

Trabalho extra não pago substitui emprego



Bancos compensam corte de efetivos
com horas suplementares não remuneradas



Consulta do Viajante:
conselhos úteis
antes das férias

10

9

Como calcular o IRS
dos reformados



Ligue Grátis

800 200 343

www.widex.pt

UMA PARCERIA QUE O VAI DEIXAR A OUVIR MELHOR.

3 VANTAGENS ÚNICAS WIDEX PARA O BENEFÍCIO SAMS:

1. **Os melhores especialistas do país em reabilitação auditiva.**
Aparelhos auditivos de alta definição WIDEX, com condições especiais.
2. **Serviço com Certificação de Qualidade ISO 9001/2008***
Audiologistas licenciados e um serviço pós-venda único em 24 horas garantem que retirará o máximo de proveito do seu aparelho Auditivo WIDEX.
3. **Melhoria da sua qualidade de vida.**
Tome uma iniciativa pela sua audição e aproveite a sua vida.



WIDEX[®]
CENTROS AUDITIVOS

OFERTA DISPONÍVEL

no Centro Clínico Ambulatório do SAMS, Serviço de Audiofonia, Lisboa ou em qualquer CENTRO AUDITIVO WIDEX em todo o país. Saiba tudo sobre a sua audição em www.widex.pt



Amora | Angra do Heroísmo | Aveiro | Braga | Campo Maior | Cascais* | Castelo Branco* | Chaves | Coimbra* | Covilhã | Évora | Faial | Faro*
Funchal | Guarda | Ilha do Pico | Leiria* | Lisboa* | Ponta Delgada | Porto* | Portalegre | Setúbal* | Sines | Tavira | Viseu*

*(Centros Auditivos com actividade certificada.)



RUI RISO

Ação e consequência

É particularmente importante que no momento de escolha os trabalhadores se filiem em sindicatos que realizam efetivamente trabalho sindical, defendendo-os através da negociação de instrumentos de regulamentação coletiva de trabalho e desenvolvendo e afirmando o apoio social, sobretudo na área da saúde

A Autoridade para as Condições de Trabalho (ACT) desenvolveu recentemente uma ação inspetiva, pouco divulgada, que incidiu sobre o trabalho extraordinário irregular e as condições de trabalho nas agências bancárias e de seguros.

De referir que em 300 dependências inspecionadas foram observadas 135 infrações, o que é revelador de uma prática instalada em que os trabalhadores são pressionados para abdicar dos seus direitos.

Mais importante que os autos de notícia e as notificações é a necessidade de todos tomarmos consciência de que esse tipo de trabalho coloca em causa a empregabilidade no setor e até os próprios postos de trabalho, uma vez que este "voluntarismo" reduz a necessidade de trabalhadores, tornando alguns dispensáveis e/ou impedindo a contratação de novos.

O SBSI está e estará sempre disponível para intervir na defesa dos seus associados que se sintam limitados no exercício dos seus direitos. Não se deve nem pode minimizar a ação dos sindicatos nessa matéria, até porque há muito que se sabe da importância dos sindicatos nas sociedades modernas e desenvolvidas.

É verdade que o movimento sindical já teve outra exposição, nomeadamente em momentos em que tudo ou quase tudo estava por fazer no desenvolvimento do Estado Social e nos direitos dos trabalhadores. Mas há momentos, como aquele que atravessamos, em que o mais importante é não baixar a guarda, procurando adaptar esses direitos às novas realidades.

Não há muito tempo referi-me nestas linhas à relação entre o desenvolvimento das economias e a presença dos sindicatos.

No Norte da Europa as taxas de sindicalização são mais elevadas do que no Sul e todos sabemos que essas economias são mais fortes. Sendo assim, não são os direitos consagrados na contratação coletiva o obstáculo ao desenvolvimento económico — bem ao contrário, porque além de elevarem os níveis de bem-estar social e dinamizarem o consumo através de melhores salários têm também um efeito regulador, obstaculizando a concorrência desleal.

Tudo isto é confirmado no artigo produzido por Pedro Portugal e Hugo Vilarés, do Departamento de Estudos Económicos do Banco de Portugal, cuja independência não será decerto questionável, e de que se dá conta no último número da Revista Febase.

Como também é confirmado que a importância dos sindicatos resulta sobretudo do número de associados, pelo que ninguém deve ficar de fora do projeto sindical.

Por isso é particularmente importante que no momento de escolha os trabalhadores se filiem em sindicatos que realizam efetivamente trabalho sindical, defendendo-os através da negociação de instrumentos de regulamentação coletiva de trabalho e desenvolvendo e afirmando o apoio social, sobretudo na área da saúde. ■



Sindicais

- Trabalho extraordinário não pago contribui para redução do emprego | 5
- Evitar a crítica social | 6
- Banca na mira da Inspeção | 6
- Horário semanal "cresce" | 7
- Setor tenciona continuar a despedir | 8
- Saiba como calcular o IRS | 9
- Consulta do Viajante | 10

Gram

- Dia Internacional da Mulher | 11

Formação

- Ano começa em força | 12

Juventude

- Marinheiros precisam-se! | 13
- A Tunísia espera por si | 13

Tempos Livres entrevista

- Manuel Camacho: "Vamos apostar mais em atividades culturais" | 14

Tempos livres

- Convívio com Arte | 16
- Futsal: Banco BPI imparável | 17
- Novas atividades em março | 18
- Carnaval em Ferreira do Zêzere | 19
- King: Caetano Moço continua líder | 19
- Lutuosa | 20
- Talento à prova | 21

Passatempo | 22

Ficha Técnica

Propriedade: Sindicato dos Bancários do Sul e Ilhas - NIF 500 825 556

Correio eletrónico: direccao@sbsi.pt

Diretor: Rui Riso

Diretor-adjunto: Horácio Oliveira

Conselho editorial: Rui Riso, Horácio Oliveira, Delmiro Carreira e Rui Santos Alves

Editor: Elsa Andrade

Redação e Produção:

Rua de São José, 131 - 1169-046 Lisboa

Tels.: 213 216 062/090 - Fax: 213 216 180

Correio eletrónico: obancario@sbsi.pt

Grafismo: Ricardo Nogueira

Pré-impressão e Impressão: Xis e érrre, xer@netcabo.pt

Rua José Afonso, 1, 2.º - Dto. - 2810-237 Laranjeiro

Revisão: António Costa

Tiragem: 43.500 Exemplares (sendo 4.500 enviados por correio eletrónico)

Periodicidade: Mensal

Depósito legal: 310954/10

Registado na ERC: n.º 109.009

A publicidade inserta em O Bancário é da total responsabilidade dos anunciantes

Agradecimento ao SAMS

No dia 3/12/2013 tive de recorrer às urgências do SAMS, primeiro na Fialho de Almeida e depois no Hospital. Posto isto, devo agradecer o modo excelente como fui tratado nos dois lados.

Agradeço aos Dr. Paulo Pedro e Ana Vaz, à enfermeira Eva Cabral (uma joia), António, à auxiliar Ana Matos e a outros de quem não tenho nomes.

No Hospital agradeço a todos os que me ajudaram nos dias 3 e 4 de dezembro, em especial o Dr. Omar e a enfermeira Vera (outra joia). Posso pecar por desconhecer alguns nomes, mas para todos vai o meu muito obrigado.

António Pires Coelho
Sócio n.º 33740

Grande angular

Diário de Notícias

O problema das desigualdades



Desde o início desta crise financeira internacional, o número de pessoas em risco de pobreza e exclusão social tem aumentado em vários países, assim como as desigualdades sociais. Aliás, desde 2008 que a OIT – num documento que apresentou em outubro desse ano intitulado World of Work Report 2008: Income inequalities in the age of financial globalization – tem vindo a alertar para a evolução da distribuição de rendimentos em diversos países do mundo.

(...) Curiosamente, em 2013 duas grandes personalidades mundiais alertaram também para a necessidade de enfrentar, com urgência, este problema: o Papa Francisco e o Presidente Barack Obama.

Defendendo, na sua exortação apostólica Evangelii Gaudium, que o cuidado e a promoção do bem comum da sociedade compete ao Estado – que desempenha um papel fundamental, que não pode ser delegado, na busca do desenvolvimento integral de todos –, o Papa Francisco veio alertar para o risco de a exclusão e a desigualdade social provocarem a explosão da violência, e para a importância da igualdade de oportunidades dizendo que, sem esta, "as várias formas de agressão encontrarão terreno fértil que, mais cedo ou mais tarde, há de provocar a explosão".

Também neste sentido, no passado dia 4 de dezembro, o Presidente Barack Obama veio alertar para a necessidade de o país resolver os crescentes problemas de desigualdade com um sentido de propósito comum, evitando um caminho dual (de duas sociedades), uma desigualdade que representa, como considerou, "uma ameaça" para uma economia sustentável.

E o discurso do Presidente norte-americano centrou-se sobretudo na questão fundamental da desigualdade na distribuição de riqueza, alertando (...) para o facto de a economia se ter tornado profundamente desigual, uma vez que a riqueza flui para uns poucos afortunados (o chamado Top 10 das famílias mais ricas que já detém mais de metade da riqueza do país) penalizando, de forma crescente, a maioria das famílias norte-americanas. E, como referiu ainda, para o facto de esta situação poder comprometer a necessidade de garantir uma igualdade de oportunidades real para futuras gerações de jovens, ou seja, que o sucesso de cada um "não dependa de ter nascido rico mas sim do seu esforço e mérito". ■

Excerto de um artigo de Glória Rebelo, professora universitária

Trabalho extraordinário não pago contribui para redução do emprego

Desde o início da crise financeira internacional, os bancos a operar em Portugal dispensaram milhares de trabalhadores. E embora seja incontestável que a contração da economia nacional contribuiu para uma redução da atividade, o setor poderia ter mantido um nível de emprego mais elevado, como se constata pelo aumento do trabalho extraordinário. A banca está a compensar a diminuição de efetivos com horas suplementares não remuneradas – a recente inspeção da ACT prova-o



Com os recentes processos de reestruturação dos bancos e a consequente onda de rescisões de contrato, os bancários vivem um período muito complicado, só comparável ao desemprego no setor que marcou a década de 30 do século passado, igualmente uma época de crise no País.

Desde então, e se excetuarmos a não renovação de contratos a termo e a saída da banca devido ao recurso a pré-reformas e reformas anteci-

padas – uma situação muito diferente, note-se – nunca os trabalhadores bancários tinham sido atingidos pelo desemprego. Até agora.

Desde o estalar da crise financeira mundial em 2007, com epicentro no setor bancário, os seis maiores bancos a operar em Portugal cortaram quase 16 mil postos de trabalho e encerraram centenas de balcões. Juntando ao BCP, BES, CGD, Santander Totta, BPI e Banif

algumas instituições de menor dimensão – como por exemplo o Barclays, que terá perdido cerca de meio milhar de trabalhadores nos processos de rescisão de 2012 e 2013 – percebe-se a dimensão do desastre.

Se a maior redução de efetivos ocorreu até 2011 – cerca de 12 mil trabalhadores –, nos dois anos seguintes a sangria continuou: mais de duas mil pessoas em 2012 e quase 1.700 no ano passado. ►

► No entanto, tudo indica que o corte ainda não terminou. No Inquérito de Conjuntura ao Investimento do INE, 45% dos empregadores da banca e dos seguros preveem despedir durante este ano.

Alguns dados desta tendência são já conhecidos: no BCP, se for concretizado o acordo alcançado com os sindicatos, cerca de 1.200 trabalhadores deixarão o banco até 2017 (em vez dos 1.600 que a instituição de Nuno Amado pretendia dispensar através de um despedimento coletivo); o BPI anunciou o corte de 274 postos de trabalho até 2015; o Santander Totta, segundo o seu presidente, pretende diminuir o número de efetivos este ano em "algumas dezenas", e na CGD o quadro de pessoal ainda está sobre-dimensionado face aos compromissos da recapitalização.

Economia e não só

Com a economia em retração nos últimos anos, o desemprego a crescer deixando muitas

Evitar a crítica social

Vários bancos estrangeiros estão a alertar os seus funcionários para o trabalho excessivo, aconselhando-os a não trabalharem aos sábados ou muitas horas consecutivas. São exemplos o Crédit Suisse, o Bank of America, JP Morgan ou Goldman Sachs.

A morte de um estagiário na sucursal de Londres do Bank of America após ter trabalhado 72 horas seguidas, provocou uma campanha contra a cultura do trabalho excessivo na banca, o que levou algumas instituições a tomar medidas para evitar a má imagem pública.

famílias sem capacidade para cumprir os créditos contraídos e regras mais apertadas a observar, a banca viu-se no meio do turbilhão, vendo disparar a imparidade das carteiras de crédito e a necessidade de aumento de provisões, a que se somaram os custos das reestruturações, a redução da procura de financiamento por parte de particulares e empresas e uma maior cautela na concessão de crédito.

BCP, CGD, BPI e Banif tiveram de recorrer à linha de recapitalização, comprometendo-se com o

Estado português e a Autoridade Europeia da Concorrência (DGComp) a diminuir o número de trabalhadores e os custos com pessoal.

A esmagadora maioria dos cortes de postos de trabalho tem sido concretizada através de planos de rescisão de contrato por mútuo acordo e de reformas antecipadas. Mas houve dois casos de despedimento coletivo: Cotacâmbios e BPN.

Embora em menor dimensão, as instituições não intervencionadas também têm re-

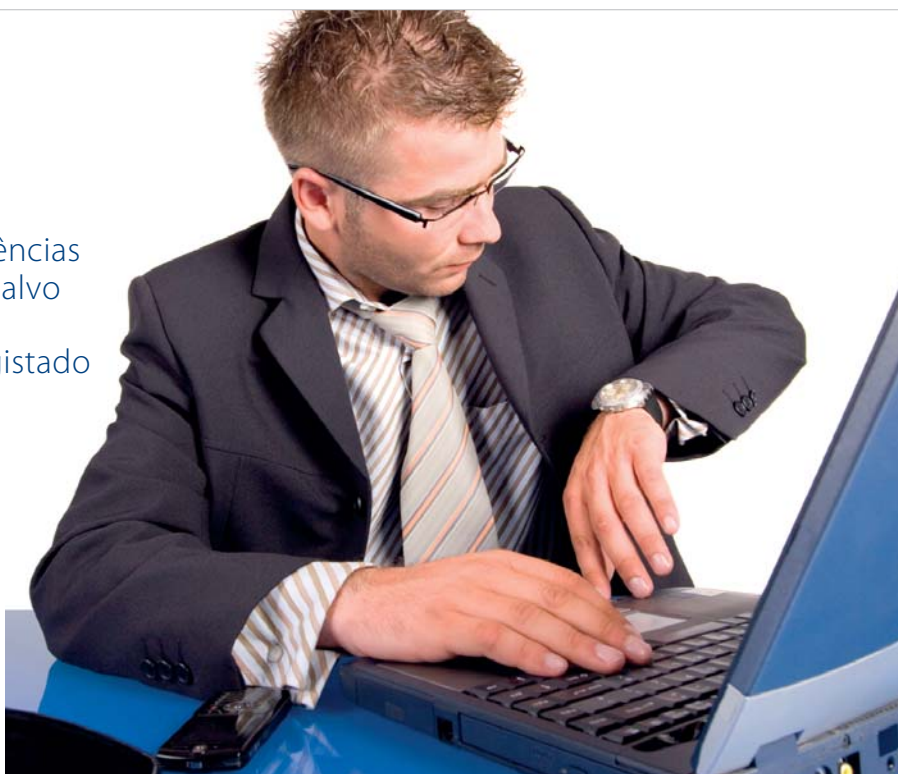
Banca na mira da Inspeção

Cerca de três centenas de agências da banca e de seguros foram alvo de inspeção. A prestação de trabalho suplementar não registado foi a infração mais detetada

A Autoridade para as Condições do Trabalho (ACT) realizou uma ação inspetiva aos setores bancário e segurador em todo o País no dia 6 de fevereiro, que envolveu a visita a 295 locais de trabalho: 244 estabelecimentos bancários e 51 agências de seguros, com um total de 904 trabalhadores.

A maioria das infrações detetadas nesta operação estava relacionada com a prestação de horas extraordinárias não registadas e a violação dos horários de trabalho.

Num primeiro balanço da ação, a ACT adianta que "os inspetores do trabalho detetaram diversas infrações, com destaque para a prestação de trabalho suplementar não registado (123 situações), ou trabalho suplementar prestado em violação dos limites diários previstos, ou com registo incompleto (12 situações)". Em conse-



quência, foram formalizados 86 autos de notícia e 19 advertências.

Na visita inspetiva foram ainda detetadas 80 irregularidades no domínio das condições de segurança e de saúde no trabalho que valeram aos infratores 73 notificações para tomada de medidas, acrescenta o comunicado da ACT.

Esta operação teve como objetivo verificar o cumprimento das normas legais nos setores bancário e segurador e envolveu 166 inspetores do trabalho de todos os serviços regionais da Autoridade para as Condições do Trabalho, o que permitiu "uma ação concertada e de eficácia acrescida". ■

Apesar dos ganhos no exercício do ano passado, BPI e Santander não evitaram a queda no nível de emprego, prevendo mais reduções em 2014, o que coloca a dúvida sobre a verdadeira razão do corte dos postos de trabalho.

Aos que ficam nos balcões e nos serviços de *backoffice* para lá do horário juntam-se agora aqueles que com o apoio das novas tecnologias trabalham a partir de casa, contactando clientes por telemóvel ou respondendo a emails. ►



Os dados, que contabilizam apenas as horas registradas, mostram que a duração média semanal do trabalho efetivo aumentou no setor financeiro, que em 2013 ultrapassou mesmo a média nacional.

Hora - média

Anos	Banca e Seguros			Total País
	Total	Homens	Mulheres	
1983	33,9	34,5	32,3	38,6
1990	35,2	36,9	32,6	38,5
2000	34,7	35,6	33,3	36,2
2001	34,7	36,0	32,6	36,0
2002	35,1	35,8	34,2	35,7
2003	34,8	35,9	33,2	35,3
2004	36,1	37,3	34,2	35,4
2005	35,0	36,7	32,9	35,7
2006	34,9	36,4	32,8	35,7
2007	35,2	36,9	33,4	35,2
2008	34,9	36,5	33,1	35,1
2009	35,7	37,4	33,7	35,1
2010	35,6	36,9	34,1	35,5
2011	37,0	38,9	34,7	35,0
2012	37,3	38,2	36,4	34,7
2013	37,1	37,4	36,6	34,9

O Bancário | 25 fevereiro | 2014 | 7

► A separação entre vida pessoal e vida privada é uma linha cada vez mais ténue, com a jornada de trabalho a prolongar-se pelas horas de descanso.

Defender o emprego

Num momento de forte contração do emprego no setor, com enorme pressão para a redução dos postos de trabalho, é inaceitável que a banca compense a redução de efetivos com trabalho extraordinário não remunerado, consideram os Sindicatos dos Bancários da Febase.

O SBSI, bem como o SBN e o SBC, têm denunciado a situação à ACT, solicitando inspeções aos balcões e serviços centrais.

Mas alertam também os trabalhadores para a necessidade de defesa do emprego.

Os bancos pretendem continuar a reduzir postos de trabalho, independentemente dos resultados — mesmo os que tiveram lucro o ano passado ou esperam tê-lo este ano anunciam essa intenção. Se os trabalhadores não apoiarem os Sindicatos nesta luta, dificilmente a banca recuará.

O trabalho extraordinário — que nem sequer é pago — substitui postos de trabalho. Que pode ser o do colega do lado... ou o seu. ■

Sangria em 2013

Só em sete bancos, mais de um milhar e meio de trabalhadores abandonou o setor o ano passado, através de rescisões de contrato e reformas antecipadas. É preciso esperar pela publicação dos balanços sociais para se ter uma noção exata da redução de efetivos.

Bancos	N.º trabalhadores que saíram em 2013
Millennium bcp	398
CGD	500
Banco BPI	106
BES	126
Banif	179
Santander Totta	Algumas dezenas*
Barclays	350**
Total	1.659

Fonte: Notícias sobre apresentação de resultados de 2013

*O presidente do banco não quantificou o número de trabalhadores que deixaram o banco em 2013

**Em março, o banco anunciou aos Sindicatos a intenção de reduzir em 350 o número de efetivos, não tendo ainda divulgado quantos saíram



Setor tenciona continuar a despedir

A redução de postos de trabalho na banca deverá prosseguir este ano, segundo a resposta do setor ao inquérito do INE.

No Inquérito de Conjuntura ao Investimento, publicado a 31 de janeiro, as respostas mais negativas foram da banca e seguros: 45% perspectiva reduzir o número de trabalhadores este ano.

Os setores bancário e segurador são, assim, aqueles com números mais negativos relativamente ao investimento em efetivos, pior mesmo que a fortemente castigada construção, onde a intenção de despedir se situa nos 28,8%.

Refira-se que em declarações públicas o presidente do BPI, Fernando Ulrich, anunciou já que o banco prevê reduzir o número de efetivos em 274 pessoas até 2015, enquanto o BCP terá de diminuir o quadro de pessoal em cerca de 1200 trabalhadores até 2017.

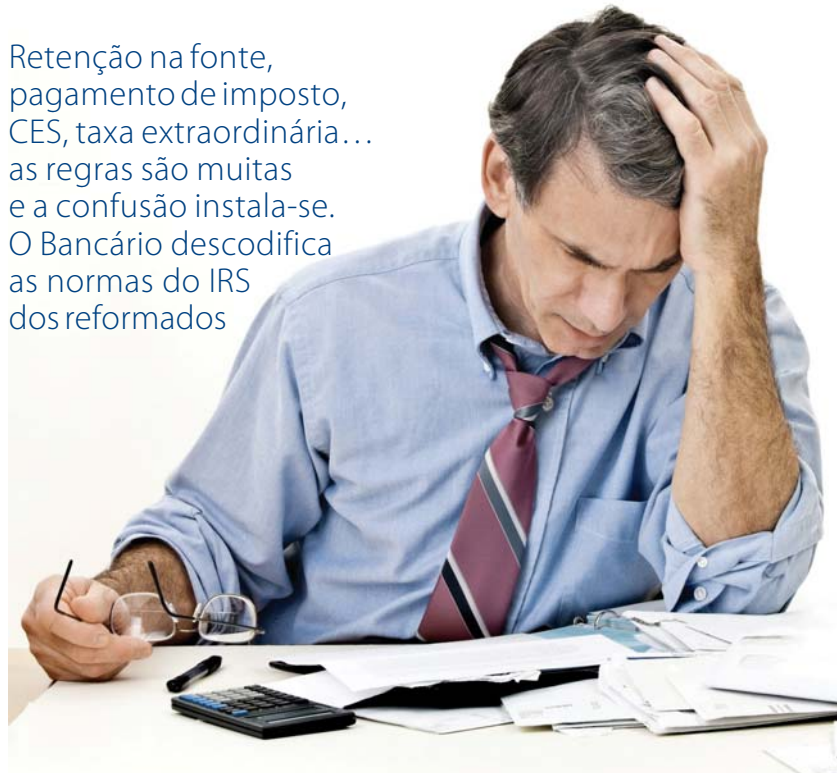
A tendência manifestada pela maioria dos empresários no inquérito do INE é de manutenção dos postos de trabalho: 77,5% das respostas. No entanto, o número dos que dizem ter intenção de reduzir o número de trabalhadores aumentou relativamente a 2013, sendo agora de 13,1% contra os 12,5% do ano passado — entre os quais se destacam banca e seguros. Em contrapartida, o objetivo de aumentar a mão-de-obra este ano é menor, ficando-se pelos 9,3%, quando em 2013 foi de 12,2%. Indústria transformadora, indústria extrativa, comércio por grosso e retalho e reparação de automóveis são os setores com mais respostas positivas.

O inquérito do INE incluiu 3.638 empresas com mais de quatro trabalhadores, um volume de negócios anual mínimo de 125 mil euros ou com mais de 200 efetivos. ■

Reformados

Saiba como calcular o IRS

Retenção na fonte,
pagamento de imposto,
CES, taxa extraordinária...
as regras são muitas
e a confusão instala-se.
O Bancário descodifica
as normas do IRS
dos reformados



Nos últimos anos as normas do Imposto sobre Pessoas Singulares (IRS) têm sofrido diversas alterações, com a introdução de novas taxas como a sobretaxa extraordinária e a Contribuição Extraordinária de Solidariedade (CES). Muitos bancários reformados têm contactado o SBSI pedindo apoio na interpretação para preenchimento das declarações.

Ao longo do ano, as entidades devedoras de pensões, ao abrigo do Decreto-Lei n.º 42/91, de 22 de janeiro, fazem a retenção na fonte do imposto, baseada em índices sobre a situação pessoal, familiar e de rendimento do reformado ou pensionista. Só então colocam à disposição do titular o valor da pensão.

A diferença entre o imposto devido no final e o que entretanto foi já entregue ao Estado em resultado da retenção na fonte tanto pode ser favorável como desfavorável ao sujeito passivo. No primeiro caso, o pensionista terá direito a um reembolso. No segundo, ainda terá de pagar.

Apurar a retenção

A retenção de IRS sobre as pensões mensalmente pagas é efetuada mediante a aplicação das taxas que lhes correspondam, constantes das tabelas de retenção na fonte de IRS.

Assim, as tabelas de retenção aplicáveis a pensões têm três componentes: o tipo de pensão, a residência do pensionista e a sua situação pessoal e familiar.

Ou seja, para encontrar o valor a reter cruzam-se as três variáveis: os rendimentos de pensões (a maioria dos casos, já que os restantes são rendimentos de pensões de titulares deficientes ou de deficientes das Forças Armadas), a residência (Continente, Açores ou Madeira) e situação pessoal e familiar do sujeito.

Recorde-se que a situação pessoal e familiar pode ser de três tipos: "Não casado" (pensionistas solteiros, viúvos, divorciados ou separados judicialmente de pessoas e bens); "casado, único titular" (pensionistas casados e não separados judicialmente de pessoas e bens, quando apenas estes auferirem rendimentos, ou, auferindo-os ambos os cônjuges, o rendimento de um deles seja igual ou superior a 95% do rendimento englobado); e "casado, dois titulares" (quando ambos os cônjuges auferirem rendimentos e nenhum aufera rendimentos iguais ou superiores a 95% do rendimento englobado).

Acumulação de pensões

Na retenção de IRS aos pensionistas que auferem mais do que uma pensão é tido em conta

se o pagamento é feito por uma única entidade ou por mais. No primeiro caso, a retenção é efetuada sobre o valor resultante da soma das pensões mensalmente pagas, mediante a aplicação das taxas que lhes correspondam.

Se as pensões são pagas por entidades diferentes, a retenção é efetuada por cada entidade, mas o pensionista pode solicitar que seja tido em conta o montante global e a retenção seja feita por apenas uma entidade.

Subsídios

Quanto ao subsídio de Natal e ao 14.º mês, o cálculo do imposto a reter é efetuado autonomamente. Ou seja, para efeitos de apuramento da taxa de retenção estas prestações não são adicionadas às pensões dos meses em que são pagas.

Se os subsídios forem pagos fracionadamente, em cada pagamento é retida a parte proporcional do imposto.

Assim, nos meses em que tais pagamentos ocorrem, o imposto a reter é igual à importância apurada sobre o valor da pensão mensal mais a importância calculada sobre o valor do subsídio de Natal ou 14.º mês.

Taxas e sobretaxas

O Governo introduziu recentemente a sobretaxa extraordinária, que corresponde a 3,5% sobre o rendimento acima do salário mínimo nacional (485 euros).

Para calcular o seu valor, o reformado deve retirar ao seu salário bruto as contribuições para o IRS e para a Segurança Social. Ao valor a que chegar, retira ainda um salário mínimo nacional (485 euros). A sobretaxa de 3,5% é aplicada sobre o valor final depois destas contas.

Já quanto à CES, que recai apenas sobre reformados e pensionistas, este ano é aplicada a pensões acima de 1.000 euros. Trata-se de uma taxa progressiva: de 3,5% para reformas que excedam 1.000 euros até aos 10% para quem auferir 3.750 euros.

Foram também criadas taxas adicionais de 15% e 40%, que se aplicam, respetivamente, a reformas acima de 4.611 euros e a pensões superiores a 7.126 euros. ■

Consulta do Viajante

O que fazer antes de partir de férias



Ana Frazão é a médica responsável pela Consulta do Viajante

A funcionar no Centro Clínico desde 2011, a consulta é cada vez mais procurada por quem vai visitar países de risco ou trabalhar no estrangeiro

A mante de jornadas em países longínquos, a médica Ana Frazão especializou-se em Medicina de Viagem e desde setembro de 2011 assegura a Consulta do Viajante do SAMS, cuja frequência não para de aumentar.

Embora nem todos os beneficiários saibam ainda da sua existência no Centro Clínico, a consulta tem sempre o horário preenchido, razão por que irá funcionar também em alguns sábados.

Sempre muito procurada pelos sócios que pretendem participar nas viagens organizadas pelo Sindicato, nos últimos tempos tem aumentado a presença dos que vão trabalhar para Angola ou Moçambique, e que representam já "uma elevada percentagem", refere Ana Frazão.

Instrumento de prevenção para quem planeia umas férias ou viagem de negócios a paí-

ses de risco, a consulta tem por objetivo informar, vacinar e fazer a profilaxia da malária.

"Todas as pessoas que vão viajar devem ir à consulta", explica a médica, lembrando que há grupos que necessitam de particular atenção. É o caso de crianças, idosos, grávidas ou indivíduos que precisam de cuidados especiais.

A ida à Consulta do Viajante é aconselhável sobretudo a quem pretende visitar países asiáticos, africanos ou da América do Sul. Na Europa há também algumas regiões de risco, nomeadamente os estados centrais, onde a encefalite transmitida pela carraça é endémica.

"A consulta deve ser feita quatro a oito semanas antes da partida. É conveniente trazer o boletim de vacinas e uma lista da medicação habitual", explica Ana Frazão, adiantando que foi criado um modelo de ficha clínica próprio, através da qual se pretende saber se o futuro viajante sofre de alergias, se teve doenças ou foi submetido a cirurgias.

A médica tem a preocupação de se manter constantemente atualizada sobre novos surtos de doença, de forma a aconselhar convenientemente os beneficiários conforme o lugar para onde tencionam ir.

No que diz respeito à vacinação, há duas obrigatórias: a vacina da febre-amarela para Angola e a da meningite meningocócica para a Arábia Saudita. As restantes são recomendadas: hepatite A e B, febre tifoide, tétano e "todas as que fazem parte do Plano Nacional de Vacinação, de acordo com a idade".

As vacinas podem ser tomadas no SAMS, exceto as internacionais, que têm obrigatoriamente de ser feitas num Centro de Vacinação Internacional.

Após o regresso, recomenda-se que os viajantes voltem à consulta, sobretudo se são portadores de doença crónica ou revelem sintomas de alerta como febre, diarreia, doenças de pele ou respiratórias. "Quem considere que esteve exposto a algum tipo de doença e os viajantes de longa duração (mais de três meses) também devem ir", conclui Ana Frazão. ■



Conselhos úteis

Éis alguns conselhos fundamentais prestados na consulta:

- Cuidados a ter com água e alimentos, para a prevenção da diarreia do viajante, a causa mais comum de doença em viagem;

- Recomendações sobre o uso de repelentes de insetos;

- Sugestões sobre a farmácia do viajante;

- Escolha do antimalárico adequado para a prevenção da malária ou paludismo em países com malária endémica;

- Cuidados especiais com a exposição solar;

- Recomendações especiais sobre viajar em altitude (por exemplo, Cusco, no Peru) ou em profundidade (mergulho).

Dia Internacional da Mulher

Igualdade, uma responsabilidade de todos

O GRAM - Grupo de Ação de Mulheres celebra o 8 de março com um passeio por Ferreira do Zêzere, uma região com alguns exemplos de empresas preocupadas com a conciliação entre trabalho e família, tão importante para a igualdade de género

Ferreira do Zêzere foi o local eleito este ano para a tradicional comemoração do Dia Internacional da Mulher, no sábado 8 de março, que como sempre aliará o convívio à cultura e à reflexão sindical.

Tendo o Governo decretado 2014 o ano da conciliação e das políticas da família, o GRAM vai mais longe e recorda a necessidade de envolver toda a sociedade neste desígnio. Assim, o lema do Dia da Mulher é a "Conciliação trabalho-família e a responsabilidade social das empresas", uma preocupação presente em unidades industriais instaladas em Ferreira do Zêzere. Na sua maioria a produção até aumentou, prova de que as políticas de conciliação não são inimigas da economia.

O passeio por Ferreira do Zêzere será desta forma uma viagem entre passado e presente, ou seja, entre cultura, património e trabalho, eixos fundamentais de uma sociedade com qualidade de vida que todos ambicionamos para Portugal.

A viagem inclui uma visita guiada aos principais locais históricos e patrimoniais da região, começando por um pequeno-almoço com produtos típicos no Centro Cultural.

Os sócios do SBSI terão ainda oportunidade de desfrutar a beleza paisagística de Dornes, de visitar um moinho ainda em funcionamento em Areias e de dar uma espreitadela a uma fábrica de construção de barcos tradicionais, os famosos abrangel.

Após o passeio terá lugar o almoço no Centro de Férias do SBSI, onde no espaço exterior estarão

instaladas tendas com produtos regionais para provar e, quem quiser, adquirir uma lembrança.

Antes da música para um pezinho de dança, será aberto um espaço de reflexão sindical, durante o qual elementos do GRAM e da Direção vão evocar o Dia da Mulher e a situação laboral no setor bancário.

Preservar conquistas

Há mais de um século que o dia 8 de março é um marco na luta das mulheres por condições de trabalho e salários dignos. Desde 1975 que as Nações Unidas celebram esta data como o Dia Internacional da Mulher.

Muitas conquistas foram alcançadas um pouco por todo o mundo no âmbito da igualdade de género e Portugal não fugiu à regra.

Os sindicatos têm desenvolvido um papel extremamente ativo nos locais de trabalho, lutando para que as oportunidades sejam iguais para homens e mulheres e combatendo todo o tipo de discriminação. O SBSI esteve sempre na linha da frente dessa luta e não é por acaso que entre as atividades de serviços a banca seja uma das que regista uma maior paridade — embora

ainda não igualdade, pois os homens continuam a ser mais de metade dos efetivos.

Mas a crise está a alterar profundamente o mercado laboral português, com o desemprego a atingir níveis recorde e a afetar cada vez mais famílias — no último trimestre de 2013 a taxa de desemprego atingiu os 15,6%, sendo de 15,9% nas mulheres e de 15,3% nos homens.

O setor bancário não tem escapado a este peso e os despedimentos coletivos e as rescisões de contrato deixaram já sem trabalho mais de três milhares de bancários.

A falta de trabalho tem servido de pretexto para muitos abusos por parte das entidades patronais, exercendo pressão sobre horários, ritmos laborais e salários.

O GRAM quer aproveitar o Dia Internacional da Mulher para alertar os sócios para a necessidade de estarem atentos na defesa dos seus direitos, para que a crise não seja aproveitada para pôr em causa as conquistas de longos anos.

Construir uma sociedade menos desigual, com respeito pela dignidade humana, direito ao trabalho e tempo para o indivíduo e a família é uma responsabilidade de todos. ■



Dia Internacional da
mulher



Curso de língua espanhola, em Lisboa

Cursos despertam cada vez mais interesse

Formação começa ano em força

As ações organizadas pelo Pelouro da Formação no início de 2014, tanto em Lisboa como nas Regionais, têm suscitado uma adesão acrescida dos associados do SBSI. Sociedades offshore, língua espanhola e Compliance são exemplos



Ação de formação sobre compliance, em Ponta Delgada

O ano começou de forma intensa no que diz respeito à oferta de cursos de formação.

Em Lisboa realizaram-se já duas ações sobre "Sociedades Offshore" e um curso "Intensivo de Língua Espanhola", enquanto em Ponta Delgada a formação foi dedicada à temática do "Compliance". No conjunto, os cursos envolveram a participação de cerca de sete dezenas de formandos.

Refira-se que entre os participantes registou-se uma elevada presença de jovens bancários, bem como uma acentuada frequência de quadros e técnicos.

A acompanhar as diferentes ações estiveram os elementos que compõem o Pelouro da Formação.



Formação em sociedades offshore, em Lisboa

Nas intervenções proferidas na sessão de encerramento dos cursos, Rui Santos Alves, Arménio Santos e Fernando Martins salientaram a importância da formação no desenvolvimento da carreira profissional dos formandos e o con-

tributo das mesmas na aquisição de novos conhecimentos.

Estabilidade de emprego

Os dirigentes do SBSI abordaram também, de forma particular, a complexa situação que se vive no setor bancário, designadamente no que respeita aos reflexos na estabilidade do emprego e na degradação dos rendimentos do trabalho.

A problemática vivida no BCP foi abordada de forma detalhada, e transmitida aos sócios a firme intenção de o SBSI de não permitir que a solução alcançada para este banco seja prosseguida noutras instituições. ■



Navio Creoula

Marinheiros precisam-se!

Se é um entusiasta da vida no mar e sempre quis saber como funciona um navio, a Comissão da Juventude tem propostas irrecusáveis

A Comissão da Juventude do SBSI, em parceria com a Bee – Aventura em Movimento, promove duas viagens (de 3 e 8 dias) a bordo do navio NTM Creoula, da Marinha Portuguesa, com o objetivo de incutir nos participantes um espírito de entreajuda

e fortalecimento das relações pessoais, ao mesmo tempo que proporciona conhecimentos marítimos e cria rotinas de trabalho, responsabilidade e cooperação.

Os participantes serão integrados na tripulação, desempenhando tarefas do dia-a-dia, num sistema de turnos rotativos de quatro horas.

Além disto, os participantes terão possibilidade de desempenhar várias atividades inerentes à vida no mar (aulas de nós, primeiros socorros, aulas de meteorologia e vela, formatura, etc.) e participar em sessões de formação e esclarecimento sobre diferentes temáticas.

Escolha o programa ideal

A primeira proposta tem a duração de três dias (de 5 a 7 de setembro), com partida de Lisboa em autocarro e embarque em Portimão. Durante a viagem, os participantes navegarão pela Costa Algarvia e ao longo do Sudoeste Alentejano. Dependendo das condições climáticas poderá haver a possibilidade de passar pelas Berlengas ou Troia. O preço desta proposta é de 250€, não incluindo o almoço de dia 6 e todas as despesas de carácter pessoal e consumos no bar/loja do navio.

A segunda proposta tem a duração de oito dias (de 7 a 14 de junho), com partida da Base Naval de Lisboa e chegada a Sevilha, onde o navio atracará durante dois dias. A subida do rio Guadalquivir até à cidade sevilhana é um dos pontos de maior interesse. O preço cifra-se nos 550€ e não inclui despesas de carácter pessoal e consumos no bar/loja do navio.

Ambas as propostas incluem a viagem; briefing numa data a definir; pequeno-almoço, almoço, lanche, jantar e ceia; acompanhamento e enquadramento dos monitores e chefes de equipa da Bee durante toda a missão; várias animações e seguro.

Os interessados deverão ter mais de 18 anos, saber nadar e disposição para a vivência a bordo de um veleiro (jovens dos 14 aos 18 anos poderão participar na viagem, desde que acompanhados por um responsável adulto).

Faça a sua inscrição e venha navegar no mar alto! ■

A Tunísia espera por si

Uma viagem a um dos mais belos países do Norte de África, de 4 a 11 de outubro

Para as férias deste ano a Comissão da Juventude propõe uma excursão à Tunísia. Os interessados terão oportunidade de conhecer este país africano banhado pelo Mar Mediterrâneo.

Com partida de Lisboa na noite de dia 4 de outubro, o alojamento será feito num hotel de quatro estrelas em Hammamet, uma cidade conhecida pela bela praia, entre outros pontos de interesse.

El Djem, Matmata ou Douz, com o seu animado mercado, são algumas das paragens obrigatórias onde os participantes poderão absorver a riqueza cultural do país.



A passagem pelo maior lago salgado da Tunísia, Chott el Djérid, será por certo um dos momentos mais interessantes, não esquecendo o passeio em veículos 4x4 pelo deserto tunisino e a visita a Kairouan, a quarta cidade santa do Islão, conhecida mundialmente pelas suas tapeçarias e artesanato.

O preço desta viagem é de 810€ por pessoa em quarto duplo (875€ em quarto individual)

e os pormenores podem ser consultados no sítio do SBSI, em www.sbsi.pt

As inscrições podem ser feitas na Secção Administrativa do Sindicato, através de fax, carta, e-mail, por internet ou presencialmente. Não se aceitam inscrições pelo telefone. O pagamento pode ser efetuado no ato de inscrição pela totalidade (através de cheque, cartão de débito/crédito ou por transferência bancária) ou em 10 prestações. ■

"Vamos apostar mais em atividades

Manter as iniciativas desportivas e empenhar-se mais na cultura. O plano do Pelouro dos Tempos Livres para 2014 está bem delineado, sempre com um objetivo principal: agradar aos sócios

As atividades do Pelouro dos Tempos Livres do SBSI têm merecido, ao longo dos anos, uma enorme adesão por parte dos associados, sendo um importante catalisador de amizade, espírito de convívio e camaradagem, ao mesmo tempo que permitem um aumento do bem-estar físico e mental. O facto de muitas das iniciativas estarem também abertas aos familiares dos sócios constitui uma das razões do seu sucesso.

Compete a este Pelouro coordenar e apoiar as iniciativas organizadas pelo Sindicato nas vertentes desportivas, culturais, recreativas e de lazer.

O início de uma nova época de atividades é o pretexto para uma conversa com Manuel Camacho, o seu coordenador, que fez o balanço da temporada anterior e desvendou as principais novidades para o futuro.

O Bancário - Qual o balanço das atividades realizadas na temporada passada?

Manuel Camacho - O balanço é positivo, os bancários continuaram a corresponder da melhor maneira às várias atividades lançadas pelo Pelouro dos Tempos Livres.

P - Tem havido um acréscimo de participação?

R - Há atividades que tiveram um maior aumento do que outras. No futsal, a modalidade que chamava mais pessoas, verifica-se um certo decréscimo, embora ainda continue a movimentar muitos sócios. Por outro lado, modalidades mais recentes como o king, o snooker ou o bowling continuam em grande crescimento. O golfe, por exemplo, é uma atividade que entre 2006 e 2011 estabilizou o número de participantes, mas, este ano aumentou novamente.

P - Que tipo de atividades é mais procurado?

R - Praticamente todas as atividades têm muita procura. O futsal era a mais procurada, mas atualmente são o snooker, o king e o bowling.

P - Agora que se inicia uma nova temporada, quais são as principais novidades do Pelouro dos Tempos Livres?

R - Nesta temporada vamos ter um incremento das atividades culturais. Já temos uma programação para o ano todo, com visitas culturais a museus, e praticamente já esgotadas. No entanto, se a procura continuar a ser grande há sempre a possibilidade de organizar mais visitas. Estamos à procura de novos pontos de interesse e as iniciativas são sempre acompanhadas por um guia, o que é uma novidade.

Vamos continuar a fazer os espetáculos de coros bancários. No dia 9 de janeiro tivemos o

Concerto de Reis, no dia 10 de abril iremos fazer o Concerto de Páscoa e no dia 25 de outubro o Encontro de Coros, que vai já na 32.ª edição. A pedido de vários coralistas e bancários interessados no canto, estamos a dinamizar um coro do SBSI, em que podem participar bancários, os seus familiares diretos e funcionários do SAMS e do próprio sindicato. Foi um êxito, com 89 inscrições.

A força de um sindicato único

P - Numa altura de crise no setor bancário e no próprio sindicalismo, como é que os sócios têm respondido a estas iniciativas do Sindicato?

R - Neste momento, o que tem afetado estas iniciativas tem sido a saída dos sócios da banca, devido a rescisões de contrato. A banca está em contração e não em expansão. E se há menos



culturais"

sócios logicamente há menos participação. Mas os Tempos Livres continuam a ser uma forma de descompressão. O stress e pressão do dia-a-dia no trabalho são cada vez maiores e aos fins de semana os sócios têm esse escape que ajuda a encerrar a semana de trabalho com outro espírito.

Os bancários continuam a corresponder da melhor maneira às várias propostas lançadas pelo Pelouro dos Tempos Livres

P - Numa altura em que se fala na criação de um sindicato único, quais são as principais vantagens para um pelouro como o dos Tempos Livres?

R - A união faz a força e quanto mais forte for o Sindicato mais forte serão os trabalhadores nas suas reivindicações e, ao mesmo tempo, nas atividades culturais, de desporto e lazer. Já funcionamos praticamente como um sindicato único em relação às atividades culturais e recreativas, porque há sempre finais nacionais. No futuro, com um sindicato único — que esperamos que surja em breve —, haverá finais regionais da Zona Norte, Centro e Sul e depois finais nacionais, à semelhança do que já é feito atualmente.

A importância da cultura

P - O Orçamento para este ano prevê um reforço de verbas para a atividade sindical e uma diminuição no lazer. Isso afetou a programação do Pelouro?

R - De 2012 para 2013, os Tempos Livres já fizeram um esforço de contenção sem afetar a atividade. Não reduzimos ações, mas fizemos um melhor reajustamento de custos. Nas colónias de férias, por exemplo, os custos baixaram imenso, sem inviabilizar a sua realização ou pôr em causa a qualidade, e mantivemos a colónia de língua inglesa, no Reino Unido. Em relação às finais do Sul e Ilhas também fizemos um reajustamento de custos, sempre sem prejudicar a atividade.

P - Nas atividades de tempos livres predomina o desporto, em detrimento da cultura. Porquê?



R - O SBSI sempre teve as duas vertentes: cultural e desportiva. Nos últimos anos, por diversas razões, a desportiva sobrepôs-se um pouco à cultural. Mas agora com o "Convívio com Arte", com o novo coro e com as outras atividades que temos programadas, a vertente cultural não será a parente pobre dos Tempos Livres, mas antes uma parente em pé de igualdade. O objetivo passa por incen-

tivar não só a parte física como também a mental. *Mente sã, corpo são.*

P - Está prevista mais alguma atividade nova no âmbito da cultura?

R - Temos muitas em mente e oportunamente serão divulgadas através do nosso sítio, n' 'O Bancário', e nos restantes meios habituais. ■

Ano de Olimpíadas



De quatro em quatro anos, o Pelouro dos Tempos Livres organiza as chamadas Olimpíadas Bancárias, uma prova que junta os primeiros classificados das várias modalidades do SBSI.

Este ano, o evento está marcado para 22 de novembro e compreenderá as seguintes modalidades: ténis, futsal, futsal veteranos, golfe, pesca de mar, pesca de rio, pesca de alto mar, surfcasting, xadrez, bowling, snooker bola oito, squash, tiro, karting e king.

Um animado jantar-convívio juntará cerca de 600 pessoas, entre concorrentes e familiares, e servirá para encerrar da melhor maneira o evento. "É um grande momento de convívio entre todos os desportistas bancários, a Direção e os Corpos Gerentes. Esperamos que daqui a quatro anos umas Olimpíadas a nível nacional sejam uma realidade", afirma Manuel Camacho. ■

Convívio com Arte

Paisagem nórdica cativou sócios

Um heterogéneo grupo de bancários e seus familiares visitou a exposição temporária do Museu Nacional de Arte Antiga com o SBSI e não poupou elogios à iniciativa

A iniciativa "Convívio com Arte" começou o ano com uma visita orientada à exposição "A Paisagem Nórdica do Museu do Prado", patente no Museu Nacional de Arte Antiga, em Lisboa. Um grupo de 25 pessoas respondeu ao repto do Pelouro dos Tempos Livres e deu a manhã do sábado 25 de janeiro por muito bem empregue.

A ação tinha tudo para atrair as atenções: trata-se da primeira vez que o espanhol Museu do Prado apresenta uma exposição em Portugal, ain-



da para mais composta por 57 obras de 36 artistas nórdicos, entre os quais se destacam Rubens, os três Brueghel e Lorrain. Todos os quadros expostos foram pintados nos reinados dos Felipes de Espanha e representam as paisagens acima das Cordilheiras vistas pelos italianos.

Sendo esta uma pintura muito narrativa, em que cada obra conta uma história e tem uma ação a desenrolar-se, a possibilidade de ter uma técnica do Museu a ajudar o grupo do SBSI a interpretar os quadros foi uma mais-valia preciosa, destacada por todos.

Ana Rita Duro foi uma guia perfeita, não só pelo seu conhecimento sobre a matéria mas também pela forma interativa como conduziu a visita, interpelando os participantes e despertando-lhes a curiosidade na descoberta dos pormenores das obras.

O grupo tinha como denominador comum o gosto pela arte. Em tudo mais era bastante heterogéneo: bancários no ativo e reformados, familiares, crianças.

O sucesso da visita e a oportunidade da iniciativa foi bastante evidenciada. António Macau, 48 anos, confessou ter sido esta a primeira vez que entrou no Museu de Arte Antiga, motivado pela possibilidade de fazer "uma visita guiada". "Estas iniciativas são excelentes, pois ajudam a divulgar a cultura e a arte. O Sindicato está de parabéns, deve apostar em mais coisas destas", frisou o bancário da CGD/Setúbal, garantindo ir "seguir com atenção o programa" do ano.

Também Virgília Lopes, 60 anos, elogiou a iniciativa "Convívio com Arte". "Dá-nos um conhecimento maior nesta área e permite-nos conviver com colegas de outros bancos, com experiências diferentes mas gostos culturais iguais aos nossos", salientou a reformada do Banco de Portugal, que se fez acompanhar pela filha e neta.

Em fevereiro os sócios foram (re)visitar o Panteão Nacional e a 29 de março o encontro é no Museu da Fundação Oriente. As inscrições estão abertas. ■

Também é notícia



Sócios animados com magusto...

A Secção Regional de Castelo Branco organizou o tradicional Magusto, que contou com a participação de 107 pessoas, entre bancários e respetivas famílias. Refira-se o facto de 30% dos presentes serem sócios ainda no ativo, o que demonstra a aposta daquela Secção na proximidade.

Entre o almoço, as castanhas e os jogos variados, foi um dia intenso de convívio e camaradagem entre todos. João Carvalho, da Direção do SBSI, marcou presença no evento. ■

... e réveillon

Também em Castelo Branco, a entrada no novo ano foi comemorada em grande. Um animado grupo juntou-se para dar as boas-vindas a 2014. Mais uma vez o espírito de ajuda esteve presente, com os participantes a contribuírem com "comes e bebes" para parti-

lhar entre todos. Este foi um evento organizado em conjunto entre a Secção Sindical e o GRAM. ■



Informadores bancários em almoço-convívio

O 53.º almoço de confraternização dos antigos trabalhadores das Informações Comerciais da Banca realizou-se no dia 11 de janeiro, num restaurante da Charneca da Caparica. O também denominado "Convívio Augusto Piores" — antigo colega e casapiano fundador destes encontros anuais — serviu para relembrar histórias antigas bem como a amizade que diariamente se vivia entre colegas.

A Direção do SBSI fez-se representar por Paula Viseu, que saudou os presentes e encorajou a continuidade destes convívios.

Este ano, a organização ficou a cargo dos colegas do BPI/ex-BBI, conjugada com a habitual comissão permanente. ■

Futsal

Banco BPI **imparável**

Com três jornadas realizadas, o Banco BPI é líder isolado depois do emocionante embate diante da Team Foot Activobank

O dia 24 de janeiro marcou o arranque do 38.º Torneio Nacional Interbancário de Futsal, com a realização da jornada inaugural. O campeonato conta com 16 equipas, oriundas de Angra do Heroísmo, Castelo Branco, Évora, Funchal, Ponta Delgada, Setúbal e Tomar. Da área de Lisboa são sete as que vão tentar alcançar a 2.ª fase.

O 1.º jogo opôs a CM BCP Foot a Mill (Millennium bcp) ao Banco BPI, que começou melhor, com Mário Lourenço a abrir o ativo aos 20 segundos. A 1.ª parte conheceria mais quatro golos fixando o resultado ao intervalo em 5-0. Na etapa complementar, o Banco BPI não tirou o pé do acelerador e marcou mais quatro. Paulo Lima fez os dois golos da equipa do Millennium bcp. O resultado final foi 9-2.

A história da 2.ª partida é curta. A equipa da Fapoc (Millennium bcp) apresentou-se no duelo frente à Team Foot Activobank com apenas três jogadores. Devido à inferioridade numérica, rapidamente se encontraram a perder por 3-0, até que João Oliveira se lesionou e obrigou a dupla de arbitragem a terminar o encontro ao minuto 3'. A Team Foot Activobank arrecadava os três pontos.

Já o GD Santander Totta venceu os SS do Montepio pela margem mínima, com um golo de Gonçalo Abrantes, ao quarto minuto da 2.ª parte. A Portugais (BdP) foi o conjunto a folgar.

Terminada a primeira ronda, o Banco BPI liderava a classificação com três pontos, a par da Team Foot Activobank e do GD Santander Totta.

Sem surpresas

A 2.ª ronda teve lugar a 31 de janeiro, sendo a BCP Foot a Mill a equipa a folgar. No 1.º jogo, a Portugais fez a estreia na presente edição, saindo vergada com uma derrota por 4-0 diante da Fapoc. Destaque para José Ribeiro que bisou em dois minutos (12' e 13'), já depois de Rui Reis ter inaugurado o marcador. Na 2.ª parte, Gil Correia fixou o resultado final.

Líder à entrada para a jornada, o Banco BPI teve de aplicar-se para derrotar o GD Santander Totta, por 6-4. Na 1.ª parte, dois golos para cada lado colocavam incerteza para a etapa complementar. Aqui, o conjunto do BPI foi mais forte e apontou quatro golos contra dois do GD Santander Totta.

No último jogo, a Team Foot Activobank venceu os SS do Montepio, por 5-3. Também neste jogo o equilíbrio foi evidente durante a 1.ª parte, com os homens do Millennium bcp a vencerem por 2-1 ao intervalo. Na 2.ª parte, Rogério Gomes deu sequência à boa exibição ao apontar dois golos, de um total de três, cruciais para a vitória da sua equipa.

Banco BPI e Team Foot Activobank mantinham-se na frente da classificação com 6 pontos.



A equipa do Banco BPI souou para conquistar a vitória

De cortar a respiração

A 3.ª jornada trouxe o aguardado embate entre Team Foot Activobank e Banco BPI, que poderia trazer novidades nos lugares cimeiros.

Começou melhor a equipa do Millennium bcp, com Rogério Gomes a marcar aos 8'. O Banco BPI viria a empatar aos 12', por Rodrigo Leite, resultado que se verificava ao intervalo. Na 2.ª parte, Mário Lourenço completou a reviravolta para o Banco BPI, à passagem do minuto 9. E numa altura em que a Team Foot Activobank arriscava no 5 para 4, André Pires aproveitou a baliza deserta e fixou o resultado final em 3-1. Grande partida de futsal que podia ter pendido para qualquer uma das equipas e que em nada ficou atrás das realizadas a nível profissional.

Chuva de golos no 2.º jogo da noite, com os SS do Montepio a vencerem a Portugais, por 7-4. Maior eficácia da equipa do Montepio apesar da boa réplica da Portugais, que tentou sempre contrariar o rumo dos acontecimentos.

No 3.º jogo, o GD Santander Totta venceu a equipa CM BCP Foot-a-Mill, por 2-0, com golos de Luís Xavier e Francisco Pestana. A Fapoc des-cansou nesta ronda.

Realizadas três jornadas, o Banco BPI lidera a classificação com 9 pontos, mais dois que Team Foot Activobank e GD Santander Totta.

Os resultados das próximas jornadas serão dados oportunamente em futuras publicações.

Fazem parte da Comissão Organizadora Manuel Camacho, António Ramos, Armando Pardal, Feiteira Lopes e José Vidigal. ■



Banco BPI e Team Foot Activobank disputaram o jogo mais emocionante das três jornadas

Classificados

Vendem-se casas

Vendo — Lisboa — T3 — 1.º andar com quintal murado 60 m² (2 anexos, churrasqueira, jardim, árvores fruto). Excelente zona: Almirante Reis/Portugália. Prédio pequeno e muito sossegado, 6 habitações. Preço €169.000 (aceito permuta). T: 964451162

Diversos

Alugo — Bombarral — Casa mobilada com 2 quartos, WC, kitchenette, sala comum, água canalizada, luz, gás, esgotos, anexos, em terreno de 1.000 m² com diversas árvores de fruto, vedado, com portões, nitreira, cisterna, lago. Boa vista e excelentes áreas. Preço € 300. T: 967759869

Compro — Carro usado, preferência gama baixa, em bom estado. T: 919468232

Vendo — Quadros (20 disponíveis) técnica mista de madeira sobre tela, pintura a acrílico. Preço de € 20 a 100. T: 966538552

Vendo — Vídeo vhs ho Philips -vr 747 stereo 4 cabeças. T: 962158602

Vendo — Sapatos de golfe novos n.º 37/38 hi-tec. Preço € 25. T: 913411026

Cedo — Posição na Interpass pela melhor oferta. Semana grátis disponível. T: 963540672

Serviços — Acompanhamento a idosos durante a noite, mesmo acamados. Muita experiência com referências. Preço a combinar com os interessados. T: 913922557

TEMPOS LIVRES

PEDRO GABRIEL

Março em força

Xadrez, karting, tiro ou squash. O próximo mês marca o regresso de muitas das modalidades do SBSI



A primeira corrida do ano é já a 22 de março

As iniciativas de desporto dos Tempos Livres do Sindicato sempre tiveram grande adesão dos sócios, explicada pelo espírito de convívio e pelo bem-estar físico e mental que proporcionam. Em março, o difícil será optar pela modalidade a praticar.

O 8.º Circuito de Squash é composto por três provas que antecedem a final do Sul e Ilhas. A primeira realiza-se a 1 de março, nas Olaias, estando a segunda agendada para 22 do mesmo mês e no mesmo local.

Já o 17.º Campeonato Interbancário de Tiro conta quatro contagens de apuramento para a final do Sul e Ilhas. No dia 2 de março, Beja acolhe a primeira, e no dia 30 é a vez de Rolos receber a segunda contagem da prova.

No dia 15 o xadrez faz a sua estreia, com a realização dos jogos da fase preliminar da área da Grande Lisboa, na sede do Sindicato. A final do Sul e Ilhas do 29.º Torneio Interbancário está agendada para 10 e 11 de maio, em Ferreira do Zêzere.

Uma das modalidades que mais emoção provoca aos sócios do SBSI é o karting. A primeira fase é composta por cinco provas, entre os meses de março e junho. A primeira corrida do ano está marcada para 22 de março, no Bombarral, localidade que acolherá igualmente a meia-final da prova, no dia 27 de setembro.

Para os apaixonados do mar, algumas das modalidades estão prestes a regressar. O 7.º Campeonato Interbancário de Surfcasting arranca a 1 de março, na praia da Comporta. No dia 22, a praia do Pego recebe a segunda prova.

Entretanto Peniche vai receber a primeira prova do 34.º Campeonato Interbancário de Pesca de Mar, a 15 de março, e no dia 22 realiza-se a final do Sul e Ilhas de Alto Mar, em Setúbal.

Além destas, muitas modalidades já iniciadas vão continuar a disputar-se, como o futsal, o golfe, o king, o bowling e o snooker, entre outras. Acompanhe todos os resultados em futuras publicações. ■

Vantagens aos sócios

O Sindicato acaba de celebrar vários protocolos com empresas que garantem aos nossos associados e seus familiares, beneficiários do SAMS, condições mais favoráveis:

Sociedade Nacional de Belas Artes

Sociedade Nacional de Belas Artes (SBNA), com sede em Lisboa, na Rua Barata Salgueiro, 36, concede 10% de desconto na inscrição e nas 1.ª e 2.ª propinas em cursos de formação artística práticos e teóricos (por aluno); 15% de desconto na inscrição e na 1.ª e 2.ª propinas em cursos de formação artística práticos e teóricos (para grupos de 5 ou mais alunos). Facilidades de pagamento. ■

Contactos: Tel: 213 138 510; fax: 213 138 519; email: geral@snba.pt; web: <http://www.snba.pt>

Ginásios da Educação Da Vinci

Super Lição, Gestão de Processos Educativos, proprietária da marca nacional Ginásios da Educação Da Vinci, com sede em Faro, no Largo do Carmo, n.º 51, concede desconto de 5% sobre o preço de tabela base em serviços de apoio escolar ou explicações (válido apenas nas unidades aderentes). ■

Farmácia da Penha

Farmácia da Penha, Lda., com sede em Faro, na Estrada da Penha, n.º 52, concede desconto de 10% sobre o P.V.P. na aquisição de artigos de dermocosmética, puericultura, dietética veterinária e acessórios. O desconto não poderá ser aplicado a produtos ou serviços disponibilizados pela farmácia que já estejam a ser alvo de um desconto superior a 10% sobre o P.V.P.

Contactos: Tel: 289 822 342; fax: 289 863 428; telm: 916 165 857. ■

Mais informações sobre descontos aos sócios em www.sbsi.pt

Carnaval em Ferreira do Zêzere

O Centro de Férias
tem um programa especial
para os apreciadores
dos festejos carnavalescos



Se é dado a festividades carnavalescas então o Centro de Férias de Ferreira do Zêzere tem o programa ideal para si. De 2 a 4 de março, os participantes vão poder usufruir não só de uns merecidos dias de descanso como também de um jantar folião onde a animação está garantida.

O dia 3 é livre para visitas aos pontos mais importantes da região e à noite o jantar inicia-se a partir das 20h00. O conjunto "Brisas" irá proporcionar uma grande animação carnavalesca, que certamente agradará a todos. E como a folia também abre o apetite, a partir da meia-noite serão servidos caldo verde, enchidos e broa, tudo regado com uma bela sangria.

Este programa está aberto a todos os sócios do SBSI e dos sindicatos filiados na Febase e na UGT.

Os preços são os seguintes: quarto single - 82,50€; quarto duplo - 135€; quarto triplo - 207,50€; crianças até aos 5 anos - grátis; crianças dos 6 aos 9 anos - 25€.

Os almoços dos dias 3 e 4 são opcionais, devendo os interessados fazer a marcação no ato da reserva. Prepare a máscara e venha festejar no Centro de Férias!

Semanas promocionais

Para os sócios que preferem relaxar no sossego do campo, o Centro de Férias oferece dois pacotes aos melhores preços, disponíveis até final de março.

No primeiro pacote estão incluídas 3 noites e 4 dias, com entrada à terça-feira e saída à sexta-feira. O preço por pessoa em quarto duplo, em regime de alojamento e pequeno-almoço, é

de 40,50 €; no regime de alojamento e meia-pensão é de 70,50 €.

Já o segundo pacote inclui 5 noites e 6 dias, com entradas ao domingo e saídas à sexta-feira. O preço do alojamento com pequeno-almoço é de 67,50 € por pessoa, em quarto duplo, e de 117,50 € por pessoa no regime de alojamento e meia pensão.

Na sua estadia poderá desfrutar de passeios pedestres com guia, projeção de filmes, andar de bicicleta ou dedicar-se à prática de vários jogos, entre outras atividades.

Para mais informações contate o Centro de Férias: Tlf. - 249 360 200 / Fax - 249 360 290 / e-mail - centroferias.formacao@sbsi.pt ■

King

Caetano Moço continua líder

A 3.ª jornada realizou-se no primeiro dia do mês e terminou com a vitória de Vítor Madureira, mas na frente da classificação continua a ser o homem da Unicre a destacar-se

Opuramento da zona de Lisboa do 8.º Campeonato Interbancário de King prossegue na sede do SBSI. A 3.ª jornada teve lugar no dia 1 de fevereiro e contou com a participação de 21 jogadores, que ao longo dos quatro jogos mostraram um

animado espírito de convívio e salutar desportivismo.

A vitória sorriu a Vítor Madureira (BES), que alcançou 44 pontos, apenas mais um que Pinto Pedro (AAEBNU). No terceiro posto ficou Abel Louro (Millennium bcp), com 42 pontos, ao passo que António Ramos (Millennium bcp) terminou na quarta posição, com 40. António Moço (BPI), com 36 pontos, ficou-se pelo quinto lugar.

A frente da classificação geral não apresenta novidades, uma vez que continua a ser liderada por Caetano Moço (Unicre), com 119 pontos. Pinto Pedro ascendeu ao segundo lugar, contabilizando agora 110 pontos.

Fruto da vitória nesta jornada, Vítor Madureira também subiu na tabela e ocupa a terceira posição,



com 107 pontos. António Moço, com 102 pontos, e António Vieira (BES), com 100, seguem no quarto e quinto lugares, respetivamente.

A próxima jornada realizou-se a 15 de fevereiro e daremos conta dos resultados em futuras publicações. ■

Subsídios pagos no 2.º semestre de 2013

	Sócio n.º	Nome	Banco
Julho	23017	Américo Fernandes Duarte	BES
	9747	António Alfredo Mendes Broeiro	BCP
	26208	Armando Brás Pimpão	B. Portugal
N.º de Óbitos: 9		Emília Silva Fonseca	CGD
Valor do Subsídio: 6.811,05 €	28028	José Carlos Vieira Rebello Andrade	BCP
	21451	José Paulo Pereira Ramos	CGD
	26977	Laurentina E D Baptista Amado	BPI
		Maria Irene Almeida Machado	BCP
	6611	Maria José Silva Guerreiro Mendonça	CGD
Agosto	1702	Aurélio Ferreira Agrela	BES
	3274	Eugénio Mateus Almeida	BST
	1687	Guilherme Sousa Barracha	CGD
N.º de Óbitos: 9	35535	Joaquim Ligeiro Couchinho	CGD
Valor do Subsídio: 6.791,55 €	29352	Joaquim Mendes Freire	BCP
	1230	José Augusto Rodrigues	BPI
	7255	Maria Conceição R Castro Rolo	BCP
	1575	Moisés Ribeiro Valador	BST
	17074	Vítor Hugo Almeida Guinote	BST
Setembro	13624	António Cruz Silva	BCP
	14388	Eugénio Silva Raposo	BST
	4346	Fernando Felizardo Saraiva	BST
N.º de Óbitos: 9	15419	Francisco Carlos Correia Caeiro	CGD
Valor do Subsídio: 6.774,95 €	1208	José Guilherme Neves	BCP
	7588	José Maria Jesus Costa Sousa	CGD
	23788	Rosalina Dias Alves Gomes	BPI
	4073	Vasco Gil Pereira Gonçalves Marques	BST
	7152	Virgílio Campos	BST
Outubro	1480	António Mendes Carvalho	BCP
	1998	Artur Farinha Chagas	BST
	2521	Carlos Santos Coelho	B. Portugal
N.º de Óbitos: 9	10516	Joaquim Paulo	BPI
Valor do Subsídio: 6.731,55 €	1419	José Augusto Fragoso Lopes Macedo	BES
	32908	José Cardoso Rita	BES
	6114	José Carmona Barreto Ramalhete	BCP
	25082	Maria Martins Gorgulho	BCP
	1247	Nuno Soeiro Pina Manique	B. Portugal
Novembro	4837	Albino Almeida Santos	BES
	4524	Albino Bom Barata Correia	BST
	43554	António Abecasis Santos Pessegueiro	CGD
N.º de Óbitos: 9	16083	Duarte José César Carreira	CCAM Alenquer
Valor do Subsídio: 6.732,00 €	928	Emílio Vitório Santos	BCP
	1689	José Cardoso Rodrigues Anjos	CGD
	16502	José Eduardo Mata Magalhães Marques	BPI
	891	Maria Luisa S Varella Ascensão	B. Portugal
	2694	Silvério Domingues	CGD
Dezembro	2023	Abílio Fernandes	B. Portugal
	27958	António Furtado Silva	BCP
	16021	Carlos Alberto D F P Basto Carreira	BST
N.º de Óbitos: 9	13734	Fernando José Dias Lucas	CGD
Valor do Subsídio: 6.730,75 €	17697	Joaquim António Torres Pequito	BCP
	13048	José Joaquim Pialgata Victor	CCAM Entre Tejo e Sado
		Maria Felicidade Almeida	CGD
	5584	Pedro Freitas Martins	CGD
	5665	Pedro Gerardo Leite Perry Nava	B. Portugal



A imaginação é o limite

Os associados do SBSI têm nesta página oportunidade de publicar poemas, pequenos contos e desenhos da sua autoria. A seleção das obras enviadas rege-se por critérios editoriais. Os textos para publicação não podem exceder os dois mil caratères.

Os cavaleiros do amor e da justiça

Quatro eram os heróis da história: o primeiro chamava-se "Aqui estou", o segundo "Vou lá", o terceiro "Espera aí" e o quarto "Cheguei".

Um dia, tiveram que partir da sua linda floresta onde viviam. Tanto andaram que tiveram que pernoitar da longa jornada, e acamparam ao pé de um riacho.

A noite ia avançada, quando no silêncio ouviram gritos, tão aflitivos, que se condoeram e foram ver o que era: homens embuçados maltratavam uma pobre criança. Avançaram e afugentaram os bandidos, socorrendo o menino que mal podia falar. Acarinharam-no e indagaram quem era e o que acontecera.

O menino disse: o meu nome é "Despertar" e sou filho do Rei. Levem-me para o meu reino que se chama "Nunca acaba", onde o povo se sente feliz para sempre e vocês terão uma boa recompensa.

Os cavaleiros levantaram o acampamento e partiram. Alguns dias depois chegaram ao dito reino. Qual não foi a sua surpresa que mal chegaram foram levados pelo povo, com música, danças e cantos.

O Rei, feliz, condecorou-os com grinaldas de flores e moedas sem fim.

Despediram-se os cavaleiros e partiram felizes para a terra do horizonte brilhante como a luz.

Susana Alves Viana de Queiroz Ferreira Alves
Beneficiária n.º 2544029

Ser bancário

Como empregado bancário
Trabalhei anos a fio
Levei a cruz ao calvário
Sem nunca perder o brio
Quando entrei nesta carreira
Ainda havia patrões
Muitos bufos à maneira
Capazes de mil traições
Depois veio a liberdade
A Banca serviu o povo
Deixou-me muita saudade
Esse sonho que foi novo
Mas pouco tempo passado
Ficou tudo como d'antes
O Banco virou privado
Tanto o meu como os restantes
A seguir são as fusões
Em que tudo foge à norma
Regressaram os papões
Pirei-me eu para a reforma

Alfredo José de Oliveira Silva
Sócio n.º 18.070

Amor e eu

Na vida tive muitos amores
Todos eles de entrega total
Foram tantos os sabores
E nenhum me fez sentir mal

O que importa é o sentimento
Seja de alegria ou até de dor
Intenso a cada momento
É assim que é o Amor

São os olhos que brilham
É o peito que salta para fora
São emoções que se partilham
São carinhos a toda a hora

Sem respirar eles não vivem
Sem ti não vivo eu
Sem amor eles sobrevivem
Sem respirar sobrevivo eu

Rui Ramalho
Sócio n.º 55.763



Peixes de Portugal

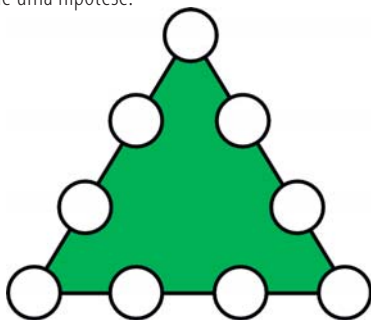
São 25 os nomes de peixes que estão no quadro. Com as 6 letras sobrantes formará um outro. - Qual é?

B	A	R	G	E	L	A	C	N	E	T
I	B	I	C	A	V	R	O	C	U	C
C	A	V	A	L	A	R	N	H	Q	S
U	A	P	U	O	R	A	G	A	I	A
D	A	F	A	A	B	I	R	R	P	R
O	C	A	P	A	T	Ã	O	R	R	D
Ã	H	N	A	O	A	O	A	E	E	I
M	I	E	R	L	I	X	A	U	G	N
L	G	C	A	E	N	U	Ç	O	O	H
A	Ã	A	C	M	H	X	A	R	D	A
S	V	I	Ú	V	A	I	U	G	N	E

A sortear: **Noites de Lamego** de Camilo Castelo Branco, edição **Porto Editora**.

Triângulo numérico

Coloque os números de 1 a 9, sem os repetir, em cada um dos círculos que compõem o triângulo, de forma a que a soma correspondente a cada um dos lados seja 20. Há mais de uma hipótese.



A sortear: **Vicky Cristina Barcelona**, de Woody Allen (DVD).

Criptograma

Cada número equivale sempre a uma mesma letra. Resolva o problema a partir dos números das letras da palavra inserida.

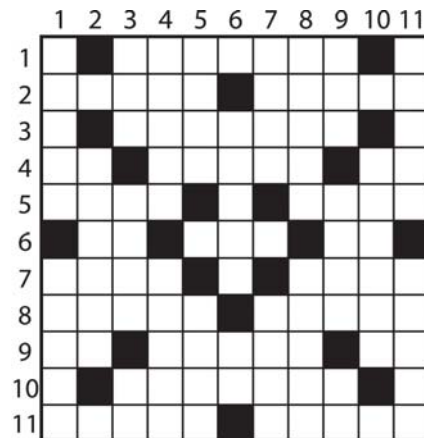
1	2	3	4	2	5	6	7	8
8	5	2	8		9	10	6	11
10	8		12	6	13		2	4
6	11	9		14		13	1	9
11		7	11	9	3	1		3
9	15	6		7		8	16	6
3	2		17	8	18		13	11
19	6	14	8		8	2	11	9
6	10	9	11	7	6	15	6	12

A sortear: **O Primo Basílio** de Eça de Queirós, edição **Porto Editora**.

Palavras-cruzadas

HORIZONTAIS: 1 - Província de Portugal. 2 - Algarve; Mandioca. 3 - Criadores. 4 - Abrev. de Obrigações do Tesouro; Cantar para adormecer uma criança; Abrev. de Sociedade Anónima. 5 - Súcia; Soltarais. 6 - Observei; Saudável; Símbolo do decigrama. 7 - Toureio; Algarve. 8 - Perfume; Porções. 9 - Símbolo do gálio; Espécie de mandioca...; símbolo do estere. 10 - Algarve. 11 - Faço serão; Expeça.

VERTICAIS: 1 - Algarve; Algarve. 2 - Algarve. 3 - Nome de letra; Versado; Brisa. 4 - Algarve; Como à pressa. 5 - Reprovação; Criança inocente. 6 - Algarve; Entregue. 7 - Invulgar; Uma dúzia. 8 - Regressara; Local onde se fazem debates. 9 - Lucros por ação (sigla); Jornadas; Sorri. 10 - Algarve. 11 - Único; Molusco da família dos Ostreídeos...



Problema 361

Nota: Nos enunciados, por Algarve entenda-se terra algarvia.

Vinícius, Peniche

A sortear: **Prémio SBSI**.

Dicionários adotados: da Língua Portuguesa 2010 e dos Verbos Portugueses, da Porto Editora.

Grifograma

Transfira as letras dos sinónimos pedidos para as respetivas casas na grelha. Depois de preenchida, encontrará uma citação de Oscar Wilde (1854-1900).

1	A		2	F	3	B	4	G	5	D		6	C
7	B	8	F	9	A	10	H	11	E	12	D	13	C
16	E	17	H	18	G	19	A	20	C	21	A	22	D
25	B		26	E	27	G	28	F	29	B		30	A
32	D	33	B	34	E	35	F	36	A		37	D	38
	41	F		42	C	43	E	44	G	45	C	46	E

A - Patenteia

B - Campo

C - Feixe de luz do Sol

D - Gratificação

E - Jogo de criança...

F - Muralha de fortaleza

G - Carência

H - Sereno

9	19	30	21	36	1
29	39	7	25	3	33
20	6	42	24	45	13
5	37	12	22	32	40
11	46	34	16	26	43
35	14	41	28	2	8
18	31	44	4	27	
10	17	38	23	15	

João Carlos Carneiro, Amadora

A sortear: **Guia de Conversação | Inglês**, edição **Porto Editora**.

"Nunca é segura a sociedade com os poderosos."
Fedro, fabulista romano (séc. I)



«Tempo Livre» 361

Ano XX

Prazo para respostas: 28 . março . 2014

Sudoku

As casas vazias devem ser preenchidas com os algarismos de 1 a 9 mas de forma a que cada um dos algarismos surja somente uma vez em cada linha, em cada coluna e em cada quadrado.

Fácil 240

	3			5				
		1		3				8
		2				7	6	
4			8		9			
	9			4			7	
			7		3			5
	4	6				5		
8				6		1		
			5				3	

Médio 240

		9	7		2	8		
	7						3	
8								1
5			9		4			6
3			6		8			4
1								8
	4						7	
		6	5		9	2		

Difícil 240

		4				2		
	5		3		1		4	
6				5				7
	9		6		7		1	
		3				8		
	4		2		3		9	
5				3				1
	7		8		6		2	
		6				7		

Fácil 241

	9			7				
	8	1	6		2		3	7
							5	
	2		9		3		7	
				8				
	5		1		6		4	
	7							
4	3		5		8	9	2	
			4				6	

Médio 241

6	7						4	9
5		9	6					8
		2				6	5	
					1	9		6
				5		8		
	2		7	4				
	8	4				1		
7					3	4		5
3	9						8	6

Difícil 241

	1			4			6	
4			1		9			3
		6				9		
	5						9	
6				2				7
	7						1	
		3				5		
2			8		3			6
	6			1			2	

Soluções

<div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div><div></div></div>



Num espaço amplo e agradável, os SAMS dispõem de uma loja de óptica onde, a preços muito competitivos, pode adquirir toda a gama de produtos desta natureza. Lentes oftálmicas da melhor qualidade e das mais prestigiadas marcas, das quais se destacam:

■ Zeiss ■ Essilor ■ Indo

Lentes de contacto de todas as gamas e das marcas mais conceituadas:

■ Alcon ■ Bauch & Lomb ■ Cooper Vision ■ Johnson
Armações e óculos de sol de marcas certificadas,

onde se incluem:

■ Gucci ■ Rayban ■ Vogue ■ Prada ■ Carrera ■ Bugatti

Todos estes produtos poderão ser adquiridos, também, nas Lojas de Óptica das clínicas SAMS de Almada, Amadora, Barreiro, Odivelas, Faro, Santarém e Tomar onde poderá contar com o acompanhamento e aconselhamento de técnicos especializados de modo a obter a solução óptica adequada para si.

Vantagens e benefícios

- Qualidade no serviço
- As melhores marcas
- Facilidade de pagamento
- Horário alargado (agora também ao sábado)
- Óculos na hora*
- Em lentes oftálmicas:
 - Garantia de adaptação até 60 dias
 - Garantia de satisfação, se não ficar satisfeito devolvemos o seu dinheiro

* Dependendo da graduação

Horário alargado
Agora também
aos sábados

www.sams.pt