

Mais Bancário

SAMS

**Centro Clínico
de Lisboa**
reabre aos sábados

Ligue-se @ Nós



NÚMERO DE
UTENTE DO SERVIÇO
NACIONAL DE SAÚDE
(SNS OU SRS)

01

NÚMERO DE
IDENTIFICAÇÃO
FISCAL (NIF)

02

ATUALIZE
OS SEUS DADOS
PESSOAIS E DO
SEU AGREGADO

MORADA

03

E-MAIL

04

TELEFONE

05



JOÃO CARVALHO

O escândalo dos aumentos salariais na Banca

Findo o processo negocial para atualização da tabela e cláusulas de expressão pecuniária na CGD, lutamos junto da DGERT para que o mesmo desfecho seja possível na revisão do ACT do Setor Bancário, permitindo a atualização em falta referente a 2021 e já a de 2022.

Os nossos patrões teimam em manter uma posição de inflexibilidade perante os Sindicatos, propondo apenas 0,4% para 2021 e 0,7% para 2022. Ignoram, de forma irracional, a taxa de inflação, recentemente anunciada pelo Instituto Nacional de Estatística (INE), de 1,3% em 2021.

A posição irredutível das instituições bancárias desconsidera vários aspetos de relevo:

(i) os excelentes resultados anuais obtidos pelas instituições de crédito, já anunciados; por outro lado, segundo as informações públicas, (ii) os aumentos dos vencimentos dos administradores bancários, incluindo os reguladores e os do Banco do Estado – cujas remunerações mensais são acima de 17.000€ e 30.000€, em resultado da aplicação da atualização salarial de 0,9%, conforme previsto no Decreto-Lei n.º 109-A/2021, de 7 de dezembro; e, finalmente, (iii) a afirmação do Sr. Governador do Banco de Portugal, em entrevista, segundo a qual existe “... margem para negociar salários e não ter efeitos de segunda ordem [espiral de preços].”

Todos admitem que a inflação está muito acima dos 0,4% e o aumento dos preços em 5,1%. Se se mantiver este ritmo de crescimento homólogo, conclui-se que os preços médios, em 2022, serão superiores aos preços médios de 2021.

Com a receita fiscal acima do esperado, deixando o défice de 2021 na casa dos 3%, pergunta-se: não será um ESCÂNDALO nacional as IC terem este comportamento para com os Sindicatos representantes dos Trabalhadores Ativos, Reformados e Pensionistas, que estão a sofrer uma importante redução do poder de compra?

Também é reconhecido o crescimento, em 2021, de 1,2 mil milhões de euros. O setor bancário deixou de ser um peso para o Orçamento. E os Trabalhadores são tratados apenas como veículo para aumentar os lucros dos Bancos, num país de salários mínimos.

O aumento dos impostos indiretos (de que são exemplo o IVA e o ISP), injustos por natureza, agravam cada vez mais a injustiça fiscal.

Relativamente ao nosso SAMS, lembramos que o Centro Clínico está novamente a funcionar ao sábado, com várias especialidades médicas, permitindo assim que os colegas no ativo tenham a possibilidade de utilizar o sábado para a marcação das consultas e atos clínicos – mas, recordamos, este funcionamento é para todos.

Na pandemia atual, começamos todos a procurar mais os serviços clínicos, por forma a que a nossa saúde (e a saúde do SAMS) seja cuidada e reforçada, o que tem vindo a acontecer, embora de forma tímida. Garantimos todas as condições de bom serviço e respeito permanente pelas normas da Direção-Geral de Saúde. 📌



8

Sindical

Sindicatos negociam convenção coletiva com Banco Português de Fomento

22

SAMS

Estevão Pape: Prevalência da diabetes nos bancários é superior à geral



28

Tempos Livres

Viagens Culturais do GRAM, Secção de Reformados e Tempos Livres

Sindical

Banca concorda em iniciar negociação salarial para 2022 em simultâneo com a de 2021 | 5
Alcançado acordo salarial na CGD para 2021 e 2022 | 6
Sindicatos negociam convenção coletiva com Banco Português de Fomento | 8

Questões Jurídicas

Perguntas & respostas sobre direitos laborais | 10

Atual

Crédito Agrícola Mútuo: nível de financiamento confortável | 12

Fundo de Pensões Credibom: rentabilidade muito superior à inflação | 14

Formação

Curso de Língua Inglesa volta a estar disponível | 16

SAMS

Centro Clínico de Lisboa volta a abrir ao sábado | 18
"A Clínica da Diabetes tem as condições para ser um centro de referência de alto nível" | 20
Prevalência da diabetes nos bancários é superior à geral | 22

Visto de fora

Economia verde: serviços gratuitos, mais justiça social | 24

Tempos Livres

Vamos passear? | 28

Passatempos | 34

Revistas de Férias já disponíveis

O Mais Sindicato lançou duas edições distintas da Revista de Férias que já se encontram disponíveis online. Faça já a sua escolha.

Está na altura de fazer os planos de férias. Para que possa escolher devidamente os seus momentos de lazer, este ano o Mais Sindicato lançou duas edições da sua habitual revista de férias: uma contém informação sobre alojamentos, desde apartamentos no Algarve passando pelo Centro de Férias e Formação em Ferreira do Zêzere e pelo Parque de Campismo de Olhão. A segunda edição tem conteúdo sobre as viagens e passeios, os Convívios com Arte, a Colónia de Férias e o Curso de Língua Inglesa.

Desta forma, o Sindicato providencia aos seus associados toda a informação pertinente sobre as suas atividades de Tempos Livres.

Consulte as duas versões no sítio do Mais Sindicato em www.mais.pt > Atividade Sindical > Informação > Publicações.

Propriedade: Sindicato da Banca, Seguros e Tecnologias – Mais Sindicato
NIF 500 825 556
Correio eletrónico: direccao@mais.pt
Diretor: António Fonseca
Diretor-adjunto: João Carvalho
Conselho editorial: António Fonseca, Cristina Trony, João Carvalho e Vânia Ferreira
Editor: Elsa Andrade
Redação, Edição e Produção:
Rua de São José, 131 | 1169-046 Lisboa
Tels.: 213 216 100 | Fax: 213 216 180
Correio eletrónico: maisbancario@mais.pt
Grafismo: Ricardo Nogueira
Pré-impressão e Impressão: Xis e érrre, xer@netcabo.pt
Rua José Afonso, 1, 2.º - Dto. | 2810-237 Laranjeiro
Tiragem: 34.535 exemplares (4.335 enviados por correio eletrónico)
Periodicidade: Mensal
Depósito legal: 310954/10
Registado na ERC: n.º 109.009
www.mais.pt

Estatuto Editorial
Consultável através do endereço:
https://www.mais.pt/atividadesindical/informacao/publicacoes/Pages/estatutoeditorial_bancario.aspx

A publicidade publicada e/ou inserta no Mais Bancário é da total responsabilidade dos anunciantes



ACT em processo de conciliação

Banca concorda em iniciar negociação salarial para 2022 em simultâneo com a de 2021

Na primeira reunião de conciliação sobre o processo de revisão salarial de 2021 do ACT, o grupo negociador da Banca (GNIC) aceitou a proposta do MAIS e do SBC para simultaneamente negociar os aumentos salariais para este ano

INÊS F. NETO

Por solicitação do Mais Sindicato e do SBC, a revisão salarial de 2021, após o impasse na negociação ao fim de quase um ano, passou para a fase de conciliação sob a égide da Direção-Geral do Emprego e das Relações de Trabalho (DGERT) do Ministério do Trabalho.

A primeira sessão, que se realizou dia 28 de janeiro, registou alguma evolução: a proposta dos Sindicatos para que se negociasse em simultâneo a revisão salarial de 2021 e 2022 – rejeitada na altura – foi agora aceite pela Banca.

Argumentando com o facto de o novo ano estar já em curso, o GNIC aceitou estender o processo, mas rejeitou a negociação de qualquer outro clausulado além da tabela e cláusulas de expressão pecuniária, também proposto pelo MAIS e o SBC em 2021.

Valores insuficientes

Na sessão de conciliação, a Banca propôs aumentar a tabela e as cláusulas de expressão pecuniária em 0,4% para 2021, reiterando o que já havia indicado nas negociações diretas, e 0,7% para este ano.

Apesar deste passo ser positivo, a proposta percentual do GNIC continua a não satisfazer os Sindicatos, que a consideraram muito negativa, pois os seus valores são inferiores à inflação de 1,3% em 2021 e de 1,8% prevista para este ano.

MAIS e SBC frisaram que estes valores, a manterem-se, levarão à impossibilidade de um acordo.

Ou seja, os Sindicatos não podem aceitar uma “esmola” quando a APB demonstra, no relatório do 3.º trimestre de 2021, que os resultados do setor foram bastante rentáveis. Apesar de o País se apresentar num contexto de pandemia, a Banca conseguiu gerar milhões de euros de lucros, fruto do esforço e dedicação dos trabalhadores.

Os Sindicatos reiteraram ainda que, ao contrário das Instituições de Crédito (IC), tudo têm feito para alcançar um acordo, tendo apresentado variadas propostas nas negociações diretas, que permitem valorizar os trabalhadores e compensar o esforço do trabalho. No entanto, nenhuma delas foi sequer analisada e ponderada pela Banca, rejeitando liminarmente qualquer solução.

SAMS

MAIS e SBC insistiram na necessidade de as IC aumentarem as contribuições per capita para o SAMS, defendendo que as circunstâncias – redução do número de trabalhadores por rescisão e despedimento, reformas antecipadas e aumento de idade dos beneficiários – fizeram crescer os custos e diminuir as receitas.

As reuniões prosseguirão, sendo expetativa destes Sindicatos que as IC subscritoras do ACT do Setor Bancário reconheçam a injustiça das suas propostas em face dos lucros obtidos – e sem repercussão na melhoria de vida dos bancários. 



Alcançado acordo salarial na CGD para 2021 e 2022

MAIS e SBC chegaram a acordo com a CGD sobre o aumento nas tabelas e cláusulas de expressão pecuniária para 2021 e 2022, numa revisão simultânea por si proposta. O incremento nos vencimentos de 2021 é de 16€ nos níveis 1A a 11B e 0,50% nos restantes e, em 2022, de 18€ nos níveis 1A a 11B e 0,30% nos outros níveis

INÊS F. NETO

Tabela salarial 2021

NÍVEIS	Escalão A	Escalão B	Escalão C	Escalão D	Escalão E
1	674,50				
2	769,00				
3	858,00				
4	971,00				
5	1.101,00	1.148,00			
6	1.226,50	1.288,00			
7	1.293,00	1.354,00			
8	1.389,00	1.457,50			
9	1.524,00	1.600,00			
10	1.654,00	1.735,00			
11	1.845,49	1.933,15			
12	1.977,84	2.076,33			
13	2.151,71	2.255,72	2.367,78		
14	2.363,76	2.481,58	2.600,63		
15	2.580,22	2.704,74	2.844,56		
16	2.799,15	2.937,44	3.086,97	3.238,54	
17	3.005,83	3.156,88	3.313,56	3.481,45	
18	3.325,29	3.500,33	3.681,50	3.870,82	4.095,386

Tabela salarial 2022

NÍVEIS	Escalão A	Escalão B
1	705,00	
2	787,00	
3	876,00	
4	989,00	
5	1.119,00	1.166,00
6	1.244,50	1.306,00
7	1.311,00	1.372,00
8	1.407,00	1.475,50
9	1.542,00	1.618,00
10	1.672,00	1.753,00
11	1.863,49	1.951,15
12	1.983,77	2.082,56
13	2.158,17	2.262,49
14	2.370,85	2.489,02
15	2.587,96	2.712,85
16	2.807,55	2.946,25
17	3.014,85	3.166,35
18	3.335,27	3.510,83

Chegou ao fim a revisão salarial simultânea para dois anos, uma iniciativa proposta pelo Mais Sindicato e o SBC com objetivo de chegar rapidamente a acordo para 2022, evitando arrastar as negociações ao longo dos meses, como aconteceu em 2021.

O acordo agora alcançado fica aquém da pretensão dos Sindicatos, mas tem a vantagem de os trabalhadores receberem já os retroativos desde janeiro 2021 e a atualização de 2022, com efeitos a 1 de janeiro.

A atualização salarial e respetivos retroativos serão processados com o vencimento de fevereiro.

A revisão da tabela e cláusulas de expressão pecuniária é a seguinte:

2021

- Aumento de 16 € nos níveis 1A a 11B;

- Aumento de 0,50% nos níveis 12A a 18E;

O aumento médio ponderado da tabela salarial é de 0,90%.

2022

- Aumento de 18 € nos níveis 2A a 11B, sendo assegurada a remuneração mínima mensal garantida no nível 1A;

- Aumento de 0,30% nos níveis 12A a 18E;

O aumento médio ponderado da tabela salarial é de 0,92%.

Reposição de subsídio

Na ocasião, a CGD informou ainda que irá repor o subsídio de refeição nas férias a todos os seus trabalhadores com contrato administrativo de provimento, cujo pagamento foi retirado desde abril de 2017.

O processamento da reposição, com efeitos retroativos e que inclui juros de mora, foi inicialmente anunciada para dia 8 de fevereiro, mas posteriormente o banco adiou a sua concretização, apontado agora que esteja concluído até final de março. 

Reformados e pensionistas

Face às dúvidas expostas, e com o objetivo de esclarecer todos, o MAIS informa que o AE da CGD não abrange os reformados e pensionistas, pois os respetivos pagamentos e atualizações são da responsabilidade da Caixa Geral de Aposentações (CGA).

Não obstante, de acordo com o ponto 3.1 da ordem de serviço n.º 6/91 sobre o tema, as pensões de aposentação do pessoal da CGD e as correspondentes pensões de sobrevivência serão atualizadas, exclusivamente, de acordo com as seguintes regras:

“Sempre que se verificarem aumentos na tabela de retribuições do pessoal da Caixa na efetividade de serviço, os pensionistas terão direito, a partir da data em que entrarem em vigor esses aumentos, à atualização das pensões que se mostrarem inferiores aos quantitativos obtidos nos termos do número seguinte, até à concorrência desses quantitativos.”

Perante o exposto, qualquer dúvida sobre a atualização das pensões deve ser exposta à CGA.

Relativamente aos trabalhadores que se reformaram ainda no ex-BNU, a atualização da tabela decorre da revisão do ACT do Setor Bancário.

Cláusulas de expressão pecuniária para 2021 e 2022

Escalão C	Escalão D	Escalão E		Valor 2021	Valor 2022
			Diuturnidades	46,00	46,00
			Subsídio de refeição diário	11,37	11,43
			Abono para falhas	150,70	151,60
			Subsídio de apoio ao nascimento	790,00	800,00
			Subsídio infantil	57,36	57,70
			Subsídio de estudo		
			1º ao 4º ano	32,00	33,00
			5º e 6º ano	45,00	46,00
			7º ao 9º ano	55,00	56,00
			10º ao 12º	66,50	67,50
			Ensino superior	80,50	81,50
			Subsídio a trabalhador estudante	22,00	23,00
2.374,88			Ajudas de custo		
2.608,43			Em Portugal (por inteiro)	51,50	51,50
2.853,09			Deslocações diárias	16,50	16,50
3.096,23	3.248,26		No estrangeiro (por inteiro)	125,00	125,00
3.323,50	3.491,89		Indemnização por morte em acidente de trabalho	151.130,00	151.130,00
3.692,54	3.882,43	4.107,67	Valor máximo crédito habitação	214.540,00	230.000,00

Sindicatos negociam convenção col



Teletrabalho no BNP Paribas: MAIS pede correção de ilegalidades

A política de teletrabalho do banco suscita dúvidas de legalidade, pelo que o Sindicato solicitou a retificação dos documentos apresentados aos trabalhadores

Após várias denúncias e pedidos de apoio de associados relativamente à implementação da política de teletrabalho do BNP Paribas Portugal, o Mais Sindicato analisou a documentação do banco sobre este tema e as adendas sobre teletrabalho que estão a ser propostas aos trabalhadores e encontrou algumas questões de duvidosa legalidade.

O MAIS já deu devida nota aos responsáveis do banco, exigindo a retificação das ilegalidades detetadas.

O Sindicato sempre privilegiou e privilegiará o diálogo e

o entendimento entre as partes e aguardará que o banco tome posição relativamente às ilegalidades e insuficiências detetadas nos documentos e as corrija rapidamente.

Caso contrário o MAIS colocar-se-á, como sempre, ao lado dos trabalhadores e disponibilizar-lhes-á todo o apoio jurídico necessário para, se for preciso, ir até às últimas consequências jurídicas e judiciais de forma a garantir o cabal cumprimento da lei portuguesa e do Código do Trabalho português a todas as empresas que laborem em território nacional, seja qual for a sua origem.

etiva com Banco Português de Fomento

MAIS, SBC e SBN congratulam-se com a vontade manifestada pela instituição de outorgar rapidamente uma convenção para os trabalhadores

INÊS F. NETO

A primeira reunião entre o Banco Português de Fomento (BPF) e os Sindicatos da UGT realizou-se dia 2 deste mês e o resultado foi auspicioso, perante a disponibilidade demonstrada pela instituição para encetar o processo negocial com vista à contratualização de um Instrumento de Regulação Coletiva de Trabalho (IRCT).

A proposta partiu dos Sindicatos, considerando que o Decreto-Lei n.º 63/2020, de 7 de dezembro, deixa claro que o BPF é um banco e, por isso, os seus trabalhadores são bancários e devem ser protegidos como tal. Disposições utilizadas no texto do Conselho de Ministros como a “expressão ‘banco’

enquadra -se, assim, no tipo de instituições financeiras de apoio à economia nacional” ou “o BPF tem por objeto todas as atividades que por lei são permitidas às sociedades financeiras” confirmam essa interpretação.

Face do disposto, MAIS, SBC e SBN consideraram fundamental abranger os trabalhadores do banco pela contratação coletiva do setor e de imediato diligenciaram no sentido de concretizar esse objetivo.

Direitos e benefícios

Os três Sindicatos defendem a importância de abranger os trabalhadores do BPF por um IRCT por muitas razões, entre as quais estas:

- O banco está numa fase de crescimento no que concerne à

contratação de trabalhadores;

- Muitos dos trabalhadores já contratados eram bancários em outras IC, onde tinham os direitos e benefícios decorrentes dos IRCT em vigor, nomeadamente o SAMS, devendo recuperar as valências que estes Sindicatos lhes proporcionam e das quais beneficiaram no passado por serem sindicalizados;

- Estender a todos os trabalhadores do BPF os mesmos direitos e benefícios que as convenções coletivas contemplam.

MAIS, SBC e SBN consideram fundamental abranger todos os trabalhadores do setor financeiro pela contratação coletiva, salvaguardando assim os direitos laborais, sindicais e de saúde que daí advêm. ▶



Perguntas & respostas

sobre direitos laborais

Aproveitamos o espaço “Questões Jurídicas” da revista deste mês para responder a algumas das perguntas mais frequentes que os associados nos têm feito chegar, procurando, desta forma, trazer alguma luz sobre dúvidas recorrentes e esclarecer, definitivamente, algumas questões mais controvertidas

JOÃO ESCARDUÇA



P – Como são atribuídos e quem tem direito aos benefícios sociais complementares, no âmbito do ACT do Setor Bancário, designadamente o subsídio de apoio à natalidade, o subsídio infantil e o subsídio de estudo?

R – Nos termos do ACT do Setor Bancário, cláusulas 103.^a-A, 104.^a e 105.^a, estes subsídios são atribuídos aos progenitores, por cada filho nascido (Cl.^a 103-A), por cada filho a partir dos três meses de idade (Cl.^a 104.^a) e por cada filho que frequente ensino oficial ou oficializante, até à idade máxima prevista na lei para a concessão do subsídio familiar a crianças e jovens, que na atualidade é de 24 anos, para quem estiver matriculado no ensino superior, ou curso equivalente, ou se frequentar estágio curricular indispensável à obtenção do respetivo diploma (Cl.^a 105.^a).

Estes subsídios não são cumuláveis entre si e apenas são pagos a um dos progenitores quando apenas um deles é bancário ou quando ambos sejam bancários da mesma instituição. No caso de os progenitores serem ambos bancários em instituições de crédito diferentes mas subscritoras do ACT do Setor Bancário, cada instituição

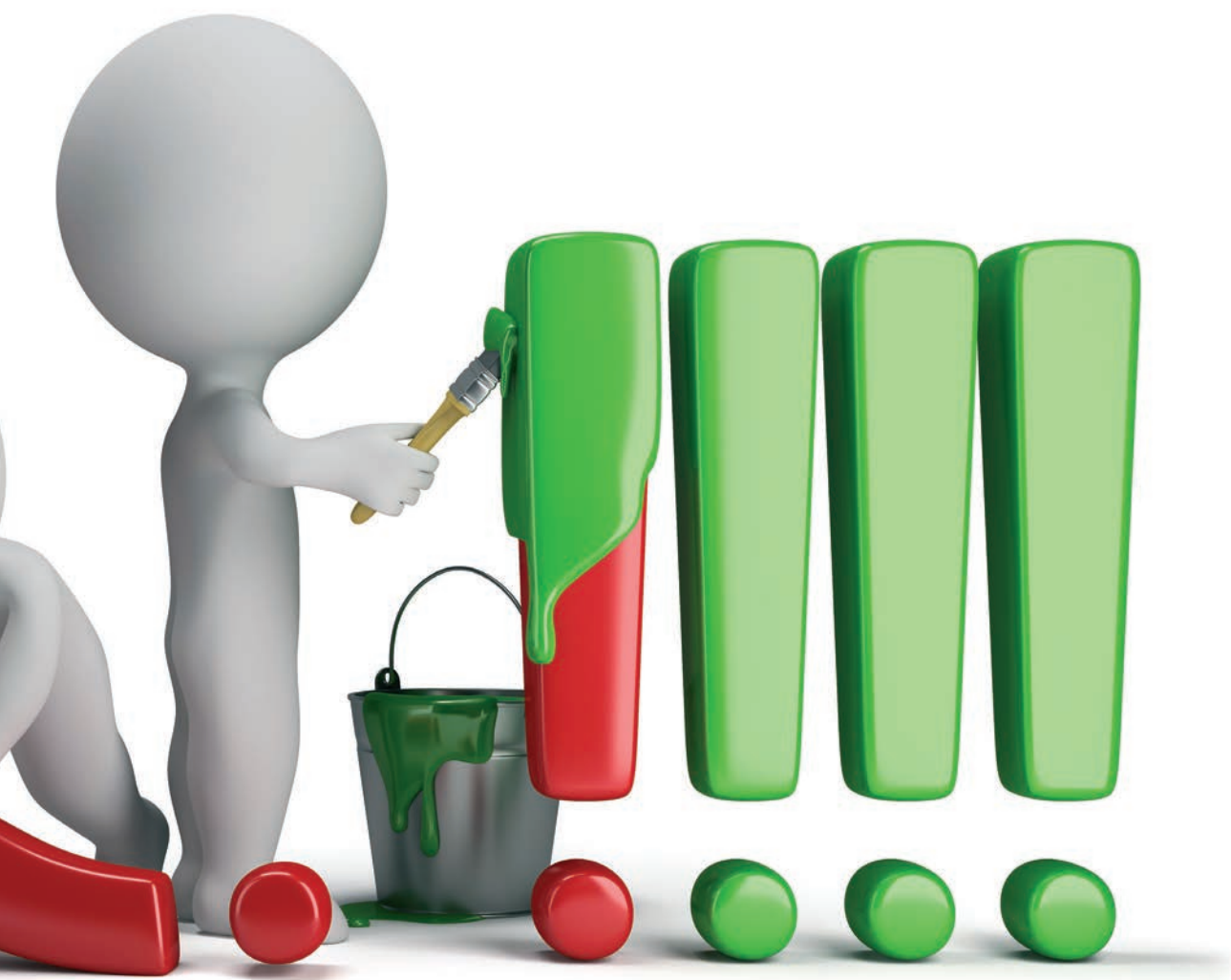
pagará, por cada filho, um subsídio a cada um dos progenitores.

Caso os progenitores sejam ambos de instituições de crédito não subscritoras do ACT do Setor Bancário, a resposta terá de ser dada de acordo com a respetiva realidade normativa aferida caso a caso, em função dos respetivos Instrumentos de Regulamentação Coletiva, quando existam, e dos contratos individuais de trabalho.

Teletrabalho

P – O direito de requerer unilateralmente teletrabalho, nos termos do artigo 166-A n.º 2 do Código do Trabalho, aplica-se aos progenitores cujos filhos já tenham feito 3 anos?

R – Para efeitos de aplicação deste artigo, apenas são elegíveis os progenitores com filhos até aos três anos de idade, ou seja, que ainda não tenham celebrado o 3.º aniversário. O mesmo se dirá para efeitos de aplicação do número 3 do mesmo artigo, onde se estende esse direito até aos 8 anos de idade, significando que se aplica apenas para pais de crianças até aos 8 anos de idade. Sempre



que a lei usa a expressão até determinada idade, significa até ao dia em que celebra o referido aniversário.

P – As despesas relacionadas com o desempenho de funções através do teletrabalho são responsabilidade do empregador ou do trabalhador?

R – As mais recentes alterações ao Código do Trabalho, entradas em vigor no dia 1 de janeiro, procuraram responder a esta questão, afirmando inequivocamente que o empregador é o responsável pela disponibilização dos equipamentos necessários à realização do trabalho (Art.º 168/1 CT).

Diz ainda o Código do Trabalho que o empregador compensará o trabalhador por todas as despesas adicionais, devidamente comprovadas, que o trabalhador tenha de suportar como consequência direta do desempenho de funções através do recurso ao teletrabalho, incluindo-se aqui tudo o que for necessário para transformar uma assoalhada de uma residência, ou parte dela, num escritório, designadamente mesas, cadeiras e equipamentos informáticos tão ergonómicos como os existentes nas

instalações da empresa, climatização, energia, água e tudo o mais necessário para o desempenho da função com as mesmas condições de segurança e de proteção no trabalho como se estivesse em trabalho presencial.

Doença

P – Como provar a situação de doença, junto das instituições de crédito, de acordo com o ACT do Setor Bancário?

R – A prova é feita através de declaração emitida por um hospital, um centro de saúde, pelo SAMS ou por atestado médico, onde conste a menção da impossibilidade de comparência ao serviço e o período de incapacidade ou impedimento e a autorização expressa das situações em que o trabalhador pode sair.

Quando em situação de doença, o trabalhador só pode ausentar-se do seu domicílio para efetuar tratamentos ou ir a consultas médicas e, quando devidamente autorizado pela declaração referida no parágrafo anterior, nos períodos entre as 11h00 e as 15h00 e entre as 18h00 e as 21h00, ou noutros que venham a ser legalmente permitidos. ■



Crédito Agrícola Mútuo: nível de financiamento confortável

A Comissão de Acompanhamento analisou o Relatório do Atuário Responsável, o Relatório e Contas do Fundo de Pensões, o Relatório e Contas e a Carteira de Investimentos até dezembro de 2020

PEDRO GABRIEL

O relatório atuarial integra no seu conteúdo informação relativa ao plano de pensões das Instituições Associadas subscritoras do Contrato Constitutivo do Fundo de Pensões do Crédito Agrícola Mútuo, constante do Acordo Coletivo de Trabalho (ACT) das Instituições do Crédito Agrícola, representados pela Caixa Central de Crédito Agrícola Mútuo. O financiamento das responsabilidades é feito através do Fundo de Pensões Crédito Agrícola e a entidade gestora é o Crédito Agrícola Vida – Companhia de Seguros S.A.

Os benefícios garantidos pelo Plano são as pensões de reforma por velhice, invalidez, reforma antecipada e sobrevivência imediata e diferida, sendo complementar ao regime público de Segurança Social.

Demografia

Os dados da população em 2020 mostram uma responsabilidade constituída por 789 pensionistas, dos quais 130 conferem reformas antecipadas, 4.057 ativos, 234 pré-reformados e 1 ex-participante.

Os valores de comparação dizem respeito a 2018 uma vez

que a Comissão não dispôs do relatório de 2019.

Entre 2018 e 2020 o grupo de reformados e pensionistas aumentou 16%. Os reformados aumentaram em 2,1% e os reformados por antecipação aumentaram 0,9%. Os restantes subgrupos reduziram o seu peso (invalidez -0,6%, viuvez -1,1% e orfandade -1,3%).

Entre 2018 e 2020 a evolução do número de participantes ativos em percentagem é sintetizada no **quadro 1**, constatando-se um aumento de participantes ativos (antes da idade de reforma) de 0,2% e uma redução nos ativos com idade igual ou superior à idade normal de reforma de -0,3%.

A população ativa com idade inferior à idade normal de reforma tem uma idade média de 48,4 (47,8 anos no exercício de 2018) e a população de pensionistas por velhice tem uma idade média de 74,4 anos (75,1 anos em 2018).

Verifica-se ainda um aumento dos pré-reformados em 5,4%, não havendo variação nos ex-participantes.

Responsabilidades

Em relação às responsabilidades passadas sublinha-se o forte aumento das responsabilidades com ativos em

Quadro 1 Número de participantes ativos

	2018	%	2020	%	2020/2018
Número ativos <65	3 952	93,60%	4 024	93,8%	0,2%
Número ativos ≥65	47	1,11%	33	0,8%	-0,3%
Número Pré-reformados	222	5,26%	234	5,5%	0,2%
Número Ex-participantes	1	0,02%	1	0,02%	0,0%
Total	4.222		4.292		70

Quadro 2 Nível de Financiamento

V.A. Responsabilidades	2018		2020		Nível de financiamento
	Valor	Peso	Valor	Peso	
Pensões em pagamento	28 026 832	21,4%	41 845 879	24,86%	100,0%
Serviços passados de ativos	65 300 491	49,8%	85 599 051	50,86%	96,4%
Responsabilidades Serviços Passados	93 327 323	71,2%	127 444 930	75,72%	
Responsabilidades Serviços Futuros (*)	37 713 778	28,8%	(*)	0,00%	
Responsabilidades Totais	131 041 101	100,0%	168 301 079	100,00%	73,90%

(*) se considerarmos nos serviços futuros a totalidade do valor atual dos serviços futuros do relatório atuarial (49 947 350 euros) o valor atual dos serviços passados seria 177 392 280 euros.

Quadro 3 Evolução do valor do Fundo

	2018	2019*	2020	Variação
Valor do Fundo no início	87 257 502,66	91 377 740,13	112 135 840,78	22,72%
Receitas	5 985 365,66	23 102 367,20	15 420 251,62	-33,25%
Contribuições Efetuadas	7 965 301,66	18 419 437,15	11 076 654,36	-39,86%
Associado	6 195 976,96	16 484 280,00	9 032 430,00	-45,21%
Empregados	1 769 324,70	1 935 157,15	2 044 224,36	5,64%
Rendimentos do Fundo Líquidos	-1 979 936,00	4 682 930,05	4 343 597,26	-7,25%
Despesas	1 865 128,19	2 344 266,55	3 230 378,35	37,80%
Pagamento de pensões	1 176 102,54	1 585 909,58	2 342 180,19	47,69%
Pagamento do SAMS	580 669,65	659 056,85	750 887,53	13,93%
Encargos de gestão				
Outras variações líquidas	108 356,00	99 300,12	137 310,63	38,28%
Saldo da conta	4 120 237,47	20 758 100,65	12 189 873,27	-41,28%
Valor do Fundo no final	91 377 740,13	112 135 840,78	124 325 714,05	10,87%

(*) O valor de 2019 foi extraído do Relatório e Contas

relação a 2018 (39,9%). Em relação aos pensionistas, reformados e reformados por antecipação verificou-se um acréscimo de 28,77%. Em termos globais o aumento foi de 36,56%.

Na rubrica Responsabilidades com Serviços Futuros houve um aumento em termos globais de 32,44%, sendo a sobrevivência imediata a que tem maior variação positiva (73,3%), seguida das prestações de pré-reforma (61,91%). As responsabilidades totais podem ser consultadas no **quadro 2**.

De referir ainda que o valor do fundo de pensões no final do exercício é de 124.325.714,05 euros (112.135.840,78 euros em 2019), com um crescimento de 10,87%, verificando-se um nível de financiamento global de 97,6% face ao montante de responsabilidades passadas de 127.444.969 euros. **(Quadro 3)**

Assim, a Comissão refere que o nível de financiamento é confortável e respeita as exigências dos reguladores. As contribuições em 2020 ascenderam a 11.076.654,36 sendo 81,5% a cargo do associado e 18,5% a cargo do trabalhador. 

Fundo de Pensões Credibom: rendibilidade muito superior à inflação



A Comissão de Acompanhamento concluiu que o nível de financiamento do Fundo de Pensões Credibom em 31 de dezembro de 2020 cifrou-se nos 98,2% sendo que a taxa de rendibilidade de 12% foi muito superior à inflação (0,01%)

PEDRO GABRIEL

O Fundo de Pensões Credibom é gerido pela CGD Pensões- Sociedade Gestora de Fundos de Pensões, S.A. e segue o estipulado no Acordo Coletivo de Trabalho do Setor Bancário (ACT), com algumas exceções, especialmente ao nível do salário pensionável (salário de referência para cálculo da 1.ª pensão). Trata-se de um plano substitutivo e independente

dos regimes públicos de Segurança Social para a generalidade dos colaboradores, à exceção de um grupo de colaboradores que está abrangido pelo Regime Geral de Segurança Social.

População

Os dados da população fornecidos pelo Banco Credibom mostram que o grupo de beneficiários é maioritariamente constituída por ativos (266), 96 ex-colaboradores com

Quadro 1 Ativos

Ativos	Número	Idade Média	Antiguidade	Salário Médio Anual	Massa Salarial Anual
2015					
Idades <65 anos	283	41,4	14,6	26872	7 604 947
Idades >=65 anos	-	-	-	-	-
2016					
Idades <65 anos	281	42,5	15,6	27941	7 848 503
Idades >=65 anos	-	-	-	-	-
2020					
Idades <65 anos	266	46,4	19,7	30381	8 081 378
Idades >=65 anos	-	-	-	-	-
Crescimento	-6,0%	12,1%	34,9%	13,1%	6,3%

direitos adquiridos e 27 pensionistas (velhice + invalidez + viuvez), das quais duas são pensões de orfandade e sete são reformas antecipadas.

Para efeitos de comparação foi utilizado o ano de 2015. O último relatório a que a Comissão teve acesso foi o de 2016.

Entre 2015 e 2020 o número de trabalhadores ativos diminuiu 6%, tendo aumentado a idade média (12,1%), a antiguidade média (34,9%) o salário médio anual (13,1%) e a massa salarial anual (6,3%). **(Quadro 1)**

No que diz respeito aos reformados e pensionistas constata-se um aumento de 42,9% em relação a 2015. Os reformados por velhice e invalidez crescem 44,4%, enquanto a pensão por viuvez cresceu 66,7%.

O valor das pensões (velhice e invalidez) aumenta cerca de 86,5% desde 2015 devido ao aumento do número de reformados (+44,4%) e do efeito da pensão média dos reformados por velhice de 31%. **(Quadro 2)**

Evolução

A taxa de crescimento do Fundo foi superior à inflação de 0,01% em 2020. O Fundo cresceu 12,8% no somatório dos dois tipos:

- 1008 - para todos os trabalhadores, a tempo completo ou parcial, que foram admitidos no quadro do Credibom até 2 de março de 2009;
- 1009 - Para qualquer trabalhador a tempo completo ou parcial que fizesse parte do quadro do Associado à data de 31 de dezembro de 2005. **(Quadro 3)**

Assim, conclui-se que o nível de financiamento bruto é de 98,2%, estando assim cumprido o rácio mínimo de financiamento.

Os custos com os benefícios relativos a cuidados médicos pós reforma e pagamento do subsídio por morte foram igualmente avaliados no relatório encontram-se financiados pelo fundo de pensões.

Em 2020, a taxa de rentabilidade bruta do Fundo é de 12%, ultrapassando largamente a inflação. ▶

Quadro 2 Reformados e pensionistas

Ativos	Número	Idade Média	Pensão Média Anual	Total de Pensões Anuais
Total 2015				
Velhice	4	69	25.848	103.393
Invalidez	5	55,5	14.657	73.283
Viuvez	3	46,8	20.311	60.934
Orfandade	2	13,4	3.850	7.700
Total 2016				
Velhice	4	70	25.978	103.911
Invalidez	5	56,2	14.583	72.914
Viuvez	3	47,8	20.349	61.048
Orfandade	2	14,4	3.870	7.740
Total 2020				
Velhice	6	69	33.875	203.250
Invalidez	7	58,7	14.674	102.721
Viuvez	5	56,6	17.712	88.561
Orfandade	2	18	3.961	7.923

Quadro 3 Evolução do Fundo de Pensões

Evolução do Fundo de Pensões	1008	1009	Total
Valor Inicial (1-01-2020)	77938	6890	84828
Despesas	482	18	500
Receitas	11182	184	11366
Excedente	10700	166	10866
Valor Final do Fundo 31-12-2020)	88638	7056	95694
O Fundo cresceu			12,8%



Curso de Língua Inglesa volta a estar disponível

Depois de uma interrupção de dois anos devido à pandemia, o Mais Sindicato volta a organizar o Curso de Língua Inglesa, desta vez na Irlanda. Let's go!



PEDRO GABRIEL

Por iniciativa do Pelouro dos Tempos Livres, o Curso de Língua Inglesa está de volta e este ano realiza-se entre os dias 24 de julho e 7 de agosto, no Marino Institute of Education, em Dublin, Irlanda.

O Colégio oferece instalações de última geração e está instalado nos jardins da propriedade de Lord Charlemont, que data de 1900, criando um ambiente de aprendizagem muito tranquilo. Está situado em 22 hectares de espaços verdes e extensos campos de jogos, com edifícios de design clássico e moderno, incluindo residências para os alunos. As salas são espaçosas e com acesso wi-fi, além de possuir um moderno pavilhão desportivo e refeitório na modalidade de self-service e café. O alojamento é feito em residências do colégio, com apartamentos para 4/5 alunos, cada um com quarto individual e casa de banho privativa, além de uma cozinha e sala comuns. Nos dias das excursões é entregue a cada aluno um almoço embalado (box lunch).

Lazer

Destinado a jovens dos 11 aos 17 anos, o curso terá aulas dadas em pequenas turmas multinacionais, ocupando as manhãs, num total de 15 horas de inglês por semana, com lições de gramática, fluência e prática da língua. O curso combinará as aulas com atividades extracurriculares e visitas culturais para aproveitar ao máximo a estadia em Dublin (ver caixa).

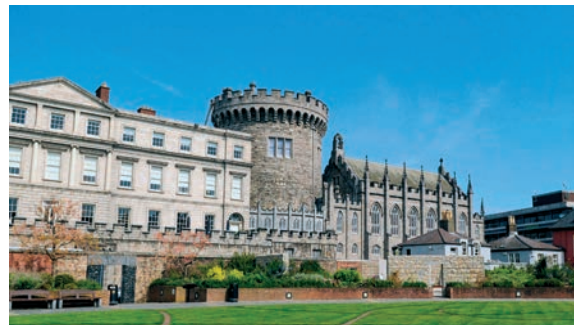
Para ocupação do restante tempo livre, a prioridade vai para as diversas atividades recreativas e de lazer. Além dos desportos no ginásio ou ao ar livre, haverá atividades artísticas e festas temáticas.

Inscrições

O preço por participante é de 2.305€ e o pagamento pode ser feito de uma só vez ou em prestações mensais, até ao máximo de 12, a partir da data de inscrição.

A desistência de uma inscrição tem de ser apresentada por escrito e não sofrerá qualquer penalização se for feita

Conhecer Dublin



O programa de passeios e visitas, sujeito a eventuais ajustamentos, inclui:

- 25 de julho - passeio de meio-dia para visita de orientação ao centro de Dublin;
- 27 de julho – passeio de meio-dia ao GAA Museum;
- 29 de julho - visita de meio-dia ao Castelo de Dublin;
- 30 de julho - passeio de um dia a Kilkenny Castle & Dunmore Caves (*);
- 31 de julho – visita de um dia a local a designar(*);
- 2 de agosto – passeio de meio-dia ao EPIC Museum;
- 4 de agosto – visita de meio-dia à National Gallery;
- 6 de agosto – passeio de um dia a Clonmacnoise para visita ao Centro Viking e cruzeiro (*).

(*) Inclui box lunch

até ao dia 26 de março. A partir dessa data está sujeita à penalização indicada pela agência de viagens.

A viagem só se realiza com um mínimo de 15 participantes.

Para mais informações entre em contacto com os serviços do Mais Sindicato, através dos números 21 321 60 22/39/09 ou do endereço administrativa@mais.pt 





Centro Clínico de Lisboa volta a abrir ao sábado

Para reforçar o apoio aos beneficiários num horário muito valorizado, os serviços clínicos reabriram aos sábados, das 8h00 às 14h00

INÊS F. NETO

Uma das muitas consequências da pandemia na oferta do SAMS foi o encerramento do Centro Clínico de Lisboa aos sábados. Sendo este um horário muito valorizado, especialmente por beneficiários no ativo, o Conselho Executivo promoveu todos os esforços necessários para

voltar a disponibilizá-lo, o que é uma realidade desde dia 19 deste mês.

O facto de em 2019 terem sido realizadas 33.942 consultas e exames aos sábados reforçou a convicção de que a disponibilização deste horário é importante, justificando assim a decisão de reabilitar, alargar e dinamizar esta oferta. Assim, está agora disponível aos sábados, de forma regular, um conjunto alargado de consultas de



especialidade e de exames de diagnóstico (ver caixa), de que se destaca a realização de análises clínicas a partir das 8h00 (com agenda para testes de Covid-19) e o alargamento da oferta em Saúde Oral.

Em estudo está a possibilidade de, numa segunda fase, o horário de funcionamento ser alargado até às 18h00, o que estará dependente, entre outros fatores, da resposta positiva dos beneficiários. ►

Consultas aos sábados...

Com a reabertura do Centro Clínico de Lisboa aos sábados está disponível uma série de valências, estimando-se, para este ano, um acréscimo geral de vagas de cerca de 21.000 consultas e exames.

Veja quais

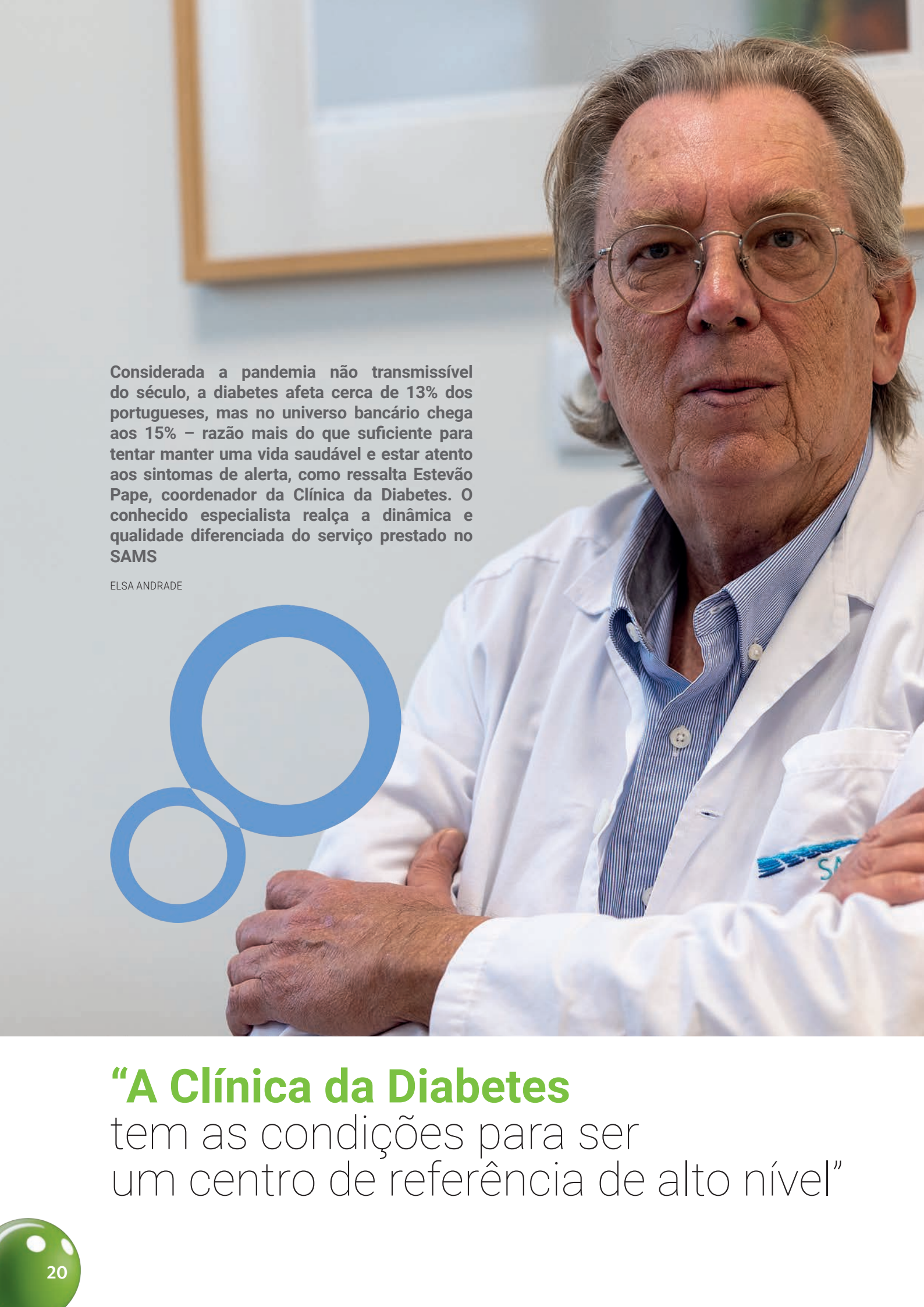
Especialidades

- Cardiologia
- Cirurgia geral
- Cirurgia plástica /reconstrutiva/ estética
- Cirurgia vascular
- Clínica geral/ Medicina geral e familiar/ Medicina interna
- Dermatologia
- Gastroenterologia
- Ginecologia-Obstetria
- Imunoalergologia
- Neurologia
- Oftalmologia
- Ortopedia
- Otorrinolaringologia
- Pediatria
- Podologia
- Psicologia clínica
- Psiquiatria
- Urologia

...e exames de diagnóstico

Exames

- Ecografia geral
- Exame Diagnóstico de Cardiologia
- Exames mamários
- Radiologia geral
- Ressonância magnética
- T.A.C.
- Análises clínicas

A portrait of Dr. Estevão Pape, an older man with grey hair and glasses, wearing a white lab coat over a blue striped shirt. He is looking directly at the camera with a serious expression. The background is a blurred office setting with a framed picture on the wall.

Considerada a pandemia não transmissível do século, a diabetes afeta cerca de 13% dos portugueses, mas no universo bancário chega aos 15% – razão mais do que suficiente para tentar manter uma vida saudável e estar atento aos sintomas de alerta, como ressalta Estevão Pape, coordenador da Clínica da Diabetes. O conhecido especialista realça a dinâmica e qualidade diferenciada do serviço prestado no SAMS

ELSA ANDRADE

Two overlapping blue circles of different sizes, positioned to the left of the doctor's portrait.

“A Clínica da Diabetes
tem as condições para ser
um centro de referência de alto nível”

P – Milhões de pessoas em todo o mundo sofrem de diabetes e Portugal é um dos países europeus com uma das mais elevadas taxas de prevalência da doença. Há razões concretas para esta situação?

R – A prevalência da Diabetes em todo o mundo é alta – cerca de 400 milhões de pessoas têm diabetes conhecida – tendo mesmo a ONU e a OMS considerado a Diabetes como a pandemia não transmissível (não infecciosa) do século.

Em Portugal, segundo os dados do Observatório Nacional para a Diabetes, existe cerca de um milhão de pessoas com Diabetes, e ainda cerca de 500 mil que provavelmente são doentes e não sabem que o são. Ou seja, a prevalência da Diabetes é de cerca de 10% a 13% na população, estando esta situação a aumentar de ano para ano, estimando-se muito provavelmente cerca de dois milhões de pessoas com a doença em 2050.

P– Há a diabetes tipo 1 e a tipo 2. Em que se distinguem?

R – A Diabetes tipo 1 é uma doença de origem de autoimunidade, com destruição total das células pancreáticas produtoras de insulina, necessitando o doente de insulina para viver.

Já a Diabetes tipo 2 é uma situação com origem múltipla, cuja causa principal será o excesso de peso e obesidade, com todas as suas consequências, embora hoje se conheça que a Diabetes tipo 2 tenha uma origem multifatorial – do pâncreas, músculo, rim, coração, cérebro e até do fígado.

P – Os cuidados a ter são iguais ou variam consoante o tipo de diabetes?

R – A abordagem da Diabetes, em termos gerais, é semelhante em termos de adoção de estilo de vida, embora a Diabetes tipo 1 seja uma situação específica, totalmente dependente de insulina; a diabetes tipo 2, embora não seja especificamente insulínica, é também dependente de medidas de estilo de vida, nomeadamente alimentar, mas também com terapêutica medicamentosa – ou seja, medicamentos orais e mesmo até insulina.

P – Há médicos que defendem existir um estado pré-diabético e outros para quem há apenas dois estados: diabético ou não diabético. Qual é o seu entendimento?

P – A pré-diabetes existe, tendo uma designação científica, mas tal não é especificamente importante. Existe, sim, uma situação pré-diabética e a Diabetes com o seu diagnóstico preciso.

Mudar o estilo de vida

P – A alimentação é o único fator sob atenção dos diabéticos ou há outros cuidados a ter?

R – O estilo de vida e a sua mudança são a chave do tratamento da diabetes, nomeadamente o regime alimentar, exercício físico e uma atitude mais saudável perante a vida.



P – Que fatores contribuem para que uma pessoa fique diabética?

R – O estilo de vida com alimentação pouco saudável e o diminuto exercício físico vão sempre ser causa para

uma pessoa ter ou vir a ter Diabetes. Pode haver uma tendência familiar, que pode ser evitável desde que muito cedo na vida se adote uma atitude de cautela, com o sentido de respeito pela saúde.

Prevalência da diabetes nos é superior à geral

P – Há muitos diabéticos no universo do SAMS?

R – A prevalência da Diabetes na população bancária é sensivelmente superior à da população em geral. Muito provavelmente, a prevalência em bancários andarà acima dos 15%, talvez mesmo mais. Há cerca de cinco anos realizámos um estudo de prevalência em trabalhadores da banca e era de cerca de 17%.

P – O receio pela Covid-19 afastou os diabéticos das suas consultas?

R – Sim, afastou algumas pessoas do “apoio” médico, embora de forma não muito significativa e estando na atualidade totalmente ultrapassado e a normalidade está estabelecida.

P – Os diabéticos são mais vulneráveis face à Covid-19?

R – A doença Covid agravou a diabetes para quem a tinha já diagnosticada, mas também “nasceram” novos

diabéticos que não sabiam que o eram. Os próprios doentes com autovigilância notaram o agravamento da situação, tendo bem dado conta de que a Covid-19 agravou a sua glicémia.

Provavelmente, a situação/infecção por Covid-19 tem algum envolvimento a nível da célula beta do pâncreas, com as consequências óbvias – mais diabetes e mais diabéticos.

Centro de referência

P – Que cuidados são prestados na Clínica da Diabetes do SAMS?

R – A Clínica da Diabetes do SAMS realiza cuidados específicos e diferenciados para os diabéticos e pré-diabéticos que a procuram, por si próprios ou por indicação dos seus médicos Assistentes e de outras especialidades.

Não podemos também esquecer e valorizar que nos dias

P – Quais são os sintomas de alerta?

R – O aumento de peso é sempre, em primeiro lugar, sintoma de alerta. Os sintomas de alarme são a sede, fome e poliúria (urinar muito) sem outra explicação.

P – A medição da glicémia é obrigatória para todos os doentes?

R – A medição da glicémia capilar de forma regular é sem dúvida importante, embora não seja o principal. No entanto, o diabético deve saber “a quantas anda”, ou seja, saber como está no dia a dia e não esperar pelas análises pedidas pelo médico ou pela equipa. Hoje em dia, para algumas situações específicas, como a Diabetes tipo 1 – e na tipo 2 em situações mais complexas – é também obrigatório ter-se conhecimento do perfil da glucose no dia a dia, às vezes até mesmo de hora a hora, devendo o diabético ter uma noção dos seus valores “alvo” previamente estabelecidos com a equipa multidisciplinar que o acompanha: médico, enfermeiros, nutricionistas, psicólogos e até outros especialistas.

Complicações múltiplas e sérias

P – Frequentemente os diabéticos sofrem também de doenças cardiovasculares. É coincidência ou há realmente uma correlação entre as duas patologias?

R – As complicações da Diabetes são sérias e uma das

principais causas de internamentos hospitalares, mesmo até de mortes.

As ditas Cardiovasculares são as principais, como seja o Acidente Vascular Cerebral, o Enfarte do Miocárdio, a Insuficiência Cardíaca e a Hipertensão Arterial.

P – Há outras patologias que são desenvolvidas devido à diabetes?

R – As complicações são múltiplas. São exemplo a evolução para a insuficiência renal, a patologia/doença arterial periférica, a doença hepática não alcoólica, o envolvimento da retina, ou seja, dos olhos, e até mesmo doenças de pele.

P – Quem se torne diabético que qualidade de vida pode esperar?

P – A esperança de vida da pessoa com diabetes pode ser positiva, desde que encare o estilo de vida saudável como atitude principal, assim como a atitude perante “si próprio”, sendo mesmo “o médico de si próprio”, com o apoio médico sem dúvida, mas é à pessoa que compete a primeira e principal atitude.

No entanto, não posso deixar de referir que nos dias de hoje existem armas terapêuticas de grande eficácia no controlo da doença diabética e também no evitar das complicações, sobretudo as cardio-renais, com fármacos altamente eficazes e modificadores do prognóstico. Mas o doente nunca se deve esquecer de “si próprio”. 

bancários

de hoje o SAMS presta cuidados não só a bancários e beneficiários, mas também a outros sistemas de saúde, como a ADSE, seguros de saúde diversos e até mesmo doentes privados, que nos procuram pela dinâmica e qualidade diferenciada do serviço que a Clínica da Diabetes do SAMS realiza com os seus profissionais.

P – Considera que tem todos os recursos necessários para o acompanhamento dos beneficiários diabéticos ou pretende mais recursos humanos ou equipamentos?

R – Seria falso afirmar que os profissionais que atualmente trabalham para a Clínica Diabetes do SAMS são suficientes, é sempre necessário mais, pois a dinâmica e qualidade médica prestada é alta. Mais e melhor equipa é sempre necessário, como mais enfermagem especializada em Diabetologia ou mais tempo de dedicação à Clínica, assim como

mais integração da equipa de Nutricionistas, mais compatibilidade horária e apoio nas diversas Clínicas SAMS – embora o apoio especializado de Consultas de Diabetologia já se estenda às Clínicas de Almada, Barreiro, Odivelas, Amadora, Parede, Tomar e Santarém.

P – Espera-se alguma novidade na dinâmica da Clínica da Diabetes?

R – À Clínica da Diabetes do SAMS falta apenas mais integração de cuidados – talvez mais espaço e mais apoio tutelar, de forma a ser um Centro de Referência de cariz altamente diferenciador no âmbito dos cuidados de Diabetologia em Portugal, permitindo assim cuidar mais e melhor das pessoas com Diabetes que a procuram. A Clínica da Diabetes do SAMS tem as condições para ser um centro de referência aberto a todos os diabéticos que a procurarem, podendo ter a confiança de que estão num centro de referência de alto nível. 

Economia verde: serviços gratuitos, mais justiça social

As alterações climáticas são uma realidade cada vez mais presente na sociedade. Alguns governos já tomam medidas ecológicas, mas que acabam por tornar-se socialmente desiguais. Segundo Milena Büchs*, cujo artigo republicamos, o caminho passa por tornar gratuitos alguns dos serviços associados, como a eletricidade renovável ou o uso do transporte público

*MILENA BÜCHS

Precisamos urgentemente de novas abordagens que combinem objetivos de política ecológica e social. O tempo para enfrentar as mudanças climáticas está a esgotar-se: ações radicais precisam de ser tomadas rapidamente. No entanto, isto só é viável se tal ação for socialmente justa, garanta a satisfação das necessidades de todos e conte com o apoio público.

Os preços da energia estão a subir na Europa, arriscando aumentos significativos na pobreza energética. Oferecer gratuitamente uma quantidade básica de serviços "verdes" para todos podia combinar objetivos ecológicos e sociais: reduzia significativamente as emissões de gases de efeito de estufa, melhorava a satisfação das necessidades, reduzia a pobreza energética e aumentava a justiça social.

Os serviços verdes gratuitos universais podem incluir uma quantidade básica de eletricidade renovável (injetada na rede) ou de transporte público por pessoa, financiados

por impostos sobre o carbono ou energia. Isto reverteria os resultados distributivos regressivos dos impostos sobre a energia doméstica ou sobre os combustíveis, que sobrecarregam muito mais as famílias pobres do que as ricas em relação ao rendimento familiar.

Impactos**

Muitos pacotes de medidas com foco no clima propõem um aumento de impostos sobre o carbono ou a energia. O Pacto Ecológico Europeu não é exceção. Mas os impactos distributivos regressivos dos impostos sobre necessidades como a energia doméstica são problemáticos do ponto de vista da justiça social, uma vez que as pessoas pobres normalmente têm emissões mais baixas do que os ricos, apesar da menor capacidade de investir em moradias, eletrodomésticos ou veículos com eficiência energética.

Os resultados do Inquérito Social Europeu de 2016 também mostram que os impostos sobre os combustíveis enfrentam grande oposição na maioria





dos países europeus, especialmente das famílias de baixo rendimento. Se tais impostos forem introduzidos ou aumentados, é necessário tomar medidas para evitar impactos socialmente injustos.



Os serviços verdes gratuitos são apenas uma opção para enfrentar os impactos distributivos socialmente injustos dos impostos sobre o carbono. Outra poderia ser uma redistribuição igualitária per capita da receita do imposto. Examinamos qual deles pode ser melhor – do ponto de vista da distribuição, redução de emissões e satisfação das necessidades – num estudo recente que abrange 27 países europeus e baseado em dados do Inquérito Europeu de Orçamentos Familiares.

No estudo, definimos as opções de desconto em dinheiro e serviços verdes como financeiramente equivalentes: todos na sociedade receberiam a mesma quantia, seja em dinheiro ou em géneros. Descobrimos que a redistribuição igualitária per capita em ambos os esquemas têm resultados distributivos fortemente progressivos: as famílias mais pobres ganham relativamente mais do que as famílias mais ricas.

A equivalência financeira dos esquemas permitiu-nos concentrar na comparação dos seus impactos nas emissões e na pobreza energética. Fornecer serviços ►



verdes gratuitos para todos foi associado a reduções significativamente maiores nas emissões e na pobreza de combustível e transportes do que dar a todos um desconto de imposto em dinheiro.

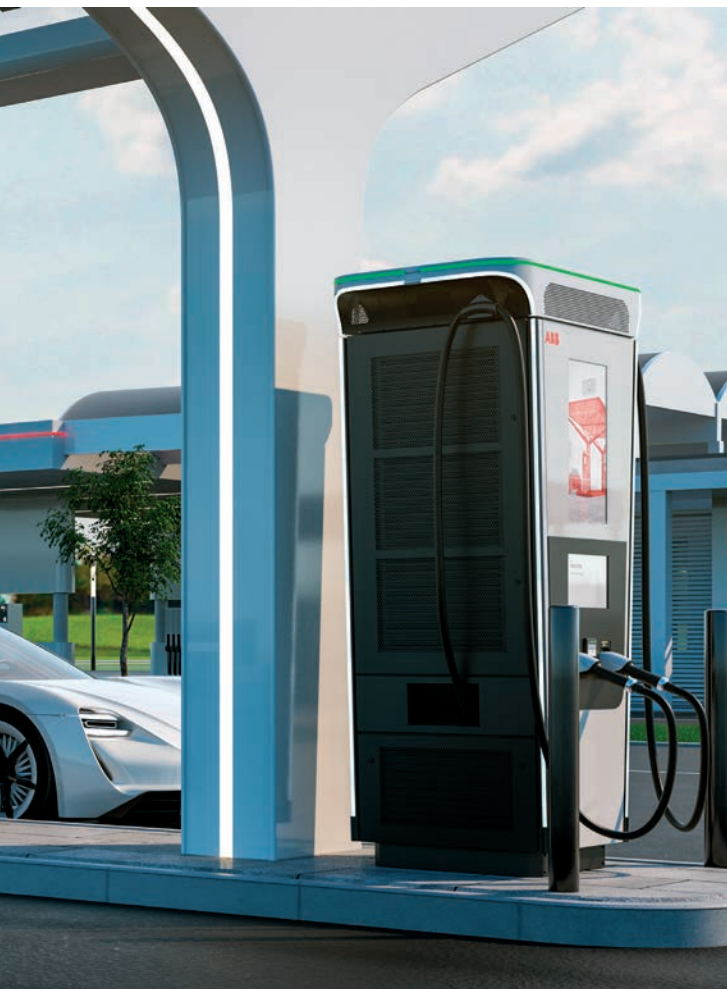
Investimento

Garantir a todos na sociedade o acesso a uma quantidade básica e gratuita de eletricidade renovável e/ou de transportes públicos criaria a necessidade de expandir rapidamente as infraestruturas de eletricidade renovável e de transportes públicos para que o aumento da procura pudesse ser atendido. Na prática, o consumo de eletricidade de todos ainda consistiria na mistura gerada por diferentes meios e alimentada na rede, mas a proporção de eletricidade renovável teria que aumentar para cobrir a quantidade básica de eletricidade renovável por pessoa.

Isto podia ser alcançado de forma mais rápida e eficaz se os governos investissem diretamente na expansão da geração de eletricidade renovável e no transporte público. As maiores reduções de emissões no cenário de serviços verdes resultam da substituição da mistura padrão de eletricidade da rede e do combustível por fontes renováveis e transportes públicos. Embora, em



teoria, o cenário de desconto de imposto em dinheiro também possa operar num contexto em que os sistemas de geração de eletricidade renovável e os transportes públicos se expandam rapidamente e substituam os seus equivalentes mais sujos, isso seria improvável nas atuais taxas de descarbonização e sem intervenção governamental adicional.



Dar a todos na sociedade uma quantidade básica e gratuita de eletricidade renovável e/ou transporte público também pode dar uma importante contribuição para a satisfação das necessidades. O estudo aplica a definição de “baixo rendimento, alto custo” de pobreza energética. Isso não abrange as famílias que consomem quantidades insuficientes de energia porque não podem pagar. Mas é quantificável e tem sido aplicado em vários estudos e na compilação de estatísticas oficiais.

O estudo mostra que os impostos sobre o carbono resultam num aumento da pobreza de combustíveis e de transportes públicos porque aumentam os gastos das famílias com esses itens essenciais. Reembolsar a receita tributária em dinheiro não aborda as despesas mais altas e, portanto, faz pouco para reduzir o aumento da pobreza de combustível e transporte desencadeado pelos impostos sobre o carbono.

Somente a opção alternativa de fornecer a todos quantidades básicas de eletricidade renovável gratuita e transporte público reduz a pobreza de combustíveis e de transporte, porque reduz as despesas domésticas com esses itens essenciais. Fornecer a todos quantidades básicas de energia e transporte também abordaria

a pobreza energética que envolve o subconsumo decorrente da falta de acessibilidade.

Aceitação

A adoção de serviços verdes gratuitos pode ser apoiada de várias maneiras – por exemplo, os fornecedores de eletricidade podem ser obrigados a não cobrar por uma quantidade básica de quilowatts/hora (kWh) por pessoa, para que os consumidores não precisem de “reivindicar” a sua permissão. A quantidade de eletricidade fornecida poderia ser expressa como um número de vouchers, equivalente a uma quantidade definida de kWh, para facilitar a compreensão do esquema, mas nenhum “voucher” real precisaria ser trocado.

Maximizar a utilização do transporte público é mais complexo e difícil, especialmente em áreas que ainda não estão bem conectadas. A expansão da oferta seria essencial nessas áreas para aumentar a aceitação e as comodidades precisariam de ser disponibilizadas mais localmente para reduzir a necessidade de percorrer distâncias maiores até aos centros das cidades. Todos na sociedade poderiam receber uma conta de transporte público online, com um valor pré-pago a ser descontado ao entrar num autocarro ou comboio. As alocações podem ser negociáveis (e/ou trocáveis por esquemas de partilha de automóveis e programas similares) para reduzir a desvantagem para aqueles em áreas remotas. Não houve espaço no estudo para discutir a propriedade e gestão das infraestruturas de energia e transporte. Mas pesquisas anteriores sobre “serviços básicos universais” e a “economia fundamental” indicam que essas seriam questões importantes a abordar.

Desenvolver políticas sociais adequadas para lidar com a emergência climática será uma das tarefas mais importantes dos próximos anos e décadas. Repensar a maneira como os serviços básicos, como energia e transporte, são fornecidos – para garantir que as necessidades de todos sejam atendidas e as emissões sejam reduzidas de maneira socialmente justa – precisa ser um componente central da transição para emissões líquidas zero. Oferecer uma quantidade básica de serviços verdes gratuitos para todos na sociedade pode ser um caminho promissor para contribuir para esses objetivos. 



*Milena Büchs é docente de Sustentabilidade, economia e transições de baixo carbono na Universidade de Leeds. A sua pesquisa é especializada no bem-estar sustentável e transições justas

**Subtítulos da responsabilidade da Redação



Vamos passear?

O GRAM, a Secção Regional de Reformados e o Pelouro dos Tempos Livres organizaram um conjunto de viagens culturais que não vai querer perder! Do Alentejo aos Açores, de Toledo à Andaluzia, será difícil escolher...



INÊS F. NETO

Já apetece passear, sentir o sol no rosto, ver locais bonitos e conhecer novas coisas.

Depois de tanto tempo de restrições ao convívio impostas pela pandemia, o elevado número de cidadãos vacinados e a menor severidade da Ómicron permitiram o alívio de algumas medidas, abrindo assim espaço para o retomar de alguma normalidade.

Graças a isso, o GRAM, a Secção Sindical de Reformados e o Pelouro dos Tempos Livres retomaram a organização de passeios culturais, alguns dos quais já programados anteriormente mas suspensos devido à situação sanitária.

GRAM

O primeiro passeio do GRAM é já a 2 e 3 de abril, por terras do Alentejo. Sob o lema "Bordados, Lusitanos e Tapeçarias", os participantes farão uma visita ao Centro interpretativo do Tapete de Arraiolos, além de poder

conhecer a Coudelaria de Alter, bem como a falcoaria e o Centro Interpretativo do Cavalo Lusitano. O Museu das tapeçarias de Portalegre Guy Fino e a Casa-Museu José Régio completam a viagem.

O preço (ver quadro) inclui dormida de uma noite e três refeições (com bebidas) e dois pequenos-almoços.

Sonhar em Toledo

Em maio, de 12 a 15, é altura de "sonhar" com Toledo, numa viagem que se estende também a Belmonte, Mota Del Cuervo, El Toboso e Talavera de La Reina.

"Sonhos de Toledo, cidade das três culturas" é o mote para esta viagem, que inclui três noites na cidade espanhola, com tempo para um tour de dia inteiro nos lugares da famosa Rota de Dom Quixote – visitas ao castelo e centro histórico de Belmonte, Mota Del Cuervo e os seus sete moinhos, e Casa-Museu da Dulcineia de El Toboso.

O percurso por Toledo, que será acompanhado por guia local, contempla visitas à Catedral e ao exterior do seu Alcazar, bem como ao Real Colégio de Doncellas Nobles



e às igrejas dos Jesuítas, Santa Maria la Blaca (antiga Sinagoga) e à Mesquita Del Cristo de la Luz, entre outros monumentos. E para acabar em beleza, uma ida ao parque temático Puy du Fou para assistir ao “Sonho de Toledo”, o maior espetáculo de Espanha. O preço inclui as dormidas e todas as refeições, do pequeno almoço do primeiro dia ao almoço do último.

Até Lourdes

O terceiro passeio programado, de 5 a 12 de junho (sete noites), tem por tema “Rainhas portuguesas em Espanha e Lourdes” e inclui passagem por Salamanca, Valladolid, Burgos, San Sebastian, Pau, Tarbes, Lourdes, Pas de la Casa, Andorra, Zaragoza, Madrid e Badajoz.

Entre as muitas visitas, destaque-se um passeio por Burgos com guia local, apreciando a Catedral, o Mosteiro de St.ª Maria la Real de Las Huelas e o Museu de Tecidos Medievais.

Em Lourdes, o grupo tem à sua espera um passeio de comboio turístico pelos locais mais importantes do

Santuário. Depois da visita às Grutas de Betharram – um dos conjuntos mais curiosos dos Pirinéus franceses, com cinco andares, cada um escavado pela natureza em diferentes épocas – é tempo de partir para Andorra, passando por Foix e Ax Les Thermes, subindo até Pas de La Casa e descendo até aos Escaldes.

Já em Zaragoza, um guia local acompanhará os participantes pelo centro histórico, conhecendo a Basílica da Virgen del Pilar e o Palácio da Alfajería.

A excursão termina com um pequeno tour por Madrid, antes do regresso a Portugal, passando por Badajoz.

O preço contempla todas as refeições, com bebidas, do primeiro ao oitavo dia.

Reformados: dos Açores à Andaluzia

Também em maio, de 2 a 6 (quatro noites), a Secção Sindical de Reformados convida os associados a renderem-se aos encantos dos Açores, visitando as “Princesas de Bruma”: as ilhas do Pico, Faial, S. Jorge e Angra do Heroísmo. 



A viagem proporcionará conhecer ou revisitar os locais mais emblemáticos destas ilhas do conjunto central, em termos paisagísticos e monumentais, sem esquecer a gastronomia e o artesanato.

Assim, na Ilha do Pico destaque-se a Criação Velha (zona de produção de Verdelho), Casa de Artesanato de São Mateus, Lages do Pico e o seu Museu do Baleeiro. A subida ao planalto central da ilha e as visitas a São Roque, Santo António, Arcos, Lagido e Cachorro completam a jornada antes da travessia de barco para o Faial.

No Faial não pode faltar a visita ao Miradouro N.ª Sr.ª da Conceição (onde os olhos podem alcançar a Horta e o Vale dos Flamengos), à Caldeira e ao Centro de Interpretação do Vulcão dos Capelinhos, além da passagem pelo Parque Florestal do Capelo e pela estância balnear do Varadouro.

Depois da travessia de barco, o grupo chega a S. Jorge, onde, acompanhado por um guia local, passeará pela cidade das Velas e por vários miradouros na zona sul do concelho, incluindo Urzelina, Igreja de Santa Bárbara em Manadas e zona da Calheta.

A tarde será dedicada a Fajãs, abarcando a fábrica queijo da Ilha de S. Jorge.

A última princesa é a Ilha Terceira, onde a visita inclui a cidade de Angra e subida ao Monte Brasil, o Castelo S. João Batista e o Alto da Memória. Tempo ainda para um passeio pelas freguesias terceirenses, com destaque para o miradouro da Praia da Vitória, uma "varanda" sobre a cidade e os arredores, a área do Ramo Grande e uma subida à Serra do Cume. O percurso prossegue com a visita aos característicos "impérios", a Salga Agualva, Quatro Ribeiras e Biscoitos, para conhecer o seu Museu do Vinho.

O preço inclui as dormidas, viagens e todas as refeições (com água).

Olé!

Já em setembro, de 6 a 11 (cinco noites), é altura de apreciar as Joias da Andaluzia: Córdoba, Granada, Ronda, Jerez de La Frontera e Sevilha.

Em Córdoba (uma noite) está previsto um passeio a pé pela Calleja de las Flores e o bairro da Judiaria, com entrada na Mesquita-Catedral. A viagem prossegue para Granada (duas noites), onde o grupo fará um passeio noturno com guia local ao característico "barrio del Albaicin". Durante a estadia nesta cidade, haverá tempo para a subida ao Mirador de San Nicolás, com uma panorâmica magnífica sobre o Alhambra, entrar no Mosteiro da Cartuja e andar pelo centro histórico de Granada, visitando a Catedral, o belíssimo complexo palaciano e fortaleza de Alhambra e Generalife, o palácio de verão de origem árabe com belos jardins localizado ao lado de complexo.

Após um passeio a pé pela cidade de Ronda, o grupo segue para Jerez de la Frontera, onde assistirá ao espetáculo "Como bailam os cavalos Andaluze" e, à noite, a um show de Flamenco. A viagem fica completa com a visita a Sevilha, com guia local, que inclui entrada na Basílica da Macarena e um passeio a pé pelo bairro de St.ª Cruz.

O preço inclui dormidas e todas as refeições (com água).

Tempos livres: de Coimbra para Trás-os-Montes

Também o Pelouro dos Tempos Livres propõe duas viagens: Coimbra e Trás-os-Montes.

Já a 26 de março, a excursão de um dia leva os sócios à Serra do Buçaco, com a subida da Via Sacra até à Cruz Alta, apreciando as suas 20 capelas que representam os passos da prisão e da Paixão de Cristo. A visita inclui um passeio panorâmico de Coimbra e entrada no Mosteiro de Santa Clara a Velha. E claro, uma parada na Bairrada para almoçar o tradicional leitão (refeição, com bebidas, incluída no preço).

Nos dias 4 e 5 de setembro impõe-se viajar até Trás-os-Montes, com relevo para Mirandela e Bragança. Em Mirandela, os participantes fazem uma visita panorâmica da cidade, com destaque para a Ponte Romana, a Igreja Matriz, Jardim Municipal e Palácio dos Távoras, sem esquecer uma paragem para quem quiser adquirir os enchidos tradicionais. Tempo ainda para conhecer a Albufeira do Azido, a Igreja, o Pelourinho, e a Casa do Careto, guardiã da tradição dos mascarados diabólicos declarados Património Cultural Imaterial da Humanidade pela UNESCO em dezembro de 2019.

Em Bragança, a visita panorâmica da cidade realça locais históricos como o Castelo, Torre de Menagem, Portas da Vila, Sé Catedral, Igreja de St.ª Maria, Palacete dos Calaínhos e o Domus Municipalis.

O preço inclui dormida, dois almoços e um jantar (com bebidas) ▶



Passeios do GRAM, Secção de Reformados e Pelouro dos Tempos Livres

Passeio	Meio de transporte	Data	Preço	Organizador	Máximo prestações mensais
Alentejo – Bordados, Lusitanos e Tapeçarias	Autocarro	02 / 03 abril (1 noite)	Duplo: Sócios: 231€ Outros Acomp. 241€ Single: Sócios 256€ Outros Acomp. 266€	GRAM	2
Sonhos de Toledo, cidade das 3 culturas	Autocarro	12 / 15 maio (3 noites)	Duplo: Sócios 565€ Outros Acomp. 575€ Single: Sócios 685€ Outros Acomp. 695€	GRAM	4
Rainhas Portuguesas em Espanha e Lourdes	Autocarro	05 / 12 julho (7 noites)	Duplo: Sócios 1.020€ Outros Acomp. 1.030€ Single: Sócios 1.270€ Outros Acomp. 1.280€	GRAM	8
Princesas de Bruma Açores	Avião e barco	02 / 06 maio (4 noites)	Duplo: Sócios 915€ Outros Acomp. 925€ Single: Sócios 1.060€ Outros Acomp. 1.070€	Secção Sindical de Reformados	8
Joias da Andaluzia	Autocarro	06 / 11 setembro (5 noites)	Duplo: Sócios 950€ Outros Acomp. 960€ Single: Sócios 1.210€ Outros Acomp. 1.220€	Secção Sindical de Reformados	8
Coimbra	Autocarro	26 março (1 dia)	Sócios 75€ Outros Acomp. 80€	Pelouro dos Tempos Livres	1
Trás-os-Montes	Autocarro	3 e 4 setembro (1 noite)	Duplo: Sócios 145€ Outros Acomp. 155€ Single: Sócios 170€ Outros Acomp. 180€	Pelouro dos Tempos Livres	2

A Palavra ao sócio



Agradecimento ao SAMS

Fui intervencionado no Hospital do SAMS no dia 18/1, a uma cirurgia RTU, e estive internado no piso 6.º até ao dia 24/1, data da alta hospitalar.

O que vos tenho a transmitir e que fui muito bem tratado a todos os níveis, desde o meu médico e diretor de Urologia, Dr. Jorge Morales e sua equipa, ao pessoal de enfermagem, ação médica e auxiliares.

Portanto, há que defender o serviço do SAMS porque presta serviços clínicos e hospitalares de excelência e com grande competência profissional.

Um obrigado a Todos!

Pedro Manuel Mendes Lucas
Sócio n.º 38.742

Grande Angular

Dinheiro Vivo

Desemprego continua a subir para os mais novos e apanha jovens da última crise

A crise trazida pela pandemia, por muitas vezes descrita como assimétrica, continua a trazer perspetivas mais sombrias para um dos lados do mercado de trabalho, o mais jovem, com as oportunidades a ficarem visíveis em 2021 para os mais velhos, com mais de 44 anos, os grandes beneficiários da recuperação do emprego em 2021, com estes trabalhadores a subirem 6,5% face ao ano anterior.

Do lado das gerações mais novas, porém, o emprego regrediu ainda em 0,8%, enquanto os números do desemprego mantiveram a subida também no último ano, com a taxa de desemprego jovem (dos 16 aos 24 anos) a atingir 23,4%, agravada, e a representar já 3,5 vezes a taxa de desemprego da população total.

Face a 2014, primeiro ano de recuperação de emprego após a última crise, os números do desemprego são hoje muito mais benignos. Mas, neste indicador está-se pior do que à saída dessa crise - mais longa, mais dura, mais transversal - quando a taxa de desemprego jovem representava 2,5 vezes a da população total. O desemprego jovem caía há oito anos, agora não. As explicações serão várias.

Paulo Marques, coordenador do Observatório do Emprego Jovem, constata que "tem havido um agravamento" progressivo na relação entre as taxas de desemprego jovem e a taxa que cobre o conjunto da população que merece reflexão. "É importante, até porque isso não tem acontecido na União Europeia. Em Portugal tem havido esta desigualdade entre os jovens e a população adulta", refere.

Também Renato Miguel do Carmo, coordenador do Observatório da Desigualdade, entende que os últimos dados do Instituto Nacional de Estatística indicam que "pessoas que conheceram o desemprego nessa primeira vaga da pandemia estão com dificuldades em regressar". E as perdas de emprego foram sobretudo perdas para os jovens.

O Jornal Económico

"Mundo clandestino da cibercriminalidade encoraja ataques onde podem ser mais bem-sucedidos"

O ataque à Vodafone pode-se ter tratado de um ataque de sabotagem e não de um ciberataque 'tradicional' onde é exigido um resgate ou onde são roubados dados para os depois vender. A hipótese é apontada por um perito em cibersegurança.

"Do que aconteceu até agora, parece que os cibercriminosos não fizeram quaisquer exigências financeiras e não foram extraídos quaisquer dados, o que exclui um ciberataque "tradicional" cujo objetivo principal é geralmente a procura do lucro. Isto abriria a possibilidade de um ataque que poderia ter como objetivo a sabotagem. Em qualquer caso, é necessário reunir todas as informações sobre o incidente a fim de analisar o seu impacto e atribuí-lo a possíveis atacantes", disse ao JE Daniel Creus responsável em cibersegurança da Kaspersky.

Analizando o ataque, o especialista aponta que "como em qualquer fase inicial de qualquer investigação, as provas ainda não estão disponíveis para determinar a causa e os perpetradores".

Questionado sobre se os ataques em Portugal estão a aumentar, Daniel Creus destaca que esta é uma tendência registada a nível mundial. "Embora estejamos a assistir a vários ataques de alto impacto em Portugal nos últimos meses, é possível que tal se deva a um ciclo específico e não a um alvo específico. Devemos ter em mente que as estatísticas de vários provedores de segurança (incluindo Kasperky) mostram que os ataques estão a crescer globalmente ano após ano".

O especialista aponta mesmo que os cibercriminosos podem concentrar ataques num país quando percebem que podem ser bem-sucedidos. "As peculiaridades do mundo clandestino da cibercriminalidade encorajam por vezes ataques numa região ou sector específico, porque os atacantes percebem que podem ser mais bem-sucedidos".



funeralvida.servilusa.pt

800 204 222

PLANEAR FAZ PARTE DA VIDA

Liberte a sua família de qualquer encargo
ou preocupação.

Plano Funeral em Vida

Simple | Flexível | Vantajoso | Seguro

CONDIÇÕES ESPECIAIS
PARA SÓCIOS DO SINDICATO E FAMILIARES

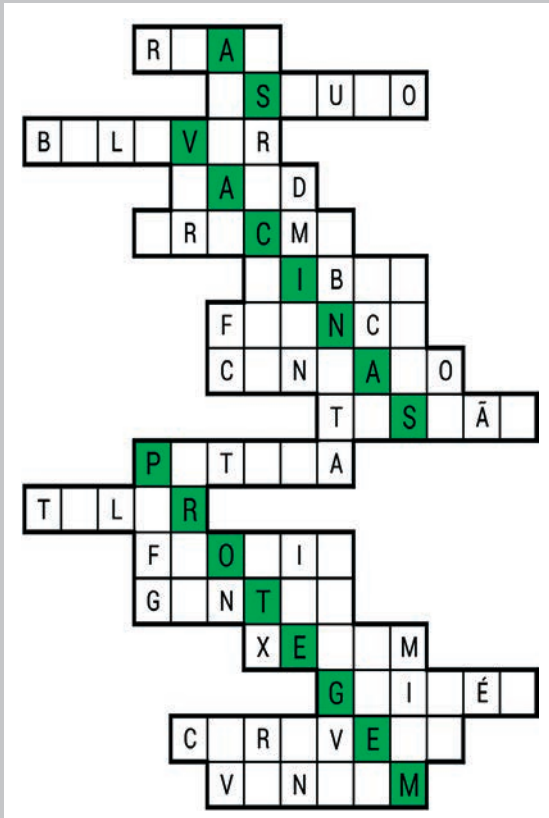


Servilusa
AGÊNCIAS FUNERÁRIAS

Sempre do seu lado

A Banca

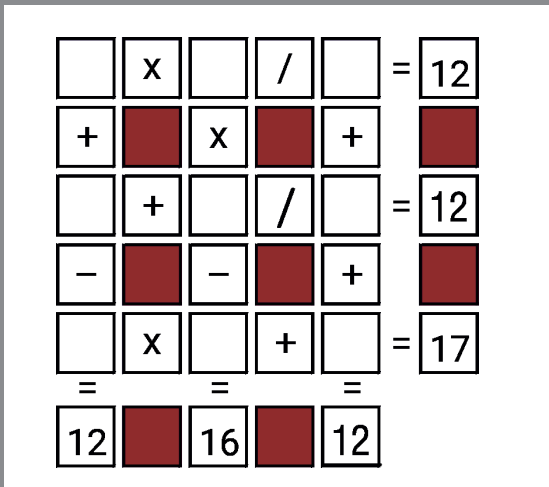
Complete as horizontais com nomes de moedas atuais ou antigas.



A sortear: PRÉMIO PORTO EDITORA

Aritmograma

Preencha a grelha de forma a obter os totais indicados e sem repetir os números de 1 a 9.



A sortear: PRÉMIO MAIS

Palavras-cruzadas

Problema 429

HORIZONTAIS:

1 – Prefixo que exprime a ideia de *separação*. Raça de cão, de corpo esguio, focinho afilado e pernas longas, que por ser muito veloz é muito utilizado na caça à lebre. Do que [arc.].
2 – Cãozinho de luxo, de pelo comprido [coloq.]. Pus existente em certas úlceras ou abscessos.
3 – Erguera. Fio metálico.
4 – Peça de artilharia semelhante a um morteiro de tubo comprido. Substância com que se pulveriza o cabelo para o fixar.
6 – Ala. Levanto as abas de. Vazia.
7 – Roga. Acreditar.
8 – Partido. Ferimento [infant.]. Riso.
9 – Mania [coloq.]. Divido em lotes.
10 – Sopros. Meiga. Abrev. de italiano.
11 – Desonra. Cão de corrida de raça inglesa, veloz, com pernas curtas e pelo macio, empregado especialmente na caça à lebre.

VERTICAIS:

1 – Naquele lugar. Dinheiro.
2 – Cão muito novo. Serenara.
3 – Cão de estatura média, forte e compacta, pelo espesso e curto, com temperamento sociável.
4 – Mestre espiritual hindu. Mesmo.
5 – Jumenta. A minha pessoa.
6 – Decifra. Cão de estatura média, de cor acastanhada, com o maxilar inferior mais saliente que o superior, focinho negro e orelhas longas e caídas.
7 – Cão de caça corpulento, com o pelo curto e as orelhas caídas. Símbolo de *nióbio*.
8 – Oura. Canção.
9 – Cão novo ou pequeno.
10 – Imobilidade [fig.]. Moeda portuguesa que valia um sexto do real.
11 – Sulque. Porco não castrado.

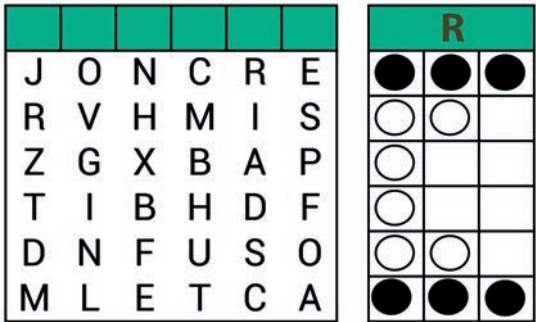
A sortear: PRÉMIO PORTO EDITORA
Dicionários adotados: da Língua Portuguesa e dos Verbos Portugueses, da Porto Editora.

“Para ser feliz basta ter boa saúde e má memória”

Ingrid Bergman (1915-1982), atriz de cinema e teatro sueca

Mastermind Especial

Nas respostas (R), um pino preto significa letra e respetiva posição certas. Do mesmo modo, um pino branco refere letra certa em posição errada. Como no Master Mind clássico. Descubra a palavra-chave e inscreva-a no respetivo lugar, à esquerda do R. Essa chave terá de satisfazer as condições exigidas pelas respostas (R), consideradas uma a uma e na sua simultânea compatibilidade.



A sortear: PRÉMIO PORTO EDITORA

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 364

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

Médio 364

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

Difícil 364

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

Fácil 365

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

Médio 365

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

Difícil 365

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

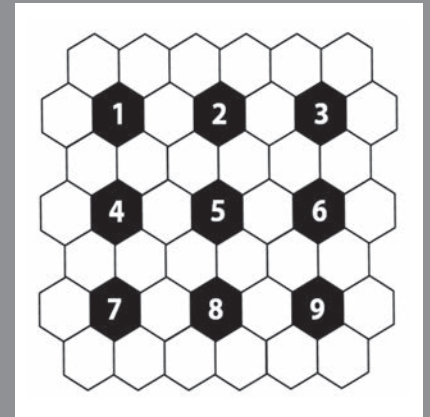
Enigma Figurado

(expressão corrente)

A sortear: PRÉMIO MAIS



Corolas Geminadas



Começando sempre na casa à esquerda do número e rodando no sentido do movimento dos ponteiros do relógio, forme palavras de 6 letras de acordo com o enunciado seguinte:

- 1 – Bacio [pop.].
- 2 – Oferecer em sacrifício a uma divindade.
- 3 – Sucessão a título particular.
- 4 – Esmurrara.
- 5 – Fios metálicos.
- 6 – Abrando.
- 7 – Dinheiro que se arrisca, de cada vez, ao jogo.
- 8 – Pessoa que é desajeitada [coloq.].
- 9 – Grosseiros.

A sortear: PRÉMIO PORTO EDITORA

Resultados do «Tempo Livre» 427

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

Solução de novembro

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

Solução de dezembro

Palavras-Cruzadas: Premiado: Agostinho Horta Cardoso (Amadora).
No Prado: Canguru, Castor, Lebre ou Zebra, Panda, Morsa, Otária, Urso, Coala, Baleia, Burro, Tapir.
Premiado: Vanda Alemão Grazina (Samora Correia).
Palavras Encadeadas: Bragante. Premiado: Mafalda Esteves (Corroios).
Ponte de Letras: Ricardo Araújo Pereira (1- Cária. 2 - Ardeu. 3 - Rijar. 4 - Áporo. A - Cara. B - Euro.).
Premiado: Afonso Ramalho (Estremoz).
A Chave do Correio: «Porque a carta com a chave ficou na caixa do correio». Premiado: José António Bóia (Sintra).
Enigma Figurado: Andar a cabeça à roda (entontecer; fazer tolices; andar enamorado; ter vertigens, tonturas).
Premiado: José Cardoso Baptista (Pampilhosa).

Soluções

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

Difícil 365

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

Difícil 364

Médio 365

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

Médio 364

Fácil 365

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

Fácil 364

Stannah

**"Com as scooters
Stannah nem
o seu neto
a apanha!"**



Ana Bola
Atriz

**Nº1 EM SCOOTERS
DE MOBILIDADE**

Agende o test-drive da sua scooter



Plataforma Smart

PODE SER
OPERADA POR
TELEMÓVEL
OU TABLET



Instalação em
apenas 1 dia*

- A mais estreita do mercado
- Tecnicamente avançada
- Capacidade de carga até 300kg
- GARANTE O TRANSPORTE DE PESSOAS E CARGAS DIVERSAS.

Aqualuxe

PERFEITA PARA BANHO
ASSISTIDO OU DE
CADEIRA DE RODAS.

Instalação em
apenas 2 dias*

- Pedra de remate antibacteriana
- Limiar de acesso muito baixo
- Vidros temperados resistentes à quebra e tratamento anticalcário com garantia de 10 anos.
- Cadeira ortopédica
- Barra de apoio
- Base antiderrapante e antibacteriana



DESDE 1867

Stannah
CONSIGO HÁ 154 ANOS

Ligue e solicite um catálogo grátis:

808 918 388

Custo de chamada local



* Baseado numa instalação em condições normais.