

Mais Bancário

Sindicato do Sector Financeiro



Restrições impostas pelo Covid-19

**Medicina Física
e de Reabilitação**
recupera tempo perdido

Com a Widex,
quem não
nos ouve,
passa a ouvir.

FERNANDO TORDO & CUCA ROSETA
CANTORES, COMPOSITORES E EMBAIXADORES WIDEX

Informe-se na Widex sobre
as **condições exclusivas**
para beneficiários do SAMS

**COMECE JÁ
A CUIDAR
DA SUA
AUDIÇÃO**



SAMS | Linha de Apoio | Marcações
210 499 999



Serviço disponível no Centro Clínico Ambulatorial do SAMS, Serviço de Audiofonia, em Lisboa, ou em qualquer Centro Auditivo Widex em todo o país.



ANTÓNIO FONSECA

A boa-fé negocial

Nos últimos tempos torna-se cada vez mais frequente o recurso aos tribunais para dirimir as divergências das partes na interpretação de cláusulas negociadas e aceites por ambas.

Já para não falar no arrastado conflito sobre o cálculo das reformas, surge agora o diferendo entre a banca e os Sindicatos quanto ao cálculo do prémio de antiguidade em vigor até à assinatura do ACT do Setor Bancário de 2016. Assim, a cláusula 121.^a do atual ACT vai fazendo o seu caminho nos tribunais, à espera de uma decisão final.

Esta questão, independentemente da conclusão, remete-nos para um problema mais profundo: as negociações entre as partes fazem-se de boa-fé? É pertinente a interrogação, pois não estamos perante uma cláusula antiga, ultrapassada pelo tempo ou pela realidade. Não, a cláusula em apreço é fruto de longas negociações, durante anos em que os bancários viram as atualizações salariais suspensas até que houvesse “fumo branco” para um novo ACT, adaptado à atualidade do setor.

Pela nossa parte, não tenho qualquer dúvida em afirmar que negociámos – e sempre negociamos – de boa-fé. E assim interpretámos a postura da banca. Por isso a nossa surpresa e desagrado ao sermos confrontados com uma interpretação da cláusula 121.^a que viola o espírito do acordado.

É um mau sinal. A quebra de confiança entre as partes tem consequências desastrosas num processo negocial: torna mais difícil um acordo, exige múltiplas revisões de clausulado até que se julgue inviolável a duvidosas interpretações, aumenta o risco de se perder tanto tempo com a forma que se descuide o espírito do conteúdo. No final, quem ganha com isso?

Os Sindicatos, que negoceiam com diversos empregadores, sempre tiveram uma postura de diálogo, considerando que, embora com interesses por vezes opostos, ambas as partes defendem, no final, o mesmo objetivo: empresas sãs e economicamente viáveis, com bom ambiente de trabalho e respeito pelos seus trabalhadores – em todas as dimensões.

Será que a banca esquece que a postura dos Sindicatos também poderá mudar?

Quem ganha com uma selva negocial?

Nenhuma das partes! 📌



6

Sindical

BNP Paribas Portugal esclarece dúvidas do MAIS sobre teletrabalho

13

Atual

MAIS solidário com o povo ucraniano



28

Tempos Livres

Verão é na Colónia de Férias

Sindical

A palavra ao sócio | 5

BNP Paribas Portugal esclarece dúvidas do MAIS sobre teletrabalho | 6

Sentença favorável aos bancos anulada pelo Tribunal da Relação | 7

Fundo de pensões Unicare: nível de financiamento de 98% | 8

GRAM

Dia Internacional da Mulher comemorado entre rainhas e senhoras de Óbidos | 10

Atual

MAIS solidário com o povo ucraniano | 13

Juventude

Núcleos debateram situação no setor | 14

SAMS

Medicina Física e de Reabilitação: do coração ao esqueleto | 17

Piscina terapêutica reabre em breve | 19

Questões Jurídicas

O Direito do Trabalho não é uma "cláusula de escape do sistema" | 22

Visto de fora

Investir nas pessoas é o caminho para o sucesso | 24

Tempos Livres

Golfe marcou o arranque das provas desportivas | 27

Verão é na Colónia de Férias | 28

Bancários do ex-BNU visitam Centro de Férias | 30

Tinha de provar mais do que os homens | 31

Convívio com Arte está de regresso! | 32

Talento à prova | 33**Passatempos** | 34

Até sempre, João Teodoro

O Mais Sindicato e a família bancária ficaram mais pobres no dia 11 de março. É com profundo pesar que se comunica o falecimento do Presidente da Comissão Fiscalizadora de Contas do Mais Sindicato, Dr. João Gonçalves da Silva Teodoro, vítima de Covid-19.

Quadro superior, reformado do Banco Santander Totta, sócio do Mais n.º 12 880, João Teodoro desde sempre participou na vida ativa do Movimento Sindical Bancário. Sócio exemplar, sempre desempenhou funções de grande responsabilidade. Nesta hora de luto, o Mais Sindicato lamenta profundamente a perda do seu sócio e amigo e apresenta as mais sentidas condolências à sua família.

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 ére, xer@netcabo.pt

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

Tiragem: 34.533 exemplares (4.333 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

A Palavra ao sócio



Agradecimentos ao SAMS

No dia 4 de fevereiro do corrente fui sujeito, no Hospital do SAMS, a uma intervenção para substituição da válvula aórtica com utilização de cateteres (TAVI).

A equipa, composta pelos Prof. Dr. António Fiarresga, Dr. Paulo Gonçalves Pedro, Dr. João de Sousa, Dr.^a Salomé Cruz, e a técnica Elizabete Ascensão, executaram um trabalho profissional de competente precisão, que agradeço e destaco. Complementaram esta equipa um vasto grupo que durante os sete dias em que permaneci na Unidade de Cuidados Intensivos vigiou todos os meus sinais vitais: pessoal de enfermagem, pessoal da limpeza, pessoal técnico, que silenciosamente se deslocava pelos corredores, muito atentos a qualquer alteração da minha situação. Muito obrigado a todos, não esquecendo a cardiologista, Dr.^a Maria Emília Pereira da Silva, que me acompanhou desde o início até ao momento da passagem de testemunho ao Dr. Paulo Pedro.

Joaquim Primavera
Beneficiário n.º 3781653

Em nome da minha esposa, filha e em meu próprio, o nosso profundo reconhecimento ao Sr. Professor Dr. Manuel Barbosa, qual anjo da guarda, que com o seu inextinguível saber de ciência feito, desempenho, devoção e com a sua perspicácia clínica – acertou na mouche, com extrema exatidão no diagnóstico, um tumor pancreático – libertou da morte a sua paciente, Maria da Conceição Viveiros Caria.

José Maria de Sousa Caria
Sócio n.º 17496

Gostaria de agradecer ao Sr. Dr. Tavares de Matos, assim como a toda a equipa médica e a todos os profissionais do Hospital do SAMS, pelo profissionalismo e sucesso da intervenção cirúrgica no passado dia 10 de fevereiro e internamento no referido Hospital.

Maria Felisbela Frazão
Beneficiária n.º 1575841

Grande Angular

ECO

Especulação financeira agrava risco de crise alimentar

Tendo em conta o aumento dos preços que se está a observar, particularmente depois da invasão à Ucrânia, a Organização para a Alimentação e a Agricultura das Nações Unidas (FAO, na sigla em inglês) alerta que os governos “devem estar preparados para alargar os apoios sociais”, de acordo com o Público.

A FAO salienta também que se o cenário se mantiver, poderemos mesmo “entrar numa crise alimentar”. Apesar de se terem verificado correções em baixa nos preços das matérias-

primas negociadas em bolsa nos últimos tempos, a volatilidade deverá prolongar-se durante vários meses. Além disso, os valores atuais continuam mais de 20% acima dos registados antes do início da guerra.

Olhando para Portugal, é pouco provável que um cenário de prateleiras de supermercado vazias ocorra no futuro próximo, segundo defende uma economista da FAO. Mesmo assim, “os preços elevados vão ter impacto sobre a população com menores rendimentos, que gastam uma grande parte do seu rendimento em comida, e os governos devem estar preparados para alargar as redes de segurança social para proteger as pessoas mais vulneráveis”, avisa Monika Tothova.



BNP Paribas Portugal esclarece dúvidas do MAIS sobre teletrabalho

O Banco explicou, em reunião entre as partes, que o processo está a ser adaptado às mais recentes alterações legais e comprometeu-se a analisar os contributos do Sindicato antes da sua conclusão

INÊS F. NETO

O Mais Sindicato reuniu-se com a estrutura do BNP Paribas Portugal responsável pela definição e implementação da política de teletrabalho, tendo obtido resposta às questões que levantou, bem como o cabal esclarecimento das suspeitas de práticas de ilegalidades pela instituição bancária.

O BNP Paribas Portugal clarificou que as versões dos documentos implementadores da política de teletrabalho a que o MAIS teve acesso estão em fase final de alteração e aprovação interna, sobretudo devido às mais recentes alterações legais efetuadas neste domínio, disponibilizando-se para analisar os contributos do Sindicato antes da conclusão do processo.

Sem prejuízo do constante diálogo entre o BNP Paribas Portugal e o Sindicato, que sempre caracterizou a relação entre as duas instituições, o MAIS aguardará pela versão final dos documentos para tomar uma posição definitiva sobre o tema.

Resposta abrangente

O MAIS manifesta desde já que, face aos elementos de que lhe foi dado conhecimento, considera haver uma resposta abrangente e global aos desafios colocados pelas mais recentes alterações à legislação laboral.

O Sindicato alerta ainda que todos os associados que tenham dúvidas ou necessitem de esclarecimentos sobre este assunto deverão entrar em contacto com os seus serviços jurídicos que, como habitualmente, estão ao inteiro dispor. ■

Sentença favorável aos bancos anulada pelo Tribunal da Relação



O acórdão do Tribunal da Relação de Lisboa acolheu a tese do MAIS, SBC e FEBASE sobre a contagem de anos para o prémio de antiguidade e o tribunal de julgamento terá agora, em nova sessão, de pronunciar-se sobre todas as questões invocadas pelos Sindicatos

O Tribunal da Relação de Lisboa proferiu acórdão, no dia 10 de março, que remete o processo para a primeira instância, anulando a sentença aí proferida, a fim de serem julgados factos invocados pelos Sindicatos que não foram objeto de apreciação pelo tribunal de julgamento.

Esta decisão, que surge após o Ministério Público ter aderido na íntegra à alegação conjunta de recurso do Mais Sindicato, do Sindicato dos Bancários do Centro (SBC) e da FEBASE, revoga a anterior decisão da primeira instância, que tinha perfilhado a posição dos Bancos.

Trata-se, agora, de uma decisão que vai ao encontro de parte daquilo que os Sindicatos defendem: o tribunal de julgamento devia ter-se pronunciado sobre todas as

questões invocadas pelos Sindicatos, o que terá agora de ocorrer, em novo julgamento.

Totalidade dos anos

Recorde-se que em tribunal MAIS, SBC e FEBASE mantiveram a posição que sempre perfilharam: o prémio de antiguidade, que constava do ACT substituído pelo de 2016, deve ser pago tendo em conta todos os anos de serviço prestados e não, como têm entendido os Bancos, na proporção pelos anos prestados por cada período. Assim, a disposição da cláusula 121.^a do ACT em vigor deve ser interpretada no sentido de que os anos relevantes – para o pagamento do prémio dos 15 anos, dos 25 anos e dos 30 anos – são a totalidade dos anos decorridos desde a admissão, por trabalhador, na entidade patronal outorgante do acordo, até ao número de anos de efetivo e bom serviço prestados à data da entrada em vigor do referido ACT, respeitando-se, assim, a proporção direta de $x/15$, $x/25$, $x/30$.

Por fim, relembre-se que esta tese mereceu, anteriormente, o acolhimento do Tribunal da Relação de Lisboa, em ação movida pelos serviços jurídicos do MAIS, em representação de um sócio – e é o que se almeja do presente processo. 

Relatório de 2020

Fundo de Pensões Unicre: nível de financiamento de 98%

A Comissão de Acompanhamento analisou o Relatório Atuarial, o Relatório Financeiro e a Carteira de Ativos Financeiros relativos ao exercício de 2020



Pedro Gabriel

O Fundo de Pensões Unicre financia um plano de pensões de benefício definido, sendo o seu associado único a Unicre, Instituição Financeira de Crédito, SA.

Os dados da população (**Quadro 1**) revelam uma responsabilidade global para com 515 beneficiários (pensões) e participantes ativos, constituída por 108 ativos (20,97%), 244 ex-participantes (47,38%), 85 reformados e pensionistas (16,5%) e 78 reformas antecipadas (15,15%). A idade média dos participantes ativos é 54,9 com uma antiguidade média de 29,2 anos.

Os reformados por velhice e por invalidez têm uma idade média de 69,2 anos e 66,5 anos respetivamente. Os pré-reformados e reformados por antecipação têm uma idade média de 63,6 anos.

Constante

Para apuramento das responsabilidades, bem como para a determinação do custo do ano para os benefícios de velhice e

Quadro 1 População Coberta

Valores em Euros

Participantes	Número	% Total	Idade Média	Antiguidade média elegível	Salário médio anual
Ativos <65 anos	108	20,97	53,2	28	41,455
Ativos ≥ de 66					
Ex-Participantes	244	47,38%	55,6	29,8	15,805
Pré-Reformados					
Totais	352	68,35%	54,9	29,2	23,675

BENEFICIÁRIOS	Número	% Total	Idade Média	Pensão média anual
Reforma por velhice	15	2,91%	69,2	14,449
Reforma por invalidez	46	8,93%	66,5	21,39
Pré-reforma / reforma antecipada	78	15,15%	63,6	27,176
Viuvez / Orfandade	24	4,66%	50,7	9,516
Totais	163	31,65%	63	21,772
TOTAL	515	100%		

sobrevivência, foi utilizado o método Unit Credit Projected.

De acordo com a informação do relatório atuarial verifica-se que o nível de financiamento global das Responsabilidades com Serviços Passados situou-se nos 98%, tal

como em 2018, uma vez que o valor do fundo de pensões é de 102 147 586 euros (91 879 513 euros em 2018) face ao montante de 104 482 493 euros de responsabilidades passadas de reformados e ativos. (**Quadro 2**)



Rendibilidade positiva

De referir ainda que durante o ano de 2020 foi realizada uma contribuição de 936,824 euros, de forma a cumprir o rácio mínimo de financiamento do BdP. Segundo o quadro 3, o valor do fundo aumentou 11% em relação a 2018, sendo que o rendimento líquido é positivo (1 385 680 euros). A taxa de rentabilidade em 2020 também foi positiva (1,6%), superior à taxa de desconto de 1% mas inferior à rentabilidade do benchmark (3%).

Quadro 2 Grau de cobertura das responsabilidades passadas

Valores em Euros

BENEFICIÁRIOS	Número
I – Responsabilidades passadas	104 482 493
1.Participantes	47 446 168
2.Beneficiários	57 036 325
II – Valor do Fundo	102 147 586
III –Nível de Financiamento Global	98%
IV –Nível de Financiamento Beneficiários com pensões	100%
V –Nível de Financiamento Participantes	95%

Quadro 3 Evolução do Valor do Fundo

	2017	Variação%	2018	Variação%	2020	Variação em relação a 2018%
Valor Fundo em 31-12 X	88 542 844	11,50%	91 627 177	3,50%	102 651 956	12%
Contribuições	650 000	-93,50%	6 680 492	927,80%	936 824	-86%
Benefícios Pagos	-2 746 156	18,10%	-2 985 845	8,70%	-2 826 892	-5%
Rendimento Líquido	5 180 490	247,10%	-3 442 311	-166,40	1 385 680	60%
Valor Fundo em 31-12 X+1	91 627 178	3,50%	91 879 513	0,30%	102 147 586	11%

Face ao apresentado, a Comissão determinou que a carteira de títulos afeta ao Fundo de Pensões da Unicre parece continuar adequada à

composição das responsabilidades, a médio prazo, embora os resultados do ano devam ser analisados com precaução, uma vez que a política

de investimentos não acompanha a rentabilidade do benchmark. O grau de cobertura está dentro dos requisitos das autoridades de supervisão. 

Dia Internacional da Mulher

comemorado entre rainhas e senhoras de Óbidos

O GRAM escolheu a vila dedicada por reis a suas rainhas para a celebração, após os dois anos de interregno provocado pela pandemia. Foi boa a festa, em que imperou o convívio e afastou a saudade

Inês F. Neto

Três autocarros de aluguer com sócios e acompanhantes rumaram a Óbidos para celebrar o Dia Internacional da Mulher promovido pelo GRAM no dia 12, o primeiro sábado após o 8 de março. Foi o reencontro desejado, após a interrupção na comemoração imposta pela Covid-19.

Não sendo a primeira vez em que o GRAM opta por Óbidos para assinalar a data, agora teve a agradável surpresa de a visita guiada acolher um percurso dedicado às rainhas e outras senhoras que deixaram a sua marca na vila. Assim, os participantes foram divididos em três grupos, cada um orientado por um guia local e, munidos de áudio-guia para melhor ouvir as explicações, percorreram as sinuosas ruas da vila, ao encontro de igrejas e outros monumentos significativos.

Entre as muitas figuras femininas de Óbidos, destaque para a rainha D. Leonor, que fundou na vila a Misericórdia (a quinta ou sexta do País), D. Catarina de Áustria ou Leonor Teles, e suas senhoras, como a pintora Josefa de Óbidos. Óbidos ficou conhecida como "o presente das rainhas", por ter sido dote de algumas delas, como Urraca de Castela, Santa Isabel, Filipa de Lencastre, Leonor de Avis e D. Maria Pia, a quem o rei D. Luís I doou, de forma simbólica, o castelo da vila, por já ter sido extinta a Casa das Rainhas. Ao longo da manhã e com a ajuda de S. Pedro desviando por algum tempo a chuva, os grupos perambularam

visitando monumentos como a Igreja da Misericórdia; a Porta da Vila com o seu belíssimo painel de azulejos e o oratório em louvor do N.ª Sr.ª das Dores, padroeira de Óbidos; o pelourinho; o Aqueduto da Usseira mandado construir no séc. XVI por D. Catarina; a Igreja de St.ª Maria, o principal templo da vila, pois foi onde casaram Afonso V e Isabel, sua prima, em 1444, meninos ainda com 10 e 8 anos, respetivamente. E, claro, o Castelo, hoje pousada, considerado recentemente uma das sete maravilhas de Portugal.

O passeio incluiu ainda uma passagem pela antiga Igreja de Santiago, hoje a funcionar como livraria, e ao Baloço de Óbidos, local tranquilo para aproveitar a vista sobre a vila, entre outros.

A força da unidade

Já depois de um almoço reconfortante e alguns pezinhos de dança, os membros do GRAM, Amália Varela (coordenadora), Eugénia Silva e Teresa Pereira deram as boas-vindas a todas e a todos os presentes, pois elas vieram com eles.

Amália Varela lembrou que o Mais Sindicato, antes SBSI, continua o mesmo, com "a mesma força na defesa dos bancários e do sindicalismo" e, sempre, a trabalhar pela "unidade da nossa classe".

A coordenadora do GRAM agradeceu a todas as bancárias, começando pelas que a acompanham no dia a dia, "estas





duas mulheres ajudam-me hoje, a mim, dois ou três anos mais nova, a perceber o que foi a história do sindicalismo em Portugal e a história da mulher no trabalho” e prosseguiu estendendo o reconhecimento às restantes: “Se sou a mulher que hoje sou, só posso agradecer a vocês, que trabalharam muito e defenderam muitos dos meus direitos e deveres. Porque sem vocês, desse lado, a trabalhar, hoje teria um trabalho muito mais difícil, com muito menos direitos e menos condições de trabalho.” Amália Varela frisou que “é destas mulheres que se faz a vida do trabalho, que se fazem as vidas das nossas famílias em casa. E nesta união, nesta solidariedade, estamos aqui uns com os outros, neste afeto e carinho – não temos de ter medo de palavras como amor e solidariedade. Devemos dizê-las sempre, porque o tempo urge, acontecem coisas e arrependemo-nos de não as ter dito”.

E concluiu: “Por isso vamos continuar a gostar uns dos outros, na diferença e no que nos diferencia.”

“Somos as ideais companheiras”

Por sua vez, Eugénia Silva salientou o múltiplo papel das mulheres, elas que são “as ideais companheiras para os maridos, para os companheiros, para os filhos e para os nossos pais que, na nossa idade, muitos tiveram de acompanhar”.

E, recorrendo às palavras de outras duas mulheres

destacou a definição de Dani Moscatelli – “Uma mulher forte é aquela que sempre está pronta para mergulhar de cabeça nos desafios de qualquer natureza” – e de Martha Medeiros, de quem recitou um poema (ver caixa).

“Viver de escolhas”

Também Teresa Pereira, o terceiro elemento do GRAM, optou por ler um texto alusivo à ocasião:

“Eu sou mulher e decidi viver de escolhas, não de chances
Optei por ser motivada e não manipulada
Ser útil e não usada
Me sobressair, não competir
Eu escolhi amor próprio e não autopiedade
Eu escolhi ouvir a minha própria voz, não a opinião dos outros
Eu descobri que ser mulher é ser livre, líder, senhora do meu destino.”

“Cá estaremos”

O presidente do MAIS, a quem coube encerrar as intervenções, regozijou-se com a melhoria das condições sanitárias por permitir, “ao fim de dois anos, voltar a juntar um grupo de sócias e de sócios. Esta Direção já tinha saudades disso”, confidenciou.

Recordando as origens, António Fonseca lembrou que o GRAM apareceu no Sindicato “num tempo em que as mulheres não eram bem tratadas na banca e os seus ▶



A música animou a festa

direitos não eram aceites da forma que hoje são".
"Felizmente, a banca hoje tem mais mulheres do que homens e os direitos delas e deles são iguais. Muito caminho foi feito, o trabalho destas mulheres ao longo dos anos teve frutos no setor bancário... Claro que ainda há diferenças e enquanto existirem iremos continuar a ter o GRAM a funcionar", garantiu.

António Fonseca salientou a atual situação na Europa, que depois da crise provocada pela pandemia enfrenta agora a guerra na Ucrânia. "Esta guerra vai afetar-nos a todos: primeiramente ao povo ucraniano, mas indiretamente a todo o mundo."

O presidente frisou que o Mais Sindicato está solidário na defesa do povo ucraniano. "Desejo que esta guerra acabe rapidamente e que consigamos voltar à normalidade: à normalidade sem pandemia e à normalidade da paz, que é de paz que as pessoas precisam."

Quanto ao MAIS, António Fonseca assegurou:

"Continuaremos a fazer o que nos compete fazer. E eu, que nunca esperei estar neste lugar, quero agradecer não só à Teresa, à Amália e à Eugénia – que trabalham especificamente na área do GRAM –, mas também a todos os meus colegas da Direção, que nos ajudam todos os dias

a tentar fazer o melhor pelo Sindicato e, principalmente, pelo nosso SAMS, que tem de prosseguir forte para continuar a tratar da nossa saúde."

E concluiu: "É esta mensagem que queria deixar: cá estaremos para continuar a trabalhar em prol dos bancários e das bancárias."

A festa continuou por mais umas horas de convívio, com o tradicional sorteio de prémios – entre os quais várias peças em vitral da autoria de Graça Cravo, monitora do respetivo curso artístico do GRAM, e de fins de semana em Ferreira do Zêzere, entre outros – além, é claro, de muita música e dança. Até ao próximo Dia da Mulher! ▶

A razão da poesia

Eugénia Silva socorreu-se das palavras de Martha Medeiros, recitando o seu poema "Quando chegar":

Quando chegar aos 30
serei uma mulher de verdade
nem Amélia nem ninguém
um belo futuro pela frente
e um pouco mais de calma talvez

e quando chegar aos 50
serei livre, linda e forte
terei gente boa ao lado
saberei um pouco mais do amor
e da vida quem sabe

e quando chegar aos 90
já sem força, sem futuro, sem idade
vou fazer uma festa de prazer
convidar todos que ameí
registrar tudo que sei
e morrer de saudade.



António Fonseca, tendo consigo os elementos do GRAM (a partir da esquerda): Eugénia Silva, Amália Varela e Teresa Pereira



MAIS solidário

com o povo ucraniano

A Direção do Mais Sindicato aprovou uma moção de solidariedade para com o povo ucraniano. Eis o seu conteúdo

Ninguém fica indiferente à violência a que está sujeito o povo ucraniano desde a invasão do seu país pela Rússia.

Imagens de destruição e morte, e milhares de mulheres, crianças e idosos obrigados a abandonar a sua casa, o seu país, rumo ao desconhecido e à insegurança. Deixando para trás o resultado de uma vida de trabalho.

Cidades bombardeadas, prédios civis esvaziados, supermercados de prateleiras vazias, fome. Homens e mulheres tentando defender a alma do seu país, o seu legítimo direito à independência.

Destrução e mais destruição.

David contra Golias numa Europa estupefacta face à possibilidade de

uma nova guerra expansionista.

Pela primeira vez a União Europeia une-se no objetivo comum de castigar um país invasor com sanções políticas, económicas e financeiras. Do outro lado, a Rússia de Putin e dos oligarcas, poderosa e bem armada, com tanques a marchar sobre a Ucrânia e a ameaça nuclear a pairar sobre o mundo.

Uma Rússia que sob falsos pretextos invade um país e mata o seu povo, e responde aos protestos internos prendendo os cidadãos russos que ousam protestar contra a guerra e pedir paz.

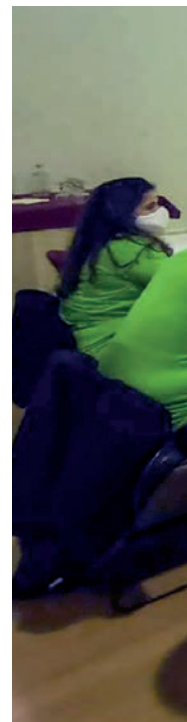
Face a este terror, o Mais Sindicato não pode ficar calado. O silêncio sobre a guerra na Ucrânia significa vidas destruídas e morte. Não

pactuaremos com isso e unimos a nossa voz à de milhares de outras organizações sindicais e milhões de trabalhadores em todo o mundo.

Porque estamos a falar de trabalhadores de todos os setores de atividade, bancários incluídos, homens e mulheres que como nós, com trabalho e sacrifícios, construíam a sua vida e das suas famílias – até que lhes foi arrebatada pela mais miserável das razões: a guerra.

O MAIS deixa clara a sua solidariedade com o povo ucraniano e, como Sindicato, apoiará os trabalhadores bancários que imigrem para Portugal.

Pelo fim da guerra!
Pela paz! 



Núcleos debateram situação no setor

A Comissão da Juventude reuniu os seus núcleos e apresentou o plano de atividades para o resto do ano, aproveitando ainda para fazer o ponto de situação no setor bancário. Mas também houve tempo para divertimento

PEDRO GABRIEL

A reunião de Núcleos decorreu no Centro de Férias e Formação do Mais Sindicato entre os dias 11 e 13 de março, tendo contado com a participação de 19 jovens bancários que se juntaram na sexta-feira ao final da tarde e rumaram a Ferreira do Zêzere.

No sábado, os membros da Comissão Tânia Maltez, Luís Roque e João Gomes começaram por apresentar o Plano de Atividades da Comissão da Juventude para 2022. O grupo contribuiu com ideias e propostas para que as atividades da Comissão sejam organizadas por jovens e para jovens.

Partilha

De seguida, foi feito o ponto de situação de todos os Pelouros do Mais Sindicato, com especial ênfase na contratação coletiva. Mais uma vez, os jovens foram bastante participativos e exprimiram as suas opiniões, pontos de vista e sugestões, tornando a reunião matinal num debate bastante ativo.

O SAMS também foi um assunto abordado, tendo a Comissão da Juventude comunicado as principais

novidades e recolhido, por parte do grupo, as várias experiências.

Os jovens tiveram ainda oportunidade de dar *feedback* sobre o que se passa nos seus locais de trabalho, partilhando experiências e boas práticas com os restantes colegas.

Reflexão

Depois do almoço, os jovens voltaram a reunir-se para um momento de reflexão e debate sobre os motivos que, nos dias de hoje, levam à pouca mobilização dos bancários enquanto classe.



Peddy paper pelo circuito dos Passadiços do Penedo Furado



De todos os pontos de vista apresentados, o mais comum foi o medo de represálias, o receio de “ser o próximo”. No entanto, bastantes jovens evidenciaram também a importância da luta e da união, e de o fazer “hoje pelos outros e amanhã por nós”.

Lazer

Finalizada a parte ‘séria’ do encontro houve tempo para descomprimir do dia de trabalho. Ao final da tarde, foram realizados alguns jogos desportivos por equipas no pavilhão desportivo do Centro de Férias.

Já no domingo de manhã, a Comissão organizou uma

caminhada acompanhada de um *peddy paper* pelo circuito dos Passadiços do Penedo Furado. Os jovens foram divididos em quatro equipas e todas as provas decorreram com animação e *fair-play*.

A presença dos jovens nesta atividade também trouxe outros benefícios. Uma das provas sugeridas passou por cada equipa encher um saco de lixo. Para além do bem-estar físico e mental que proporcionou, os jovens deixaram a zona bem melhor do que a que encontraram, ajudando assim o meio-ambiente.

Depois do almoço, o grupo regressou a Lisboa dando por concluída mais uma reunião de núcleos. 



Jogos por equipas no pavilhão desportivo do Centro de Férias



Encher um saco de lixo em prol do meio ambiente



Medicina Física e de Reabilitação:

do coração ao esqueleto

A Medicina Física e de Reabilitação é transversal a diversas especialidades e patologias, atuando das lesões musculoesqueléticas às dos foros neurológico, respiratório e cardíaco, do bebê ao idoso. Depois de um período complicado devido às restrições impostas pelo Covid-19, a respetiva Unidade do SAMS está a recuperar o tempo perdido e, como adianta a coordenadora, Cecília Vaz Pinto, espera, a curto prazo, dispor de mais terapeutas e ter a piscina a funcionar mais horas, criando mais vagas

ELSA ANDRADE

P – A Medicina Física e de Reabilitação é habitualmente associada a lesões musculoesqueléticas, mas é mais vasta. Em que consiste exatamente?

R – A Medicina Física e de Reabilitação (MFR) é uma área da medicina transversal a várias especialidades e patologias, que além de intervir diretamente na resolução de alguns quadros clínicos tem um papel essencial para reduzir ao mínimo inevitável as consequências de diversas patologias, melhorando a funcionalidade do indivíduo. Além da reabilitação musculoesquelética, falamos da reabilitação de patologias do foro neurológico, respiratório, cardíaco e ainda da reabilitação pediátrica, nomeadamente na área do desenvolvimento, entre outras.

P – Em que se distingue a Fisioterapia da Medicina Física e de Reabilitação?

R – A Medicina Física e de Reabilitação é uma especialidade médica em que da sua essência faz parte um forte trabalho de equipa interprofissional com outros profissionais, desde logo com os fisioterapeutas, mas também com terapeutas ocupacionais, terapeutas da fala, técnicos auxiliares, e ainda com outros profissionais, todos com um papel importante e a responsabilidade inerente a cada profissão.

A fisioterapia e a terapia ocupacional, com o seu foco nas técnicas de recuperação do movimento e da função, são essenciais no acompanhamento e proximidade dos utentes ao longo do seu percurso de reabilitação.

P – Lesões provocadas por acidentes de viação são causas prioritárias?

R – As consequências das situações traumáticas, como de outras situações agudas, têm um grande benefício numa intervenção precoce e no tempo adequado.

Felizmente temos assistido a uma diminuição dos acidentes de viação e do seu impacto, mas existem muitas outras situações quer musculoesqueléticas, quer por lesão neurológica aguda ou quadros respiratórios que se assumem como prioritárias.

P – E no caso de AVC?

R – A reabilitação dos AVC começa logo na fase aguda e de internamento hospitalar e deve decorrer sem interrupção pelo menos nos primeiros seis meses, sendo necessário que essa reabilitação decorra no nível mais adequado, seja em internamento de reabilitação, seja em ambulatório. O início precoce da reabilitação contribui sempre para otimizar os resultados motores e funcionais.

De bebé a jovem

P – As más posturas das crianças provocam distúrbios, como escolioses. Devem ser corrigidos imediatamente ou mais tarde?

R – O que sabemos hoje é que em cerca de 80% das escolioses a causa é desconhecida, embora com alguma incidência familiar. Os fatores posturais devem ser corrigidos, mas não se podem considerar como causa da escoliose; também o peso das mochilas não deve ultrapassar os 10% do peso corporal da criança, e estes aspetos são muito importantes na prevenção de quadros dolorosos que podem estar associados.

P – O tempo que crianças e jovens passam frente aos ecrãs – da televisão, computador ou outros aparelhos eletrónicos – é um problema?

R – Esse é um tema muito importante em que o tempo excessivo de utilização tem consequências muito para



além do problema físico da postura e da inatividade física, e os efeitos psicológicos e neurológicos devem também ter uma abordagem conjunta, sobretudo na prevenção, reduzindo esse tempo e substituindo-o por outras áreas de lazer necessárias na fase de formação e crescimento.

P – Como é que a terapia da fala se enquadra no âmbito da Medicina Física e de Reabilitação?

R – A terapia da fala é uma área de reabilitação da fala/ linguagem/comunicação na criança e no adulto e faz todo o sentido estar inserida na Medicina Física e Reabilitação. Na Unidade de MFR do SAMS, a terapia da fala está vocacionada para a reabilitação tanto de adultos como crianças. Nas crianças dirige-se essencialmente a alterações de linguagem, fala e comunicação. Nos adultos, a casos de voz (disfonia) e a alterações de comunicação e linguagem em doentes com compromisso neurológico: sequelas de AVC, esclerose múltipla e traumatismos crânio-encefálicos, entre outros.



O tempo de pandemia e o trabalho a partir de casa, sem se terem criado as condições ergonómicas dos postos de trabalho em casa, vieram acentuar os malefícios do trabalho sentado durante muitas horas e o número de utentes que veio à consulta com queixas musculoesqueléticas cresceu significativamente



P – Os bebés também têm, por vezes, necessidade de fisioterapia. Quais são as causas?

R – Na Unidade, as situações mais frequentes são o recurso à cinesiterapia respiratória, no quadro das bronquiolites, e as intervenções em crianças com atraso de desenvolvimento ou outros quadros neurológicos, e ainda à correção de alterações posturais como os torcicolos congénitos.

Sedentarismo

P – A vida sedentária da maioria da população é causa das lesões musculoesqueléticas? O que deve ser feito nesses casos?

R – Assistimos a um número crescente de doenças crónicas e degenerativas e das suas consequências. A recomendação de atividade física regular é, talvez, das medidas mais importantes nos doentes com patologia osteoarticular degenerativa. Sabemos hoje que vários mecanismos fisiológicos explicam os efeitos positivos do exercício na dor e na função dos indivíduos com estas patologias, sendo necessário que este exercício seja supervisionado, tornando necessário o aconselhamento em consulta e, por vezes, a realização de algumas sessões de fisioterapia para a correta integração destas orientações.

P – E os transtornos motivados por longas horas sentado, nomeadamente frente a um computador?

R – O tempo de pandemia e o trabalho a partir de casa, sem se terem criado as condições ergonómicas dos postos de trabalho em casa, vieram acentuar os malefícios do trabalho sentado durante muitas horas e o número de utentes que veio à consulta com queixas musculoesqueléticas cresceu significativamente e reforçou a importância de corrigir as situações de ergonomia e postura, atuando numa parte fundamental que é a prevenção. ▀

Piscina terapêutica reabre em breve

P – A Clínica de Medicina Física e de Reabilitação do SAMS tem uma vasta atividade, abrangendo uma multiplicidade de valências, e isso obriga a uma estreita colaboração entre especialidades. É difícil a coordenação?

R – No trabalho em equipa interdisciplinar, que é indispensável na reabilitação, o mais importante é a comunicação, por um lado a comunicação dentro da equipa de reabilitação e, por outro lado, a comunicação com as outras especialidades médicas. Sempre procurámos que todos os canais estivessem abertos, o que facilita essa comunicação e a discussão de propostas terapêuticas, de onde podem sair os melhores resultados para o utente, que é a nossa preocupação.

P – A Clínica assume-se como complementar às valências com que colabora?

R – A essência de uma boa prática médica passa cada vez mais pelo funcionamento em equipa interdisciplinar, em que cada qual tem o seu papel definido, e em que o centro é o doente e a sua patologia. O papel e a responsabilidade de cada especialidade são dinâmicos e podem variar, de acordo com cada situação e cada momento de evolução do percurso do doente, privilegiando-se mais um trabalho integrado que complementar.

Patologias musculoesqueléticas

P – Das diversas especialidades, qual a que recorre mais à Medicina Física e de Reabilitação?

R – Na Unidade o maior volume é o da patologia musculoesquelética e por isso a colaboração é maior na área da Ortopedia. São também importantes todas as outras áreas, mesmo que o número de utentes seja menor, mas em que podemos colaborar e dar uma resposta na resolução ou melhoria da situação clínica e contribuir para a qualidade de vida do utente, e, por isso, assistimos a uma referência realizada pela maioria dos médicos do SAMS.

P – No universo de beneficiários do SAMS quais são maioritariamente as necessidades da Medicina Física e de Reabilitação?

R – Para dar resposta às várias necessidades no âmbito da reabilitação, os recursos humanos são fundamentais,



uma vez que os resultados dependem muito das técnicas manuais aplicadas, que se vão atualizando à medida que a ciência e os conhecimentos evoluem nas diferentes áreas.

P – A idade é fator de diferenciação na necessidade de cuidados?

R – A necessidade de cuidados de reabilitação é transversal a várias idades e, em todas as faixas etárias existem situações com essa necessidade. Independente da idade, é a própria patologia e o momento de evolução da mesma que podem determinar a necessidade de uma acessibilidade mais rápida aos cuidados.

P – Qual a faixa etária com maiores necessidades?

R – As doenças degenerativas, um maior número de eventos cardiovasculares e neurológicos e as co-morbilidades, bem como a perda de função que as acompanham numa sociedade caracterizada pela maior longevidade, levam a um crescente aumento da necessidade em pessoas com mais idade, de modo a controlar sobretudo situações de dor e perda de função. No entanto, existe também uma grande procura de utentes em fase ativa de trabalho. ►



P – Entre os beneficiários no ativo registam-se muitos casos de problemas musculoesqueléticos? Devem-se à falta de equipamento ergonómico nos bancos ou há outras razões?

R – Os utentes ainda numa fase ativa apresentam um número importante de lesões musculoesqueléticas, muitas delas relacionadas com o trabalho, e que afetam os bancários sobretudo por sobrecarga mecânica devida a movimentos repetitivos, posturas incorretas, trabalho sentado na mesma posição durante muito tempo, e também a fatores individuais, como a falta de uma prática regular de exercício físico. É importante o aconselhamento na adaptação dos locais de trabalho e muitos beneficiam com mudanças tecnológicas nos equipamentos, pelo que sempre que necessário, realizamos orientações nesse sentido e realizamos informação individualizada para a consulta de Medicina do Trabalho da entidade bancária.

Desafios do Covid-19

P – As restrições impostas devido à pandemia tiveram consequências nas terapêuticas de reabilitação.

Registaram-se casos graves por falta de tratamento?

R – Na fase inicial da pandemia, em que não existiu acesso a cuidados de reabilitação, as situações que estavam a iniciar a recuperação pós cirurgia ortopédica ou outra lesão musculoesquelética aguda foram as mais afetadas, com um atraso importante no processo de recuperação. Tivemos depois outras restrições pela necessidade de diminuir o número de doentes para aumentar o

distanciamento físico, o que, associado ao facto de termos doentes de risco em plano de reabilitação, levou a períodos muito prolongados sem estes cuidados e com retrocesso nalgumas aquisições.

P – Como funciona a reabilitação em tempos de pandemia?

R – A pandemia levantou vários desafios à reabilitação. Desde logo, as restrições em algumas técnicas geradoras de aerossóis, como a cinesioterapia respiratória utilizada para a diminuição de secreções brônquicas, que necessita de ser realizada em áreas técnicas específicas. Por outro lado, temos tido utentes com sequelas de Covid-19, o denominado Long Covid, com sintomas como alterações da voz, fadiga, dificuldade respiratória e compromisso funcional para atividades tão simples como a marcha em curtas distâncias, para os quais foi necessário estabelecer um plano integral de reabilitação, de modo a restaurar as suas condições prévias ao Covid.

P – Essas dificuldades já foram resolvidas e o funcionamento da Clínica voltou ao normal?

R – Além da área de Cinesioterapia Respiratória, que neste momento ainda nos obriga a ter um número reduzido de utentes nesta valência, tivemos de encerrar a piscina terapêutica e essa é também uma valência muito importante na nossa Unidade, que só neste momento se encontra em fase de reabertura.

Mais fisioterapeutas

P – Como coordenadora da Clínica de Medicina Física e de Reabilitação considera dispor dos meios humanos e dos recursos necessários? O que considera em défice?

R – Atendendo à procura, seria importante aumentar quer os recursos humanos quer as instalações e equipamentos, de modo a dar resposta a todas as situações com maior brevidade e poder criar áreas de atuação específica e com resposta diferenciada, caminho este que procuramos seguir, apesar destas condicionantes. A necessidade de atualização científica dos recursos humanos é também, e sempre, uma preocupação permanente.

P – Há dificuldade em aceder a vagas para tratamentos na piscina terapêutica. O que poderia ser feito?

R – A utilização da piscina terapêutica no momento atual obriga a um menor número de utentes em simultâneo e nesta fase as vagas serão mais reduzidas. A abertura de um maior número de horas de utilização da piscina facilitaria o acesso criando mais vagas, o que só é possível com integração de mais fisioterapeutas na Unidade, o que esperamos conseguir a curto prazo.

P – Alguma novidade é esperada para breve na Clínica?

R – Ainda com restrições pela pandemia, a abertura da piscina terapêutica em pleno, a colaboração e o trabalho em equipa em determinadas áreas que são um maior desafio e aposta para o SAMS, permitindo a maior integração de cuidados, são os objetivos a curto prazo. ▶



SAMS



teleconsulta pediátrica
URGÊNCIA



De segunda a sexta das 8 às 20 horas

213 811 555

Serviço exclusivo para beneficiários



O Direito do Trabalho

não é uma “cláusula de escape do

I

O Direito do Trabalho saído da II Guerra Mundial, no rejuvenescimento das democracias ocidentais, um tempo que a Portugal só chegou em Abril de 1974, tem sido objeto de grande debate no âmbito dos países europeus, com especial enfoque naqueles que são economicamente mais frágeis. Já no passado aqui referimos que a Legislação Laboral dos modernos Estados democráticos foi concebida de forma a atenuar a desigualdade entre iguais. Tanto assim foi que, no âmbito da construção europeia, se admitiu que os países menos desenvolvidos e com piores salários, por exemplo, tivessem legislações laborais mais desequilibradas, a favor do trabalhador. Ou seja, quanto mais desequilibrada for a relação económica empresarial, mais protegido deve ser o trabalhador pelo Direito. Esta é, aliás, a máxima em que assentou a construção do Direito

do Trabalho na democracia portuguesa.

Este tempo, no entanto, foi posto em crise e hoje há um novo paradigma de avaliação do papel do Direito do Trabalho, que urge discutir.

II

A sinalização desta questão é absolutamente fundamental para que possamos participar no debate que já existe: a relação laboral deve manter-se nesta situação de desequilíbrio ou deve ser vista “apenas” como mais uma manifestação do puro Direito Civil, sendo as partes vistas como iguais?

A verdade é cristalina: a redução de direitos dos trabalhadores a que assistimos desde o início do presente milénio não deixa dúvidas: o caminho desenhado pelo legislador é o da equalização de posições, mesmo que não se almeje essa

O Direito do Trabalho é um fator de equilíbrio do sistema económico, mas não deixa de ser relevante assinalar que também deve ser visto como uma forma de o Estado, através do legislador, intervir na correção de desigualdades a que está adstrito

JOSÉ PEREIRA DA COSTA*

sistema”!

necessidade como absoluta. Mas é real.

O termo “flexibilização das relações laborais”, tantas vezes referido como forma de tornar a economia competitiva, tem sido utilizado para justificar tudo: o que deve ser feito e o que é, a nosso ver, claramente prejudicial das relações laborais e, por isso, da sociedade civil e da economia nacional.

E assumimo-lo sem quaisquer pruídos: é verdade que o Direito do Trabalho é um fator de equilíbrio do sistema económico, mas não deixa de ser relevante assinalar que também deve ser visto como uma forma de o Estado, através do legislador, intervir na correção de desigualdades a que está adstrito.



Naturalmente, o que fica sobredito tem relevância fundamental no setor de atividade em que intervimos,

sobretudo em duas questões que têm sido objeto de grande discussão: a força jurídica dos IRCT’s, com especial destaque para o ACT do Setor Bancário, e os despedimentos coletivos.

É por isso que entendemos que é hora de trazer à agenda a discussão sobre o alcance das normas disciplinadoras de atividade, nomeadamente após a caducidade das convenções coletivas, protegendo direitos adquiridos de trabalhadores que tenham dignidade constitucional, como sejam as questões remuneratórias, previdenciais, de proteção social e progressão na carreira.

Este tema, que tem passado ao lado dos tempos, é central nos Princípios Constitucionais de Direito do Trabalho: se as convenções coletivas disciplinam questões relativas a direitos que a Constituição considera de natureza análoga aos Fundamentais, a discussão em torno da manutenção de “determinados direitos” para lá da vigência das mesmas deve ser tida e urge recuperá-la. Mas é, também, tempo de perceber se o Estado pretende que o trabalhador que impugne o despedimento, como condição absoluta de impugnabilidade, continue a ter de devolver a indemnização legal, que é, a nosso ver, o seu mínimo de subsistência, e se não lhe deve ser assegurada a proteção no desemprego enquanto durar o processo de impugnação, independentemente do número de anos que demorar a sua tramitação.

Trazemos estes dois exemplos, a questão das convenções coletivas e da proteção ao trabalhador objeto de despedimento coletivo, por um motivo que não podemos deixar de afirmar: na contemporânea configuração do Estado de Direito, a visão protetora da Legislação Laboral não pode ser vista como um direito absoluto, mas também não deve ser vista como uma “cláusula de escape do sistema”.

Deve ser, outrossim, assumida como uma manifestação de correção de desigualdades económicas, muitas delas criadas pelo Direito, como no caso de rotura lícita do contrato de trabalho. Aí, nesse claro e manifesto desígnio do Direito do Trabalho, como nos casos aqui referenciados, o Estado, cumprindo a Constituição da República Portuguesa, deve atuar, protegendo os trabalhadores.

No dealbar de uma nova legislatura, na inauguração de um novo ciclo, é sempre o momento de estabelecer prioridades. Estando em contacto permanente com trabalhadores, acompanhando os seus receios e estando atentos às necessidades do tempo, é essa a proposta que fazemos: um consenso sobre estas questões, que são nevrálgicas no dia-a-dia dos bancários.

*Advogado do Mais Sindicato



Investir nas pessoas é o caminho para o sucesso

Para alcançar melhores resultados na inovação tecnológica e assegurar uma melhor transição para a economia verde, as empresas precisam de investir primeiro em bons empregos e na formação dos seus trabalhadores. Esta é a opinião dos autores, cujo artigo conjunto publicamos

FRANK POT E PETER TOTTERDILL*



A inovação tecnológica no local de trabalho provavelmente falhará ou ficará aquém, a menos que seja combinada com a inovação organizacional. Isso significa um envolvimento grande dos funcionários, criação de ‘bons empregos’ – trazendo capacitação e oportunidades de desenvolvimento – e reconhecimento de que a aprendizagem no trabalho é tão importante quanto a educação formal e a formação. Na União Europeia (UE) isto é cada vez mais compreendido. No entanto, o Inquérito às Empresas Europeias de 2019 constatou que apenas 20% das empresas na UE-27 caracterizaram-se por “investimento grande em empregos e pessoas”. Resta muito espaço para melhorias.

Transição dupla**

A “inovação no local de trabalho” foi adotada pela Comissão Europeia em outubro de 2012 como um dos objetivos da estratégia Europa 2020. Foi elogiado várias vezes na última década pela Comissão e por outros órgãos da UE e comités de alto nível, incluindo o Comité Económico e Social Europeu.

No ano passado, no Plano de Ação do Pilar Europeu dos Direitos Sociais, a Comissão apresentou a inovação no local de trabalho como uma resposta às transições verde e digital.

O diálogo social, a informação, a consulta e a participação dos trabalhadores e dos seus representantes a vários níveis (incluindo a nível empresarial e sectorial) desempenham um papel importante na configuração das transições económicas e na promoção da inovação no local de trabalho, em especial tendo em vista as transições duplas em curso e as mudanças no mundo do trabalho.

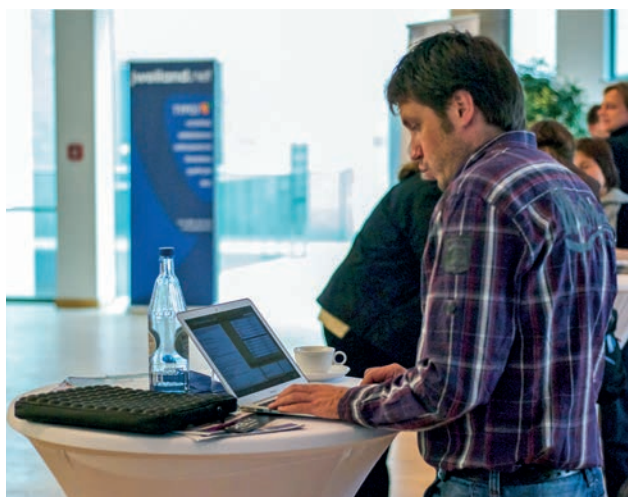
De 2013 a 2017, a Comissão financiou a Rede Europeia de Inovação no Local de Trabalho (EUWIN). A EUWIN descreve a inovação no local de trabalho como “intervenções novas e combinadas na organização do trabalho, gestão de recursos humanos, relações laborais e tecnologias de apoio”.

Abordagem

A inovação no local de trabalho é um processo participativo que leva a práticas fortalecedoras e sustenta a aprendizagem, a reflexão e a inovação contínuas. Não se trata de redesenhar os cargos individuais, mas de uma abordagem sistémica, reconhecendo a interdependência da organização do trabalho, das tecnologias, da estrutura de controlo e das relações laborais.

O conceito integra aspetos de diversas agendas relacionadas com políticas, incluindo inovação, digitalização, produtividade, qualidade do emprego, aprendizagem ao longo da vida, bem-estar no trabalho, competências e diálogo social. Encaixa-se no conceito humano e “sociocêntrico” da Indústria 5.0.

Os resultados são melhores empregos (bem-estar no trabalho, aprendizagem ao longo da vida, redução dos riscos de stresse) e melhor desempenho (produtividade do trabalho, capacidade de inovação). Estes foram 





confirmados pelo último Inquérito às Empresas Europeias.

A inovação no local de trabalho também contribui, de acordo com Dani Rodrik e Stefanie Stantcheva, para uma maior produtividade e crescimento da economia como um todo. Eles enfatizam os custos económicos, sociais e políticos do fracasso em gerar bons empregos – nomeadamente comunidades atrasadas com resultados sociais maus (saúde, educação, crime) e conflitos sociais e políticos (reação populista, mau funcionamento democrático). Mas um empregador privado não leva em conta essas ‘externalidades’, a menos que seja solicitado a fazê-lo pelo Estado.

Inovar no pensamento

Se a inovação no local de trabalho é comprovadamente benéfica para as organizações, por que então não é mais comum? Muitas razões podem ser apontadas: acordos, falta de conhecimento, preferência por uma gestão de ‘comando e controlo’ em vez de ‘participação e confiança’, relações industriais adversas e assim por diante. Durante a crise financeira de 2008, algumas empresas caíram na armadilha do caminho inferior, focadas em cortar custos em detrimento da competitividade de longo prazo, embora outras reconhecessem que uma crise era exatamente o momento de seguir com mais firmeza por um caminho superior. A mesma divergência ficou evidente durante a crise de Covid-19: de acordo com o Eurofound, as empresas com empregos de grande qualidade e grande envolvimento dos funcionários tiveram um desempenho melhor.

De maneira mais geral, o mecanismo de mercado não produzirá inovação no local de trabalho por si só. Rodrik e Charles Sabel afirmaram recentemente que o déficit de ‘bons empregos’ poderia ser visto como uma enorme falha de mercado – um mau funcionamento económico grave, não apenas uma fonte de desigualdade e exclusão social.

Não adianta tentar persuadir o núcleo duro de empresas e gerentes presos a mentalidades tradicionais. Mas há um grande potencial em visar os muitos líderes empresariais que lutam para lidar com a produtividade fraca ou a ligação aos funcionários, aqueles que lidam com os desafios emergentes da concorrência global – novas tecnologias, transição verde e mudanças demográficas – e aqueles simplesmente inspirados pelas evidências.

Atenção permanente

Uma das lições é que a inovação no local de trabalho necessita de atenção e estímulo permanentes, inclusive por parte dos criadores de políticas. A EUWIN identifica ‘uma necessidade premente de parceiros sociais e governos trabalharem juntos na conceção e implementação de novas formas de regulamentação leve, promovendo e fornecendo recursos à inovação no local de trabalho através de campanhas de sensibilização, capacitação, disseminação de conhecimentos, criação de redes de aprendizagem, acordos de concertação social, investigação, e apoio direto às empresas».

Bons exemplos são o recente Acordo de Parceiros Sociais Europeus sobre Digitalização e o projeto Horizonte 2020 4.0. O ganho real para as empresas e organizações públicas está na criação de uma força de trabalho capaz apostada em melhorar todos os aspetos do negócio, bem como realizar as suas tarefas funcionais da melhor maneira possível.

No entanto, há uma ressalva importante. Gerar um fluxo sustentável de ideias para os funcionários para a melhoria e inovação não é uma solução rápida, por meio de um simples esquema de sugestões ou de um dia de folga. Todos os aspetos da cultura e prática do local de trabalho devem ser considerados: delegação da tomada de decisões a indivíduos e equipas, medição de desempenho, papéis e comportamentos de gestão e o exemplo dado pelos líderes.

Do jeito que está, muitas empresas estão a perder oportunidades críticas de fazer a diferença – para o seu desempenho, para os seus funcionários e para o meio ambiente. ▶

*Frank Pot é docente emérito de Inovação Social do Trabalho e Emprego na Radboud University Nijmegen, conselheiro honorário da EUWIN e ex-diretor da TNO Work and Employment;

Peter Totterdill é diretor fundador da EUWIN. Foi docente de Organização do Trabalho na Nottingham Trent University e é docente convidado na Mykolas Romeris University, em Vilnius.

**Subtítulos da responsabilidade da Redação



Golfe marcou arranque das provas desportivas

Após o cancelamento de vários eventos devido à pandemia, o Pelouro dos Tempos Livres retomou o calendário com a realização da primeira prova do campeonato de golfe

PEDRO GABRIEL

O 17.º Torneio da Ordem de Mérito teve a sua primeira prova no dia 12 de março, em Santo Estevão, com a participação de vários jogadores que saudaram assim o regresso à competição.

As próximas provas deste torneio estão agendadas para 9 de abril, na Aldeia dos Capuchos, e 14 de maio, no Belas Clube de Campo. A final do

Mais Sindicato será a 25 de junho, no campo de golfe do Estoril.

Retoma

Para além do golfe, também o 24.º Campeonato de Tiro se iniciou com a realização da primeira contagem no campo de tiro dos Rolos, no dia 19 de março.

As próximas contagens estão agendadas para 2 de abril, em Pegões, 21 de maio, em Beja, e 2 de

julho, novamente nos Rolos. O Pelouro dos Tempos Livres tem a intenção de retomar o calendário normal de atividades se as condições pandémicas assim o permitirem e tendo sempre em atenção a saúde e segurança de todos os intervenientes.

A maior parte das datas ainda carece de confirmação final e serão divulgadas na revista e no sítio do Mais Sindicato. 

Verão é na Colónia de Férias

O Mais Sindicato estabeleceu uma parceria com a empresa CAMPO JOVEM para continuar a proporcionar as colónias de férias a crianças e jovens, filhos ou netos dos sócios. Faça já a sua inscrição

PEDRO GABRIEL



Destinado a crianças e jovens dos 6 até aos 18 anos, as colónias de férias realizam-se de 26 de junho a 3 de setembro, em regime fechado, com turnos semanais, entrada aos domingos e saída aos sábados.

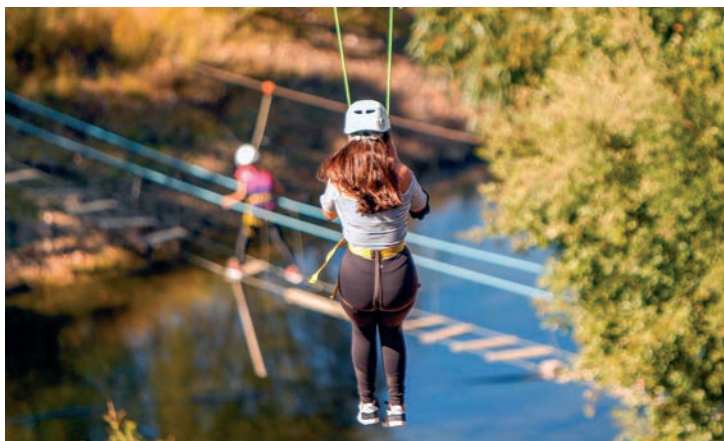
Em julho haverá dois turnos quinzenais, o primeiro a começar no dia 3 e a terminar no dia 16, e o segundo de 17 a 30.

A CAMPO JOVEM localiza-se na Quinta Ganados, na localidade de Ganados, Tomar. Trata-se de uma propriedade com cerca de 50 hectares de pastagem e floresta, a meia

distância entre a cidade de Tomar e a barragem de Castelo de Bode. O conjunto de edifícios da Quinta foi remodelado e adaptado para animação e turismo de jovens e crianças, e dotado de todas as comodidades necessárias para o bem-estar dos participantes.

Programa

O programa de uma semana é idealizado para permitir a máxima satisfação e confiança tanto dos





participantes como das suas famílias.

Todas as atividades são asseguradas por monitores e animadores credenciados e são variadas: slide, paintball, escalada, ponte Himalaia, canoagem, pedalkart, percurso pedestre, jogos desportivos, tiro com arco, zarabatana, piscina, karaoke, discoteca, quinta pedagógica, jogo cidade, caça ao tesouro, gincanas, workshops, passeio de burro, escape room e muito mais...



Inscrições

As inscrições estão abertas e prolongam-se até ao final de maio. São realizadas diretamente para a CAMPO JOVEM através do e-mail geral@campojovem.com ou do telefone 214 149 310, devendo sempre informar que está a efetuar a inscrição ao abrigo da parceria com o Mais Sindicato, de forma a usufruir do desconto associado.

O preço por participante é de 250€ para o turno semanal e de 450€ para o turno quinzenal, sendo o pagamento efetuado diretamente à CAMPO JOVEM.

O preço inclui ainda o alojamento em regime de camaratas com diferenciação de rapazes e raparigas (incluindo lençol, almofada, cobertor); alimentação em regime de pensão completa (pequeno-almoço, almoço, lanche, jantar e ceia); utilização de balneários diferenciados com água quente; atividades tal como mencionado no programa; fornecimento de todos os materiais de segurança e proteção individual de atividades; supervisores, coordenadores, monitores, segurança e enfermeira; número de monitores mediante a lei em vigor; brinde-oferta e seguro de acidentes pessoais. O preço não inclui o transporte e outras despesas de caráter pessoal.

Aproveite já esta oportunidade e proporcione aos seus filhos ou netos uma experiência inesquecível. ■

Bancários do ex-BNU visitam Centro de Férias

A Associação de Antigos Empregados do ex-Banco Nacional Ultramarino reuniu-se recentemente no Centro de Férias e Formação do Mais Sindicato. O convívio serviu de pretexto para uma conversa com Olga Duarte, dirigente da Associação

PEDRO GABRIEL



Com vários eventos ao longo do ano, a Associação reuniu-se no fim-de-semana de 15 e 16 de janeiro no Centro de Férias e Formação de Ferreira do Zêzere, num evento que deliciou todos os presentes incluindo Olga Duarte, dirigente da Associação, que elogiou a simpatia de todos os funcionários e fez votos para um regresso em breve aquele local.

P - A associação esteve recentemente no Centro de Férias e Formação do Mais Sindicato? Como decorreu a experiência?

R - Costumamos ter à volta de 60 pessoas, mas este ano só tivemos 38.

Fizemos a chamada matança do porco onde já vamos desde 2017, à exceção do ano passado por causa da pandemia.

Chegámos no sábado, depois foi o almoço dos grelhados

do porco. À noite tivemos o jantar com música. No domingo foi o almoço da matança e a animação com as concertinas de Dornes. Não me canso de dizer que correu tudo muito bem como sempre, as pessoas são muito simpáticas e merecem este reconhecimento.

Para além disso, tenho de referir a excelente relação qualidade-preço, com ótima gastronomia e um serviço muito bom e atencioso.

P - Que outras atividades fazem na associação?

R - Temos dois eventos anuais de maior dimensão: o chamado Por-do-sol, que normalmente é em maio ou junho na zona da Grande Lisboa, e o Magusto em novembro, na zona de Leiria para ser no centro do País.

Uma coisa importante que fazemos é ir ao encontro dos sócios. Por concelho e por distrito vemos quem tem mais



O grupo no Centro de Férias e Formação do Mais Sindicato

“Tinha de pr

Olga Duarte foi a primeira mulher gerente de um banco em Portugal, mais concretamente na agência do BNU em Cabo Ruivo. À Mais Bancário explicou as dificuldades que vieram com o cargo



sócios e um belo dia a Associação organiza um evento lá. No outro dia fomos a Aveiro de comboio, organizou-se um almoço e o engraçado é que os sócios que foram não se viam há anos, apesar de viverem na mesma cidade. A Associação também serve para isto.

P- Qual é a principal missão da Associação?

R - A principal missão é apoiar, fomentar convívios, organizar viagens e passeios. Apesar de o BNU ter sido integrado na CGD em 2001, a Associação manteve-se viva e continua com cerca de 1900 sócios. Não são só reformados, são antigos empregados, qualquer um que tenha trabalhado no BNU pode ser sócio, ainda que hoje trabalhe noutra instituição. Temos sócios espalhados por todo o País e até no estrangeiro, por exemplo em Macau, na Austrália, pessoas

que trabalharam no BNU em várias zonas, em Timor, Cabo Verde.

P - Onde se situa a Associação?

R - Fomos fundados em 1990, portanto a primeira sede foi no próprio edifício do BNU na Rua Augusta. Quando o BNU acabou, a CGD simpaticamente cedeu-nos um andar que era de 400 m² e estivemos lá instalados uns anos. Entretanto a CGD vendeu o edifício e cedeu-nos uma lojinha na zona comercial do edifício da sua sede.

P - Como aderir?

R - Agora fazemos tudo através do e-mail aae.bnu@netcabo.pt. A CGD tem limitado o acesso ao edifício por causa da pandemia. De qualquer maneira, é um espaço tão pequeno que não cabe lá muita gente. 

ovar mais do que os homens”

P – Como viveu esse momento?

R - Não foi fácil. Os clientes reagiram um bocadinho mal. Lembro-me de um episódio quando um cliente foi lá, chamou o gerente e apareci eu. A resposta dele foi “as mulheres já mandam nisto”. Deu meia volta e foi embora.

Internamente tinha de provar mais do que os homens. Por exemplo, havia a isenção de trabalho para as gerências

e um dia descobri que já estava confirmada na posição de gerente e não tinha isenção. Fui perguntar a um diretor e disse-lhe que só podia ser por duas razões: ou não servia para a função ou era por ser mulher. Houve alguma dificuldade, mas depois apareceram mais mulheres nessa posição.

P - Como vê o estado atual da banca em Portugal?

R - A banca em Portugal mudou imenso, lembro-me que o cliente era o nosso foco e agora há outro tipo de interesses onde há mais foco do que propriamente o cliente. Depois, antigamente havia o espírito de família dentro de uma instituição, agora já não. Se as pessoas são necessárias estão lá, se não são levam um pontapé, vão à sua vida e mais nada. Não se entende. 

Convívio com Arte está de regresso!

**Depois da interrupção
forçada devido à
pandemia, o Mais
Sindicato volta
a organizar os passeios
de cultura e lazer
que são já uma marca
nas atividades
de tempos livres**



PEDRO GABRIEL

Um mês, uma visita. Os Convívios com Arte estão novamente disponíveis e o Mais Sindicato tem a proposta ideal para que possa passar o último sábado de cada mês embebido na melhor cultura que o País tem para oferecer. As visitas orientadas promovidas pelo Sindicato dão a conhecer alguns dos tesouros artísticos nacionais em locais onde os participantes convivem sob o pretexto de uma atividade cultural.

A primeira proposta realizou-se no dia 26 de março, no Museu dos Coches, em Lisboa.

No dia 30 de abril, é a vez de fazer uma visita ao Castelo de São Jorge enquanto a Quinta da Regaleira, em Sintra, é a proposta para o dia 28 de maio.

No dia 25 de junho, o MAIS leva-o a conhecer o Museu de Arte Antiga, em Lisboa, e no dia 30 de julho pode deliciar-se com um dia bem passado junto a Mafra, com passagens

pelo Convento e pela Tapada. Neste evento, o almoço está incluído.

Ecletismo

Depois de uma interrupção no mês de agosto, os Convívio com Arte retomam no dia 23 de setembro, excecionalmente a uma sexta-feira, com uma visita à Adega Regional de Colares, com direito a visita guiada e prova de vinhos.

Diretamente para a casa da democracia, a Assembleia da República é a proposta para o dia 29 de outubro.

O calendário cultural encerra em 26 de novembro com uma visita ao Museu do Fado.

De referir que locais e datas podem sofrer alterações. Os preços e todos os pormenores dos eventos serão oportunamente divulgados.

Informações e inscrições podem ser feitas através do e-mail administrativa@mais.pt ou do telefone 213 216 039. ▶

Calendário 2022

Local	Data e hora
Castelo de S. Jorge, Lisboa	30 de abril – 10h30
Quinta da Regaleira, Sintra	28 de maio – 10h30
Museu de Arte Antiga, Lisboa	25 de junho – 10h30
Convento e Tapada de Mafra (com almoço)	30 de julho – 10h30
Adega Regional de Colares (Visita-guiada+prova de vinhos)	23 de setembro – 10h30
Assembleia da República	29 de outubro – por confirmar
Museu do Fado	26 de novembro – 10h30



A imaginação é o limite

Os associados do MAIS 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

Eternamente enamorados

Mundos de sonhos lindos, encantados,
Fantasias coloridas, prím-pim-pim,
Revivem neste dia, os Namorados,
Passeando de mãos dadas, pelo jardim ...

Naquela praia, num dia de verão,
Perdido de amor e olhando a Lua,
Eu me declaro, abrindo meu coração:
"Quero juntar a minha vida à tua!..."

E tu, tremendo, chorando de emoção,
Em voz suave e doce e rosto corado,
Respondeste: "Oh, amor, toma a minha
mão!"

E à luz do luar, resplandecente,
Num beijo sentido, apaixonado,
Nos deixámos amar, perdidamente!...

Carlos Barata Garcia
Sócio n.º 07066

Não me olhes assim

Olha-me
Com a cor carmim
Como o carinho
Das flores
Em jardim.

Olha-me
Com olhos marejados
De uma alma vigiada.
Não me vejas
Com o sabor
Do vício.

Olha-me
Com a cor
Do viço.
Olha-me
Com a força
Da primavera
A aura da madrugada.

Eu sou a que nunca
Te espera
Sou a vida
De uma assentada.
Puro frenesim
Espera sem fim
Excelência
Da inocência.

Tempo Espiritual
Sem igual
Sem placença
Um fruto
Quase
Quase maduro.

Olha-me
Com o olhar
De futuro.

Olha-me
Com a luz
Da madrugada
Sem cansaços
Com a força
Dos passos dados.

Não me olhes assim
Oferece-me
Palavras doces
Essas sim
São o compasso
São um pedaço
Sem avistar o fim.
Olha-me
De frente
Isso sim.

Vê-me
E veste-me
Com olhos
De um dia
Repleto de cor
Completo
Como o Amor.
Não me olhes
Nem me dispas
Assim.

Malika
Sócia n.º 30916

As palavras

As palavras andam de boca em boca,
à procura do amor
São muitas, umas mais doces
outras mais azedas
Umamais novas, outras mais velhas

As mais novas saltitam entre as
mais velhas

Numa sinfonia de sons e cores
Na esperança de entrarem, num
livro, num jornal, num telejornal
Na boca de um autor, de um
comediante, de um locutor
Os poetas e os escritores
penteiam-lhes os longos
cabelos

Fazem-lhes bonitas tranças
e colocam-lhes flores, nos
cabelos

Mas, não contentes, cortam-
lhes o cabelo e fazem-lhes
permanentes

Pintam-lhes as sobrancelhas,
os olhos e a boca, uma rotina
louca

Mas, mesmo depois de tantas
transformações, ainda não
estão ao seu sabor

Beijam-nas na testa, na face, na
boca, nos seios

Depois de tantos devaneios
Procuram que transmitam:

amor, alegria, esperança, calor
Mas também, ódio, raiva,
desilusão, ingratidão, dor
Todas querem estar na ribalta,
no escaparate

Não as conseguem utilizar
todas!

Algumas, por mais voltas que
lhes deem, não as conseguem
fazer rimar

Mas, elas não desanimam,
nunca perdem a esperança
Mais tarde ou mais cedo,
aparecerá um poeta ou um
escritor, que lhes dará o devido
valor.

José Silva Costa
Sócio n.º 17296

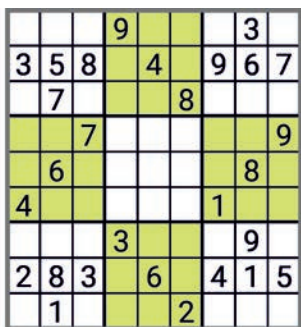
Sudoku

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 366



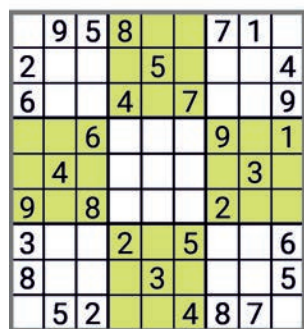
Médio 366



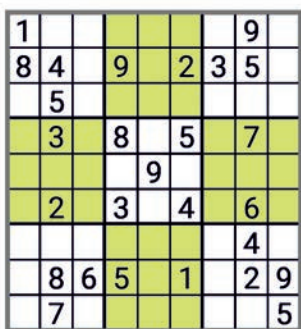
Difícil 366



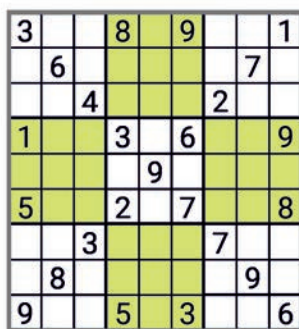
Fácil 367



Médio 367

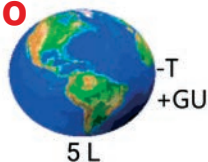


Difícil 367



Enigma Figurado

(expressão corrente)



5 L



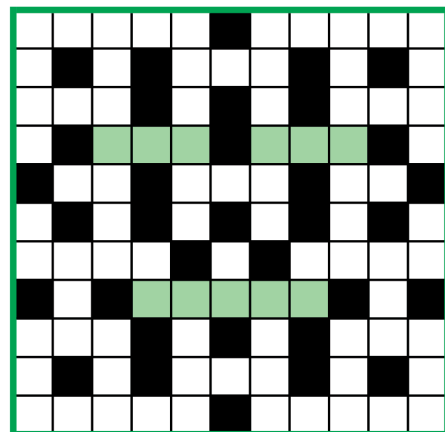
3 L



7 L

A sortear: PRÉMIO MAIS

Crucigrama



Complete o diagrama com as 37 palavras a seguintes:

- AC, EU, ID, IS, NA, SE, UT.
- AER, ERO, EVA, IRA, LUA, MOR, ONU, PAZ, POR, SER, TIL, TIO, URA, VOS, VOZ.
- CAIU, CRUA, IATE, OSLO, OPAR, ROLA.
- APURO, CRAVO, REZAR, TAPIR, TODOS.
- OMÍZIO, TREPAP.
- ARAPARI, PUTREIA.

A sortear: PRÉMIO PORTO EDITORA

Resultados do «Tempo Livre» 428



Palavras-Cruzadas: Premiado: Isabel Maria Pombo Monteiro (Almada).

Jogo da Lógica: GUIDA (Sofia/Ciclista/Viola/Junho/João // Luísa/Judoca/Piano/Abril/Jorge // Magna/Tenista/Banjo/Março/ Artur // Guida/Surfista/HARPA/Agosto/Raul // Joana/Ginasta/Flauta/Maio/Bruno).
Premiado: Maria Paula Ferreira (São Brás de Alportel).

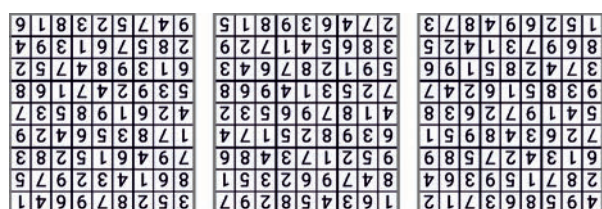
Dizer a bem dizer: 1-B, 2-B, 3-B, 4-B, 5-B, 6-A, 7-A, 8-B. Premiado: António Couto Cabral (Queluz).

Prà Petizada: N.º 6. Premiados: Gabriel Almeida, 8 anos (Bobadela); Madalena Gomes, 7 anos (Funchal); Margarida e Catarina Correia, 3 e 7 anos (Corroios); e Otto Sanches, 4 anos (Lisboa).

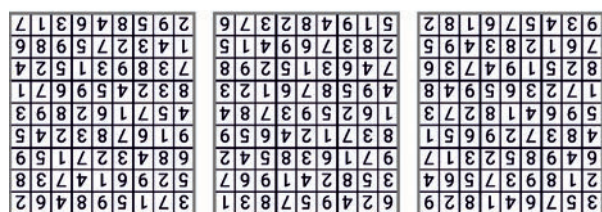
Enigma Figurado: Por um fio (por quase nada; por um triz; por uma nesga). Premiado: Rui António Pires (Amora).

«Tempo Livre» 430 Ano XXVII Respostas até 30 . abril . 2022

Soluções



Difícil 367



Médio 367

Difícil 366

Médio 366

Fácil 366



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