

O Bancário

Sindicato dos Bancários do Sul e Ilhas

■ Diretor: Rui Riso | Diretor-adjunto: Horácio Oliveira

Ano XXXIV | Nº 181 | € 1,50 | Outubro de 2016

SAMS

Nova fase,
o bom cuidado
de sempre



6

GRAM: saber como
e quando mudar

8

Jovens debatem
desafios do trabalho na banca



A PERDA DE AUDIÇÃO JÁ NÃO É UMA NOVELA.

Procure a ajuda do seu audiologista WIDEX e ouça o que a vida tem de melhor.

3 VANTAGENS ÚNICAS PARA O BENEFICIÁRIO 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 proveito do seu aparelho auditivo WIDEX.

3. Melhoria da sua qualidade de vida.

Tome uma iniciativa pela sua audição e aproveite o que a vida tem de melhor.



OFERTA DISPONÍVEL

no centro Clínico Ambulatório do SAMS, Serviço de Audiofonia, em Lisboa, ou em qualquer CENTRO AUDITIVO WIDEX em todo o país.

Saiba tudo sobre a sua audição em www.widex.pt



Nº verde gratuito

800 200 343

1ª CONSULTA GRÁTIS

Informações adicionais
em www.widex.pt



WIDEX
CENTROS AUDITIVOS

Almada | Angra do Heroísmo | Amora | Aveiro | Braga Parque | Campo Maior | Cascais* | Castelo Branco* | Coimbra* | Covilhã | Évora | Faial | Faro* | Funchal
Guarda | Guimarães | Leiria* | Lisboa 5 de Outubro* | Lisboa Colombo | Pico | Ponta Delgada | Portalegre | Porto* | Santarém | Setúbal* | Sines | Tavira | Vendas
Novas | Viana do Castelo | Viseu — *(Centros Auditivos com atividade certificada).



HORÁCIO OLIVEIRA

Duas faces de moedas diferentes: Violência. Montepio Geral

Seria bom que os negociadores de ambos os lados tivessem em conta as características do Montepio; tivessem presente que pode haver oscilações na paz social

Andamos todos às avessas. Poucos se entendem. Cada um diz o que quer e faz o que lhe dá na gana. Mente-se, descaradamente. Omite-se, sem vergonha. Desrespeita-se porque se desconhece o significado do seu contrário. Torpedeia-se para tirar partido de argumentações falsas para, descaradamente, se falsear.

Vivemos a era da sabujice, da dialética enganosa e subtil, da falácia política, do argumento putativo, dos horrores do outro, do tributo à indecência mais baixa, da (des)moral e da antiética.

Mente-se, sem pudor.

Esta atuação é tão mais grave quanto mais indecorosas são as dos seus protagonistas e quanto mais atingem a fragilidade dos que, não detendo as “mesmas armas”, sendo mais submissos ou estando sob quaisquer dependências se curvam perante o demonstrado poder daqueles. A violência é tão mais patente quanto a agressão (seja de que tipo for) provoque no lesado maior prejuízo, ansiedade, medo, terror e/ou dor.

Ao longo dos anos tem vindo a discutir-se o afastamento entre representantes e representados (seja a que nível for). A questão que se levanta é se esse afastamento tem alguma ligação com algum tipo de violência que esteja a ser infligida pelos representantes sobre os que representam.

Mesmo que em nome de uma pretensa atuação legítima, quem fere os interesses de outrem (por maioria de razão quando é em nome deste) não pode ficar impune. E muito menos o deve ficar se dessa atuação ainda resultar violência (moral, psicológica, física...).

Mas, felizmente, ainda há em quem confiar. Convém, no entanto, não nos confundirmos.

Após o fim das negociações do ACT do nosso setor, é provável que, paulatinamente, venham a ter lugar as negociações para os mais variados IRCT que abrangem várias outras Instituições de Crédito.

Sem que nada o fizesse supor, a Caixa Económica Montepio Geral não subscreveu o ACT do setor e propôs a negociação de um IRCT que abrangesse três instituições do grupo. Decorrem as negociações.

Apesar do silêncio que alguns fingem que existe, o “levantamento de rancho” está aí. O Montepio sempre foi uma instituição peculiar, única, diferente... substancialmente para melhor (apesar de algumas contrariedades e alterações socioprofissionais que se verificaram de há uns anos a esta parte).

Seria bom que os negociadores de ambos os lados tivessem em conta as características do Montepio; tivessem presente que pode haver oscilações na paz social (como já aconteceu e foi público); mas, sobretudo, que o respeito pelos trabalhadores, nesta instituição iminentemente portuguesa, é a única forma de motivá-los para o futuro e de solidificar esta nobre casa.

Qualquer proposta que ponha em causa direitos dos trabalhadores, sem correspondência ao ACT do setor bancário, ou que ataque os seus rendimentos, sem retorno, não deve ser aceite pelos negociadores sindicais.

Confrontados com uma situação deste género ou, em alternativa, com um eventual despedimento coletivo, ou seja, em face de violência negocial, só resta aos sindicalistas ouvirem os seus representados.

Sindicais

Prosseguem negociações do ACT do Montepio | 5

Gram

Tempo gerido na perfeição | 6

Juventude

Esta vida de jovem bancário | 8

SAMS

Nova fase a caminho | 10

Tempos livres

Brands Like Bands: Da agência para o palco | 12

Karting: Palmela consagra Carlos Gonçalves | 15

Também é notícia | 15

Corrida no Parque das Nações: Em nome da união | 17

Talento à prova | 20**Passatempos** | 22**FICHA TÉCNICA**

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

Correio eletrónico: direcao@sbsi.pt

Diretor: Rui Riso

Diretor-adjunto: Horácio Oliveira

Conselho editorial: Rui Riso, Horácio Oliveira,

António Fonseca e Rui Santos Alves

Editor: Elsa Andrade

Redação e Produção:

Rua de São José, 131 - 1169-046 Lisboa

Tels.: 213 216 090/062 - 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: 41.655 Exemplares (sendo 4.655 enviados por correio eletrónico)

Periodicidade: Mensal

Depósito legal: 310954/10

Registado na ERC: n.º 109.009

A publicidade publicada e/ou inserta em O Bancário é da total responsabilidade dos anunciantes

Palavra aos sócios**Agradecimento ao SAMS**

Fui operado, no passado dia 30 de junho, pelo médico Urologista Dr. Paulo Gonçalves, com alta no dia 2 de julho.

Venho por este meio agradecer o magnífico atendimento por toda a equipa, realçando aqui no seu todo o pessoal médico, enfermeiras e pessoal auxiliar.

Destaco o exemplar profissionalismo de todos, não mencionando nomes para não ferir suscetibilidades, mas realço o seu exemplar profissionalismo, dedicação, simpatia, atenção e gentileza.

Gostaria também de me referir ao Hospital no seu todo, pela sua organização.

Os meus maiores agradecimentos a todos.

Fernando Sousa Costa

Sócio n.º 34287

Grande angular**Diário Económico****Portugal é dos países que menos cresce**

"No relatório Perspetivas da Economia Mundial, divulgado nesta terça-feira em Washington, para Portugal o FMI mantém que espera que a economia cresça 1% neste ano e 1,1% no próximo.

A confirmarem-se as previsões do FMI, 2017 será o oitavo ano consecutivo com o PIB de Portugal a crescer abaixo da média dos países do euro.

Portugal continua na lista dos que crescem menos. As estimativas do FMI apontam para que em 2017 só um país da Zona Euro cresça menos do que Portugal: o PIB de Itália deverá crescer 0,9%.

(...)

Os números do desemprego deverão registar uma evolução mais favorável do que o previsto e a barreira dos 11% deverá ser quebrada já no próximo ano, diz ainda o FMI sobre Portugal.

Na actualização do Global Economic Outlook, a entidade liderada por Christine Lagarde reviu em baixa as previsões da taxa de desemprego em Portugal para 11,2% no final deste ano e 10,7% no próximo, números que ainda assim não deverão ter um impacto significativo na produção.

(...)

Na zona euro há um risco que o FMI volta a apontar: o balanço dos bancos causa preocupações "em alguns países com sistemas bancários mais vulneráveis, como Itália e Portugal". E insiste que "a crescente turbulência financeira e a retração de capitais nas economias emergentes parecem ter-se tornado menos proeminentes, mas ainda permanecem". ■

negocios**Natal e Ano Novo melhores para o turismo**

"Os operadores turísticos estimam que o Natal e o fim de ano registem mais receitas, dormidas e turistas, na comparação com 2015, a nível do mercado externo.

Com base em 70 respostas, o Instituto de Planeamento e Desenvolvimento do Turismo (IPDT) indicou que 80% dos inquiridos prevê que as festividades no final do ano serão "melhores" quanto ao mercado externo, enquanto o mercado interno deverá registar uma evolução idêntica a 2015.

(...)

Segundo o barómetro, o índice de confiança médio no desempenho do sector do turismo atingiu, em Setembro, o valor mais elevado desde Março de 2010, traduzindo 83,6 pontos e um acréscimo de 2,8 pontos face ao último registo datado de abril passado.

Perspetivando os próximos seis meses, os operadores indicaram que a procura turística externa e o investimento privado devem subir, enquanto a carga fiscal, o investimento público e a procura turística interna deverão manter-se. Dos inquiridos que responderam, 35% estimam que o investimento público poderá diminuir". ■



Prosseguem negociações do ACT do Montepio

Matérias de âmbito social dominaram a reunião de dia 11 entre a Febase e a administração da instituição. O processo negocial continua na próxima semana

deração, sobre as quais dará resposta posteriormente.

Evolução positiva

O processo está a evoluir positivamente, no entanto estão ainda em aberto matérias determinantes para um acordo, das quais se destaca a duração do período de congelamento salarial.

Face à situação, a Federação alerta os trabalhadores para não se deixarem iludir por falsas informações postas a circular devendo, em caso de dúvida, contactar os respetivos Sindicatos da Febase ou a sua estrutura sindical.

As reuniões de negociação prosseguem. ■

INÉS F. NETO

Mais uma sessão de negociação entre os Sindicatos da Febase e a administração do Montepio realizou-se no dia 11 de outubro, tendo em vista a constituição de um ACT para o grupo, que abrangerá os trabalhadores da Caixa Económica do Montepio Geral, Montepio Crédito e Montepio Valor.

Na reunião foi analisada detalhadamente uma proposta da Febase que visa contratuar matérias

de âmbito essencialmente social, sendo que algumas destas são já práticas internas da Instituição.

A Febase registou com agrado que parte significativa da proposta que havia remetido à administração do Montepio tenha ficado já acordada entre as partes.

A administração comprometeu-se ainda a ponderar outras cláusulas apresentadas pela Fe-



Tempo gerido na perfeição

Saber usar o tempo para realizar as tarefas que consideramos prioritárias... aprende-se – e a docente universitária Sónia Gonçalves ensinou como fazê-lo. Foi no colóquio do GRAM, no Lar de Idosos, num dia bem passado pelos sócios do SBSI e respetivos familiares, que incluiu ainda uma visita ao património histórico da Bacalhôa



O GRAM proporcionou um dia repleto de atividades a vários sócios do SBSI e seus familiares, com uma visita ao Lar de Idosos do SBSI, em Azeitão, e um colóquio sobre “Gestão do tempo. Uma conquista continuada”. A tarde foi reservada para conhecer o magnífico património e espólio do Palácio, Quinta e Museu da Bacalhôa.

Ainda o relógio não batia as 10h00 do dia 8 de outubro e já as cerca de seis dezenas de participantes marcavam presença no Lar de Idosos do SBSI, onde foram recebidos por Palmira Carvalho, o elemento do Conselho de Gerência do SAMS responsável pela unidade.

Depois da receção de boas vindas, os participantes assistiram ao colóquio, a cargo da Dr.ª Sónia Gonçalves, e fizeram uma visita guiada às instalações do Lar.

Orgulho

Cristina Trony, coordenadora do GRAM, agradeceu a presença de todos, bem como da oradora Sónia Gonçalves. Já Palmira Carvalho, que comemorou nesse dia mais um aniversário, manifestou o enorme prazer em receber os sócios do SBSI numa casa “que também é vossa”.

“Este lar, não sendo de luxo nem ultramoderno, quase que asseguro que é o lar onde existe mais carinho e melhores cuidados às pessoas. Não há preço que pague o carinho e a dedicação que as pessoas têm”, afirmou.

Louvando as sucessivas Direções por manterem sempre o nível no Lar, Palmira Carvalho reforçou que os sócios devem sentir-se orgulhosos, porque “é uma obra que poucos sindicatos têm (...) e não há sindicato neste País que na área da saúde faça pelos bancários na terceira idade, e durante a sua vida, o que nós fazemos”.

Prioridades

Sónia Gonçalves começou por questionar os presentes sobre qual seria, para eles, a definição de tempo. Entre respostas como “espaço” ou “continuidade”, a oradora apresentou então o significado constante no dicionário. “Período sem interrupções no qual os acontecimentos ocorrem.

Continuidade corresponde à duração das coisas, passado e futuro.”

Relativamente à gestão do tempo, Sónia Gonçalves explicou que é necessário saber usar o tempo para realizar as tarefas que a pessoa considera prioritárias.

“O que é prioritário nas nossas vidas? O trabalho com fins lucrativos (remunerado) e sem fins lucrativos (doméstico) e uma parte que passamos com a nossa família. Mas algumas pessoas ainda conseguem ter tempo para o ‘não trabalho’, aquilo a que chamamos recuperação, onde nos preparamos para os momentos do trabalho, seja ele qual for”.

Recuperação

A docente universitária explicou o que quer dizer quando fala em recuperação. “Trabalhamos muito, no trabalho remunerado ou não, e precisamos de descansar. E a recuperação é isso, é o tempo em que vou fazer coisas que me façam recuperar a energia para enfrentar a próxima semana de trabalho”.

Sónia Gonçalves considera que o tempo pressiona-nos como um glutão para nos absor-



Património e cultura

Após o almoço — servido no Lar do SBSI — os participantes tiveram oportunidade de visitar o Palácio e a Quinta da Bacalhôa, sempre acompanhados por uma guia que ia explicando e respondendo às perguntas dos mais curiosos.

No Museu, foi possível observar as pipas onde repousa o famoso vinho moscatel da região, bem como visitar as exposições Out of Africa e What a Wonderful World!. A primeira dedicada à Rainha Ginga e a três maravilhas paisagísticas de Angola: Pedras Negras de Pungo Andongo, Fenda de Tundavala e Quedas de Kalandula; a segunda, com o seu ambiente de glamour e perfeição, composta pelos metais e flores dos Anos Loucos da Art Nouveau e Art Deco.

Antes do regresso a Lisboa foi feita uma prova de vinhos, que fechou com chave de ouro um dia elogiado por todos, que manifestaram o desejo de continuar a participar em mais iniciativas do GRAM.

ver, afirmando que o segredo passa por uma boa organização e planeamento, ainda que por vezes aconteçam imprevistos.

“Teoricamente temos mudanças muito rápidas ou mudanças mais lentas. Nas empresas

passamos por mudanças que não são planeadas e muitas vezes são radicais, muito rápidas. O que gostávamos é que a mudança da visão do tempo não fosse radical, não planeada, mas que fosse algo incremental e ao mesmo tempo transformacional”.

Excesso de tarefas

Para Sónia Gonçalves, existe uma sobrecarga de trabalho nas crianças, deixando-as sem muito tempo para fazerem algo essencial à idade. “Os miúdos, hoje em dia, são absorvidos com muito trabalho e muitas tarefas. Começamos a socializá-las para fazerem muitas coisas, a prepará-las para o trabalho e algumas não têm tempo para brincar, para estar com a família. O tempo de brincar não está a ser preparado e isto é uma realidade cada vez mais constante”.

A terminar, Sónia Gonçalves explicou que para mudarmos hábitos e comportamentos temos de sentir insatisfação e perceber como queremos estar.

Este processo é composto por diversas fases:

- Pré-contemplanção e contemplanção — quando assumimos que queremos mudar;
- Preparação — quando definimos um plano para a mudança;
- Agir — quando fazemos a mudança;
- Manutenção da mudança — como conseguir manter a mudança, mesmo quando há derrapagens.

“O primeiro passo para chegarmos a algum lado é decidirmos que não queremos ficar onde estamos”, concluiu. ■





Esta vida de jovem bancário

Identificar os problemas dos jovens na banca e encontrar as melhores soluções para resolvê-los foram os destaques de mais um Encontro de Núcleos da Comissão de Juventude. O lazer também não foi esquecido

PEDRO GABRIEL



O Encontro de Núcleos de Juventude do SBSI realizou-se numa casa bem conhecida do Sindicato: o Centro de Férias e Formação, em Ferreira do Zêzere, nos dias 23, 24 e 25 de setembro.

Contando com a participação de cerca de cinco dezenas de jovens, este encontro serviu essencialmente para identificar os principais problemas e receios que os bancários mais novos enfrentam atualmente nos seus locais de trabalho.

Dificuldades identificadas

O dia de sábado foi reservado para o debate em torno da banca. Os membros da Comissão de Juventude do SBSI — Ângela Filipe, Luís Roque e Ana Mendes — foram os anfitriões de uma reunião em que os jovens aproveitaram para fazer uma exposição sobre o ambiente laboral que vivem nos seus locais de trabalho.

De todos os relatos, destaque para o Montepio Geral e para a Oitante que, de todas as instituições representadas, foram os que apresentaram mais problemas. A queda do Banif também foi abordada, com trabalhadores que saíram do banco a contarem a sua história.

As preocupações dos jovens centraram-se essencialmente no trabalho suplementar não remunerado; na retirada de isenções de horário sem critério e sem corresponderem a diminuição das horas de trabalho diárias; na má distribuição de trabalho pelos bancários, com trabalhadores sobrecarregados e outros, ao lado, com tempo livre; na pressão comercial para atingir objetivos comerciais; no receio de despedimento, e na falta de informação da atividade e da ação do Sindicato nos seus bancos.

Atividades

Um dos pontos da ordem de trabalhos dizia respeito às atividades promovidas pela Comissão



Muito lazer para descontrair

O fim de semana não serviu apenas para trabalho. Na sexta-feira, os participantes divertiram-se numa animada Festa Branca na discoteca do Centro. Convidados a usar uma peça de roupa daquela cor, ninguém faltou à chamada nem falhou o *dress code*, cantando e dançando ao som de várias músicas, naquele que foi um belo pontapé de saída para o Encontro.

Já no sábado, também na discoteca, os jovens participaram num concurso de talentos, proporcionando vários momentos de boa disposição.

O último dia ficou reservado para atividades ao ar livre, onde os participantes fizeram arborismo num local próximo do Centro de Férias e Formação e aproveitaram para tomar banho no Lago Azul, muito conhecido naquela região.

de Juventude no último ano. Ângela Filipe fez o resumo das mesmas, referindo nomeadamente a 1.ª Reunião Ordinária de Núcleos, em Ferreira do Zêzere, em setembro de 2015; o Encontro de Jovens da UGT, em Albufeira, em novembro de 2015; a Passagem de Ano 2015/2016, em Vialonga, em dezembro 2015; a 2.ª Reunião Ordinária de Núcleos, em Lisboa, em janeiro deste ano; o 1.º de Maio da UGT, em Viseu, e a 3.ª Reunião Ordinária de Núcleos, em Castelo Branco, ambos em maio de 2016; o Encontro de Jovens Bancários, no Vimeiro; o Encontro de Jovens da UGT, em Santa Cruz, e o Dia da criança – Family Run, em Oeiras, todos em junho de 2016.

No entanto, nem só do passado se falou, tendo sido também abordadas as atividades futuras: o aniversário da Comissão de Juventude e do GRAM, com visita ao Castelo de Almourol, em 22 de outubro; uma formação sindical, a ocorrer na sede do SBSI, a 19 de novembro; uma ação de solidariedade, que consiste numa recolha de bens para a APA (Associação de Proteção dos Animais) e APDJ (Associação para a Promoção e Desenvolvimento da Juventude), a realizar durante o mês de novembro; uma nova proposta para a realização de um fim de semana radical, em Ferreira do Zêzere; a Passagem de Ano 2016/2017, e o Encontro de Jovens da UGT.



Aprender a bem comunicar

A Comissão de Juventude da UGT organizou, nos dias 15 e 16 de outubro, em Setúbal, uma formação em comunicação, destinada a jovens trabalhadores.

Com o título “SOFTSKILLS – Comunicação Media Training”, esta ação de formação contou com jovens formandos do SBSI e esteve a cargo de Pedro Mendonça, jornalista da SPORT TV.

Durante o fim de semana aperfeiçoou-se, em contexto prático, a aptidão em comunicar de forma mais eficiente e afirmativa, bem como técnicas específicas de como lidar com o stress, a pressão jornalística e as entrevistas televisonadas.

Comunicação

António Fonseca, da Direção do SBSI, foi o orador convidado para, na tarde de sábado, dar a conhecer todos os meios de comunicação disponíveis para o contacto entre sócios e Sindicato.

O responsável pelo Pelouro da Informação fez uma incursão pelos sítios do SBSI e do SAMS,

explicando de forma detalhada a sua estrutura e o tipo de informação disponível. Um dos exemplos que deu foi a campanha de atualização de dados pessoais, demonstrando a importância de os mesmos se manterem sempre corretos.

Uma vez que o sítio do Sindicato oferece a possibilidade de marcação de atos clínicos, António

Fonseca sensibilizou os presentes a utilizarem este tipo de sistema, explicando as suas vantagens, tanto para os utentes como para o Sindicato. Para melhor exemplificar, mostrou o funcionamento prático das marcações e pedidos online.

Os participantes tiveram oportunidade de expor as suas dúvidas e principais dificuldades, tendo António Fonseca esclarecido as que tinham resposta no momento, e tomado nota das questões que necessitam de uma análise mais profunda.

Atividade Sindical

Antes de encerrada a sessão de trabalho, houve tempo para informações e esclarecimentos sobre a entrada em vigor do ACT e sobre os Acordos de Empresa, as negociações e notícias veiculadas na comunicação social sobre o Millennium bcp, a CCAM, a Parvalorem, a Oitante, o Barclays, a CGD e o Banco Popular.

O Encontro de Núcleos da Juventude foi bastante produtivo, demonstrando ser cada vez mais um importante evento de união e solidariedade entre os bancários mais novos. ■





Nova fase a caminho

As condições atuais do setor bancário obrigam a uma reorganização no sistema de funcionamento do SAMS. Novas medidas serão introduzidas e durante um semestre do próximo ano o seu resultado estará em estudo. “O nosso objetivo será sempre o bem-estar dos nossos beneficiários”, assegura Rui Riso

ausência da base de rejuvenescimento que existiu faz com que tenhamos de olhar de novo para o nosso sistema de saúde e tomar medidas que corrijam alguns comportamentos menos adequados”, explica.

Compromisso

As transformações que têm ocorrido, pormenoriza Rui Riso, impõem uma diversificação do tipo de encargos e, conseqüentemente, torna-se necessário adequar o sistema a um universo com características distintas das que existiam anteriormente.

Exemplo dessa realidade é a atuação de companhias de seguros, que o SAMS pretende evitar: “Quando o valor das indemnizações é superior

As constantes mudanças que têm vindo a ocorrer no setor bancário tornaram-se um obstáculo ao desenvolvimento da ação do SAMS, com as naturais consequências daí resultantes.

“O setor bancário está numa mudança que não era previsível em 2012, quando a Direção e o Conselho de Gerência entenderam alterar o modelo de gestão do SAMS”, afirma Rui Riso.

O presidente do SBSI e do Conselho de Gerência do SAMS afirma que o universo demográfico atual tem características bastante diferentes das que tinha anteriormente.

“Houve melhorias ao longo dos anos que permitiram às pessoas terem hoje em dia uma qualidade de vida diferente da que tinham. Isso é algo que nos satisfaz e por que lutamos, mas a

Assistência local

O protocolo estabelecido entre o SAMS e a AdvanceCare permite que os utentes que residem longe de Lisboa possam ser assistidos localmente. Rui Riso não tem dúvidas da mais-valia deste tipo de associação. “Ao termos próximo de Lisboa cerca de 75% do nosso universo, o melhor caminho para as restantes áreas geográficas será procurar que as pessoas possam ser assistidas nos locais onde estão. Hoje em dia dispõem de uma consulta domiciliária com maior facilidade do que anteriormente. Esse é um caminho que procuraremos fazer, tendo sempre em conta o bem-estar dos nossos beneficiários”.

ao valor dos prémios, a companhia de seguros ou aumenta o prémio ou exclui as pessoas. Não é esse tipo de compromisso que temos com o nosso universo, temos um compromisso para a vida e queremos assegurá-lo de uma forma clara no financiamento e na prestação. Para um universo mais envelhecido teremos de corresponder com o aprofundamento e o alargamento do apoio a determinadas valências e diminuir em outras menos procuradas. É nestes equilíbrios que temos de encontrar o rumo certo”.

Consultas

Ao longo dos últimos anos, o SAMS tem procurado novas formas de comunicação com os seus utentes, incentivando-os a utilizarem os meios tecnológicos como principal via de comunicação. No entanto, a utilização destes meios, por vezes, é feita de forma menos adequada e, por exemplo, sobrecarrega o sistema de marcação de consultas.

“Acompanhámos o comportamento de um beneficiário que tinha 54 consultas marcadas. A conclusão a que chegámos é que esse beneficiário, ao fim de um ano, tinha utilizado menos de 10. Tinha marcado um número alargado de consultas para dispor delas em datas que podia ter disponíveis e, à medida que não as ia utilizando, desmarcava-as. Isto é uma má utilização permitida pelo desenvolvimento tecnológico, mas que prejudica um universo muito largo de pessoas que não conseguem aceder porque as consultas já estão ocupadas”, alerta Rui Riso.

Com base nisso, o presidente do Conselho de Gerência explica que o objetivo passa por provocar uma limitação no número de consultas possíveis de marcar. “Não queremos que as pessoas fiquem sem

consulta, portanto será depois o médico a determinar quantas vezes e em que prazo quer ver o doente”.

A Direção Clínica do SAMS encontra-se a fazer uma análise de todas as especialidades, de forma a estabelecer o número adequado.

“É essa diferenciação que tem de ser feita. Teremos de fazer um controlo mais racional do sistema de marcações, de forma a que quem anda arredado do nosso sistema tenha acesso a ele, partilhando quer a qualidade dos serviços, quer a competência dos profissionais”, afirmou Rui Riso.

Copagamentos

Rui Riso explicou que está em estudo uma diferenciação entre o valor do copagamento de consultas marcadas por via eletrónica e as marcadas por outra via. Com isto pretende-se incentivar a marcação eletrónica, minimizando o impacto dos meios que envolvem recursos humanos, uma vez que estes são determinantes e essenciais no desempenho de outras atividades.

“As pessoas serão recompensadas por isso, uma vez que o custo dessa marcação será inferior ao de qualquer outro sistema de marcação”, especificou.

Adaptação

Outro aspeto focado por Rui Riso passa pelo estabelecimento de parcerias, procurando que beneficiários e doentes continuem a ser acompanhados pelo SAMS. Desta forma, não sentirão qualquer diferença, pois não haverá alteração de médicos nem de tratamentos. “Optaremos pelo modelo que nos permita a maior racionalização dos recursos tendo em conta que, em algumas áreas, a procura é diminuta”.

Em jeito de conclusão, Rui Riso fez questão de relembrar que o SAMS sempre teve a determinação e capacidade de se adequar à realidade provocada por tudo o que acontece ao seu redor, como a alteração do sistema financeiro, dos bancos ou do universo dos bancários e seus familiares.

“Temos de procurar adaptarmo-nos a cada um destes momentos e isso só se consegue racionalizando o que temos ao nosso dispor. Não nos interessa ir por um caminho para servir apenas alguns, estaremos cá sempre para servir todos os bancários adequando a nossa capacidade, os nossos serviços e a nossa disponibilidade”, concluiu. ■



Rotatividade no estacionamento

À semelhança da marcação de consultas, o parque de estacionamento do Centro Clínico tem sido utilizado de forma menos adequada, com as duas horas incluídas a não servirem apenas para os utentes se deslocarem à unidade de saúde. “A falta de rotatividade do parque tem criado alguns constrangimentos, as filas têm sido enormes. Os utilizadores vão ter de utilizar o parque para irem ao Centro Clínico e saírem quando acabarem o tratamento ou a consulta, o que permitirá uma rotatividade diferente e o acesso por parte de mais pessoas”.

“Não é nosso objetivo alterar as condições de acesso, mas poderá vir a ser necessário rever a questão da gratuidade”, conclui Rui Riso.



A set list para o Brands Like Bands

1. I Want to Break Free (Queen)
2. Proud Mary (Creedence Clearwater Revival)
3. Like a Rolling Stone (The Rolling Stones)
4. Right to be Wrong (Joss Stone)
5. You Shook Me All Night Long (AC/DC)
6. Sweet Child o' Mine (Guns n' Roses)
7. Purple Rain (Prince)

Banda composta por trabalhadores do Banco Popular

Da agência para o

A participação no festival Brands Like Bands foi o ponto de partida para uma conversa informal com os Popular Crew, em vésperas da estreia naquele evento

PEDRO GABRIEL

Aos poucos, os elementos pertencentes à banda Popular Crew foram chegando ao pequeno estúdio Mr. Gig, na icónica Lx Factory. O dia já havia sido de trabalho, mas aquela sexta-feira, 30 de setembro, revestia-se de particular importância para a banda.

No dia seguinte iria fazer a estreia em festivais no Estúdio Time Out, no Mercado da Ribeira, mais concretamente no Brands Like Bands, único festival no mundo destinado a bandas de empresa.

Entre montagem de equipamento e afinação de guitarras, Joana Dias (vocalista), João Paulo Tinoco (guitarra), Cláudia Rato (teclas), Diogo Prazeres (percussão e voz), Bruno Ramalho (baixo), Artur Monteiro (bateria) e Nuno Ramos (guitarra) tiraram uns minutos para contar a O Bancário como tudo começou.

O Bancário - Como começa a história dos Popular Crew?

Popular Crew — Somos uma banda criada por funcionários do Banco Popular, com o intuito de



participar no festival Brands Like Bands. Surgiu de uma ideia minha [João Paulo Tinoco], em janeiro deste ano, de apresentar este projeto à administração do Banco, que foi aceite com a condição de se abrir um concurso interno para que outras bandas pudessem também concorrer. Apareceram duas: uma na zona norte, os Popular Beats, e nós, na zona sul. A administração considerou então que seria engraçado aceitar as duas candidaturas, uma vez que o festival também tem uma edição no Norte. Entrou em contacto com a organização do festival e tratou de tudo: inscrição e parte burocrática.

P – Já se conheciam antes da formação da banda?

R – Apenas profissionalmente e alguns nem diretamente. Quando eu [João Paulo Tinoco] tive o sim da administração, meti mãos à obra e com telefonemas e contactos tentei saber quem poderia tocar e cantar. A ideia surgiu em janeiro, a banda formou-se no final de março e o primeiro ensaio foi em abril.

P – Sem se conhecerem musicalmente como é que definiram então o estilo a adotar?

R – Cada um de nós tem um gosto diferente, naturalmente, mas tentámos arranjar um consenso com músicas de bandas mundialmente famosas e que praticamente todas as pessoas gostam. Cada um foi dizendo um nome, dávamos a nossa opinião e fomos excluindo as que não queríamos.

União de vontades

P - Como têm sido estes primeiros tempos?

R – Nenhum de nós é profissional de música mas queríamos representar da melhor maneira o Banco. Temos aqui um homem de Pombal, por exemplo, não é fácil vir de Pombal para cá e o nosso tempo também não é muito, durante a semana e fim de semana também temos as nossas coisas, as nossas famílias. Mas temos de destacar o esforço que temos feito não só para nos reunirmos, porque somos de sítios diferentes, mas também porque se trata de um hobby algo dispendioso.

Festival com fins solidários

O Festival Brands Like Bands é o único no mundo que reúne, no mesmo espaço e de forma inovadora, criativa e cativante, bandas formadas dentro de empresas de referência. Tem ainda uma forte componente solidária, com todas as receitas a revertem para associações de apoio aos mais carenciados.

Ao longo dos três dias do festival, que já vai na 4.ª edição e realiza-se no Porto e em Lisboa, as entradas puderam ser adquiridas por 3€ ou com géneros específicos de igual valor ou superior, contemplando a Ajuda de Berço, a Casa dos Rapazes e o Centro Raríssimo da Maia.

Os Popular Crew atuaram no dia 1, mostrando estar em grande forma. Já os Popular Beats tocaram no dia 15, no Hard Club do Porto.

palco



P – Já tiveram algum concerto?

R – Tivemos um no dia 10 de setembro no Cineteatro de Monte Real, foi a nossa estreia.

Foi uma experiência que correu muito bem, serviu para percebermos como funcionamos em palco. Uma coisa é estarmos aqui no nosso espaço, interrompemos as vezes que queremos, outra é estarmos em palco, a uma distância talvez do dobro do que estamos aqui e com público.

P - Para já são uma banda de covers mas já pensaram em originais?

R – Ainda não, mal tivemos tempo para pensar nos covers! (risos) ■

Campanha de solidariedade

**Faz bem
para quem dá
Faz diferença
para quem recebe**

25 NOV
26
10h às 19h

Local: a recolha de donativos dos sócios é feita na sede do **Sindicato dos Bancários do Sul e Ilhas**, Rua de S. José, 131, em Lisboa
Informações complementares podem ser obtidas por: Tel: 213216080 - Telm: 926420409 email: juventude@sbsi.pt

Nunca o espírito de Natal foi tão necessário como agora. Vivemos tempos muito difíceis e cada vez mais pessoas necessitam de ajuda para fazerem face ao dia a dia. Ao participar na campanha de solidariedade da Comissão de Juventude vamos todos provar que a entreeajuda não é uma palavra vã.

Sabemos que esta é uma altura delicada para apelar à solidariedade. Nenhuma família escapa à austeridade que assola o País, a ginástica para esticar o salário até ao fim do mês é uma realidade em todos os lares.

Mas é nos momentos difíceis que a boa vontade tem mais valor e faz a diferença para quem tem menos.

Vamos dar um pouco do que temos: abrir armários e gavetas de roupa, vasculhar a arrecadação, revolver as prateleiras da despensa. E partilhar.

Muitas coisas que guardamos sem lhes dar uso podem ser de extrema utilidade para quem mais precisa, deserdados da vida apanhados no turbilhão da crise económica.

Foi a pensar no que temos a mais e outros têm a menos que a Comissão de Juventude decidiu promover uma campanha de solidariedade.

A ideia materializa-se através da recolha de **roupas de criança, brinquedos, produtos de higiene e consumíveis não perecíveis (leite meio gordo, massas, enlatados, arroz, etc.).**

Produtos alimentares frescos estão fora de questão, pois deterioram-se antes de chegarem às mãos daqueles a quem se destinam.

Após a recolha, a Comissão de Juventude encarrega-se de fazer chegar o produto da campanha à APDJ - Associação para a Promoção do Desenvolvimento Juvenil, que se responsabilizam pela sua distribuição às crianças mais carenciadas.



Sindicato dos Bancários do Sul e Ilhas



Karting

Palmela consagra Carlos Gonçalves

O segundo lugar obtido pelo piloto da Oitante foi suficiente para garantir o troféu principal na final do Sul e Ilhas



A final regional do 19.º Campeonato Interbancário de Karting realizou-se no dia 8 de outubro, no kartódromo de Palmela, contando com a participação de 20 concorrentes.

Com os karts afinados, os pilotos lançaram-se no asfalto com o objetivo de cortar a meta no primeiro posto. Coube a Luís Simões (Banco Popular) a honra de ver a bandeira-xadrez ser agitada pela primeira vez, conseguindo 15 pontos. Logo atrás surgiu Carlos Gonçalves (Oitante), que obteve 13

pontos. António Oliveira (Sibs) foi terceiro, com 11 pontos, enquanto Domingos Coragem (CCAMAC), com 9 pontos, e Paulo Pires (IFAP), com 7, ficaram na quarta e quinta posições, respetivamente.

Meia-final fulcral

Ditam os regulamentos que os pilotos começam com metade dos pontos obtidos na meia-final. Assim, o segundo lugar obtido por Carlos

Gonçalves foi suficiente para garantir o título, com um total de 34 pontos (21+13). Luís Simões terminou na segunda posição, com um agregado de 33,75 pontos (18,75+15), enquanto o último lugar do pódio foi para Domingos Coragem, com 29,25 pontos (20,25+9).

António Oliveira, com 21,75 pontos (10,75+11), e Nuno Rosa (Millennium bcp), com 21 pontos (16+5), completaram a lista dos cinco primeiros ■

Também é notícia



SBSI acolhe apresentação de livro

O mais recente livro de António Moreira Pinto Carvalho, Pirilampos da alma, será apresentado no dia 27

de outubro, às 18h00, na Sala Cinzenta do SBSI.

A apresentação será feita pelo Poeta José do Carmo Francisco, bancário reformado e sócio do Sindicato, e contará com um momento musical proporcionado por Mário Borrego, também ex-bancário. ■



Setúbal: Passeio ao Buddha Eden...

A Secção Regional de Setúbal levou a cabo uma série de eventos que proporcionou aos participantes vários momentos de descontração e convívio.

No dia 21 de maio realizou-se um passeio aos Jardins do Buddha Eden, no Bombarral, onde os sócios tiveram oportunidade de observar várias esculturas de arte moderna e contemporânea. Já o almoço decorreu na bela vila de Óbidos. ■



... e minicruzeiros pelo Sado

Cumprindo a tradição, a Secção Regional de Setúbal organizou também dois minicruzeiros pelo rio Sado, nos dias 16 de julho e 5 de agosto, onde os participantes receberam a visita especial dos simpáticos golfinhos que ali habitam.

Todos os eventos decorreram da melhor maneira, tendo os sócios manifestado a sua satisfação e feito votos para que estas iniciativas tenham seguimento. ■



Santarém: António Grave vence na pesca

O Secretariado da Secção Regional de Santarém organizou, no dia 1 de outubro, mais um Convívio Piscatório, na Barragem dos Gagos, em Paço dos Negros.

Os vários pescadores lançaram as redes das 9h00 às 13h00, seguindo-se a respetiva pesagem e um almoço de confraternização.

António Grave (Novo Banco) foi o grande vencedor, com 16.150 gramas. Luís Valério (CGD) ficou em segundo, com 14.450 gramas, e Manuel Borges (Millennium bcp) em terceiro, com 12.350.

Na cerimónia de entrega dos prémios, o secretário coordenador António Carreira, acompanhado do elemento do Secretariado Elisabete Santos, dirigiu breves palavras aos presentes, agradecendo a presença de todos bem como de Abílio Lourenço, da Secção Regional de Tomar. ■



Ex-bancários em almoço

O 34.º Encontro dos ex-empregados do Banco Standard Totta de Moçambique realizou-se no dia 30 de abril, numa unidade hoteleira do Parque das Nações, em Lisboa. O animado almoço-convívio serviu para rever antigos colegas e recordar os tempos passados naquela antiga colónia portuguesa. ■



Centro de Férias

Sindicato dos Bancários do Sul e Ilhas

Super oferta

Promoção em novembro e dezembro

4 dias, 3 noites

Programa

2.ª Feira | 14H00

Check-in com água no quarto; tarde livre, 19h30 início do jantar em self-service com opção de carne ou peixe (Arroz de Pato ou Pescada cozida com legumes), sopa, pão, azeitonas, sobremesa, água, vinho regional e café. Alojamento.

3.ª Feira | 8h30 às 10h00

Pequeno-almoço, manhã e tarde livre, 16h30 Lanche regional no bar de acesso à piscina com broa, queijos regionais e presunto, água, vinho regional, 19h30 início do jantar em self-service com opção de carne ou peixe (Carne assada no forno ou Carapau Grelhado), sopa, pão, azeitonas, sobremesa, água, vinho regional e café. Alojamento.

4.ª Feira | 8h30 às 10h

Pequeno-almoço, manhã e tarde livre, 16h30 Lanche regional no bar de acesso à piscina com broa e enchidos da região, água, vinho regional, 19h30 início do jantar em self-service com opção de carne ou peixe (Frango no Forno ou Bacalhau à Gomes de Sá), sopa, pão, azeitonas, sobremesa, água, vinho regional e café. Alojamento.

5.ª Feira | 8h30 às 10h

Pequeno-almoço, feira de produtos regionais
Fim do Programa

73 € Em quarto single
(1 pessoa)

116 € Em quarto duplo
(2 pessoas)

174 € Em quarto triplo
(3 pessoas)

Inclui:

3 pequenos almoços;
3 jantares (com as respetivas ementas)
2 lanches

Atividades Disponíveis:

Projeção de Filmes; Passeios Pedestres; Snooker gratuito;
Jogos de Cartas, Xadrez, Damas; Circuito de Manutenção;
Piscina; Consulta de jornal diária.

Atividades com pagamento:

Passeios turísticos em viatura de 6 lugares (pagamento local),
massagens (pagamento local), feira com produtos regionais à 5.ª feira,
possibilidade de efetuar passeios de barco (pagamento local).

Roteiro Turístico – Entregue na altura do check-in

Sugestões: Dornes, Ferreira do Zêzere, Lago Azul e Vila de Rei



Centro de Férias e Formação

Casal do Zote – Bêco
2240-208 Ferreira do Zêzere
Tel.: 249 360 200
Fax: 249 360 290
centroferias.formacao@sbsi.pt

**Para sócios e familiares do SBSI
e de sindicatos filiados na UGT e na FEBASE**

N 39°45.978' W 8°19.001'

Corrida no Parque das Nações

Em nome da união



Sócios do SBSI e respetivos familiares marcaram presença na Corrida das Nações, uma iniciativa que celebra a partilha entre diferentes povos e culturas

PEDRO GABRIEL



A Corrida das Nações realizou-se no dia 8 de outubro, às 19h00, contando com a participação de mais de duas mil pessoas, das quais 150 eram sócios e familiares afetos ao SBSI.

Organizado pela Survivors Run e pela Junta de Freguesia do Parque das Nações, com o apoio da Câmara Municipal de Lisboa, este evento noturno teve como objetivo transmitir uma mensagem de união, interdependência e partilha emocional entre povos e culturas, colocando os participantes a correr ou a caminhar com as cores dos respetivos países mas espelhando, em conjunto, uma comunidade verdadeiramente unida.

De mãos dadas

Foram muitas as embaixadas que aceitaram o repto para marcarem presença no evento, bem como personalidades de diversos quadrantes da sociedade, desde secretários de Estado, deputados, presidentes de associações e elementos autárquicos das Câmaras Municipais de Lisboa e Loures.

O SBSI também esteve representado por vários elementos da Direção, liderados pelo presidente Rui Riso.

A escolha do Parque das Nações como local da corrida não foi inocente, uma vez que o evento está enquadrado nas comemorações de uma das obras mais importantes do País — a Expo 98 — que, na altura, também conseguiu juntar no mesmo espaço uma mescla de povos, raças e religiões.

A correr ou a caminhar

Os participantes tiveram oportunidade de escolher a melhor maneira de participar neste evento, uma vez que existia uma caminhada, de 5 quilómetros, e uma corrida, de 10, funcionando a pala do Pavilhão de Portugal como ponto de partida e de chegada.

Além disso, havia ainda várias tendas associadas aos parceiros do evento, bem como pinturas faciais que animaram os mais novos.

Os sócios do SBSI não saíram de mãos a abanar, tendo ganho diversos prémios, desde estadias no Centro de Férias em Ferreira do Zêzere e no Parque de Campismo em Olhão, em apartamentos e também trolleys, pastas e pen's.

Na categoria Júniores Femininos, Mariana Godinho, filha do nosso associado Paulo Godinho, terminou a prova no segundo posto, com o tempo de 00:54:16:13.

Responsabilidade social

A Corrida das Nações teve também uma forte componente social, entregando à UNICEF Portugal 1€ por cada inscrição. O montante angariado destina-se ao desenvolvimento de programas a favor das crianças mais desfavorecidas e vulneráveis do mundo. ■

Vendem-se casas

Albufeira — Montechoro — T1 equipado e mobilado, condomínio com piscina, elevadores e segurança 24/dia. Bom estado de conservação. Preço € 50.000. T: 964088386

Diversos

Vendo — 2 colchas em tiras de renda para cama de solteiro, feito à mão. Medidas 2,21mx1,91m, novas sem uso. Preço € 50 cada.

Colcha em linho bordada para cama de solteiro. Medidas 2,27mx1,53m, nova sem uso. Preço € 50.

Lençol bordado de cama de casal, feito à mão. Medidas 2,58mx2,00m, novo sem uso. Preço € 40.

Colcha em renda para cama de casal, feito à mão. Medidas 2,42mx2,40m, nova sem uso. T: 966963583

Vendo — Pedra de granito para cozinha. T: 969542474

Vendo — História de Portugal — 10 volumes, novo, edição Monumental da Portucalense Editora. Edição comemorativa do 8.º Centenário da Fundação da Nacionalidade. Direção literária: Damião Peres; Direção artística: Eleutério Cordeiro. Preço € 100. T: 967982743

Vendo — Mitsubishi L 300 D, P 05. 1994. Bom estado. T: 917847211

Vendo — Colcha de renda branca, feita à mão com 2 agulhas, com franja. Medidas 2,90 mx2,50m, nova sem uso. Melhor oferta. T: 962478380

Vendo — Mercedes 190 D cc25 com 5 cilindros de 1994. Recebo ofertas ou troco por carrinhas Toyota H15 ou H20 de preferência com direção assistida. T: 917847211

Vendo — Volkswagen Golf 1.6 TDI — Ago/2009 — Cinza rato, 5 portas, em excelente estado de conservação interior e exterior. Viatura de garagem com registo manutenção/reviões VW completo. Preço € 11.750. T: 964048217

Vendo — Casaco comprido de Astrakan, tamanho 46, usado. Preço € 100. T: 962478380

Alugo — Vivenda mobilada ao Bombarral com 2 quartos, sala, kitchenet, wc. Em terreno de 1.000 m², com anexos e árvores de fruto. T: 963983067

Alugo — Casa para períodos de férias, na Ilha da Madeira a 10 minutos do Funchal. Vista Panorâmica. Preço acessível. T: 967982743.

Compro — Depósito em inox para vinho com porta para limpeza. T: 917847211

Vantagens aos sócios



O Sindicato acaba de celebrar diversos protocolos que garantem condições mais favoráveis aos associados, seus familiares e beneficiários do SAMS

Green Soul

Nivelfarm Green Soul, com sede em Torres Vedras, na Rua Capitão João Figueiroa Rego, 4-A, concede 15% de desconto em Estética Facial e Estética Corporal; 10% de desconto em Depilação Definitiva, Extensão de Pestanas, Unhas de Gel/Verniz Gel/Vital Skin, Depilação a Cera, Manicure/Pedicure/Calista, Threading (depilação à linha), Maquilhagem, Micropigmentação, Massagens de Relaxamento, Beauty Day Party (festa temática dos 6 aos 12 anos); 5% de desconto em Osteopatia, Medicina Estética, Acupuntura e Shiatsu. Contactos: 261 322 379 / 964 344 881

Spa Equilíbrio e Bem-estar

Eva Maria Campos Nabais, com sede em Castelo Branco, na Avenida da Carapalha, n.º 35 Loja eq., concede descontos de 10% em pedicure, manicure, depilação e tratamentos de corpo; 20% em tratamentos de rosto; 25% em produtos de cosmética; 10% a 15% em Luz Pulsada.

Nivelfarma

Nivelfarma, Companhia de Produtos Farmacêuticos, Lda., com sede em Torres Vedras, na Rua Dr. Aurélio Ricardo Belo, 3-A r/c, concede desconto de 12% em todos os artigos em loja.

Contactos: tel. - 261 322 255 / fax - 261 335 885 / e-mail - loja.tvedras@nivelfarma.com / www.nivelfarma.com

Papelaria União

Papelaria União, Lda., com sede em Torres Vedras, na Avenida 5 de Outubro, 25 - 25-A, concede 10% de desconto em todos os produtos exceto em tabaco, revistas, tinteiros e jogos da Santa Casa.

Estevens&Reis

Estevens&Reis, com sede em Torres Vedras, na Rua 1.º Dezembro, 1.º andar, Porta E, concede 30% de desconto em palmilhas ortopédicas/de desporto; 25% de desconto em ortóteses variadas e 20% de desconto em próteses. Contactos: www.ortoestevensreis.pt / ortopediaestevensreis@gmail.com

Halma-Nature & Sea

Halma-Nature & Sea, com sede em Palmela, na Estrada dos Barris, CCI 4229, concede 15% de desconto na reserva direta da GuestHouse, bem como do usufruto das campanhas promocionais. Contactos: tel. - 916 118 758 / analimanetto@gmail.com

Companhia de Actores

Companhia de Actores, com sede em Algés, na Rua Eduardo Augusto Pedroso, 16-A, concede 20% de desconto nos bilhetes individuais, ficando assim por 8€ cada bilhete; 50% de desconto para grupos organizados, com mais de 10 pessoas, ficando por 5€ cada bilhete.

Contactos: tel.: 919 714 919 / e-mail - cda.reservas@gmail.com

Segurança

na sua escolha.



 800 204 222
www.servilusa.pt

Compromisso

no nosso serviço.

**Condições Especiais
para sócios e familiares do
SINDICATO DOS BANCÁRIOS
DO SUL E ILHAS**



Simple

Vai ao encontro da sua vontade e não depende de terceiros.

Flexível

Permite várias formas de pagamento e em qualquer momento pode alterar os serviços que contratou.

Vantajoso

Protege os seus familiares de encargos no momento difícil e pode ser subscrito em qualquer idade.

Seguro

Garantimos a execução do plano que escolheu com o Cartão Contrato.

Planear faz parte da vida.

Liberte a sua família de qualquer encargo ou preocupação.

A partir de

45€*/mês



Plano Funeral em Vida

 **Servilusa**
Agências funerárias


* Exemplo de financiamento para um Plano Funeral em Vida de 1.780€, com entrada inicial de 700€, pagamento a crédito de 24 meses, sem juros, sem encargos adicionais. Crédito Simplificado Servilusa TAEG 0%.

Homenagem ao comboio da linha de Cascais

Na Baixa eu trabalhei
E o comboio era certinho
Raramente me atrasei
Na rotina do caminho

Muitos anos utilizei
Este comboio com vantagem
E um dia lá voltei
Para lhe prestar homenagem

Eis que o apito soa
Quem não chega fica a pé
Parte o comboio de Lisboa
Da estação do Cais do Sodré

Neste comboio viajei
Contemplando as marés
Passei por onde morei
Na linda terra de Algés

Já passei por uma Cruz
Que é Quebrada e não partida
Paço de Arcos tem mais luz
Deixa Caxias esquecida

O percurso tem palmeiras
Para dar beleza à viagem
Chego a Santo Amaro de Oeiras
Desta vez só de passagem

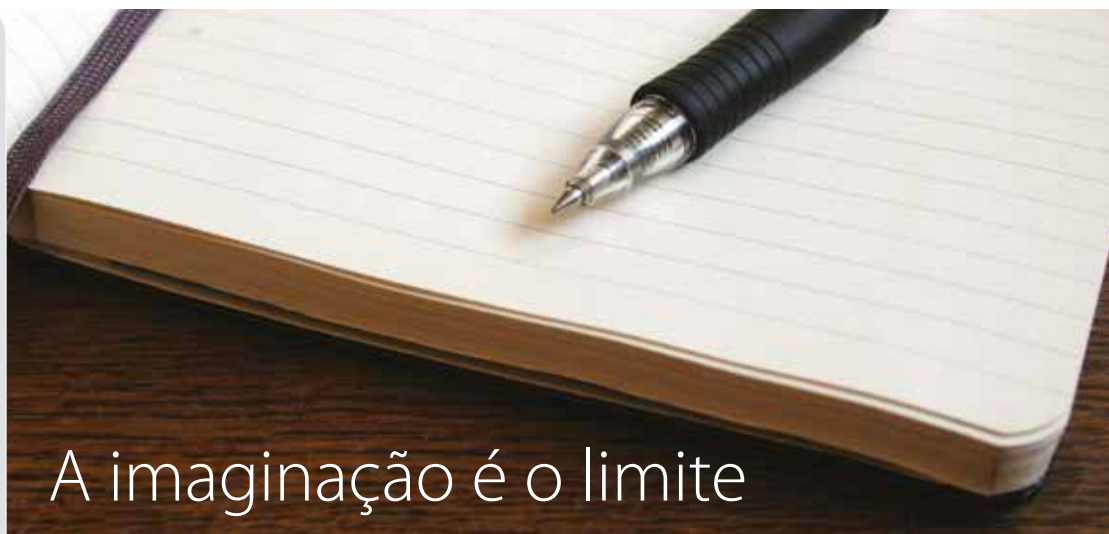
Já passei por Carcavelos
Ao Estoril estou a chegar
Estes sítios não vou esquecê-los
Pois vim para aqui passear

Foi um dia dedicado
Que não vou esquecer jamais
Recordei o meu passado
No comboio para Cascais

Recordei tanto lugar
Foi tão grande a emoção
Como não foi para ficar
Chorou o meu coração

Chego por fim a Cascais
E a opinião é geral
É dos mais belos postais
Deste lindo Portugal

António João Nunes
Sócio n.º 8199



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 caracteres

Blog

Blog: o sítio fantástico, o ponto de encontro de milhões de opiniões, de reações, de corações, num espaço acolhedor e confortável, sem atrasos nem horas de esperas.

Onde as vinte e quatro horas diárias, muitas vezes, não chegam para tanto convívio, troca de impressões, saborear tanta alegria, sabedoria e espírito de solidariedade.

Um mar imenso, onde lançamos milhões de anzóis, na tentativa de que alguém morda o isco, sem o perigo de uma tempestade nos afundar.

O isco é cada vez mais refinado, porque com tanta oferta, só uma proposta diferente consegue atrair muita gente, para manter a corrente de um rio, que ninguém quer ver acabar.

Publicar *posts* faz-nos sonhar, tentar adivinhar as reações, cumplicidades, neste jogo de gato e rato, sem contactos físicos nem visuais: é a magia do virtual.

A internet permite-nos este contacto com muitas pessoas, sem nunca nos vermos nem nos conhecermos.

A sensação de diálogo, de troca de opiniões e conhecimentos, em qualquer altura, em qualquer momento, no aconchego do nosso assento.

A ansiedade de estar constantemente a passar pelo *blog*, para ver se há algo de novo, é como quem arma uma armadilha, e está sempre a espreitar se foi acionada.

No isolamento, em frente ao aparelho, que nos liga ao Mundo, sentimo-nos acompanhados, imaginamos os nossos visitantes, comentadores e seguidores.

Podemos estar perto uns dos outros, longe, noutro Continente, tudo é desconhecido.

Por isso é que tem tanta magia, podemos tentar imaginar com quem estamos a navegar.

Mas, dificilmente, nos encontraremos e nos abraçaremos!

Há *blogs* que são autênticos jardins: cheios de árvores, arbustos e plantas, cujos autores são flores, onde todas as abelhas poisam, deliciando-se com o pólen e o perfume.

Que maravilha de tecnologia, onde vimos o Mundo, por um fio!

José Silva Costa
Sócio n.º 17296

Flor campestre

Não serei árvore nem arbusto,
Quero viver ignaro em pinhais,
Serei o que quero, a todo o custo:
Quero morar pelos matagais.

Porque quero ser o que não sou,
Nada, ninguém me irá deter.
Hei de estar onde não estou,
Serei planta rasteira a crescer.

Preso, terei a minha liberdade,
Alheio ao frio, à chuva, ao calor,
Hei de rir dos tontos da cidade,
Lrei medrar nos campos em flor.

Lá ao fundo, um riacho a correr,
Meu deleite ao ouvi-lo cantar,
Água cristalina hei de beber,
Se algum dia a chuva faltar.

Ali perto, estreita, uma vereda,
Onde passará gente distraída.
Em mim, um sentir de alma leda,
Livre, sem dores, descontraída.

Num contentamento incontido,
Minha alma exultará a vibrar
Quando, entre ervas escondido,
Te vir perto de mim a passar!

Pires da Costa
Sócio n.º 10395



Subsídios pagos no 1.º semestre de 2016

	Sócio	Nome	Banco
Janeiro	2186	Alfredo Correia Martins	Caixa Geral de Depósitos
	23819	Ana Teresa Fernandes	Caixa Geral de Depósitos
N.º de Óbitos 9		Benvinda Martins Mateus Leal Agante	Caixa Geral de Depósitos
Valor do Subsídio: € 6.246,20	25704	Eliseu Reis Mota	Caixa Geral de Depósitos
	11364	Fernando Mendes Vicente	Novo Banco, S.A.
	1935	João Francisco Galdes Borrego	Banco Santander Totta S.A.
	25567	Joaquim Ferreira Oliveira	Caixa Geral de Depósitos
		Joaquim Guerreiro Pereira	Sindicato Bancários Sul e Ilhas
	1712	José Luciano Mota	Novo Banco, S.A.
Fevereiro	1963	Álvaro Antunes Rato	Caixa Geral de Depósitos
	44241	António José Morão Dias Lopes	Caixa Geral de Depósitos
N.º de Óbitos 9	6182	César Dias	Caixa Geral de Depósitos
Valor do Subsídio: € 6.226,70	1466	Francisco Guerreiro Marques	Banco Santander Totta S.A.
	34461	José Falcão Penteado	Banco Millennium BCP, S.A.
	36848	José Manuel Dias Carvalho	Banco BPI
	4715	José Ribeiro Jesus	Caixa Geral de Depósitos
	5220	Manuel Carvalho Barrote	Caixa Geral de Depósitos
	28056	Mário Romualdo Frota Tendinha	Banco Millennium BCP, S.A.
Março	35385	Anabela Ferreira M. Urbano Munhá	Banco BPI
	6816	Célio José Oliveira Saraiva	Banco BPI
N.º de Óbitos 9	35362	Fernando José Branco Serra	Banco Millennium BCP, S.A.
Valor do Subsídio: € 6.208,20	3617	Joaquim Jorge Aranha Marques	Banco Millennium BCP, S.A.
	3185	José António Oliveira Sousa	Montepio – CEMG
	6627	José Augusto Dias Oliveira	Caixa Geral de Depósitos
	30564	José Francisco M. Caetano Silva	Caixa Geral de Depósitos
	23486	Mariana Eufrázio Paixão Caixado	Caixa Geral de Depósitos
	8123	Mário H. G. Mendonça Santos	Banco de Portugal
Abril	4063	António Leandro Couto Vicente	Banco de Portugal
	1595	António Manuel Silva	Banco de Portugal
N.º de Óbitos 9	30684	Beatriz Jorge Bernardo	Novo Banco, S.A.
Valor do Subsídio: € 6.187,60	1089	Guilherme Inácio Chambel	Banco Santander Totta, S.A.
	27554	João Carlos Cruz Chaby	Caixa Geral de Depósitos
	5676	José Gabriel Silva Bettencourt	Caixa Geral de Depósitos
		Maria Natália O. Coelho Ramalho	Caixa Geral de Depósitos
	31716	Mário Fátima Silveira	Banco de Portugal
	28146	Ruben Alberto Lima Moreira	Banco de Portugal
Maio	4434	Alberto Saraiva Rocha Beirão	Caixa Geral de Depósitos
	12563	António Lopes N. Oliveira Matos	Caixa Geral de Depósitos
N.º de Óbitos 9	28703	Joaquim Andrade Gonçalves Paixão	Banco de Portugal
Valor do Subsídio: € 6.168,00	19215	Joaquim José Barata	Banco Santander Totta, S.A.
	7395	José Figueiredo Olivença	Banco Millennium BCP, S.A.
	33747	José Moura Santos	Banco Santander Totta, S.A.
	30544	Mário Alberto José C. Santos Secca	Caixa Geral de Depósitos
	33193	Nelson Martins Lobo	Banco Millennium BCP, S.A.
	817	Olivier Carlos Costa Castro	Banco BPI
Junho	3962	António Neves Antunes	Banco BPI
	2619	António Santos Calçada	Banco Millennium BCP, S.A.
N.º de Óbitos 9	4315	Clotilde Olga Jacó Dias Moleiro	Banco BPI
Valor do Subsídio: € 6.152,75	17900	João Francisco Soares Pinheiro	Banco Millennium BCP, S.A.
	24981	José Edmundo Dias	Caixa Geral de Depósitos
	28121	José Porfírio Anjos Evangelista	Banco Millennium BCP, S.A.
	1389	Manuel António Viegas Ramos	Caixa Geral de Depósitos
		Manuel Augusto Folgado Costa Froes	Sindicato Bancários Sul e Ilhas
	12119	Maria Stela Sousa Oliveira Marques	Caixa Geral de Depósitos



Cada um é como é

São 20 os termos que aqui se disfarçam e falam da nossa alimentação.

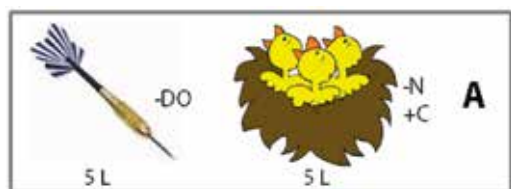
“O ANÍBAL, HOMEM DE POUCA FÉ, É MAIS DE CRITICAR, NEGAR A LEI, TEIMAR COM TODOS... MAS SABE MUITA COISA, LÊ MUITO, MATERIAL NÃO LHE FALTA. É PROFESSOR NUM COLÉGIO E DESFRUTA DISSO, PARVINHO, NÃO É... ARREBANHA TANTO QUANTO PODE, MAS NÃO É PAPÃO, NEM SE SAI MAL FACE AOS SEUS ALUNOS. E, JÁ TOPEI, XENÓFOBIA NÃO É. GOSTA DE ARROZ DE MARISCO E JÁ COM ELE PETISQUEI. JOGA, TAMBÉM FERVELHA QUANDO GANHA OU QUANDO PERDE, NEM QUE SEJA A FEIJÕES...”

Vinícius, Peniche

A sortear: **Prémio SBSI.**

Enigma figurado

(Expressão corrente)



Maria Adriana Ferreira e Silva, Funchal

A sortear: **A Ilha dos Desencontros** de Anita Shreve, edição **Porto Editora.**

Criptograma

A número igual, letra igual. Solucione o problema a partir dos números das letras da palavra-chave. As letras das casas coloridas encerram um provérbio.

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

A sortear: **Prémio SBSI.**

Palavras-cruzadas

HORIZONTAIS: 1 - Filtro; Símbolo de rádio; Escavar. 2 - Movimento (pref.); Mentira. 3 - Estilo; Novas. 4 - Indignas; Catedral. 5 - Dobras; Dorme. 6 - Esquadrão; Rasgar; Então. 7 - Aplicar; Enganar. 8 - Referente a (suf.); Cura. 9 - Desculpa; Anuência. 10 - Encantar; Bata. 11 - Permanece; Símbolo de érbio; Mealheiro.

VERTICAIS: 1 - Conquista; O mesmo. 2 - Perfuma; Elemento de formação de palavras que exprime a ideia de *vinho*. 3 - Grande quantidade; Fracassar. 4 - Roubo; Grande ave corredora sul-americana, da família dos Réideos. 5 - Elemento de formação de palavras que exprime a ideia de *ramo*; Alívio. 6 - Unas; Pessoa muito gorda e baixa. 7 - Provérbio; Sufixo verbal, de origem latina, que ocorre sobretudo em verbos de sentido frequentativo, derivados de substantivos ou adjetivos. 8 - Elemento de formação de palavras que exprime a ideia de *boca*; Rezas. 9 - Padrão; Defeito. 10 - Liga; Lamentação. 11 - Roça; Dinheiro (pl.).

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											

Problema 383

Ricardo Campos, Massamá

A sortear: **O Jogo da Verdade** de Sveva Casati Modignani, edição **Porto Editora.**

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

Palavras encadeadas

Insira em cada linha horizontal do diagrama duas palavras, de cinco letras, encadeadas por três letras (v.g. **asTRO** – **TROno** ou **poETA** – **ETAp**), de acordo com o enunciado.

Na coluna vertical-central, surgirá o nome de uma cidade portuguesa.

Enunciado:

1 - Introduzir; *Fim*. 2 - Advertência; *Separa de outra*. 3 - Pe-ríodo; *Elimina*. 4 - Restituir; *Postura*. 5 - Carvão incandescente, sem chama; *Guarnecido de asas*. 6 - Recordar; *Lado oposto*. 7 - Liso; *Toma nota de*. 8 - Sulcado; *Gosta muito de*. 9 - Não deixar sair; *Meigo*.

A sortear: **A Arte de Matar Dragões** de Ignacio del Valle, edição **Porto Editora.**

Resultados do «Tempo Livre» 382

1	A	T	I	C	O	A	G	O	R	A
2	P	O	A	D	E	O	R	A	L	
3	A	P	U	R	E	O	L	A	I	
4	R	A	T	E	P	R	A	T	O	S
5	O	A	P	A	R	A	E	C	O	
6	F	A	L	A	G	A	O			
7	A	O	S	A	C	O	D	E	C	
8	F	R	A	L	D	A	O	V	A	L
9	I	B	I	O	A	N	O	N	A	
10	A	R	A	M	C	R	I	C	R	
11	S	E	T	A	S	E	S	C	O	

Palavras-cruzadas: Premiado: Manuel da Silva Campos (Queluz).

Olimpíadas: Telma Monteiro. Premiado: Margarida Maria Oliveira Gouveia (Lisboa).

Anagramas: Turim, Praga, Berna. Premiado: Sílvia Lourenço Almeida (Lisboa).

Cruzadas-mistas: «A verdade nunca prejudica uma causa justa». Premiado: José Manuel Pereira Gonçalves (Almada).

Enigma figurado: Dar com os pratos na cara (*pagar com ofensas os favores recebidos*). Premiado: Armando Correia de Melo (S. Roque do Pico).

As duas palavras: CINEMA CONDES. Premiado: Horácio de Abreu Gomes (Funchal).

“Uma casa cheia de livros é um jardim cheio de flores”

Andrew Lang (1844-1912), etnólogo britânico

«Tempo Livre» 383

Ano XXII

Prazo para respostas: 17 . novembro . 2016

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 280

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

Médio 280

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

Difícil 280

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

Fácil 281

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

Médio 281

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

Difícil 281

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

O que quer dizer...

1	...Banho de poeira?	1	
A	Trambolhão	Sujidade a mais	B
2	...Arrotar postas de pescada?	2	
A	Bazofiar	Estar farto	B
3	...Andar de mãos espanadas?	3	
A	Ter problemas	Não fazer nada	B
4	...Estar sobre grelhas?	4	
A	Estar ansioso	Sentir-se isolado	B
5	...Fazer lenha?	5	
A	Fazer zaragata	Arranjar inimigos	B
6	...Andar aos canhos?	6	
A	Estar perdido	Catar miudezas	B

A sortear: **Poder, Liberdade e Graça** de Deepak Chopra, edição **Porto Editora**.

Soluções

<p>Fácil 280</p> <table><tr><td>5</td><td>9</td><td>4</td><td>1</td><td>8</td><td>7</td><td>2</td><td>3</td><td>6</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>6</td><td>3</td><td>5</td><td>9</td><td>4</td><td>8</td><td>7</td></tr><tr><td>3</td><td>8</td><td>7</td><td>4</td><td>2</td><td>1</td><td>9</td><td>6</td><td>5</td></tr><tr><td>4</td><td>6</td><td>5</td><td>2</td><td>7</td><td>1</td><td>3</td><td>8</td><td>9</td></tr><tr><td>5</td><td>3</td><td>9</td><td>8</td><td>6</td><td>5</td><td>4</td><td>7</td><td>2</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>2</td><td>5</td><td>4</td><td>1</td><td>8</td><td>3</td><td>6</td></tr><tr><td>7</td><td>4</td><td>1</td><td>6</td><td>9</td><td>3</td><td>7</td><td>5</td><td>2</td></tr><tr><td>8</td><td>5</td><td>3</td><td>7</td><td>8</td><td>2</td><td>6</td><td>4</td><td>1</td></tr><tr><td>9</td><td>2</td><td>8</td><td>9</td><td>6</td><td>3</td><td>5</td><td>1</td><td>4</td></tr></table>	5	9	4	1	8	7	2	3	6	2	1	6	3	5	9	4	8	7	3	8	7	4	2	1	9	6	5	4	6	5	2	7	1	3	8	9	5	3	9	8	6	5	4	7	2	6	7	2	5	4	1	8	3	6	7	4	1	6	9	3	7	5	2	8	5	3	7	8	2	6	4	1	9	2	8	9	6	3	5	1	4	<p>Médio 280</p> <table><tr><td>5</td><td>9</td><td>4</td><td>1</td><td>8</td><td>7</td><td>2</td><td>3</td><td>6</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>6</td><td>3</td><td>5</td><td>9</td><td>4</td><td>8</td><td>7</td></tr><tr><td>3</td><td>8</td><td>7</td><td>4</td><td>2</td><td>1</td><td>9</td><td>6</td><td>5</td></tr><tr><td>4</td><td>6</td><td>5</td><td>2</td><td>7</td><td>1</td><td>3</td><td>8</td><td>9</td></tr><tr><td>5</td><td>3</td><td>9</td><td>8</td><td>6</td><td>5</td><td>4</td><td>7</td><td>2</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>2</td><td>5</td><td>4</td><td>1</td><td>8</td><td>3</td><td>6</td></tr><tr><td>7</td><td>4</td><td>1</td><td>6</td><td>9</td><td>3</td><td>7</td><td>5</td><td>2</td></tr><tr><td>8</td><td>5</td><td>3</td><td>7</td><td>8</td><td>2</td><td>6</td><td>4</td><td>1</td></tr><tr><td>9</td><td>2</td><td>8</td><td>9</td><td>6</td><td>3</td><td>5</td><td>1</td><td>4</td></tr></table>	5	9	4	1	8	7	2	3	6	2	1	6	3	5	9	4	8	7	3	8	7	4	2	1	9	6	5	4	6	5	2	7	1	3	8	9	5	3	9	8	6	5	4	7	2	6	7	2	5	4	1	8	3	6	7	4	1	6	9	3	7	5	2	8	5	3	7	8	2	6	4	1	9	2	8	9	6	3	5	1	4	<p>Difícil 280</p> <table><tr><td>5</td><td>9</td><td>4</td><td>1</td><td>8</td><td>7</td><td>2</td><td>3</td><td>6</td></tr><tr><td>2</td><td>1</td><td>6</td><td>3</td><td>5</td><td>9</td><td>4</td><td>8</td><td>7</td></tr><tr><td>3</td><td>8</td><td>7</td><td>4</td><td>2</td><td>1</td><td>9</td><td>6</td><td>5</td></tr><tr><td>4</td><td>6</td><td>5</td><td>2</td><td>7</td><td>1</td><td>3</td><td>8</td><td>9</td></tr><tr><td>5</td><td>3</td><td>9</td><td>8</td><td>6</td><td>5</td><td>4</td><td>7</td><td>2</td></tr><tr><td>6</td><td>7</td><td>2</td><td>5</td><td>4</td><td>1</td><td>8</td><td>3</td><td>6</td></tr><tr><td>7</td><td>4</td><td>1</td><td>6</td><td>9</td><td>3</td><td>7</td><td>5</td><td>2</td></tr><tr><td>8</td><td>5</td><td>3</td><td>7</td><td>8</td><td>2</td><td>6</td><td>4</td><td>1</td></tr><tr><td>9</td><td>2</td><td>8</td><td>9</td><td>6</td><td>3</td><td>5</td><td>1</td><td>4</td></tr></table>	5	9	4	1	8	7	2	3	6	2	1	6	3	5	9	4	8	7	3	8	7	4	2	1	9	6	5	4	6	5	2	7	1	3	8	9	5	3	9	8	6	5	4	7	2	6	7	2	5	4	1	8	3	6	7	4	1	6	9	3	7	5	2	8	5	3	7	8	2	6	4	1	9	2	8	9	6	3	5	1	4
5	9	4	1	8	7	2	3	6																																																																																																																																																																																																																																													
2	1	6	3	5	9	4	8	7																																																																																																																																																																																																																																													
3	8	7	4	2	1	9	6	5																																																																																																																																																																																																																																													
4	6	5	2	7	1	3	8	9																																																																																																																																																																																																																																													
5	3	9	8	6	5	4	7	2																																																																																																																																																																																																																																													
6	7	2	5	4	1	8	3	6																																																																																																																																																																																																																																													
7	4	1	6	9	3	7	5	2																																																																																																																																																																																																																																													
8	5	3	7	8	2	6	4	1																																																																																																																																																																																																																																													
9	2	8	9	6	3	5	1	4																																																																																																																																																																																																																																													
5	9	4	1	8	7	2	3	6																																																																																																																																																																																																																																													
2	1	6	3	5	9	4	8	7																																																																																																																																																																																																																																													
3	8	7	4	2	1	9	6	5																																																																																																																																																																																																																																													
4	6	5	2	7	1	3	8	9																																																																																																																																																																																																																																													
5	3	9	8	6	5	4	7	2																																																																																																																																																																																																																																													
6	7	2	5	4	1	8	3	6																																																																																																																																																																																																																																													
7	4	1	6	9	3	7	5	2																																																																																																																																																																																																																																													
8	5	3	7	8	2	6	4	1																																																																																																																																																																																																																																													
9	2	8	9	6	3	5	1	4																																																																																																																																																																																																																																													
5	9	4	1	8	7	2	3	6																																																																																																																																																																																																																																													
2	1	6	3	5	9	4	8	7																																																																																																																																																																																																																																													
3	8	7	4	2	1	9	6	5																																																																																																																																																																																																																																													
4	6	5	2	7	1	3	8	9																																																																																																																																																																																																																																													
5	3	9	8	6	5	4	7	2																																																																																																																																																																																																																																													
6	7	2	5	4	1	8	3	6																																																																																																																																																																																																																																													
7	4	1	6	9	3	7	5	2																																																																																																																																																																																																																																													
8	5	3	7	8	2	6	4	1																																																																																																																																																																																																																																													
9	2	8	9	6	3	5	1	4																																																																																																																																																																																																																																													
<p>Fácil 281</p> <table><tr><td>8</td><td>3</td><td>2</td><td>6</td><td>1</td><td>9</td><td>5</td><td>7</td><td>4</td></tr><tr><td>5</td><td>9</td><td>7</td><td>2</td><td>4</td><td>3</td><td>1</td><td>8</td><td>6</td></tr><tr><td>4</td><td>1</td><td>6</td><td>8</td><td>7</td><td>3</td><td>5</td><td>2</td><td>9</td></tr><tr><td>7</td><td>6</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td><td>8</td><td>3</td><td>9</td><td>5</td></tr><tr><td>9</td><td>2</td><td>8</td><td>5</td><td>3</td><td>4</td><td>7</td><td>6</td><td>1</td></tr><tr><td>3</td><td>5</td><td>1</td><td>7</td><td>9</td><td>6</td><td>2</td><td>4</td><td>8</td></tr><tr><td>2</td><td>7</td><td>3</td><td>4</td><td>6</td><td>1</td><td>8</td><td>5</td><td>9</td></tr><tr><td>6</td><td>8</td><td>9</td><td>5</td><td>7</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>1</td><td>4</td><td>5</td><td>9</td><td>8</td><td>2</td><td>6</td><td>3</td><td>7</td></tr></table>	8	3	2	6	1	9	5	7	4	5	9	7	2	4	3	1	8	6	4	1	6	8	7	3	5	2	9	7	6	4	1	2	8	3	9	5	9	2	8	5	3	4	7	6	1	3	5	1	7	9	6	2	4	8	2	7	3	4	6	1	8	5	9	6	8	9	5	7	4	1	2	3	1	4	5	9	8	2	6	3	7	<p>Médio 281</p> <table><tr><td>8</td><td>3</td><td>2</td><td>6</td><td>1</td><td>9</td><td>5</td><td>7</td><td>4</td></tr><tr><td>5</td><td>9</td><td>7</td><td>2</td><td>4</td><td>3</td><td>1</td><td>8</td><td>6</td></tr><tr><td>4</td><td>1</td><td>6</td><td>8</td><td>7</td><td>3</td><td>5</td><td>2</td><td>9</td></tr><tr><td>7</td><td>6</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td><td>8</td><td>3</td><td>9</td><td>5</td></tr><tr><td>9</td><td>2</td><td>8</td><td>5</td><td>3</td><td>4</td><td>7</td><td>6</td><td>1</td></tr><tr><td>3</td><td>5</td><td>1</td><td>7</td><td>9</td><td>6</td><td>2</td><td>4</td><td>8</td></tr><tr><td>2</td><td>7</td><td>3</td><td>4</td><td>6</td><td>1</td><td>8</td><td>5</td><td>9</td></tr><tr><td>6</td><td>8</td><td>9</td><td>5</td><td>7</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>1</td><td>4</td><td>5</td><td>9</td><td>8</td><td>2</td><td>6</td><td>3</td><td>7</td></tr></table>	8	3	2	6	1	9	5	7	4	5	9	7	2	4	3	1	8	6	4	1	6	8	7	3	5	2	9	7	6	4	1	2	8	3	9	5	9	2	8	5	3	4	7	6	1	3	5	1	7	9	6	2	4	8	2	7	3	4	6	1	8	5	9	6	8	9	5	7	4	1	2	3	1	4	5	9	8	2	6	3	7	<p>Difícil 281</p> <table><tr><td>8</td><td>3</td><td>2</td><td>6</td><td>1</td><td>9</td><td>5</td><td>7</td><td>4</td></tr><tr><td>5</td><td>9</td><td>7</td><td>2</td><td>4</td><td>3</td><td>1</td><td>8</td><td>6</td></tr><tr><td>4</td><td>1</td><td>6</td><td>8</td><td>7</td><td>3</td><td>5</td><td>2</td><td>9</td></tr><tr><td>7</td><td>6</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td><td>8</td><td>3</td><td>9</td><td>5</td></tr><tr><td>9</td><td>2</td><td>8</td><td>5</td><td>3</td><td>4</td><td>7</td><td>6</td><td>1</td></tr><tr><td>3</td><td>5</td><td>1</td><td>7</td><td>9</td><td>6</td><td>2</td><td>4</td><td>8</td></tr><tr><td>2</td><td>7</td><td>3</td><td>4</td><td>6</td><td>1</td><td>8</td><td>5</td><td>9</td></tr><tr><td>6</td><td>8</td><td>9</td><td>5</td><td>7</td><td>4</td><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td>1</td><td>4</td><td>5</td><td>9</td><td>8</td><td>2</td><td>6</td><td>3</td><td>7</td></tr></table>	8	3	2	6	1	9	5	7	4	5	9	7	2	4	3	1	8	6	4	1	6	8	7	3	5	2	9	7	6	4	1	2	8	3	9	5	9	2	8	5	3	4	7	6	1	3	5	1	7	9	6	2	4	8	2	7	3	4	6	1	8	5	9	6	8	9	5	7	4	1	2	3	1	4	5	9	8	2	6	3	7
8	3	2	6	1	9	5	7	4																																																																																																																																																																																																																																													
5	9	7	2	4	3	1	8	6																																																																																																																																																																																																																																													
4	1	6	8	7	3	5	2	9																																																																																																																																																																																																																																													
7	6	4	1	2	8	3	9	5																																																																																																																																																																																																																																													
9	2	8	5	3	4	7	6	1																																																																																																																																																																																																																																													
3	5	1	7	9	6	2	4	8																																																																																																																																																																																																																																													
2	7	3	4	6	1	8	5	9																																																																																																																																																																																																																																													
6	8	9	5	7	4	1	2	3																																																																																																																																																																																																																																													
1	4	5	9	8	2	6	3	7																																																																																																																																																																																																																																													
8	3	2	6	1	9	5	7	4																																																																																																																																																																																																																																													
5	9	7	2	4	3	1	8	6																																																																																																																																																																																																																																													
4	1	6	8	7	3	5	2	9																																																																																																																																																																																																																																													
7	6	4	1	2	8	3	9	5																																																																																																																																																																																																																																													
9	2	8	5	3	4	7	6	1																																																																																																																																																																																																																																													
3	5	1	7	9	6	2	4	8																																																																																																																																																																																																																																													
2	7	3	4	6	1	8	5	9																																																																																																																																																																																																																																													
6	8	9	5	7	4	1	2	3																																																																																																																																																																																																																																													
1	4	5	9	8	2	6	3	7																																																																																																																																																																																																																																													
8	3	2	6	1	9	5	7	4																																																																																																																																																																																																																																													
5	9	7	2	4	3	1	8	6																																																																																																																																																																																																																																													
4	1	6	8	7	3	5	2	9																																																																																																																																																																																																																																													
7	6	4	1	2	8	3	9	5																																																																																																																																																																																																																																													
9	2	8	5	3	4	7	6	1																																																																																																																																																																																																																																													
3	5	1	7	9	6	2	4	8																																																																																																																																																																																																																																													
2	7	3	4	6	1	8	5	9																																																																																																																																																																																																																																													
6	8	9	5	7	4	1	2	3																																																																																																																																																																																																																																													
1	4	5	9	8	2	6	3	7																																																																																																																																																																																																																																													

Réveillon ^{2016/2017}

Centro de Férias e Formação | Ferreira do Zêzere

3 dias / 2 noites

30 | 12 | 2016 a 01 | 01 | 2017

Inclui:

2 Noites com pequeno-almoço buffet
Porto de Honra
Jantar de Boas Vindas
Festa Gim na Discoteca
Cocktail de Fim de Ano
Jantar de Reveillon com animação até de madrugada
Almoço de Ano Novo

Preços:

Quarto Duplo (2 pessoas) | **388€**
Quarto Single (1 pessoa) | **239€**
Quarto Triplo (3 pessoas) | **557€**

Possibilidade de usufruir
a noite de 1 de janeiro

Quarto Duplo | **30€**
Quarto Single | **20€**
Quarto Triplo | **40€**

Só se aceitam inscrições através
do telefone: 249 360 200
a partir das 9 horas
do dia 28 de novembro de 2016

Não se aceitam inscrições
através de outras vias, nomeadamente
e-mail, fax, carta ou presencial.



Casal do Zote – Bêco
2240-208 Ferreira do Zêzere
Tel.: 249 360 200
Fax: 249 360 290
centroferias.formacao@sbsi.pt