



EMPRESARIAL

AGOSTO 2022 | BIMESTRAL | ANO 14 · N. 84



aciab 111
anos

associação comercial e industrial
arcos de valdevez e ponte da barca



P3
**ACIAB - MEIOS DE
COMUNICAÇÃO**

P7
**ENTREVISTAS AOS
ASSOCIADOS**

P12
MEDICINA NO TRABALHO

P14
SUCESSO NOS SEUS INVESTIMENTOS...



EDITORIAL



PRESIDENTE

António Marques Campos

A DINÂMICA COMERCIAL NOS MESES DE VERÃO PÓS-PANDEMIA

Nos últimos anos, Portugal tornou-se o segundo país da União Europeia com mais emigrantes. Arcos de Valdevez e Ponte da Barca são concelhos com uma forte emigração e os meses de julho e agosto são por excelência, meses em que recebemos os nossos emigrantes, aos quais dedico uma saudação especial e votos de umas excelentes férias, num contexto pós-pandemia. Durante este período de férias, é com agrado que vejo as ruas do nosso comércio encherem-se de vida e dinamismo, demonstrando a sua satisfação ao fazer compras no comércio tradicional, com características únicas, como a proximidade, a relação afetiva que se estabelece entre comprador e vendedor, a diferenciação de produtos, serviços únicos e personalizados, produzidos pela população da região. A sua capacidade de oferta, a envolvente histórica e cultural, o património, a identidade local e os afetos, ao comprar no comércio tradicional estamos a contribuir para a nossa riqueza dos nossos familiares e amigos. O mês de agosto é também, o mês em que os nossos concelhos se enchem de multidões para festejar as festas populares encarando o espírito do folclore que corre nas veias das gentes do Minho. É necessário cada vez mais, orgulharmo-nos da nossa cultura e tradição, transmitir isto é essencial para a promoção das nossas empresas e riquezas da região, valorizar a tradição, a festa e o convívio que com estes anos de pandemia, tornou-se fundamental e extremamente valorizado por todos. Neste contexto, sugerimos aos nossos associados a decoração dos espaços comerciais e fachadas de acordo com as datas festivas, tornando-os mais atrativos, contribuindo para a dinamização da cultura e tradição da região!

Desejo a todos umas excelentes férias!

Nos últimos anos, Portugal tornou-se o segundo país da União Europeia com mais emigrantes. Arcos de Valdevez e Ponte da Barca são concelhos com uma forte emigração e os meses de julho e agosto são por excelência, meses em que recebemos os nossos emigrantes, aos quais dedico uma saudação especial e votos de umas excelentes férias, num contexto pós-pandemia. Durante este período de férias, é com agrado que vejo as ruas do nosso comércio encherem-se de vida e dinamismo, demonstrando a sua satisfação ao fazer compras no comércio tradicional, com características únicas, como a proximidade, a relação afetiva que se estabelece entre comprador e vendedor, a

Para divulgação das suas atividades e partilha de informação, a ACIAB tem feito uma aposta nos meios de comunicação social, principalmente a nível do digital. A informação é disponibilizada em tempo real e de fácil acesso.

Ao longo dos anos, fomos sempre dando conhecimento do trabalho realizado e também de informação que consideramos importante e relevante para as empresas e seus empresários.

No site da aciab, www.aciab.pt, nas redes sociais, na nossa newsletter empresarial, rádios e jornais locais, publicamos todo o trabalho desenvolvido pela ACIAB, assim como informação de carácter geral para população.

Consideramos fundamental que os empresários, tenham real consciência, da importância dos meios de comunicação social, ao nível da informação, nos quais são disponibilizados conteúdos informativos de âmbito económico e empresarial e que possam facilmente interagir com eles.

Temos consciência, que estamos a contribuir para que os empresários e a população em geral, tenham acesso a informação útil de uma forma eficaz e atempada.

Boas Férias e Bons Negócios...!

Façam Compras no Comércio Tradicional de Arcos de Valdevez e Ponte da Barca!



VICE-PRESIDENTE

Francisco Peixoto Araújo

MEIOS DE COMUNICAÇÃO SOCIAL

Índice

3	ACIAB - MEIOS DE COMUNICAÇÃO	7	ENTREVISTAS AOS ASSOCIADOS	12	MEDICINA NO TRABALHO	14	SUCESSO NOS SEUS INVESTIMENTOS...	15	OPINIÃO
---	------------------------------	---	----------------------------	----	----------------------	----	-----------------------------------	----	---------

Parceiros Institucionais



Programas



Cofinanciado por:



Propriedade: ACIAB | Presidente da ACIAB: António Marques Campos | Diretor: Francisco Peixoto Araújo | Coordenadora: Fernanda Velinças
Arcos de Valdevez - R. Gen. Norton de Matos, nº 10, 1º | Tlf.: 258 521 473 | Tlm: 962140714 | Tlf.: 258 454 524 | www.aciab.pt | aciab@aciab.pt
Ponte da Barca - Rua Dr. Carlos Araújo, nº 9 - 1º | Tlm: 962140714 | Tlf.: 258 454 524 | www.aciab.pt | aciab@aciab.pt
Colaboradores: Prazeres Sousa, Cidália Pereira, Jorge Quintas, Helena Brito, Mário Quintas e Agostinho B. Freitas.
Tiragem: 2.000 exemplares | JOSÉ AMORIM | DESIGN (925 594 192) | Impressão: Grafircos | Depósito Legal: 283819/08 | Distribuição Gratuita

OS MEIOS DE COMUNICAÇÃO DA ACIAB

A internet apresenta as mais elevadas taxas de crescimento em comparação com os meios tradicionais, atualmente é o meio mais utilizado para promoção e divulgação, pois a maioria das pessoas convive diariamente com a internet e dessa relação saem resultados muito satisfatórios para as empresas que mantêm uma presença online.

Num mundo empresarial cada vez mais competitivo, as empresas têm de potenciar as suas capacidades e qualidades. A comunicação estratégica e o marketing, se bem desenvolvidos e implementados, atuam como vetores indispensáveis da manutenção de uma imagem credível, contribuindo para que se formem perceções e, conseqüentemente reputações positivas junto dos consumidores.

Os empresários devem ter presente que o marketing online é extremamente importante para as empresas, já que é através dele que estas se dão a conhecer aos seus clientes. A existência de uma estratégia de marketing é preponderante, pois permite à empresa definir e implementar o caminho a percorrer para atingir novos mercados e um conseqüente aumento de vendas.

A ACIAB dispõe de um site www.aciab.pt de carácter informativo, com conteúdos das mais diversas áreas como contabilidade, finanças, legislação de apoio ao associado, eventos e marketing empresarial. O site atinge um a média anual de 750 mil visitas ano, consideramos um verdadeiro sucesso, uma vez que a premissa é ir ao encontro das necessidades dos nossos associados e público em geral.

Também dispomos de um Jornal denominado Infoempresarial, com periodicidade bimensal e distribuição a todos os associados, onde é divulgada a atividade da ACIAB, assim como informação de carácter empresarial de acordo com a necessidade dos associados.

Estamos presentes nas redes sociais através do Instagram e Facebook, esta presença on-line tem um impacto muito positivo na sua gestão, contribuindo para o aumento do conhecimento do trabalho desenvolvido pela ACIAB, permite uma participação no mercado global com uma maior interligação com os Associados.

Enviamos todos os meses para os Associados Newsletter, com informação atualizada e necessária ao desenvolvimento das suas atividades económicas. Participamos com notícias de carácter informativo nos jornais e rádios locais. Em suma, os empresários devem ter presente que o marketing é extremamente importante para as empresas, pois constitui uma ferramenta de desenvolvimento e crescimento do negócio.

Ao longo desta edição serão apresentadas várias entrevistas a associados, apresentado as suas opiniões sobre os meios de comunicação da ACIAB, nomeadamente o Jornal Infoempresarial.



COZINHA TRADICIONAL NACIONAL E INTERNACIONAL



pizzariatiodredo.com

☎ 258455600



iluminaamente

EVENTOS

arcos de valdevez
iluminaamente@gmail.com
palcosmrocha@sapo.pt

Iluminação . Ornamentação . Palcos

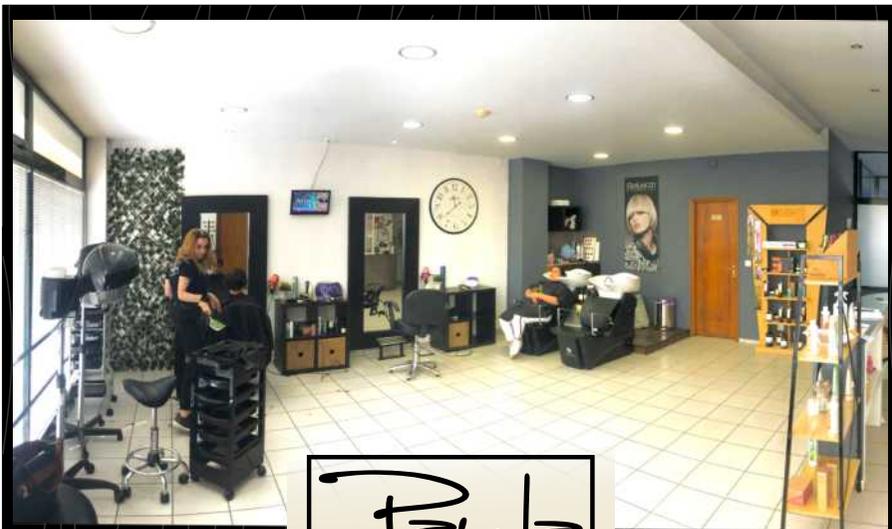


Manuel Rocha +351 934 412 789



ALUGUER
GRUA
PALCOS
TENDAS





Paula
Cabeleiros

937 646 645

PRODUTOS DE CABELEIREIRO E ESTÉTICA

R. Dr. António J. Pimenta Ribeiro, Nº66 | 4970-716 ARCOS DE VALDEVEZ

Hair Beauty & Fitness

E. N. 202.1 nº19
Paçô 4970-242 A. Valdevez
258 453 171 938 574 119

MOBE
Hair, beauty & fitness
By Melanie



GRAFIARCOS

artes graficas, lda.

Edifício Sol do Vale, 15
4970 - 440 Arcos de Valdevez
grafiarcos@sapo.pt | grafiarcos.com

258 515 299
966 560 499
961 948 169



M
MAXIARCOS
MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO

Silvares | Salvador | 4970 - 483 Arcos de Valdevez | 258 513 284



Mercearia e Café
DOURADO
CABREIRO

935 955 262 | douradobar@gmail.com | CABREIRO



Aroma SPA

SERVIÇO DE MASSAGENS E DE CUIDADOS DE PELE

Rua Drº Germano Amorim, nº 261 R/C
ARCOS DE VALDEVEZ
aromaspaavv@gmail.com

ESTÉTICA & BELEZA



**CARNES CERTIFICADAS
FUMEIRO CASEIRO**



Rua Soares Pereira 86 | 4970 - 434 Arcos de Valdevez | 258 515 130



Decoração



Papelaria

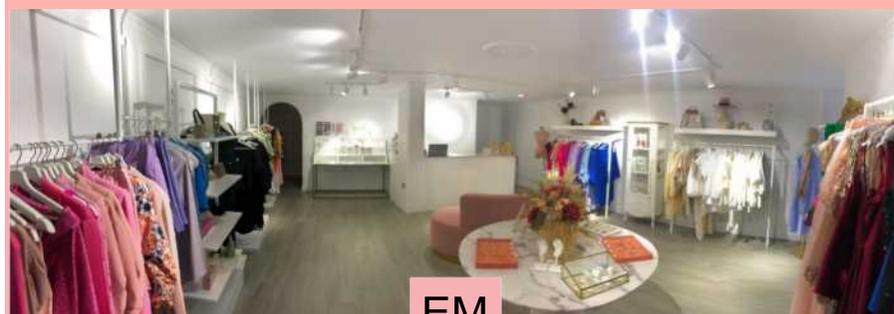
Ferragens

FERRAGENS | PAPELARIA | DECORAÇÃO

968 575 816

FONSECA & FILHOS, LDA

RUA GENERAL NORTON DE MATOS 48/50
ARCOS DE VALDEVEZ
4970 - 460 ARCOS DE VALDEVEZ



**EM
ME**
enme



RUA CERQUEIRA GOMES, R/C - Nº 23
4970-444 ARCOS DE VALDEVEZ

LOJA DE VESTUÁRIO PARA MULHER
933 814 291 - arguanne@hotmail.com



NOVA ERA SAPATARIA

RUA CONS. PEDRO BRITO, 22 4970-445 ARCOS DE VALDEVEZ

258 515435



258 577 276

Lugar de Carreiras

4970-655 SOAJO



MUNICÍPIO
ARCOS DE VALDEVEZ

aciab111
anos

associação comercial e industrial
arcos de valdevez | ponte da barca

OS MEIOS DE COMUNICAÇÃO PARA OS ASSOCIADOS DA ACIAB

258 452 887 Paula Cabeleireira

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

O jornal divulga o comércio local de ponte da barca, dando a conhecer à população a oferta existente nas suas vilas de residência, Ponte da Barca e Arcos de Valdevez. Penso também que é um meio de comunicação muito importante para as empresas associadas da ACIAB.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

O jornal, para além de ser uma fonte de informação para a população, é também importante para os comerciantes, dando a conhecer Formação Profissional para as empresas, programas de incentivos e esclarece dúvidas acerca da legislação em vigor, que é importante para os empresários.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Incluir o Dia do Comerciante no jornal e organizar anualmente o Dia do Comerciante em que nesse dia, por exemplo, todos os clientes tinham um desconto num produto ou serviço nos comércios aderentes e membros da ACIAB.



Paula Alves
Ponte da Barca

258 455 600 Rest. Pizzaria Tio Fredo

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Em minha opinião o jornal da ACIAB é excelente, pois permite a divulgação das empresas associadas e ao mesmo tempo pública informações importantes para as empresas relacionadas com vários temas.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Os temas que eu destaco são os temas relacionados com as leis do trabalho, notícias relacionadas com a segurança social e também o espaço de opinião dos associados para que possam divulgar as suas empresas e os seus negócios.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Não tenho sugestões em particular a deixar e só espero que este jornal continue no bom caminho que tem percorrido até agora.

Em minha opinião o jornal da ACIAB é excelente, pois permite a divulgação das empresas associadas e ao mesmo tempo pública informações importantes para as empresas relacionadas com vários temas.



Alfredo Gonçalves
Ponte da Barca

258 455 534 Fumeirinho da Barca

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que é uma boa iniciativa da ACIAB, porque nos mantém informados e atualizados sobre as normas do trabalho e não só. Penso que o jornal é muito atrativo e é interessante ler.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Destaco as tabelas de preços sobre os trabalhos sazonais e também o espaço das entrevistas aos associados. É sempre importante podermos dar a nossa opinião não só enquanto sócios, mas também como empresários.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Eu não mudaria nada em relação ao jornal e penso que quem coordena o jornal é que tem mais conhecimento de causa para mudar alguma coisa. Penso que o jornal está bem como está.



Conceição Gomes
Ponte da Barca

258 488 253 Paulo Dias Contabilidade

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que o jornal é benéfico para os associados, mas poderia abranger outros temas, aos quais o associado tem dificuldades em aceder.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

O tema que destaco mais é, o dos apoios financeiros às empresas que neste momento são mínimos, mas as associações empresariais poderiam entre todas, tentar apoios maiores, para o tecido empresarial que está muito débil.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

O jornal está bem estruturado, mas poderia apoiar mais os comerciantes e os industriais. Deviam também fazer-se reuniões entre os empresários. Poder-se-iam organizar eventos para discutir ideias e negócios.



Paulo Dias
Ponte da Barca

OS MEIOS DE COMUNICAÇÃO PA



Cristina Barbosa

Ponte da Barca

Barca Travel 258 455 096

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que é um jornal muito bem elaborado e que deve continuar sempre, especialmente também devido à publicidade que fazem aos nossos comerciantes.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Os eventos que se realizam nas duas vilas, os eventos que a ACIAB organiza para os associados, os seminários, bem como o espaço das entrevistas aos associados, que considero ser muito importante no jornal, em que nos permite publicitar a nossa empresa e o nosso negócio.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Sugiro que o jornal seja de uma dimensão um pouco maior e que tenha mais publicidade sobre os nossos comerciantes.



Orlando Vieira

Ponte da Barca

Silva Vieira & Irmão 258 452 110

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que é um jornal muito bom para os associados, porque nos dá informações importantes sobre vários assuntos que são do interesse dos empresários. Penso que está um jornal muito bem concebido e que deve continuar.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

A legislação laboral e as suas alterações penso ser do maior interesse. Este é um tema que eu considero ser muito importante para os empresários, assim como as entrevistas que fazemos aos associados para a divulgação das empresas, penso que esse espaço de apoio aos associados é muito interessante.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

O jornal poderia ser mais completo e abordar mais temas, mas também considero que sendo os concelhos de Ponte da Barca e Arcos de Valdevez um pouco restritos e pequenos, também não haverá hipótese de fazer muito mais.



Gabriel Cerqueira

Arcos de Valdevez

Café O Máximo 258 521 726

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Acho que é útil e informativo para todos os associados da ACIAB e para as empresas em geral. É um excelente meio de divulgação do trabalho da ACIAB e muito importante para nos dar várias informações sobre determinados assuntos relativos a temáticas relacionadas com as empresas.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Toda a informação que o jornal dá sobre os compromissos que o comerciante tem que ter, bem como a parte relacionada com as leis do trabalho e o espaço reservado às entrevistas com os associados.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Não tenho nenhuma sugestão em particular a deixar, mas penso que o jornal pode sempre melhorado quer ao nível de conteúdos quer ao nível do design.



Fernando Fernandes

Arcos de Valdevez

O Braseiro 258 521 506

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Eu acho que o jornal é uma ideia fantástica, porque dá-nos a conhecer a realidade dos comerciantes quer de Arcos de Valdevez, quer de Ponte da Barca e tem sempre informação atualizada. Eu acho que a ideia é fenomenal.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Eu acho que a revista está muito bem estruturada e os temas são sempre muito atuais. Temos o espaço das entrevistas aos associados dos dois concelhos sobre a realidade dos negócios e também os temas expostos pelo Dr. Agostinho Freitas, que são sempre temas muito atuais, destacando sempre assuntos quer a nível fiscal, quer da segurança social que são fundamentais.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

A minha sugestão é que continuem o excelente trabalho que estão a desenvolver neste jornal e em relação ao formato papel, eu acho que como eu, muitos de nós gostamos de tocar, de ler, de folhear o papel, eu acho que este formato é fundamental e continuem com o excelente trabalho que a ACIAB está a fazer.

PARA OS ASSOCIADOS DA ACIAB

965 037 174 **Números Quotidianos**

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

O jornal informativo da ACIAB tem tido uma evolução muito positiva, quer ao nível da sua qualidade gráfica, estrutura informativa, com temáticas pertinentes à gestão empresarial de todo o tipo de empresas. É sem dúvida, uma mais valia para os comerciantes, industriais e prestadores de serviços associados, revelando-se uma boa ferramenta de informação, imprescindível à boa gestão e decisão de negócios.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que não destacaria muitos mais temas, para além dos que vão sendo versados ao longo das várias edições deste jornal empresarial, a não ser uma alusão às atualizações das alterações dos valores, dos diversos contratos coletivos de trabalho das principais associações nacionais e regionais, sempre que ocorram.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Talvez não seja a pessoa certa para aqui deixar sugestões de melhoria, até porque pertenço a um órgão social desta instituição centenária, mas creio que todos os associados devem, se bem entenderem, deixar aqui expressas as sugestões de melhoria, pois serão muito bem-vindas.

258 521 956 **Bigseto**

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

O jornal é um excelente mecanismo informativo para os associados. Tem secções de atualização de legislação laboral para os associados e é uma maneira de às vezes até tentar de uma forma simples, conhecer outros associados e comerciantes.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Considero muito importante a parte da divulgação da legislação, destaco também o espaço de opinião para os associados, que é fundamental para divulgarmos as nossas empresas e acho que estas são as competências deste tipo de brochuras.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Como sugestões, refiro que hoje em dia o meio digital tem-se infelizmente sobreposto ao papel. O formato papel tem vindo a perder protagonismo, por isso não é fácil dar sugestões nesse sentido, porque as pessoas hoje dificilmente andam com um livro no bolso, mas facilmente andam com um mecanismo digital, por isso quando os trabalhos são reconhecidos, o manter é sempre importante.

258 515 851 **Rosali**

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Acho que é um bom jornal que contém muita informação importante e interessante para as empresas associadas da ACIAB e para o comércio em geral.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Não destacaria nenhum tema em particular, até porque todos os temas deste jornal são interessantes para nós comerciantes. Gosto muito deste jornal.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que este jornal contém todos temas necessários para uma boa publicação em termos de conteúdos, por isso, não vou acrescentar mais nada aos temas que têm vindo a ser publicados.

258 521 876 **Granivez**

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que este jornal é muito válido, porque divulga as empresas locais e contém muitas informações importantes para as empresas bem como pública projetos e parcerias que a ACIAB tem para oferecer às empresas, para o bem do nosso comércio.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Destaco o espaço das entrevistas aos associados, que considero ser muito válido e interessante para as empresas bem como a área destinada à legislação laboral e os temas relacionados com a segurança social.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Apesar deste jornal já estar a ser divulgado em formato digital, sendo que estas duas últimas edições, já foram também publicadas em formato papel, penso que agora deveriam continuar a apostar mais no formato papel.



Duarte Rodrigues

Arcos de Valdevez



Aniceto Rocha

Arcos de Valdevez



Rosalina Silva

Arcos de Valdevez



Maria do Carmo Barros

Arcos de Valdevez

OS MEIOS DE COMUNICAÇÃO PA



José Manuel Alves

Arcos de Valdevez

Sapataria Ramiro 258 516 116

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que este jornal é sempre uma mais valia para os associados. Tem informações importantes para o comércio em geral, tem destaques, um espaço do associado em que nós, empresas, podemos sempre dar as nossas opiniões sobre determinados assuntos que são colocados à nossa disposição.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Eu dou particular importância ao espaço reservado à opinião dos associados. Acho que é um espaço interessante e pertinente. As pessoas dão as suas opiniões, dão a conhecer a sua empresa e o seu negócio e fazem um ponto de situação do comércio atual em geral.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Quanto a este item não me pronuncio. Acompanho, vejo, leio, mas esta parte deixo-a reservada aos autores do jornal.



Ana Teresa Lago

Arcos de Valdevez

Talho Arcuense 258 515 232

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que é uma ferramenta importante de apoio e informação aos associados. Tem vários temas interessantes e que valem a pena ser lidos. Este jornal é muito bem-vindo para os associados da ACIAB.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Destaco a parte dos projetos de apoio ao comércio, que em minha opinião são muito importantes para nós, associados e também os vários tipos de legislação que sai para o comércio e indústria, bem como o espaço reservado às entrevistas aos associados para que possamos promover o nosso negócio.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que o jornal devia abranger todos os comerciantes e não só os associados da ACIAB, porque este espaço merece ser muito bem promovido e divulgado.



Helena Dantas

Arcos de Valdevez

Ourivesaria e Óptica Manso 258 515 253

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que é muito importante para a divulgação das empresas associadas, bem como presta informações interessantes e importantes para o comércio e para a indústria. É também um espaço que publicita o comércio local e os associados da ACIAB. Está aqui exposto um bom trabalho por parte da ACIAB.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Não destacaria muitos, porque penso que este jornal é um trabalho que está bem feito no geral, mas posso destacar o espaço das entrevistas aos associados, porque penso que são da maior importância para nós, para promover os nossos negócios e também destaco as informações sobre os vários projetos para as empresas.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

A ACIAB tem trabalhado sempre muito bem em relação ao jornal e acho que tem sido bem divulgado também a nível digital, mas penso que o jornal pode ser também divulgado pelas empresas não associadas para assim ter uma maior amplitude de divulgação.



António Barbosa

Arcos de Valdevez

Electro Galer 258 516 160

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que o jornal é interessante, traz sempre negócios e novidades sobre empresas das quais nós não tínhamos informação e está disponível para nós publicarmos também a nossa empresa. Tem vários pontos de interesse como informações sobre a segurança social, projetos de investimento para as empresas e também o espaço das entrevistas aos associados.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

As atualizações de legislação diversa, os programas que vão surgindo ao público para as empresas, as parcerias que a ACIAB tem, aquilo que nós podemos fazer e as colaborações que os comerciantes podem fazer com a ACIAB.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Considero que o jornal está bem composto no seu todo, por isso neste momento não me surgem sugestões relevantes relativamente ao jornal.

PARA OS ASSOCIADOS DA ACIAB

916 399 880 **Naturstein**

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

O jornal elucida bem as atividades económicas da região e as empresas associadas tentam participar o mais possível. O jornal tem pontos bastante positivos, alerta para alguns problemas e novidades que existem no mercado. A associação está a fazer um trabalho bastante positivo em rede, as empresas tem hipótese de se valorizarem mais no mercado português e não só.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

As empresas que já existem, marcam a sua presença e dizem de sua justiça sobre o que pensam das atividades locais, com a presença dos municípios a que pertencem. Outro dos temas que destaco são as inovações, que vão existindo em termos de contexto legal. Penso que o jornal tenta sempre ter bastante informação importante para que a inovação económica se concretize.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

A sugestão que deixo, não tem tanto a ver com a ACIAB, nem com a nossa empresa que é associada, mas com as entidades locais, uma vez que a nossa faturação vai muito mais para o mercado exterior do que para o mercado português, ainda assim, conseguimos crescer e vender mais em Braga e Viana do Castelo do que no espaço em que nos inserimos. Nunca tivemos uma consulta das entidades locais, tanto Câmara Municipal de Ponte da Barca, como Juntas de Freguesia, por isso sentimo-nos um pouco à margem do mercado.



Carlos Martins

Ponte da Barca

258 453 080 **Artiagro**

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que é um excelente jornal que tem como finalidade divulgar os associados. Em minha opinião é uma mais valia para as empresas e para os negócios, porque tem sempre informação importante e com interesse. A ACIAB deve continuar a publicar este jornal.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Na minha opinião, o espaço dedicado às entrevistas aos associados é muito importante, porque nos permite ter uma opinião sobre os assuntos que nos são propostos, assim como a legislação laboral e as suas alterações, que penso ser um tema da maior importância.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Não tenho sugestões a propor, uma vez que considero que o jornal está muito bem estruturado.



Rui Armada

Ponte da Barca

258 452 573 **Óptica Dias**

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que é um meio de comunicação muito importante para as empresas associadas e dá a conhecer o que se passa aqui no comércio local de Arcos de Valdevez e Ponte da Barca.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Considero que todos os temas são pertinentes, mas destaco o espaço de opinião dos associados que penso ser da maior importância, porque dá voz aos empresários, permitindo que emitam as suas opiniões sobre determinados temas.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que o jornal está bem elaborado no seu todo, por isso não vejo que haja algo a melhorar.



André Dias

Ponte da Barca

258 452 118 **Farmácia Popular**

O QUE PENSA DO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Penso que é uma mais valia para as empresas associadas da ACIAB termos um jornal que nos informa sobre vários assuntos, muitos deles importantes para as empresas e para os empresários. Penso que a ACIAB está a fazer um bom trabalho nesse sentido.

QUAIS OS TEMAS QUE DESTACA NO JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Destaco particularmente o espaço destinado à opinião dos associados quando questionados sobre os diversos temas que vão sendo publicados e também a área destinada à legislação laboral, que penso ser do maior interesse para as empresas.

QUE SUGESTÕES PROPÕEM PARA O JORNAL INFOEMPRESARIAL?

Não tenho muito mais a acrescentar, dizendo apenas que o jornal está no bom caminho e é bom que assim continue.



Noéla Alves

Ponte da Barca

MEDICINA NO TRABALHO

É OBRIGATÓRIA E SUBSTITUI O MÉDICO DE FAMÍLIA?

A MEDICINA NO TRABALHO É OBRIGATÓRIA.

Aplica-se a todos os ramos de atividade e é importante para os trabalhadores e para as empresas.

A medicina do trabalho é obrigatória e não substitui o seu médico de família. Na verdade, têm finalidades diferentes, mas ambos têm como objetivo zelar pela nossa saúde.

O QUE É A MEDICINA NO TRABALHO?

A medicina no trabalho tem como foco proteger a saúde dos trabalhadores, prevenir doenças relacionadas com as tarefas exercidas no local de trabalho, ou seja, doenças ocupacionais, bem como prevenir riscos profissionais.

E isso consegue-se através das consultas e exames feitos pelo médico da medicina do trabalho.

MEDICINA NO TRABALHO E SEGURANÇA E HIGIENE

Dado ter como objetivo prevenir doenças ocupacionais, a medicina no trabalho tem de trabalhar em conjunto com a área de segurança e higiene da empresa por forma a minimizar essas doenças.

Pode, por exemplo, criar regras para paragens obrigatórias durante o horário de trabalho, aconselhar a instalação de ecrãs maiores nos computadores de trabalhadores cujo trabalho obriga a longas horas em frente a um ecrã. Pode também recomendar a aquisição de cadeiras ergonómicas para evitar dores nas costas, ou a utilização de ratos de computadores concebidos para evitar tendinites.

MEDICINA NO TRABALHO COM LEGISLAÇÃO PRÓPRIA

A medicina do trabalho está regulamentada pela lei 102/2009, de acordo com o previsto nos artigos 281º a 284º do Código do Trabalho.

É obrigatória, aplica-se a todos os ramos de atividade nos setores público, privado ou corporativo e social e reveste-se de igual importância para trabalhadores e empresas.

TIPOS DE CONSULTAS DE MEDICINA NO TRABALHO

No contexto da medicina no trabalho, existem três tipos de consultas:

Consulta de admissão – realiza-se antes de entrar na empresa, mas se tal não for possível deverá realizar-se nos primeiros 15 dias após entrar em funções

CONSULTA PERIÓDICA – é uma consulta essencialmente focada nas questões relacionadas com o trabalho e por isso avalia sintomas de doenças ligadas à sua atividade profissional que desenvolve. Mas pode ser mais abrangente. Para quem tem menos de 50 anos e não tem uma atividade de risco realiza-se de dois em dois anos. Para quem tem atividades de risco e para quem tem mais de 50 anos, as consultas são anuais.

CONSULTA OCASIONAL – consulta realizada a seu pedido sempre que tenha queixas relacionadas com o trabalho, por exemplo dor de cabeça por estar muito tempo ao computador ou infeção respiratória por estar perto de um ar condicionado. É também obrigatória após um acidente ou regresso de uma baixa médica que durou mais de 30 dias.

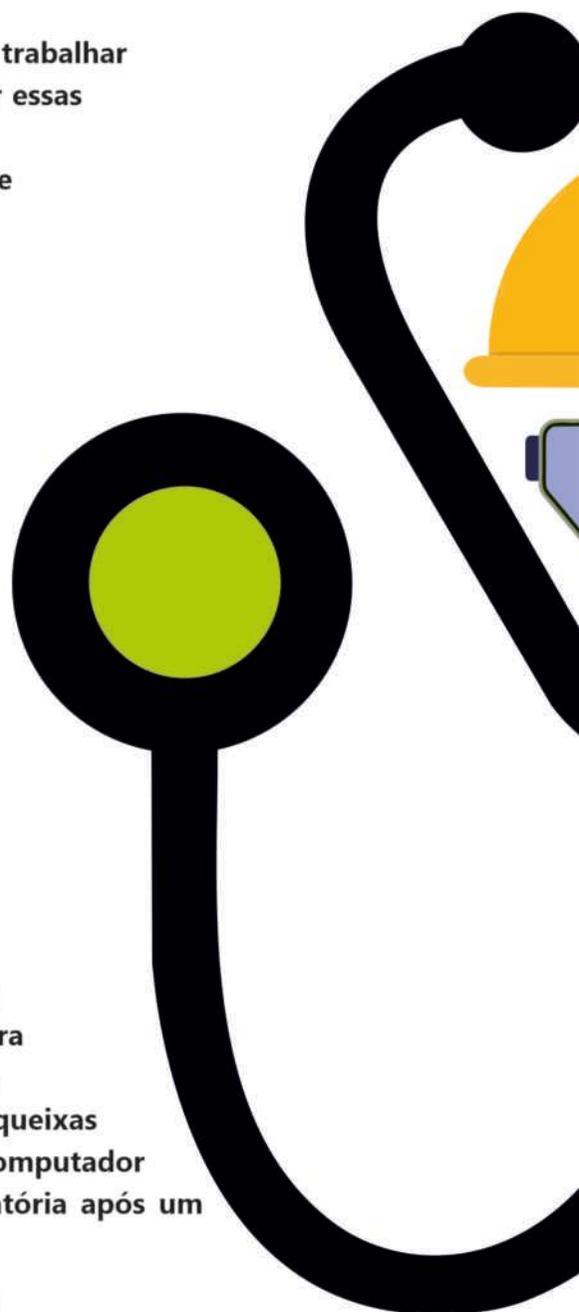
NAS CONSULTAS DE MEDICINA NO TRABALHO PODEM SER PEDIDOS EXAMES?

Sim. Regra geral, são pedidas análises e exames adequados ao risco de cada trabalho e à função que desempenhar.

Se, por exemplo, tem um trabalho com alto nível de stresse pedir-lhe-ão uma eletrocardiograma, se estiver a trabalhar em zona com muito ruído podem pedir para fazer um audiograma, mas se estiver muito tempo em frente a um computador, um exame à visão é primordial.

ANÁLISES

Quanto às análises, se tiver feito a pedido de outro médico há menos de seis meses basta entregar os resultados e ficará dispensado de as fazer novamente.



Estes exames, pedidos pela medicina do trabalho serão pagos pela empresa não tendo qualquer custo para si. Lembre-se que é da responsabilidade da empresa assegurar as condições de segurança e higiene no trabalho que realiza.

CONSULTAS SÃO OBRIGATÓRIAS?

Sim. Se por um lado a empresa tem a obrigação de providenciar aos seus trabalhadores consultas de medicina no trabalho, o trabalhador também tem a obrigação de comparecer. Ou seja, a ida às consultas de medicina no trabalho é obrigatória.

A convocatória pode ser enviada por correio eletrónico, podendo também ser feita por telefone ou presencialmente. Caso não possa comparecer na data mencionada, informe o mais breve possível os Recursos Humanos, ser-lhe-á marcada nova data.

Lembre-se, a falta de comparecimento à consulta de medicina no trabalho pode resultar em sanções para si.

COMUNICAÇÃO DE DADOS CLÍNICOS

Em termos legais, não é obrigado a divulgar à sua entidade patronal as suas doenças ou incapacidades. Fazê-lo ou não depende exclusivamente de si.

Do mesmo modo, o que se passar dentro da consulta não será comunicado à entidade patronal, pois o médico a isso está obrigado por sigilo profissional.

EMPRESA SÓ TEM ACESSO À FICHA DE APTIDÃO

Dado que as consultas de medicina no trabalho se destinam a proteger a saúde dos trabalhadores e a prevenir doenças relacionadas com as tarefas exercidas no local de trabalho, o médico apenas disponibilizará à entidade patronal uma ficha de aptidão para a realização das suas funções.

FICHA DE APTIDÃO

A ficha de aptidão não pode conter os seus dados clínicos, mas também não pode conter dados sobre a sua raça, nacionalidade nem informações sobre os seus hábitos desde que estes não estejam relacionados com patologias clínicas.

Ou seja, a ficha de aptidão determina a sua capacidade para executar ou não as suas funções.

PODE TER APENAS OS SEGUINTE RESULTADOS:

- Apto
- Apto condicionalmente
- Inapto temporariamente
- Inapto

Se for considerado inapto, o médico deve indicar outra função para a qual seja considerado apto.

Na ficha de aptidão o médico pode ainda registar condições ou restrições de tarefas, mas sempre sem referir doenças. Pode mencionar, por exemplo que tem de usar luvas, ter de ter uma cadeira ergonómica, ou não pode carregar pesos), mas sempre sem referir doenças.

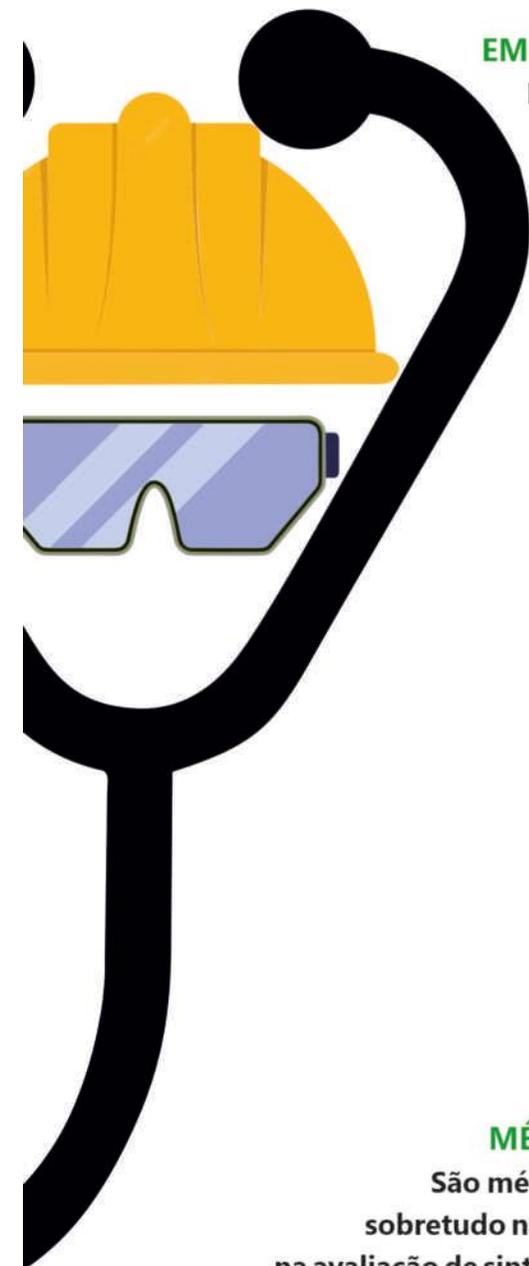
Terá de assinar a ficha de aptidão e fica com uma cópia. A outra via é entregue aos recursos humanos da sua empresa.

MÉDICO DE MEDICINA NO TRABALHO NÃO SUBSTITUI MÉDICO DE FAMÍLIA

São médicos, mas a sua finalidade é distinta. A consulta do médico de medicina no trabalho foca-se sobretudo nas questões relacionadas com o trabalho que desempenha na empresa, por isso vai centrar-se na avaliação de sintomas e doenças ligados à atividade profissional.

E se se deparar com algum sintoma ou doença que não esteja relacionada com a sua atividade profissional vai, de imediato, encaminhá-lo para o seu médico de família.

O médico de família, por seu turno, faz o seu acompanhamento como um todo. Avalia a sua saúde em termos globais recorrendo a especialistas se tal for necessário. É, em suma, o médico a quem deve recorrer, quer seja no centro de saúde quer seja a nível privado. É o médico a que deverá recorrer sempre em primeiro lugar em caso de doença (é muitas vezes denominado de médico de clínica geral) e que o encaminhará para outros médicos especialistas em casos mais graves.



QUER TER SUCESSO NOS SEUS INVESTIMENTOS?

INVESTIR OU ACUMULAR RIQUEZA?

ESTA NÃO É UMA QUESTÃO FÁCIL DE RESPONDER, TENDO EM CONTA QUE É PRECISO ESCOLHER ENTRE EVITAR O RISCO E LUTAR POR OBTER RETORNOS.

1º – “Conheça-se a si próprio e desafie as suas intenções”: no mundo do investimento é comum vermos apenas aquilo que queremos ver e, por vezes, podemos estar a excluir melhores alternativas inconscientemente. Para além disso, temos ainda a tendência de seguir a maioria e nos guiarmos por sentimentos como medo ou ganância. Por isso, a empresa explica que é preciso serem feitos testes dos investidores a si próprios para desafiar as próprias intenções.

2º – “As suas decisões devem ser regidas pela 'preservação do poder de compra', ao invés da 'segurança'”: sendo um termo costuma ser visto como sinónimo da ausência de flutuações de preços, nos últimos tempos os mercados têm ultrapassado tudo menos segurança e sim uma montanha russa de mudanças. “Contudo, ao fazê-lo, ignoram o risco de perder o poder de compra – o que é ainda mais desagradável considerando que o interesse na poupança é praticamente zero no momento atual”.

3º – “A lei fundamental do investimento de capital: prefira prémios de risco!”: qualquer investidor que já tenha experienciado sucesso sabe que não o consegue alcançar sem correr riscos – a lei fundamental do investimento de capital. A explicação para este facto está na perceção de que “os investimentos em ativos mais arriscados devem ser justificados com a expectativa de que esses investimentos gerem um potencial de retorno mais elevado ao longo do tempo do que os investimentos alternativos sem exposição ao risco que assim oferecem menos oportunidades.”

4º – “Invista, não especule!”: não é preciso ser especialista em mercados e preços para encontrar o momento certo para entrar e sair de um investimento, pode nem nunca chegar o momento certo. Desde modo, a análise explica a diferença entre especular e apostar: o primeiro significa uma aposta em movimentos de preços de curto prazo e o segundo está relacionado com o posicionamento de capital a render no médio e longo prazo.

5º – “Assuma um compromisso obrigatório”: neste hábito, a análise dá conta de três opções que estão relacionadas com o compromisso. O primeiro está relacionado com aspetos estratégicos ou de longo prazo que devem juntar várias classes de ativos, o segundo é a regra geral do investimento, que dita que haja diversificação e a última é o facto de os investimentos deverem ser regulares.

6º – “Não deixe para amanhã o que pode fazer hoje”: há muitos milhares de milhões de euros “parados” em contas poupança ou contas depósito à espera de serem usados para investimento. É mais rentável estudar planos e ativos onde investir porque os rendimentos nestas contas são muito reduzidos.

7º – “Opte pela gestão ativa”: para além de não estar à espera de rendimentos adicionais dados pelos especialistas, uma GESTÃO ATIVA dá melhores opções de risco, pois a GESTÃO PASSIVA acaba por ser menos atual.

Contratos de trabalho (alterações) - Lei nº 93/2019



Agostinho B. de Freitas
Consultor | Formador

(parte II)

Fizemos referência nesta coluna, na edição anterior, a um conjunto de alterações produzidas pela Lei n.º 93/2019, de 4 de Setembro, que alterou o Código de Trabalho, aprovado pela Lei n.º 7/2009, de 12 de fevereiro, e o Código dos Regimes Contributivos do Sistema Previdencial de Segurança Social, aprovado pela Lei n.º 110/2009, de 16 de setembro (Diário da República n.º 169/2019, Série I de 2019-09-04).

Vamos agora referir as alterações introduzidas no capítulo BANCO DE HORAS.

As alterações ao banco de horas colocam um fim ao banco de horas individual (os que estavam em vigor cessaram já até 1 de Outubro de 2021).

Surge, assim, um novo banco de horas a nível grupal. Enunciaremos, de seguida, algumas das regras estabelecidas e agora elencadas no artigo 208.º-B do Código do Trabalho.

- O período normal de trabalho pode ser aumentado até 2 horas diárias e pode atingir 50 horas semanais, tendo em atenção que o acréscimo passa a ter por limite 150 horas por ano.
- A entidade patronal obriga-se a elaborar um projeto de regime de banco de horas e divulga-lo junto dos respectivos colaboradores, com uma antecedência mínima de 20 dias em relação à data do referendo.
- O projeto é aprovado desde que, pelo menos, 65% dos trabalhadores abrangidos o votem favoravelmente.
- Quando se trate de empresas micro, ou seja, com menos de 10 trabalhadores, o referendo é obrigatoriamente efetuado sob a supervisão do serviço com competência inspetiva do ministério responsável pela área laboral.
- O banco de horas grupal está dependente de um terço dos trabalhadores abrangidos por este regime pedir novo referendo, desde que tenha decorrido metade do período da sua aplicação. Se o projeto, neste novo referendo não obtiver aprovação (mínimo 65% dos trabalhadores) ou se não for efetuado no prazo de 60 dias, o banco de horas grupal cessa.
- No caso de um projeto de banco de horas grupal ser rejeitado em referendo, a entidade empregadora só pode realizar novo referendo após 1 ano.

Uma outra matéria que é trazida à agenda laboral pela Lei 93/2019 é a:

CADUCIDADE DAS CONVENÇÕES COLETIVAS.

Em caso de extinção de associação sindical ou associação de empregadores outorgantes, a convenção coletiva pode caducar (art. 502). De acordo com o estipulado neste artigo a convenção coletiva pode cessar, no todo ou em parte, nas seguintes condições:

- Mediante revogação por acordo das partes;
- Por caducidade;
- Nos termos do artigo 501.º;
- Decorrente de extinção de associação sindical ou associação de empregadores outorgantes.

Com efeito, nos termos do artigo 501-A, "qualquer das partes pode requerer ao presidente do Conselho Económico e Social, no período entre 90 e 60 dias antes do decurso do período de sobrevivência referido nos números 3 ou 5 do artigo 501, arbitragem para a suspensão do período de sobrevivência e mediação pelo árbitro presidente".

Nestes casos, e até à entrada de outra convenção ou decisão arbitral, todos os assuntos acordados e produzidos mantêm-se, nomeadamente "(...) no que respeita à retribuição do trabalhador, categoria e respetiva definição, duração do tempo de trabalho e regimes de proteção social (...)" (art. 501, nº8).

A ACIAB
DESEJA A TODOS OS
EMIGRANTES
E TURISTAS,
BOAS FÉRIAS!

aciab 111
anos

associação comercial e industrial
arcos de valdevez e ponte da barca

aciab 111
anos

associação comercial e industrial
arcos de valdevez | ponte da barca

PROJETOS

FORMAÇÃO | **PME**
Faz das Pequenas, Grandes Empresas

**MELHOR
TURISMO 2020**
:: Capacitar as PME. Apostar no Futuro ::

FORMAÇÃO



CCP

CONFEDERAÇÃO
DO COMÉRCIO E SERVIÇOS
PORTUGAL



PO ISE

PROGRAMA OPERACIONAL
INCLUSÃO SOCIAL
E EMPREGO



**PORTUGAL
2020**



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

SERVIÇOS

PROFISSÃO

DESENVOLVIMENTO

UNIVERSIDADE

COMÉRCIO

FORMAÇÃO-AÇÃO

INDÚSTRIA

TRABALHO

FORMAÇÃO

CERTIFICADO

EMPREGO

www.aciab.pt

Cofinanciado por:

