ganham a capacidade de negociar a partir de uma posição de força com os empregadores sobre os salários, outras cláusulas de expressão pecuniária, benefícios, saúde e segurança no local de trabalho, bem como formação profissional entre outras questões relacionadas com o trabalho.

O sindicato é uma organização formada por trabalhadores que se unem e usam sua força para ter voz no local de trabalho. Através do seu sindicato, os trabalhadores têm a capacidade de negociar a partir de uma posição de força com os empregadores sobre salários, benefícios, saúde e segurança no local de trabalho, formação profissional e outras questões relacionadas com o trabalho.

O auto-cuidado como acto revolucionário diante de cada um de nós. Quebra o ciclo de sacrifícios sobre o nosso próprio bem-estar em prol do equilíbrio entre trabalho-família-lazer, maior produtividade e do sucesso profissional e pessoal. Ao cuidar de nós mesmos, reivindicamos a nossa própria autonomia e recusamos a ideia de sermos definidos exclusivamente pelo nosso trabalho. Cada trabalhador bancário é um ser único, uma entidade, mas só poderá reivindicar os seus direitos perante o empregador através da união.

É aqui que o sindicato entra em acção

O auto-cuidado por si só pode não ser suficiente para enfrentar todos os desafios que enfrentamos no local de trabalho. É aí que o sindicato entra em acção. O sindicato é a organização formada por trabalhadores que se unem e defendem coletivamente os seus direitos e interesses.

Voz no seu local de trabalho

Num sindicato, os trabalhadores reúnem as suas forças e recorrem à negociação colectiva para negociar com os empregadores. Isto permite que os trabalhadores tenham voz no seu local de trabalho e resolvam uma vasta gama de questões relacionadas com o trabalho. Estes incluem,

mas não estão limitados a salários, benefícios, saúde e segurança no local de trabalho, formação profissional e condições de trabalho justas.

O sindicato cria uma plataforma que amplifica as vozes dos trabalhadores

Ao aderirem ao sindicato, os trabalhadores vão além dos seus próprios esforços individuais de auto-cuidado e unem-se para proteger os direitos e o bem-estar de todos os trabalhadores bancários. O sindicato cria uma plataforma que amplifica as vozes dos trabalhadores e garante que as suas preocupações sejam ouvidas e levadas a sério pelos empregadores do sector financeiro.

Através do sindicato, os trabalhadores podem negociar salários justos, bem como as restantes cláusulas de expressão pecuniária, garantir melhores benefícios, por exemplo no âmbito da saúde, e criar ambientes de trabalho mais seguros e saudáveis. O sindicato também proporciona uma plataforma de apoio jurídico para os trabalhadores abordarem colectivamente questões sistémicas como a discriminação, o assédio e o tratamento desigual.

Solidariedade entre os trabalhadores

Além disso, o sindicato promove a solidariedade entre os trabalhadores, desenvolvendo um sentido de união e apoio em cada local de trabalho, sejam balcões (área comercial) ou serviços centrais (área de suporte). Os trabalhadores bancários podem partilhar as suas experiências, desafios e conhecimentos, fortalecendo a sua posição e criando uma força colectiva que traz mudanças positivas. A associação por profissão é uma necessidade muito antiga.

O sindicato é crucial

Em suma, o auto-cuidado é essencial para o bem-estar individual, mas também serve como um acto revolucionário ao desafiar as normas sociais. Contudo, para abordar questões mais amplas relacionadas com o trabalho, o sindicato é crucial. Ao unirem-se, os trabalhadores bancários podem negociar a partir de uma posição de força e ter uma voz colectiva nos seus próprios locais de trabalho. O sindicato capacita os trabalhadores para defenderem um tratamento mais justo, designadamente em matéria salarial, restantes cláusulas de expressão pecuniária, evolução de carreira, melhores condições de trabalho.

Os meus livros

Por Raul Fernando Teixeira de Sousa

Os escrevi
Para me perpetuar
No tempo,
Para viver,
Em meus livros
Por não ser atemporal
Simplesmente, um mortal.
Só morre,
Quem é esquecido
Nunca morre,
Quem é lembrado.
Em qualquer
Meu livro, guardado

Nele, ficarei adormecido
E serei acordado
Quando novamente,
Ele, for lido



O amor
eu e tu
alguma dor
os nossos filhos
algum fervor
as nossas orações
algum torpor
a vinda dos netos.

O amor
és a Purificação de Maria
e eu o José de meu Pai
tu e eu
o nosso amor
começou
e nos acompanhou
até ao fim
das nossas vidas.

O amor
eu e tu

Poetar amor

Por José Amaral



de **IMAI** 2024



FESTA DOS TRABALHADORES
UNIÃO GERAL DE TRABALHADORES

SALÁRIOS E PENSÕES DIGNOS
RESPEITO PELA CONCERTAÇÃO SOCIAL
MAIS NEGOCIAÇÃO COLETIVA
35 HORAS PARA TODOS OS TRABALHADORES
EMPREGO COM DIREITOS
COMBATER A PRECARIIDADE
MAIS IGUALDADE



Vila Real
Praça do Município



MUNICÍPIO DE VILA REAL