



# newsletter

abril 2018

SINDICATO NACIONAL DOS QUADROS E TÉCNICOS BANCÁRIOS



RESCISÕES POR MÚTUO ACORDO?

**NÃO, OBRIGADO!**





**Tiago Teixeira**  
Diretor Nacional  
Pelouro Marketing

Caro (a) sócio(a),

Nesta edição de abril da sua newsletter, convidamo-lo a conhecer as propostas do SNQTB para a sua reforma, na sequência de uma sessão de 'Saber +' dedicado a este tema que realizámos recentemente no Porto. Como dizem (e bem) Rita Appleton e Rui Sousa numa entrevista neste número, este é um tema que deve preocupar todos os portugueses.

Deixo-lhe também a nota de que o SAMS Quadros acabou de fechar mais duas parcerias, desta vez com a Clínica da Diabetes do Barreiro e com a Clínica Moderna de Ponta Delgada, duas instituições de referência que decerto irão corresponder às necessidades dos nossos associados das respetivas regiões.

Finalmente, e porque estamos a entrar no último período escolar, ficam também algumas dicas de estudo para que os seus filhos consigam enfrentar da melhor forma esta fase intensa da sua vida escolar.

Vemo-nos em maio.



### Pela recuperação dos rendimentos dos bancários

Na sua habitual presença no 'Jornal Económico', onde assina uma coluna de opinião mensal, Paulo Gonçalves Marcos volta a apelar ao bom senso das forças sindicais do setor da banca para constituir uma mesa negocial única e garantir a recuperação de rendimentos dos bancários. Para o presidente do SNQTB, «a divisão negocial é um erro que, a persistir, será pago pelos bancários. Um erro que alguns não percebem, ou fingem não perceber, bem instalados que estão na sua zona de conforto». Crítico das estruturas sindicais com dirigentes «cuja autoridade não decorre do seu currículo, do seu exercício profissional, do seu domínio técnico, cultural ou científico», Paulo Gonçalves Marcos deixa duas questões no ar: «Que legitimidade ética tem alguém para representar os trabalhadores quando há duas décadas não exerce a profissão? Que trabalhadores se sentirão representados por estes dirigentes desfasados da realidade?».

A ler em <http://www.jornaleconomico.sapo.pt/noticias/quem-se-opoe-a-recuperacao-de-rendimentos-pelos-bancarios-275881>



### Cartões de crédito do Novo Banco: SNQTB apela ao consenso

O SNQTB interpelou recentemente o Presidente da Comissão Executiva do Novo Banco no sentido de solucionar a questão do pagamento dos montantes correspondentes aos cartões de crédito atribuídos aos trabalhadores do banco, para utilização pessoal, quer enquanto condição contratada na admissão, quer no âmbito da execução dos contratos de trabalho, assumindo assim natureza retributiva.

Para o SNQTB, a questão deverá ser resolvida consensualmente de forma a evitar processos judiciais e admite a implementação de uma solução gradual e escalonada no tempo.

### Trabalhadores da Primestar reunidos em plenários no SNQTB

Na sequência da iniciativa do Banco Santander de apresentar contratos individuais aos trabalhadores colocados na Primestar, o SNQTB alertou de imediato os seus associados no sentido de não se vincularem a qualquer documento contratual apresentado pelo banco até que o sindicato seja devidamente esclarecido sobre o procedimento adotado pelo Banco Santander. Além deste alerta, o SNQTB convocou de imediato estes trabalhadores para três sessões plenárias em Lisboa, Porto e Faro e interpelou o Banco com um pedido de esclarecimento.

«Este procedimento foi uma surpresa e traduz uma alteração radical e abrupta àquilo que o Banco transmitira aos trabalhadores verificando-se, nalguns casos, a alteração unilateral das suas condições contratuais», afirmou Paulo Gonçalves Marcos, presidente do SNQTB. «Este tema continuará a ser seguido por nós com a máxima atenção».

### Promoções por mérito no Crédito Agrícola devem ser cumpridas

O Crédito Agrícola tem de assegurar o disposto no ACT das Instituições de Crédito Agrícola Mútuo (ACT ICAM), nomeadamente no que se refere às promoções por mérito. Esta é a convicção do SNQTB, que remeteu recentemente uma comunicação à Administração da Caixa Central de Crédito Agrícola Mútuo no sentido de garantir o rigoroso cumprimento da Convenção Coletiva em vigor. Esta tomada de posição do SNQTB surge na sequência da constatação do deficitário cumprimento do disposto na Cláusula. 16.ª do ACT ICAM por parte de várias Caixas Agrícolas. A direção acredita, contudo, que a instituição irá proceder, com a maior brevidade, às devidas promoções de mérito.



### União Salarial: eliminar as assimetrias para uma Europa mais justa

Em finais do ano passado, várias instituições e personalidades de oito países da Europa Central lançaram a 'União Salarial', uma Iniciativa de Cidadania Europeia (ICE), que visa eliminar as desigualdades económicas e salariais entre os Estados-membros do núcleo europeu e os da periferia. A União dos Sindicatos Independentes (USI) participa ativamente neste movimento e prepara-se para recolher mais de 15 mil assinaturas em Portugal, que se juntarão às dos cidadãos dos restantes sete países envolvidos de forma a perfazer um milhão – ou seja, as necessárias para que a Comissão Europeia (CE) apresente uma proposta legislativa. «Tal como nós, em Portugal, muitos destes países da Europa Central assistem impotentes à emigração dos seus jovens e a uma fuga de capital humano cujo impacto é assustador e com consequências dramáticas a vários níveis. Façamos, pois, o debate necessário e a discussão que permita esta convergência», afirma Paulo Gonçalves Marcos, presidente da USI.

## ENTREVISTA

### Rita Appleton e Rui Sousa, Sociedade Gestora de Fundos (SGF)

«A reforma é uma preocupação que deve ser comum a todos»

O SNQTB realizou, em fevereiro, mais uma sessão 'Saber +', desta vez no Porto e subordinada ao tema 'Reforma dos Bancários'. Rita Appleton e Rui Sousa, da SGF, respondem aqui a algumas das questões mais colocadas durante a sessão.

Os bancários têm motivos de preocupação quanto à sua reforma?

Sem qualquer dúvida. Porque independentemente das razões mais do que explicadas do problema de demografia e do crescimento económico sustentado em Portugal, as recentes crises bancárias provocaram cortes nos custos dos bancos, nomeadamente dos custos com pessoal, que levaram a despedimentos e rescisões de mútuo acordo e que forçaram a saída de muitos bancários antes de completar os 35 anos de antiguidade, penalizando fortemente as suas reformas. Temos alertado os bancários para a necessidade de constituírem um complemento de reforma que visa compensar a quebra de rendimento na altura da reforma. Mas a questão não se coloca só para os bancários. De facto, estudos recentemente divulgados pela União Europeia sobre a problemática da Reforma, apontam que a percentagem sobre o último salário assegurado pela Segurança Social em Portugal era de apenas 60% do último salário em 2017 e será de 30% do último salário em 2060. Trata-se, pois, de uma preocupação que deve ser comum a todos os portugueses.

Que tipo de soluções oferece o SNQTB neste domínio?

Cada vez mais serão os próprios bancários a ter de financiar a sua reforma e, sim, o SNQTB tem uma solução que pode mitigar este problema. O SNQTB foi inovador ao criar em 1995 um Fundo de Pensões complementar para a reforma, com garantia de capital e de fácil concretização podendo participar os sócios e os cônjuges de sócios. Note-se que a dotação inicial do Fundo foi constituída pelo SNQTB, sendo que o Plano de Pensões é constituído por duas parcelas: a conta individual constituída pelas contribuições dos participantes e a quota-parte da conta do SNQTB, calculada em função da antiguidade como sócio.

As contribuições poderão ser entre a 0,5% e 35% da retribuição mensal efetiva do respetivo sócio ou ex-sócio, existindo uma garantia de rendimento para os participantes sócios e uma garantia de capital para os participantes cônjuges de sócio. A atribuição da garantia, que se vence unicamente na data do reembolso total aquando da reforma por velhice ou reforma por invalidez, implica no mínimo 60 contribuições mensais e a manutenção das contribuições mensais para o Fundo até à data de reembolso. Este fundo é muito fácil de subscrever, bastando ir ao portal de sócio, preencher a proposta de adesão e enviar para o SNQTB.

Que conselhos daria um bancário em início de carreira para assegurar uma reforma adequada às suas necessidades?

O ciclo de vida profissional em geral caracteriza-se por três grandes fases: início da carreira, fase intermédia e fase final. Na primeira, os rendimentos são naturalmente escassos, pelo que uma poupança de 2,5% sobre o salário mensal para o Fundo de Pensões do SNQTB pode ser o arranque para uma poupança de longo prazo. Depois, é ir ajustando esse montante ao longo da vida profissional, 5%, 7,5%, 10% etc. e constituindo um património autónomo que vai fazer a diferença na reforma. Voltamos a referir que em 2060, a pensão da Segurança Social não deverá representar mais do que 30% do último salário. A questão da Pensão da Reforma está a passar para a esfera individual. Assim, é da responsabilidade de cada um de nós completar a diferença entre a pensão estimada e o último salário pelo que urge começar quanto antes a contribuição para o Fundo de Pensões do SNQTB.



Rita Appleton  
Administradora não  
executiva SGF / Diretora  
nacional SNQTB



Rui Santos  
Diretor geral da SGF



### SAMS Quadros reforça presença nos Açores

Considerada uma das mais prestigiadas e completas clínicas de medicina dentária da Região Autónoma dos Açores, a Clínica Moderna é a mais recente instituição parceira do SAMS Quadros. Implantologia, Cirurgia Oral, Ortodontia, Prostodontia, Periodontia, Endodontia e Odontopediatria são alguns dos serviços disponíveis nesta clínica, que oferece soluções inovadoras e desenhadas à medida de cada paciente e das suas necessidades. A Clínica Moderna situa-se no centro da cidade de Ponta Delgada, em frente ao Jardim Antero de Quental, também conhecido por Jardim do Colégio e a 50m do Parque do Castilho. Com este acordo, o SNQTB reforça a sua política de qualidade e proximidade com os seus associados do arquipélago dos Açores.

#### Clínica Moderna

Rua Aristides Mota nº49, 9500-054 Ponta Delgada - São Miguel, Açores  
Telefone 296 282 550 / 91 070 29 80



### Clínica da Diabetes assina parceria com SAMS Quadros

O SAMS Quadros acaba de celebrar acordo com a Clínica da Diabetes do Barreiro, vocacionada para o tratamento, vigilância e seguimento de pessoas com Diabetes Mellitus, mas que disponibiliza consultas em mais de nove especialidades médicas, nomeadamente Ginecologia e Obstetrícia, Medicina Interna, Nefrologia, Neurologia, Urologia, Acupuntura Médica e Clínica Geral. Refira-se que, entre dez a doze portugueses morrem a cada dia, em média, por Diabetes, uma doença que afeta mais de um milhão de pessoas no nosso país, segundo um relatório nacional divulgado no final do ano passado pela Direção-geral da Saúde.

#### Clínica da Diabetes no Barreiro

Rua Dr. Manuel Pacheco Nobre, 50B 2830-080 Barreiro  
Tel: 212049246 / Tlm: 933671603 / Fax: 212049248  
E-mail: geral@clinicadadiabetes.pt

## mito ou realidade



### Deixar de fumar engorda?

Segundo a Direção-geral da Saúde, o consumo de tabaco foi responsável, em 2010, pela morte de cerca de 11 000 portugueses fumadores ou ex-fumadores, causadas por doenças respiratórias, cancro ou doenças do aparelho cardiovascular. Deixar de fumar diminui o risco de desenvolver doenças cardiovasculares e doenças respiratórias, bem como inúmeros tipos de cancro, mas, para muitos, significa também um aumento de peso. Há três razões para que isso aconteça: o aumento do apetite, a alteração do metabolismo em repouso e a acumulação de gordura.

Ou seja, teoricamente, deixar de fumar pode engordar, mas na prática existem algumas formas de evitar esse indesejável aumento de peso. Como? Siga as seguintes sugestões: faça várias refeições leves ao longo do dia, beba muitos líquidos (sobretudo água), evite bebidas com cafeína, pratique exercício físico e, por último, mas muito importante, altere rotinas e comportamentos associados ao ato de fumar para evitar recaídas. E lembre-se sempre que os ex-fumadores vivem mais tempo do que aqueles que mantêm o hábito e têm menores riscos de desenvolver doenças cardiovasculares e respiratórias e alguns tipos de cancro como os de trato respiratório, gastrointestinal, urinário e ginecológico.

### DOE 0,5% DO SEU IRS À FUNDAÇÃO SOCIAL BANCÁRIA - NIPC: 510 042 627

A Fundação Social Bancária tem vindo a desenvolver iniciativas na área da saúde, trabalho, formação profissional, família e cultura, e apela ao apoio de todos os associados do SNQTB para poder continuar a desenvolver este tipo de iniciativas.

No preenchimento do seu IRS pode consignar 0,5% à FSB, um processo que não representa qualquer custo para si - uma vez que se trata de uma reafetação do dinheiro a uma instituição - mas que poderá ter um peso muito significativo para todos os que integram a Fundação Social Bancária.



## Seguro de Vida Crédito Habitação permite poupança de 60%

A SNQTB e a MIS mantêm o seu habitual regime de parceria, agora com um Seguro de Vida Crédito Habitação, que permitirá uma poupança de 60% e uma redução substancial na sua prestação mensal. Com a simulação e tratamento de dados e documentação, a MIS oferece-lhe uma alternativa aos seguros do seu Banco, que deixam agora de ser de subscrição obrigatória. Para saber mais sobre a parceria e as suas condições, contacte [mis@mis.pt](mailto:mis@mis.pt).

POUPE ATÉ  
60%



### 'Gira e Elegante em 15 minutos'?

Sim, é possível!

Bárbara Taborda, empresária, blogger e apresentadora de uma rubrica de moda e beleza na SIC Mulher, foi a anfitriã de mais uma edição do ciclo 'Saber +'. No auditório do SNQTB, em Lisboa, um conjunto de associadas recebeu dicas e recomendações infalíveis para ficar 'Gira e Elegante em 15 minutos', tendo também oportunidade para colocar questões a Barbara Taborda numa sessão divertida e construtiva. Refira-se que o ciclo 'Saber +' é uma iniciativa do SNQTB que pretende levar o debate temas do interesse dos seus associados.

### Sócias de Leiria aprendem os segredos da auto maquilhagem

A Delegação do SNQTB de Leiria foi o local escolhido para receber o Workshop 'Auto maquilhagem', promovido recentemente pelo SNQTB e Fundação Social Bancária e dirigido a todas as sócias da região. Ao longo de quase duas horas, as participantes aprenderam muitas técnicas simples, mas de efeito imediato que lhes permitirá fazer diariamente uma maquilhagem eficaz e duradoura. Este workshop foi realizado em parceria com a Medi Visage, grupo de estética com larga tradição no setor da beleza em Portugal.

### Vem aí o período mais temido do ano

O início do terceiro período escolar, a 9 de abril, marca o arranque de uma das fases mais decisivas para as crianças e jovens portugueses, que se completa com os exames nacionais, provas de aferição e provas finais a decorrer em maio e junho. São três meses de trabalho árduo e muita tensão, nem sempre fácil de gerir.

Organizar bem os tempos de estudo (evitando distrações e mantendo longe os smartphones), não descurar a atividade física (exames não justificam faltas ao ginásio ou à piscina), procurar o equilíbrio na alimentação (legumes, ovos, fruta e frutos secos), beber muita água (a desidratação causa sonolência e fraqueza) e encontrar um local tranquilo e com boa luz para estudar (a cama está fora de questão) são a melhor estratégia para conseguir bons resultados escolares. E um último truque: estabelecer objetivos realistas para cada um dos exames de forma a definir o melhor investimento de tempo e não defraudar expectativas.

**SNQTB**  
**SABER+**

### Terceira jornada do II Torneio de Futsal já tem vencedores

O II Torneio Nacional Bancário de Futsal SNQTB conheceu mais uma jornada, desta vez a terceira.

Sagraram-se vencedores a FAPOC (ganhou ao Novo Banco por 2-1), a Footamill (marcou 5 golos contra 1 do BBVA) e o BPI (venceu por 3 golos a New Team, que marcou 1).

A segunda edição deste torneio conta com a participação de bancários, parabancários e ACE Bancários e é disputada de Norte a Sul do país.



Acompanhe-nos ainda em [www.facebook.com/snqtb](https://www.facebook.com/snqtb) e fique a par de todas as novidades!



## CORRIDA E CAMINHADA SAMS QUADROS

29 SET – LISBOA

10 KMs Corrida | 4 KMs Caminhada

Vem aí mais uma edição da 'Corrida e Caminhada SAMS Quadros' e o segredo para uma boa classificação está na preparação. Até setembro vamos dar-lhe um conjunto de dicas essenciais para que esteja na sua melhor forma no dia da corrida e caminhada.

### DICA 1 – PLANO DE TREINOS

O início da primavera é uma excelente altura para começar a preparação. Desenhe um plano de treinos para cumprir até setembro. Este plano deve ser desenvolvido tendo em conta vários fatores: idade, sexo, peso, condição física atual, objetivos, local dos treinos, etc. Aconselhe-se com quem sabe e pondere a possibilidade de, no caso de não fazer desporto há muito tempo, consultar o seu médico. Nesta fase inicial, invista também nuns bons ténis. Os elementos mais importantes a ter em conta no momento da compra são o tamanho, a capacidade de amortecimento e a estabilidade. Há muitas opções disponíveis no mercado. Bons treinos!



## Espaço Opinião

### O que não podem ser as Rescisões por Mútuo Acordo (RMAs)

Elas chegam silenciosamente, sibilinamente, sussurradas amiúde. Quase como que um convite para uma vida melhor. Um bilhete para uma vida sem chefes, clientes ou mesmo colegas.

São as rescisões por mútuo acordo. RMAs na gíria dos 'entendidos'. A visão do SNQTB é que um processo destes tem que ser genuinamente voluntário e por mútuo acordo. Seremos absolutamente vigilantes para que casos de assédio moral não se verifiquem. O assédio moral é crime, num esforço legislativo e civilizacional em que o SNQTB se empenhou. Quem o praticar arrisca pena de prisão efetiva.

Mas um processo de RMAs não pode ser nunca uma saída para quem está saturado, deprimido, exausto. Estes são sintomas que requerem tratamento médico ou outro, especializado. São sinais para sermos mais exigentes com métodos de gestão típicos do século XIX, e que não podem ser apanágio de uma economia do conhecimento. Mas nunca gatilhos para uma RMA.

A aceitação de uma proposta de rescisão por mútuo acordo não deve ser um processo em que o bancário fica envergonhado por ter sido 'convidado'. É um processo que tem que ser de decisão informada. Onde se fazem as perguntas relevantes: qual o plano alternativo profissional? Como ficam os equilíbrios familiares? Que impacto na saúde, educação, habitação ou valorização social de uma decisão de RMA? E sabem os bancários que reformando-se fora do setor bancário (todos os que aceitem uma RMA e mais não voltem a trabalhar em banco com ACT/AE) vão ter uma reforma MUITO MAIS REDUZIDA do que teriam se ficassem no banco?

**O que dizemos para as Rescisões por Mútuo Acordo dizemos alto:** decisão informada, sempre com o acompanhamento e apoio do SNQTB. Com os nossos dirigentes no terreno, com os nossos delegados sindicais, com as nossas Delegações. Com o apoio do nosso expertise jurídico. **Nenhum sócio estará sozinho!**

*Paulo Gonçalves Marcos*

Presidente da Direção do SNQTB e do Conselho Diretivo do SAMS Quadros