AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

ESCOLA SECUNDÁRIA DR. JOAQUIM DE CARVALHO

RUA DRA CRISTINA TORRES

3820-210 FIGUEIRA DA FOZ

BRAGA
morada
Rua José António Cruz,
167 R/C, São Victor,
4715-343 Braga
telefone
253 283 110

CANTANHEDE
morada
Rua Garcia Secades,
n.º 171, Cadima,
3060-094 CNT
telefone
231 411 129

telemóvel
919 165 078
917 913 790

E-MAIL: BRAGA | CANTANHEDE
geral@ambiglobal.com
www.ambiglobal.com

Índice

DISPOSIÇÕES ADMINISTRATIVAS **4**
LISTAGEM DE PÁGINAS EM VIGOR **8**
LISTA DE DISTRIBUIÇÃO **10**
DEFINIÇÕES **11**
SIGLAS E ABREVIATURAS **11**
INTRODUÇÃO **11**
REGISTOS DE SEGURANÇA **12**
LISTAGEM DE REGISTOS DE SEGURANÇA **14**
PLANO DE PREVENÇÃO **25**
INTRODUÇÃO **26**
1. IDENTIFICAÇÃO DA UT: **26**
2. DATA DE ENTRADA EM FUNCIONAMENTO DA UT: **26**
3. IDENTIFICAÇÃO DO RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA E DOS DELEGADOS DE SEGURANÇA **26**
4. CARACTERIZAÇÃO DO ESTABELECIMENTO **27**
5. PLANTAS À ESCALA CONTENDO O ESTUDO DAS INSTALAÇÕES **28**
6. REGRAS DE EXPLORAÇÃO E COMPORTAMENTO **28**
7. PROCEDIMENTOS DE EXPLORAÇÃO E UTILIZAÇÃO DAS INSTALAÇÕES TÉCNICAS **29**
1. INSTRUÇÕES DE FUNCIONAMENTO 29
2. PROCEDIMENTOS DE SEGURANÇA 31
8. PROCEDIMENTOS DE OPERAÇÃO DOS EQUIPAMENTOS E SISTEMAS DE SEGURANÇA **32**
1. EXTINTORES 32
2. SISTEMAS DE ILUMINAÇÃO E SINALIZAÇÃO 34
3. MEIOS AUTOMÁTICOS DE DETEÇÃO 34
4. REDE DE INCÊNDIO ARMADA (RIA) 34
5. QUADRO ELÉTRICO 34
6. POSTO DE SEGURANÇA (LOCAIS DE RISCO F) 35
9. PROCEDIMENTOS DE CONSERVAÇÃO E MANUTENÇÃO **35**
1. SINTOMAS E INDICADORES DE AVARIA QUE OS CARACTERIZAM 35
2. CALENDÁRIOS E PLANEAMENTO DE CONSERVAÇÃO E MANUTENÇÃO 36
3. LISTAS DE VERIFICAÇÃO PERIÓDICA 37
10. SESSÕES DE SENSIBILIZAÇÃO, INFORMAÇÃO E FORMAÇÃO **38**
LISTAGEM DE ANEXOS **40**
PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO **46**
INTRODUÇÃO **47**
1. IDENTIFICAÇÃO DOS RISCOS E NÍVEIS DE GRAVIDADE **47**
RISCOS INTERNOS 47

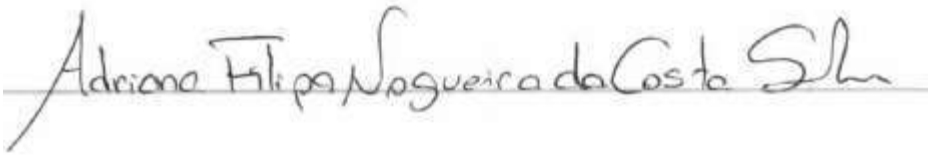
RISCOS EXTERNOS 47
NÍVEIS DE GRAVIDADE 48
2. PONTOS PERIGOSOS E PONTOS NEVRÁLGICOS 49
3. ORGANIZAÇÃO DE SEGURANÇA EM SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA 49
4. ENTIDADES A CONTACTAR EM SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA 54
5. PLANO DE ATUAÇÃO 55
6. PLANO DE EVACUAÇÃO 59
Normas gerais de evacuação 61
Instruções de Segurança Gerais Evacuação 61
7. PLANO DE INTERVENÇÃO INTERNA 62
Reconhecimento, combate e alarme interno 62
Evacuação Interna 63
Concentração e Controlo 63
Ponto de encontro 63
Simulacro 63
8. PRESTAÇÃO DE PRIMEIROS SOCORROS 65
9. APOIO À INTERVENÇÃO EXTERNA 66
10. REPOSIÇÃO À NORMALIDADE 66
11. INSTRUÇÕES GERAIS, PARTICULARES E ESPECIAIS 67
12. PLANTAS DE EMERGÊNCIA 73
LISTAGEM DE ANEXOS 74

DISPOSIÇÕES ADMINISTRATIVAS

DECLARAÇÃO DE ELABORAÇÃO

Eu, Adriana Filipa Nogueira Costa Silva, portador do Cartão de Cidadão nº 12964115, válido até 07/11/2019 com identificação fiscal nº 220775087 com o e-mail adriana.silva@resistenciaaofogo.pt, declaro para os devidos efeitos, que as Medidas de Autoproteção de que sou autor, relativas à Escola Secundária Dr. Joaquim de Carvalho, sita na Rua Dra Cristina Torres, 3820-210 Figueira da Foz, requeridas por Carlos Alberto Pais dos Santos, observam o disposto no Decreto-Lei nº 20/2008, de 12 de Novembro, Regime Jurídico de Segurança Contra Incêndio em Edifícios), a Portaria n.º 1532/2008, de 29 de Dezembro (Regulamento Técnico de Segurança Contra Incêndio em Edifícios) e restante legislação e normas aplicáveis.

Figueira da Foz, Maio de 2018.



(Autor das Medidas de Autoproteção – Adriana Filipa Nogueira Costa Silva)

TERMO DE ACEITAÇÃO DO RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA

Eu, Carlos Aberto Pais dos Santos, portador do cartão do cidadão 4299660, válido até 02/01/2022, Identificação Fiscal n.º 155003992, responsável de Segurança do edifício da Escola Secundária Dr. Joaquim de Carvalho, sita na Rua Dra Cristina Torres, 3820-210 Figueira da Foz, aceita as Medidas de Autoproteção propostas pelo seu autor, a serem entregues na Autoridade Nacional de Proteção Civil (ANPC) para apreciação. O seu conteúdo consiste em Medidas de Autoproteção requeridas para a utilização tipo UT IV (Escolares), categoria de risco 3ª dos espaços do edifício, de acordo com o RJ-SCIE.

As medidas nelas inscritas são de carácter obrigatório e, após apreciação pela ANPC, devem ser seguidas por todos os colaboradores, prestadores de serviços e utentes dos espaços da edifício/recinto.

Figueira da Foz, Maio de 2018.

CARLOS ALBERTO PAIS DOS SANTOS Assinado de forma digital por CARLOS ALBERTO PAIS DOS SANTOS Dados: 2018.09.24 11:31:44 +01'00'

(Responsável de Segurança – Carlos Alberto Pais dos Santos)

PROMULGAÇÃO DO PLANO DE SEGURANÇA

As medidas de autoproteção que nesta data se promulgam, relativas à Escola Secundária Dr. Joaquim de Carvalho, sita na Rua Dra Cristina Torres, 3820-210 Figueira da Foz contêm os Registos de Segurança, Plano de Prevenção e Plano de Emergência Interno, garantindo as instruções adequadas para assegurar a operacionalidade das instalações, limitando quaisquer acidentes e garantindo a evacuação dos utilizadores do estabelecimento perante vários cenários de acidente, pelo que deverá ser cumprido por todos os colaboradores, utentes e prestadores de serviços deste Estabelecimento.

O Delegado de segurança, por delegação do Responsável de segurança, é o responsável pela implantação e aplicação das instruções e medidas preconizadas no presente documento.

Por ser um documento dinâmico deverá ser revisto e atualizado anualmente ou sempre que houver alterações nos recursos humanos ou materiais afetos à empresa.

Figueira da Foz, Maio de 2018

CARLOS ALBERTO PAIS DOS SANTOS Assinado de forma digital por CARLOS ALBERTO PAIS DOS SANTOS Dados: 2018.09.24 11:32:51 +01'00'

(Responsável de Segurança – Carlos Alberto Pais dos Santos)

ISABEL MARIA FERREIRA MENDES MARTINHO Assinado de forma digital por ISABEL MARIA FERREIRA MENDES MARTINHO Dados: 2018.09.24 12:49:13 +01'00'

(Delegado de Segurança – Isabel Maria Ferreira Mendes Martinho)

LISTAGEM DE PÁGINAS EM VIGOR

Tabela 01 - Capítulos, Secções e páginas em vigor

Edição / Revisão	Data	Capítulos	Secções	Páginas
A / 0.0	Maio de 2018	Parte 1 Disposições Administrativas	Declaração de Elaboração Termo de Aceitação do Responsável de Segurança Promulgação Lista de páginas em vigor Lista das revisões e alterações Lista da distribuição Definições Siglas e abreviaturas	04 – 12
A / 0.0	Maio de 2018	Parte 2 Registos de Segurança	Registos de segurança dos relatórios de ocorrências	13 – 25
A / 0.0	Maio de 2018	Parte 3 Plano de Prevenção	Identificação da UT Data da entrada em funcionamento da UT Identificação do RS Identificação do(s) delegado(s) de segurança Caracterização do estabelecimento Plantas à escala 1/100 ou 1/200 contendo o estudo ou projeto de segurança Regras de exploração e Comportamento Acessibilidade dos meios de socorro aos espaços da UT Acessibilidade dos mesmos meios à rede de água de SI Eficácia dos meios passivos de resistência ao fogo Operacionalidade dos meios de evacuação Acessibilidade aos meios de alarme e de intervenção Vigilância dos locais de maior risco e desocupados Conservação dos espaços limpos e arrumados Segurança na utilização de matérias perigosas Segurança nos trabalhos de manutenção ou alteração das instalações Procedimentos de exploração das instalações técnicas Procedimentos de operação dos equipamentos e sistemas de segurança Programas de manutenção das instalações técnicas Programas de manutenção dos equipamentos e sistemas de segurança Sessões de Sensibilização, Informação e Formação	26 – 47
A / 0.0	Maio de 2018	Parte 4 Plano de Emergência Interno	Identificação dos riscos e níveis de gravidade Pontos perigosos e pontos nevrálgicos Organização da segurança em situações de emergência Entidades a contactar em situação de emergência Plano de atuação Plano de evacuação Plano de intervenção interna Simulacros Prestação de primeiros socorros Apoio à intervenção externa Reposição da normalidade Instruções gerais, particulares especiais Plantas de emergência	48 - 84

Lista de revisões e alterações

Tabela 02 – Revisões e Alterações

Capítulos	Secções	Páginas	Motivos de Alteração, Anulação e Adição	Data de aprovação	Responsável de segurança

LISTA DE DISTRIBUIÇÃO

Tabela 03 – Distribuição dos Planos de Segurança

Cópia nº	Data	Edição	Revisão	Entidade	Responsável	Rubrica
01						
02						
03						
04						
05						
06						
07						
08						
09						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						

DEFINIÇÕES

Para uma melhor compreensão deste documento seguem-se as definições necessárias à sua compreensão, que se encontram redigidas no Decreto-Lei 220/2008 de 12 de novembro, alterado pelo Decreto-Lei 224/2015 de 9 de outubro.

> «Categorias de risco» a classificação em quatro níveis de risco de incêndio de qualquer utilização-piso de um edifício e recinto, atendendo a diversos fatores de risco, como a sua altura, o efetivo, o efetivo em locais de risco, a densidade de carga de incêndio modificada e a existência de pisos abaixo do plano de referência, nos termos previstos no artigo 12.º;
>
> «Efetivo» o número máximo estimado de pessoas que pode ocupar em simultâneo um dado espaço de um edifício ou recinto;
>
> «Utilização-tipo» a classificação dada pelo uso dominante de qualquer edifício ou recinto, ou de cada uma das suas partes, em conformidade com o disposto no artigo 8º.

Podendo ainda ser consultadas no decreto-Lei 220/2008 de 12 de novembro, alterado pelo Decreto-Lei 224/2015 de 9 de outubro, outras definições importantes para esta temática.

SIGLAS E ABREVIATURAS

Ao longo deste documento encontram-se algumas siglas e abreviaturas que irão ser designadas de seguida:

MAP – Medidas de Autoproteção

SADI – Sistema Automático de Deteção de Incêndio

SSI - Serviço de Segurança contra Incêndios

INTRODUÇÃO

O presente documento é composto pelos **Registos de Segurança**, pelo **Plano de Prevenção** e pelo **Plano de Emergência Interno** e visa dar cumprimento ao estipulado Decreto-Lei 220/2008 de 12 de novembro, alterado pelo Decreto-Lei 224/2015 de 9 de outubro, e a Portaria 1532/2008, no que se refere às condições gerais de autoproteção.

Neste documento os colaboradores são informados e sensibilizados sobre o modo de atuar adequadamente quer no dia-a-dia, quer numa situação de emergência, e têm o dever de cumprir os procedimentos de prevenção sempre que necessário.

Posto isto, este documento será um documento orientador, do conhecimento dos riscos, meios, recursos e atitudes de cada um perante uma situação de acidente grave, catástrofe ou calamidade que possam vir a ocorrer na empresa.

De acordo com o Decreto-Lei 220/2008 de 12 de novembro, alterado pelo Decreto-Lei 224/2015 de 9 de outubro, o estabelecimento enquadra-se na **utilização tipo UT IV** (Escolares), **3ª categoria de risco**.

Para o cálculo do efetivo da UT teve-se em consideração os seguintes elementos:

Utilização-tipo	Altura	Efetivo Total	Efetivo em locais de risco D ou E
UT IV	≤ 28m	1245	0

REGISTOS DE SEGURANÇA

REGISTOS DE SEGURANÇA

De forma a garantir o arquivo de registos de segurança, destinados à inscrição de ocorrências relevantes e à guarde de relatórios relacionados com a segurança contra incêndios, será promovida a existência de um caderno de registos. Os diversos registos encontram-se enumerados neste documento, tal como nos é referido, no artigo 201º da Portaria 1532/2008 de 29 de Dezembro, em que é aprovado o Regulamento Técnico de Segurança contra Incêndio em Edifícios (SCIE), anexo à presente portaria e que dela faz parte integrante.

Os registos de segurança acima referidos devem ser arquivados pelo período de 10 anos, havendo, no entanto, todo o interesse em guardá-los ao longo da vida útil do estabelecimento.

Em anexo aos registos de segurança, seguem os modelos a utilizar nos registos, estes modelos encontram-se separados da seguinte forma:

Relatórios de vistoria e de inspeção ou fiscalização

Arquivo de relatórios elaborados pelas entidades emissoras de pareceres ou outras entidades competentes

Relatórios de anomalias nas instalações técnicas e os relatórios das ações manutenção efetuadas a estas instalações

Segundo o RT-SCIE são instalações técnicas as seguintes, instalações de energia elétrica, instalações de aquecimento, ventilação e condicionamento de ar e ascensores.

Relação de anomalias nos equipamentos e sistemas de segurança e dos relatórios das ações manutenções efetuadas a estes equipamentos

Segundo o RT-SCIE são equipamentos de segurança os seguintes, sinalização (sinais de segurança), iluminação de emergência, deteção, alarme e alerta, controlo de fumos, meios de intervenção, posto de segurança.

Descrição das modificações, alterações e trabalhos perigosos efetuados

Devem indicar-se as datas de início e de término dos trabalhos.

Relatórios de ocorrências relacionadas com a segurança contra incêndios

Devem ser listados todos os alarmes falsos, intempestivos, princípios de incêndio e as intervenções das equipas internas.

Relatórios de intervenção dos bombeiros

Devem ser registadas as intervenções dos mesmos, quer para incêndios quer por outros motivos.

Relatórios de ações de formação

Ações de sensibilização de todos os colaboradores intervenientes nas ações de autoproteção, formação especifica aos elementos com missões atribuídas em caso de emergência.

LISTAGEM DE REGISTOS DE SEGURANÇA

Quadro 01 – Relatórios de vistoria e de inspeção ou fiscalização

Quadro 02 – Relatórios de anomalias nas instalações técnicas

Quadro 03 – Relatórios de ações de manutenção das instalações técnicas

Quadro 04 – Relação de anomalias dos equipamentos e sistemas de segurança

Quadro 05 – Relação das ações de manutenção nos equipamentos e sistemas de segurança

Quadro 06 – Descrição das modificações, alterações e trabalhos perigosos efetuados

Quadro 07 – Relatórios de ocorrências relacionadas com a segurança contra incêndios

Quadro 08 – Relatórios de intervenção dos bombeiros

Quadro 09 – Relatórios de ações de formação

Quadro 10 – Relatórios dos exercícios de simulação

Quadro 01 - Relatórios de vistoria e de inspeção ou fiscalização

Relatórios de vistoria e de inspeção ou fiscalização								Folha nº
Cod.	Data (d/m/a)	Ref. Relatório *		Outros Anexos **	Vistoria / Inspeção			Rubrica
		Vistoria	Inspeção		Entidade Competente	Nome	Função	
01								
02								
03								
04								
05								
06								
07								
08								
09								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								

* Assinalar a situação aplicável e a referência do relatório. Anexar os relatórios das entidades competentes. O relatório da vistoria/inspeção, feito pela entidade competente, deverá conter a respetiva descrição e resultado.

** Referir se são certificados, guias, folhas de obra, etc.

Notas: As Vistorias realizam-se para verificação dos projetos a fim de atribuir licença de utilização ou para verificação do cumprimento dos projetos de alterações, dos estabelecimentos já licenciados.

As Inspeções Regulares são feitas para verificar o cumprimento das condições de segurança contra incêndio, ao longo da vida útil dos estabelecimentos no caso da 3.ª categoria de risco e três anos.

As fiscalizações são efetuadas pela Autoridades Nacional de Proteção Civil, Municípios da área territorial ou ASAE.

Quadro 02 - Relatórios de anomalias nas instalações técnicas

Relatórios de anomalias nas instalações técnicas									Folha nº
Cod.	**Instalação ***	**Data** (d/m/a)	**Ref. Relatório ****	**Anomalia**	**Local**	**Vistoria / Inspeção**			**Rubrica**
						Entidade Competente	Nome	Função	
01									
02									
03									
04									
05									
06									
07									
08									
09									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									

* Identificar a instalação (instalações técnicas, como o sistema elétrico, dos sistemas e dos equipamentos de segurança)

** Anexar os relatórios (devem incluir, relativamente à anomalia, a sua descrição, impacte, data da sua verificação e duração da respetiva reparação).

Quadro 03 - Relatórios de ações de manutenção nas instalações técnicas

Relatórios de ações de manutenção nas instalações técnicas								Folha nº
Cod.	**Data** (d/m/a)	**Ref. Relatório ***	**Tipo de instalação intervencionada ****	**Motivo de intervenção**	**Vistoria / Inspeção**			**Rubrica**
					Entidade Competente	Nome	Função	
01								
02								
03								
04								
05								
06								
07								
08								
09								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								
19								

* Anexar os relatórios que devem incluir, os elementos intervencionados tipo de ação efetuada, motivo, data e o responsável.

** Elementos intervencionados.

Quadro 04 - Relatórios de anomalias nos equipamentos e sistemas de segurança

Relatórios de anomalias nos equipamentos e sistemas de segurança									**Folha nº**
Cod.	**Data** (d/m/a)	**Equipamento** *	**Ref. Relatório** **	**Anomalia**	**Local**	**Vistoria / Inspeção**			**Rubrica**
						Entidade Competente	Nome	Função	
01									
02									
03									
04									
05									
06									
07									
08									
09									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									

* Identificar o equipamento ou o sistema de segurança verificado.

** Anexar os relatórios (devem incluir, relativamente à anomalia, a sua descrição, impacte, data da sua verificação e duração da respetiva reparação).

Quadro 05 - Relatórios de ações de manutenção nos equipamentos e sistemas de segurança

Relatórios de ações de manutenção nos equipamentos e sistemas de segurança								Folha nº
Cod.	Data (d/m/a)	Ref. Relatório *	Tipo de elemento intervencionada **	Motivo de intervenção	Vistoria / Inspeção			Rubrica
					Entidade Competente	Nome	Função	
01								
02								
03								
04								
05								
06								
07								
08								
09								
10								
11								
12								
13								
14								
15								
16								
17								
18								

* Anexar os relatórios que devem incluir, os elementos intervencionados (por exemplo o n.º de série do extintor) tipo de ação efetuada, motivo, data e o responsável.

Nota: Periodicidade de manutenção anual (por empresa especializada) e trimestral pela equipa de segurança (observação visual).

** Elementos intervencionados (podem ser instalações técnicas, dos sistemas e dos equipamentos de segurança).

Quadro 06 – Modificações, alterações e trabalhos perigosos efetuados

Descrição de modificações, alterações e trabalhos perigosos efetuados					**Folha nº**
Cod.	**Data** (d/m/a)		**Descrição**	**Ref. Relatório ***	**Rubrica**
	Início	**Término**			
01					
02					
03					
04					
05					
06					
07					

* Anexar os relatórios descritivos das medidas tomadas relativamente às modificações, alterações e trabalhos perigosos desenvolvidos;

Quadro 07 – Relatórios de ocorrências relacionadas com a segurança contra incêndios

Relatórios de ocorrências				Folha nº
Cod.	**Data** (d/m/a)	**Tipo de ocorrência**	**Ref. Relatório ***	**Rubrica**
01				
02				
03				
04				
05				
06				

* Anexar os relatórios descritivos das ocorrências, quer sejam ocorrências diretas ou ocorrências indiretas, relacionadas com a segurança contra incêndios, como por exemplo, alarmes intempestivos ou falsos, princípios de incêndio ou atuação por parte dos utilizadores;

Nota: Estes relatórios devem ser claros e conter as medidas tomadas de imediato e todas as medidas preventivas a adotar a partir da data do incidente, para que não volte a repetir-se

Quadro 08 – Relatórios de intervenção dos bombeiros

Relatórios de intervenção dos bombeiros				Folha nº
Cod.	**Data** (d/m/a)	**Tipo de intervenção**	**Ref. Relatório ***	**Rubrica**
01				
02				
03				
04				
05				
06				
07				

* Anexar os relatórios de ocorrências, elaborados pelos bombeiros, em situações de emergência como incêndios ou outras situações de emergência na entidade;

Quadro 09 – Relatórios de ações de formação

Relatórios de ações de formação							Folha nº
Cod.	**Data** (d/m/a)	**Ref. Relatório ***	**Empresa / Formação Interna**	**Nome / Função do Formador**	**Tipo de Ação**	**Nº de Formandos**	**Rubrica**
01							
02							
03							
04							
05							
06							
07							
08							
09							
10							
11							
12							

* Anexar os relatórios e os registos de presença das ações de formação realizadas na entidade, com referência aos aspetos mais importantes;

Nota: Devem possuir formação no domínio da segurança contra incêndio os funcionários e colaboradores das entidades exploradoras dos espaços afetos às utilizações-tipo; todas as pessoas que exerçam atividades profissionais por períodos superiores a 30 dias por ano nos espaços afetos às utilizações-tipo e ainda todos os elementos com atribuições previstas nas atividades de autoproteção.

Quadro 10 – Relatórios dos exercícios de simulação

Relatórios dos exercícios de simulação					Folha nº
Cod.	**Data** (d/m/a)	**Ref. Relatório ***	**Apoios externos**	**Avaliação S/N**	**Rubrica Responsável**
01					
02					
03					
04					
05					
06					
07					
08					
09					
10					
11					
12					
13					
14					

* Anexar os relatórios de avaliação dos simulacros com referência aos aspetos mais importantes

PLANO DE PREVENÇÃO

INTRODUÇÃO

As ações de prevenção contra incêndios são essenciais para diminuir a sua probabilidade de ocorrência e para limitar as suas consequências.

Constitui obrigação de todos os colaboradores da empresa, a constante observância das condições de segurança nas suas diversas atividades e a pronta comunicação das violações dessa segurança que detetem.

PLANO DE PREVENÇÃO

O Plano de Prevenção define o conjunto de regras de exploração e de comportamentos que constituem os procedimentos de prevenção a adotar pelos colaboradores e ocupantes, destinados a evitar incêndios e a manter as condições de segurança.

O cumprimento do presente plano de prevenção é da responsabilidade de todos os colaboradores do edifício e é controlado pelo Delegado de Segurança, que age em representação da empresa.

1. IDENTIFICAÇÃO DA UT:

As instalações da empresa encontram-se localizadas na Rua Dra Cristina Torres, 3820-210 Figueira da Foz.

De acordo com o Decreto-Lei 220/2008, este estabelecimento enquadra-se na **Utilização Tipo UT IV** (Escolares), 3ª **categoria de risco**.

2. DATA DE ENTRADA EM FUNCIONAMENTO DA UT:

As instalações da Utilização Tipo entraram em funcionamento oficialmente em 17 de abril de 1969.
Data da requalificação - 29 de janeiro de 2011.

3. IDENTIFICAÇÃO DO RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA E DOS DELEGADOS DE SEGURANÇA

Tabela 04 – Responsáveis de Segurança

Atribuição da função	Nome	Função
Responsável de Segurança	Carlos Alberto Pais dos Santos	Diretor
Delegado de Segurança	Isabel Maria Ferreira Mendes Martinho	Subdiretora

4. CARACTERIZAÇÃO DO ESTABELECIMENTO

Tabela 05 – Caracterização do estabelecimento

Utilização Tipo	IV- Escolares
Categoria de Risco	3ª Categoria de risco
Área de implantação do edifício	5500 m²

Piso	Bloco	Local	Local de Risco	Área	Efetivo	Observações
-1	A	Salas de Aulas	A			
	B	Arquivo	A			
	B	Sala das Máquinas	C			
	C	Salas de Aula	A			
	C	Oficinas	C			
	C	Biblioteca	B			
	C	Auditório	B			
0	A	Secretaria	A			
	A	Receção	A			
	A	Átrio	A			
	A	Sala de Professores	A	5500	1245	
	A	CNO	A			
	B	Balneários	A			
	B	Ginásio	B			
	C	Refeitório	B			
	C	Bar	B			
	C	Papelaria	A			
	C	Laboratório	A			
1	A	Salas de aula	A			
	A	Instalações Sanitárias	A			
2	A	Salas de Aulas	A			

Tabela 06 – Equipamentos e sistemas de segurança

Exigência legal – Regulamento Técnico	Desconformidade		Observações/Medidas compensatórias
	Sim	Não	
Sinalização	—	X	—
Iluminação de Emergência	—	X	—
Deteção, Alarme e Alerta	—	X	—
Extintores	—	X	—
Rede de incêndio armada do tipo carretal	—	X	—
Controlo de fumo	—	X	—

5. PLANTAS À ESCALA CONTENDO O ESTUDO DAS INSTALAÇÕES

As plantas de estudo do edifício e da implementação de medidas encontram-se em anexo ao plano de prevenção, anexo I

6. REGRAS DE EXPLORAÇÃO E COMPORTAMENTO

Constitui preocupações constantes dos colaboradores deste estabelecimento verificar:

A **acessibilidade dos meios de socorro aos espaços da Utilização-Tipo** através das vias de circulação capazes de comportar as viaturas dos bombeiros.

As vias de acesso existentes garantem o estacionamento das viaturas de bombeiros a uma distância não superior a 2m das saídas do edifício.

Devem ser mantidas as saídas libertas sem que sejam estacionados veículos em frente à porta do edifício, às saídas de emergência.

Existe **acessibilidade dos meios à rede de água de SI**, existentes ao redor do edifício.

A **desobstrução dos caminhos de evacuação e saídas**, permitindo a passagem sem dificuldade dos ocupantes do edifício. É assegurada permanentemente pelos colaboradores de cada sector a praticabilidade dos caminhos de evacuação;

Devem ser mantidas as vias permanentemente desobstruídas todas as vias de circulação que existem para a deslocação de pessoas, não devem ser armazenados materiais nessas vias de evacuação/circulação.

Sempre que forem detetados objetos nas zonas de circulação que impeçam a livre deslocação, devem ser removidos de imediato e deve ser feita a organização devida tendo em conta o caracter do objeto.

Todas as zonas de circulação e ou trabalho devem estar sinalizadas e devidamente identificadas.

A **operacionalidade e acessibilidade aos meios de alarme e de 1ª intervenção** e dos equipamentos de segurança em geral. Todos os meios de alarme e de 1ª intervenção devem permanecer devidamente identificados, visíveis e desobstruídos;

Estes meios devem ser mantidos em boas condições e sempre que haja alguma alteração nos mesmos todos os trabalhadores/colaboradores têm o dever de informar e alertar para que a situação seja corrigida;

A **vigilância dos espaços, em especial os de maior risco de incêndio**, deve ser realizada pelos colaboradores afetos a cada espaço.

A **conservação dos espaços limpos e arrumados,** devem ser mantidos todas as vias de circulação e evacuação desobstruídas e em condições de acesso e circulação. Em todos os locais das instalações deve ser mantida a correta organização dos materiais, de forma a que não apresentem um risco para o trabalhador, correto armazenamento em estantes. Deve ser mantida a limpeza e arrumação dos espaços de forma a que não haja acumulação de resíduos, nem materiais.

Relativamente à **eficácia de estabilidade ao fogo, e dos meios de compartimentação**, o edifício encontra-se compartimentado, de forma a que exista meios de separação física resistentes, entre cada secção. Deve ser mantida a sua resistência, não deve ser alterada essa estrutura física, sendo que toda e qualquer alteração não devem ser comprometer a sua estabilidade física e a sua robustez.

A **segurança em todos os trabalhos de manutenção, recuperação, beneficiação, alteração ou remodelação de sistemas ou das instalações, que impliquem um risco agravado de incêndio, introduzam limitações em sistemas de segurança instalados ou que possam afetar a evacuação dos ocupantes**. De forma a que estes trabalhos possam ser acompanhados da melhor forma, devem ser feitas previsões das datas desses trabalhos, para que sejam analisadas as tarefas e adequados os meios aos trabalhos em questão. Sempre que possível devem ser efetuados os trabalhos fora do horário de funcionamento, caso não seja possível devem ser previamente instalados meios de evacuação alternativos. Os trabalhos que possam envolver substâncias, materiais, equipamentos ou processos que apresentem riscos de incêndio ou de explosão, nomeadamente pela produção de chama nua, faíscas ou elementos incandescentes em contacto com o ar, associados à presença de materiais facilmente inflamáveis, carecem de autorização expressa do RS, devendo a zona de intervenção ser convenientemente isolada e dotada dos meios de intervenção e de socorro suplementares apropriados ao risco em causa (de acordo com o artigo 197º da Portaria 1532/2008 de 29 de Dezembro)

7. PROCEDIMENTOS DE EXPLORAÇÃO E UTILIZAÇÃO DAS INSTALAÇÕES TÉCNICAS

Todos os procedimentos de exploração e de utilização das instalações técnicas, equipamentos e sistemas, nomeadamente das instalações de energia elétrica, referidas no capítulo V do RT-SCIE, e a sinalização, iluminação de emergência, deteção, alarme e alerta e ainda os meios de primeira intervenção, referidos no capítulo VI do RT-SCIE.

1. INSTRUÇÕES DE FUNCIONAMENTO

Devem ser solicitados todos os manuais de funcionamento de todos os equipamentos utilizados no estabelecimento, de forma a que estejam ao dispor todos os procedimentos em questão, relativamente aos equipamentos, tais como as máquinas de costura.

Bem como de todos os equipamentos que possam ser adquiridos futuramente, e utilizados nas tarefas desempenhadas.

QUADRO ELÉTRICO
O quadro elétrico é constituído por vários elementos que devem ser verificados periodicamente de modo a garantir o seu correto funcionamento.

1 – **DIFERENCIAL**: Tem como função proteger os utilizados da UT de eventuais defeitos e choques elétricos.

Permite efetuar o Corte Geral de Energia.

2 – **DISJUNTORES:** Protege cada circuito elétrico. Se ocorrer um disparo deve verificar-se o estado de funcionamento/conservação dos equipamentos que ligamos. Pode indicar sobrecarga do circuito.

3 – **BOTÃO DE TESTE DO DIFERENCIAL (BOTÃO AZUL)**: Permite verificar o funcionamento do diferencial do Q.E. Periodicamente deve clicar-se no botão teste e confirmar o corte geral de energia.

SADI

SITUAÇÃO DE FOGO: O LED de indicação de FOGO vai acender, o besouro interno vai tocar, os dispositivos de alarme vão ser ativados. O LED da zona correspondente vai acender, acendendo-se também qualquer posterior zona que seja colocada na situação de fogo.

SITUAÇÃO DE AVARIA: o LED de indicação de FALHA SIRENE vai acender. Verifique qual a avaria e solicite a sua reparação/verificação por parte de Empresa Certificada.

PARA SILENCIAR A SIRENE: Pressionar a sequência dos números e SILENCIAR

2. PROCEDIMENTOS DE SEGURANÇA

Tabela 07 – Procedimentos de segurança aquando da utilização de equipamentos e cabos elétricos

Situação	Utilização de equipamentos elétricos e/ou com cabos elétricos

Procedimentos de Prevenção

1. Deve-se garantir que todos os equipamentos e ferramentas são ligados à terra (com exceção dos dotados de duplo isolamento);
2. Deve ser rigorosamente proibido interromper qualquer ligação à terra, ou utilizar máquinas que necessitem de ligação à terra, com fichas ou tomadas que não possuam essa ligação;
3. Os cabos de alimentação das máquinas devem ser montados afastados das escadas, portas e locais de passagem onde possam ser pisados por ou pessoas;
4. Deve ser verificado periodicamente o funcionamento e o bom estado dos cabos elétricos;
5. Os quadros elétricos devem manter-se instalados em locais acessíveis e devidamente sinalizados;
6. Os quadros devem estar protegidos contra a entrada do pó (e água) e, possuírem porta com chave;
7. Deve ser competência exclusiva de eletricistas devidamente habilitados a montagem, modificação, e manutenção do bom estado de funcionamento da instalação elétrica;
8. Qualquer avaria que seja detetada deve ser imediatamente reparada, se tal não for possível, o equipamento ou o circuito devem ser retirados de serviço;
9. Devem ser colocados fora de serviço todos os troços de cabo que apresentem defeitos (cortes ou rasgadelas) no isolamento;
10. Deve ser rigorosamente proibido efetuar emendas nos condutores flexíveis, mesmo que se proceda ao isolamento da união através de fita isoladora;
11. Deve ser rigorosamente proibido efetuar qualquer trabalho sobre circuitos, em tensão. Antes de iniciar qualquer reparação, a máquina, equipamento ou circuito deve ser desligado da instalação, sinalizando a saída do quadro com uma placa:

    «DESLIGADO POR MOTIVO DE TRABALHOS: NÃO LIGAR»

12. Deve ser rigorosamente proibido fazer fogo na proximidade de cabos elétricos.

Procedimentos de Emergência

13. Desligar de imediato todos os equipamentos que estejam a ser utilizados;
14. Desligar de imediato o quadro elétrico;
15. Acionar os meios de primeira intervenção, caso haja princípio de incêndio detetado (ver tabela 05);
16. Caso aconteça um acidente em que resulta num choque elétrico deve:

    Desligar imediatamente a corrente elétrica;

    Não tocar na vítima com as mãos;

    Afastar o perigo da vítima;

    Ligar para o ☎ 112

17. Acionar os meios médicos caso o acidente/incidente ocorra de forma a causar dano num trabalhador.

Tabela 08 – Procedimentos de segurança aquando da utilização da SADI

Situação	Utilização de SADI
Procedimentos de Prevenção	
Sempre que à ativação da SADI, deve o Responsável de Segurança: 1. Dirigir-se para junto da SADI e verificar qual a zona assinalada 2. Confirmar situação de fogo na zona identificada. 3. Prever com o Delegado de Segurança, o corte de Energia; 4. Dar indicações de evacuação (caso necessário) às pessoas presentes no estabelecimento. 5. Silenciar o Besouro 6. Rearmar a SADI, após extinção de fogo	

8. PROCEDIMENTOS DE OPERAÇÃO DOS EQUIPAMENTOS E SISTEMAS DE SEGURANÇA

Devem ser solicitados todos os manuais de funcionamento de todos os equipamentos utilizados no estabelecimento, para que estejam ao dispor todos os procedimentos em questão, relativamente aos equipamentos, tais como a central de SADI.

De seguida são descritos os procedimentos de exploração para cada um destes equipamentos e sistemas, de forma a que sejam mantidas as melhores condições dos mesmos e para que sejam realizadas manutenções preventivas com vista à preservação máxima destes equipamentos.

1. EXTINTORES

Deverão manter-se a 1,20 metros de altura, encontrando-se devidamente sinalizados, estes equipamentos serão verificados periodicamente por pessoal designado pela empresa a fim de averiguar se há anomalias e como tal se é necessário proceder à revisão por pessoal técnico especializado. Anualmente será efetuada uma revisão aos extintores por pessoal técnico especializado e de 5 em 5 anos proceder-se-á à recarga dos mesmos (Exceto no caso de utilização anterior. Nesse caso proceder-se-á imediatamente à sua recarga).

Em caso de emergência os funcionários de cada sector são responsáveis pela sua utilização.

Em **caso de avaria** estes deverão ser enviados para reparação e/ou revisão a cada vez que apresentem uma alteração no manómetro, e que se perceba que não estão a manter a pressão, devem ser reparadas ou substituídas peças sempre que visualmente apresentem indícios de estarem danificadas.

Tabela 09 – Procedimentos de segurança aquando da utilização de equipamentos de primeira intervenção

Situação	Utilização de equipamentos de primeira intervenção
Procedimentos de Prevenção	
	1. Transporte-o na posição vertical, segurando no manípulo
	2. Retire o selo ou cavilha de segurança
	3. Pressione a alavanca
	4. Aproxime-se do foco de incêndio, progressiva e cautelosamente
	5. Não avance enquanto não estiver seguro de que o fogo não o atingirá pelas costas
	6. Dirija o jacto para a base das chamas
	7. Varra, devagar, toda a superfície das chamas
	8. Atue sempre no sentido do vento
	9. Cubra lentamente toda a superfície das chamas
	10. Dirija o jacto para a base das chamas
	11. Em combustíveis líquidos não lançar o jacto com demasiada pressão para evitar que o combustível se espalhe
	12. Termine apenas depois de se assegurar de que o incêndio não se reacenderá

2. SISTEMAS DE ILUMINAÇÃO E SINALIZAÇÃO

A iluminação de emergência e a sinalização de segurança são fatores fundamentais, na medida em que, viabilizando o reconhecimento dos obstáculos e indicando o percurso a seguir para uma evacuação correta, evitam acidentes pessoais e reduzem o pânico.

Neste contexto, a empresa está equipada em vários compartimentos e em alguns locais estratégicos nos caminhos de evacuação.

Esta sinalização deve manter as seguintes condições:

- O seu **estado de integridade**;
- A **funcionalidade dos meios de alarme e alerta**.
- O estado de **conservação da sinalização de segurança e iluminação de emergência**;
- O **sinal indicativo** do caminho a seguir em caso de evacuação.

3. MEIOS AUTOMÁTICOS DE DETEÇÃO

As instalações possuem um sistema geral e automático de deteção de incêndio (SADI) que se encontra em funcionamento, constituído por detetores de fumos em articulação direta com a central de deteção automática, no caso de ser detetado um incêndio numa fase incipiente poderá também ser acionado manualmente através das botoneiras de alarme distribuídas pelas instalações.

O sistema automático e manual de deteção de incêndios permite o reconhecimento da ocorrência de um incêndio, bem como, a ativação do sistema de alarme.

Caso sejam detetadas avarias na central de incêndios (em que o sinal da central indique uma avaria) deverá ser chamado de imediato o técnico da empresa responsável pela manutenção da mesma.

A central possui um painel indicativo que transmitirá sinal caso haja uma avaria detetada pela mesma.

4. REDE DE INCÊNDIO ARMADA (RIA)

As Bocas de incendio do tipo carretel deverão manter-se a 1.50m de altura, e devidamente sinalizadas. A verificação da operacionalidade dos mesmos só poderá ser realizada por elementos da equipa de segurança com formação especializada e pelos bombeiros.

Anualmente deverá ser efetuada uma inspeção por pessoal técnico especializado.

5. QUADRO ELÉTRICO

Periodicamente, deverá prever a verificação/teste do funcionamento dos quadros elétricos (Geral e Parciais).

Botão de teste do diferencial - Teste regularmente o diferencial do quadro elétrico.

Ao clicar no botão de teste deve haver o corte total de energia. Se tal não acontecer, contacte um **técnico para verificar se o aparelho está defeituoso**

Disjuntores - Quando ocorre disparo de algum dos disjuntores, existem dois motivos possíveis:

1 **–** Existência de um equipamento com defeito ligado: desligue o equipamento defeituoso (se o defeito não for evidente num equipamento, deverá fazê-lo por tentativas) e volte a ligar o disjuntor recolocando a patilha ou o botão na posição inicial

2 – Sobrecarga de potência do circuito - desligue o último equipamento que ligou e volte a ligar o disjuntor. Para manter este equipamento ligado, deverá desligar um outro.

Caso não se verifique nenhuma das situações anteriores, significa que o defeito poderá estar nos condutores do circuito ou no disjuntor, e neste caso deve contactar um técnico.

6. POSTO DE SEGURANÇA (LOCAIS DE RISCO F)

O Posto de Segurança, destinado a centralizar toda a informação e coordenação dos meios logísticos em caso de emergência, bem como os meios principais de receção e difusão de alarmes e de transmissão do alerta, localiza-se na secretaria/receção que é um local ocupado em permanência.

O Delegado de Segurança assegura a operacionalidade do Posto de Segurança.

No Posto de Segurança existe:

- O chaveiro de segurança que permitirá aceder a todos os espaços da instalação;
- O Plano de Segurança;
- Comunicação entre o Posto de Segurança e todas as instalações e espaços sobre a dependência direta da empresa;
- Uma listagem de contactos de emergência afixados;
- Central de deteção de incêndios;
- Corte geral de energia;

Após a deteção de um incêndio de determinadas proporções (nível III), proceder da seguinte forma:

- Acione o botão de alarme mais próximo;
- Mantenha a calma e contacte imediatamente, o delegado de segurança e/ou um elemento da equipa de segurança não sendo possível o contacto ligar diretamente o 112;
- Abandone as instalações utilizando as saídas mais próximas. Feche as portas ao sair;
- Em caso de fumo, abandone o local abaixado para evitar fumos. O ar respirável está junto ao chão;
- Em caso de dificuldade de evacuação ou de desconhecimento de localização dos meios de combate a incêndio e alarme deve consultar as plantas de emergência;
- Dirija-se ao seu ponto de encontro.

9. PROCEDIMENTOS DE CONSERVAÇÃO E MANUTENÇÃO

Os procedimentos de conservação e de manutenção das instalações técnicas, dispositivos, equipamentos e sistemas existentes na utilização-tipo, nomeadamente das instalações de energia elétrica, referidas no capítulo V do RT-SCIE, e a sinalização, iluminação de emergência, deteção, alarme e alerta e ainda os meios de primeira intervenção, referidos no capítulo VI do RT-SCIE.

1. SINTOMAS E INDICADORES DE AVARIA QUE OS CARACTERIZAM

- **Extintores**

Deverão ser enviados para reparação e/ou revisão a cada vez que apresentem uma alteração no manómetro, e que se perceba que não estão a manter a pressão, devem ser reparadas ou substituídas peças sempre que visualmente apresentem indícios de estarem danificadas.

- **Sistemas de iluminação e sinalização**

A iluminação de emergência deve ser reparada sempre que não permaneça acesa aquando da quebra de energia elétrica e sempre que forem detetados indícios de que os equipamentos sofreram uma pancada ou que não se encontram visivelmente em boas condições.

- **Meios Automáticos de Deteção**

Serão, após a revisão, conhecidos e dados a conhecer os indícios de avaria do próprio sistema, por parte da empresa especializada e certificada para fazer essa instalação.

2. CALENDÁRIOS E PLANEAMENTO DE CONSERVAÇÃO E MANUTENÇÃO

A manutenção das instalações técnicas e equipamentos reveste-se de grande importância, visto que minimiza os riscos de eclosão de incêndio pelos mesmos, que são no geral a maior fonte de riscos. Para tal devem ser atualizados os seguintes registos:

- Calendarização das ações de manutenção
- Ações efetuadas e respetivas datas e assinatura da pessoa que efetuou
- Registo de qualquer anomalia detetada e respetiva correção, data e assinatura da pessoa que efetuou
- Registo de alterações efetuadas, datas e assinatura da pessoa que efetuou.

Devem ser alvo de acompanhamento minucioso as seguintes instalações técnicas, nas quais é recomendável apoio por técnico externo devidamente credenciado para tal:

- Instalação elétrica

Devem ser alvo de manutenção preventiva, também as seguintes instalações e/ou equipamentos ligados à segurança contra incêndios:

- Meios de 1ª intervenção: revisão anual dos extintores, recarga apos utilização e revisão ocasional aquando de quedas pancadas ou choques;
- Iluminação de emergência: verificação quadrimestral do funcionamento de todos os dispositivos de iluminação de emergência;
- Sistema de deteção automática de incêndio, com o seguinte planeamento:

Tabela 10 – Planeamento da verificação

Periodicidade	Ação	Forma de execução
Mensal	Teste dos dispositivos de sinalização	Por zonas, sinalização de avaria ou alarme
Mensal	Inspeção à alimentação de energia	Verificação dos acumuladores e respetivos carregadores
Mensal	Inspeção à instalação	Verificação dos detetores (fixação, obstrução e limpeza)
Semestral	Teste local dos detetores	Recorrendo a dispositivo para simular incêndio real
Semestral	Teste e regulação da sensibilidade dos	Desmontagem, teste e afinação local

	detetores	
Anual	Verificação completa de toda a instalação	Teste à central, detetores, botões de alarme, dispositivos de alarme, alerta e comandos

3. LISTAS DE VERIFICAÇÃO PERIÓDICA

Em anexo (anexo II, III e IV) aos procedimentos de prevenção seguem as listagens de verificação periódica dos vários equipamentos instalados. Estas listagens devem ser atualizadas de acordo com as novas instalações que forem surgindo, no edifício em questão.

Itens a verificar:

Meios de primeira intervenção – Extintores, a estes meios devem ser feitas as seguintes verificações:

- Verificação de 4 em 4 meses
- Revisão anualmente
- Recarga de 5 em 5 anos e a cada utilização
- Revisão esporádica a cada vez que sofrer um choque ou uma pancada

Sinalização e blocos autónomos, a estes meios de sinalização:

- Verificação de 4 em 4 meses
- Revisão esporádica a cada vez que sofrer um choque ou uma pancada

Sistema de deteção automática de incêndio (consultar tabela 8):

- Relativamente às botoneiras deverá ser realizada uma inspeção visual das respetivas condições de montagem e o seu teste individual.
- Os detetores automáticos de incêndios deverão ser alvo de inspeção geral das respetivas condições de montagem e de um teste individual (simulação de alarme).
- No que diz respeito à central de deteção de incêndios, deverão ser realizadas os seguintes procedimentos:
  - Verificação das baterias (estado, ligações):
  - Teste de todas as funções de alarme e controlo, através da operação de um detetor ou botão de alarme de cada circuito de deteção;
  - Teste de todas as condições de avaria vigiadas pela unidade, com simulações das mesmas em todos os circuitos de deteção e alarme.

Rede de Incêndio Armada, constituída pelas Bocas-de-incêndio devem ser feitas as verificações de 4 em 4 meses relativamente a sua integridade e estado físico, pressão e desobstrução.

Anualmente, deve ser realizada inspeção por entidade autorizada de modo a verificar:

- Fluxo e pressão de água;
- Funcionamento da válvula de corte;
- Estado geral da mangueira, do orientador e das tubagens de abastecimento de água ou outro material de extinção;

- Eixo e tambor;
- Mecanismo de abertura e fecho da agulheta;

De 5 em 5 anos, deve ser realizada prova de pressão hidráulica à mangueira.

Qualquer um destes meios deve ser alvo diário de verificação visual por parte dos responsáveis. Esta verificação deve ser efetuada de forma a que os meios permaneçam desimpedidos e colocados no local devido, bem como as placas que devem estar afixadas no local.

Tabela 11 – Calendarização anual de atividades de conservação e manutenção

Itens a Verificar	Responsável	Ano											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Revisão dos meios de 1ª intervenção	Empresa certificada	X											
Verificação dos meios de 1ª intervenção	Delegado de Segurança	X				X				X			
Verificação da iluminação de emergência	Delegado de Segurança	X				X				X			
Verificação do sistema de deteção de incêndios	Empresa certificada	X											
Verificação do sistema de deteção de incêndios	Delegado de Segurança	X				X				X			
Verificação da RIA	Empresa certificada	X											
Verificação da RIA	Delegado de Segurança	X				X				X			

As listagens (que seguem em anexo), bem como a devida periodicidade em que devem ser preenchidas, são as seguintes:

Anexo II – Lista de verificação de extintores

Anexo III – Lista de verificação de placas e sinalizações de emergência

Anexo IV – Lista de verificação de rede de incêndio armada

10. SESSÕES DE SENSIBILIZAÇÃO, INFORMAÇÃO E FORMAÇÃO

A formação em SCIE, será sob a forma de ações destinadas a todos os funcionários e colaboradores das entidades exploradoras, ou de formação específica, destinada aos delegados de segurança e outros elementos que lidam com situações de maior risco de incêndio;

A resposta a situações de emergência requer a atuação de pessoas com formação e capacidade de resposta a situações específicas. Assim, são efetuadas sessões de sensibilização e informação sobre segurança contra incêndio a todos os colaboradores do edifício, para:

- Familiarização com os espaços do edifício e identificação dos respetivos riscos de incêndio;
- Cumprimento dos procedimentos genéricos de prevenção contra incêndios nomeadamente os que constam do plano de prevenção;
- Cumprimento dos procedimentos de alarme;
- Cumprimento dos procedimentos gerais de atuação em caso de emergência, nomeadamente dos de evacuação;
- Instrução de técnicas básicas de utilização dos meios de primeira intervenção, nomeadamente os extintores portáteis.

Como complemento às medidas de autoproteção e de forma a manter atualizada a informação perante todos os intervenientes diretos e indiretos numa possível situação de emergência.

LISTAGEM DE ANEXOS

Anexo I – Plantas do Estudo de Segurança Contra Incêndio

Anexo II – Lista de verificação de extintores

Anexo III – Lista de verificação de placas e sinalizações de emergência

Anexo IV – Lista de verificação de rede de incêndio armada

Anexo V – Planos de Formação

Anexo I – Plantas do Estudo de Segurança Contra Incêndio

Anexo II – Lista de Verificação de Extintores

Lista de Verificação de Extintores			Folha nº		
Nº do Extintor	**Data** (d/m/a)	**Nº de Série**	**Rubrica**		
Itens a Verificar			**Sim**	**Não**	**NA**
Encontra-se em boas condições visualmente					
Encontra-se afixado a 1,20m					
Encontra-se desimpedido					
Possui a sinalética a 2m do chão, acima do extintor					
Possui o manómetro em boas condições e na zona verde					
Foi descarregado					
Possui a mangueira em boas condições, sem apresentar desgaste					
Possui o selo					
Possui o autocolante com a validade inscrita					
Apresentam indícios de ferrugem					
Nº do Extintor	**Data** (d/m/a)	**Nº de Série**	**Rubrica**		
Itens a Verificar			**Sim**	**Não**	**NA**
Encontra-se em boas condições visualmente					
Encontra-se afixado a 1,20m					
Encontra-se desimpedido					
Possui a sinalética a 2m do chão, acima do extintor					
Possui o manómetro em boas condições e na zona verde					
Foi descarregado					
Possui a mangueira em boas condições, sem apresentar desgaste					
Possui o selo					
Possui o autocolante com a validade inscrita					
Apresentam indícios de ferrugem					
Nº do Extintor	**Data** (d/m/a)	**Nº de Série**	**Rubrica**		
Itens a Verificar			**Sim**	**Não**	**NA**
Encontra-se em boas condições visualmente					
Encontra-se afixado a 1,20m					
Encontra-se desimpedido					
Possui a sinalética a 2m do chão, acima do extintor					
Possui o manómetro em boas condições e na zona verde					
Foi descarregado					
Possui a mangueira em boas condições, sem apresentar desgaste					
Possui o selo					
Possui o autocolante com a validade inscrita					
Apresentam indícios de ferrugem					

Sim- Verifica-se a condição **Não –** Não se verifica a condição **NA –** Não se aplica a condição

Anexo III – Lista de Verificação de Placas e Sinalização

Lista de Verificação de Placas e Sinalização de Emergência			**Folha nº**		
Data (d/m/a)	**Rubrica**	**Observações**			
Itens a Verificar			**Sim**	**Não**	**NA**
Encontra-se em boas condições visualmente					
Os blocos autónomos encontram-se aptos a funcionar aquando de uma falha de energia					
Todas as placas existentes na empresa encontram-se fixadas					
Data (d/m/a)	**Rubrica**	**Observações**			
Itens a Verificar			**Sim**	**Não**	**NA**
Encontra-se em boas condições visualmente					
Os blocos autónomos encontram-se aptos a funcionar aquando de uma falha de energia					
Todas as placas existentes na empresa encontram-se fixadas					
Data (d/m/a)	**Rubrica**	**Observações**			
Itens a Verificar			**Sim**	**Não**	**NA**
Encontra-se em boas condições visualmente					
Os blocos autónomos encontram-se aptos a funcionar aquando de uma falha de energia					
Todas as placas existentes na empresa encontram-se fixadas					
Data (d/m/a)	**Rubrica**	**Observações**			
Itens a Verificar			**Sim**	**Não**	**NA**
Encontra-se em boas condições visualmente					
Os blocos autónomos encontram-se aptos a funcionar aquando de uma falha de energia					
Todas as placas existentes na empresa encontram-se fixadas					
Data (d/m/a)	**Rubrica**	**Observações**			
Itens a Verificar			**Sim**	**Não**	**NA**
Encontra-se em boas condições visualmente					
Os blocos autónomos encontram-se aptos a funcionar aquando de uma falha de energia					
Todas as placas existentes na empresa encontram-se fixadas					

Sim- Verifica-se a condição **Não –** Não se verifica a condição **NA –** Não se aplica a condição

Anexo IV – Lista de Verificação de Rede de Incêndio Armada

Lista de Verificação de Rede de Incêndio Armada			**Folha nº**		
Nº de Carretel	**Data** (d/m/a)	**Nº de Série**	**Rubrica**		
Itens a Verificar			**Sim**	**Não**	**NA**
Encontra-se em boas condições visualmente					
Encontra-se desimpedido					
Possui o manómetro em boas condições e na zona verde					
Possui a mangueira em boas condições, sem apresentar desgaste					
Possui o autocolante com data de verificação/inspeção anual					

Lista de Verificação de Rede de Incêndio Armada			**Folha nº**		
Nº de Carretel	**Data** (d/m/a)	**Nº de Série**	**Rubrica**		
Itens a Verificar			**Sim**	**Não**	**NA**
Encontra-se em boas condições visualmente					
Encontra-se desimpedido					
Possui o manómetro em boas condições e na zona verde					
Possui a mangueira em boas condições, sem apresentar desgaste					
Possui o autocolante com data de verificação/inspeção anual					

Lista de Verificação de Rede de Incêndio Armada			**Folha nº**		
Nº de Carretel	**Data** (d/m/a)	**Nº de Série**	**Rubrica**		
Itens a Verificar			**Sim**	**Não**	**NA**
Encontra-se em boas condições visualmente					
Encontra-se desimpedido					
Possui o manómetro em boas condições e na zona verde					
Possui a mangueira em boas condições, sem apresentar desgaste					
Possui o autocolante com data de verificação/inspeção anual					

Lista de Verificação de Rede de Incêndio Armada			**Folha nº**		
Nº de Carretel	**Data** (d/m/a)	**Nº de Série**	**Rubrica**		
Itens a Verificar			**Sim**	**Não**	**NA**
Encontra-se em boas condições visualmente					
Encontra-se desimpedido					
Possui o manómetro em boas condições e na zona verde					
Possui a mangueira em boas condições, sem apresentar desgaste					
Possui o autocolante com data de verificação/inspeção anual					

Sim- Verifica-se a condição **Não –** Não se verifica a condição **NA –** Não se aplica a condição

Anexo V – Plano de Formação

PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO

INTRODUÇÃO

Este Plano tem como objetivo a identificação das medidas de autoproteção a adotar para fazer face a uma situação de incêndio ou de outra emergência no edifício, nomeadamente a organização, os meios humanos e materiais a envolver e os procedimentos de atuação a cumprir para garantir a evacuação e a proteção dos seus ocupantes.

Este Plano contém o Plano de Atuação, o Plano de Evacuação e o Plano de Intervenção Interna.

Os colaboradores desta empresa são informados e sensibilizados sobre o modo de atuar adequadamente numa situação de emergência, e têm o dever de cumprir os procedimentos de emergência sempre que necessário.

O objetivo do presente plano visa garantir a salvaguarda dos seus ocupantes, defesa dos bens materiais e proteção do meio ambiente em caso de emergência.

O cumprimento do presente Plano é da responsabilidade de todos os colaboradores do edifício e é controlado pelo Delegado de Segurança, que age em representação da entidade empregadora.

1. IDENTIFICAÇÃO DOS RISCOS E NÍVEIS DE GRAVIDADE

RISCOS INTERNOS

Relativamente aos riscos físicos foram detetados o **risco de incendio** em que este é mais elevado na zona das máquinas. De salientar também a possibilidade de incêndio com origem em curto-circuitos. Esta situação, apesar de poder ocorrer em qualquer local onde exista equipamento elétrico, poderá assumir maior gravidade nos locais onde são armazenados determinados produtos e materiais, assim como onde existem equipamentos que pela sua natureza inflamável poderão servir de combustíveis.

Poderá existir o **risco de explosão**, embora os equipamentos estejam instalados de acordo com as exigências de segurança e exista manutenção periódica, não se pode descorar o risco de explosão nos seguintes locais:

- Quadros de Eletricidade.

Os **riscos químicos** existem no que diz respeito aos produtos de limpeza. A ficha de dados de segurança de utilização de produtos químicos, encontra-se nos arrumos onde se encontram acondicionados. Foi colocado no armário dos produtos químicos uma ficha de segurança resumida, para que sirva de orientação aos colaboradores dos pontos mais importantes na utilização de cada produto.

RISCOS EXTERNOS

Embora a área geográfica de implementação da empresa não seja considerada pelos serviços municipais de proteção civil vulnerável á ocorrência de incidentes ou catástrofes naturais, deve-se sempre ter em conta os riscos:

Sísmico, mesmo não havendo registos de sismos que tenham afetado de forma significativa esta região nos anos recentes, não deve ser colocada de parte a hipótese de se sentirem os efeitos de um abalo com epicentro noutras regiões. Além das consequências diretas provocadas pelo abalo há a considerar situações colaterais como incêndio, fugas de gás, derrocadas e o pânico.

Trovoadas, pois a possibilidade de ocorrência de trovadas nesta região é significativa, pelo que se deve ter em atenção a falha de energia. Dada a falta de meios de proteção contra a queda de raios, existe sempre a possibilidade da entrada de raios no edifício podendo provocar incêndios e/ou queimaduras.

Cheias/inundações pois a probabilidade de ocorrer uma inundação nas instalações é reduzida. No entanto, não descurando a eventual possibilidade de uma torneira ficar aberta ou de uma avaria nas tubagens da água, o risco de inundação deve ser considerado.

Incêndios, tendo em conta que existem edifícios na envolvente e que por esse facto pode existir a passagem desse incendio ao nosso edifício.

NÍVEIS DE GRAVIDADE

Considerando a avaliação de consequências dos acidentes, quer internos quer externos, suscetíveis de afetarem o estabelecimento e anteriormente caracterizados, foram identificadas as situações que exigem a coordenação das operações de emergência. Na tabela seguinte são sistematizados e classificados os vários acidentes que, em função do resultado da análise efetuada, se considerou serem de maior risco.

São assinalados na linha correspondente a cada das hipóteses possíveis os níveis de risco que deverão ser considerados.

Tabela 01 – Riscos *Versus* Níveis de Gravidade

Riscos		Níveis de Gravidade		
		Nível 1 Situação Anormal	**Nível 2** Situação de Perigo	**Nível 3** Situação de Emergência
Internos	Incêndio	X	X	X
	Explosão	X	X	X
	Químico	X	X	X
Externos	Sísmico	X		X
	Trovoada	X		X
	Cheias/Inundações	X		X

Os níveis de gravidade, considerados em cada cenário de risco, são definidos de acordo com os seguintes parâmetros:

Situação Anormal – será uma situação de incidente ou anomalia que dada a sua dimensão, ou pelo mesmo se encontrar confinado/controlado não constitui ameaça.

Situação de Perigo – significa que ocorreu um acidente que pode evoluir para uma situação de emergência se não intervir imediatamente, mantendo-se o normal funcionamento do empreendimento.

Situação de Emergência – ocorrência de um acidente grave ou catastrófico, de difícil controlo que originou ou pode vir a originar danos graves, sejam eles pessoais, materiais ou ambientais, obrigando à tomada imediata de ações. Nesta situação, o funcionamento normal da instituição pode sofrer alterações.

De acordo com estes pressupostos, estabelece-se assim a ativação do PEI:

Nível 1 – a ocorrência não justifica a ativação do PEI, dado ser uma situação controlada ou de dimensões reduzidas, **assim não é necessária a ativação do PEI.**

Nível 2 – a situação embora globalmente controlada pode exigir a ativação do PEI, no local onde ocorreu, **assim é possível ativação do PEI.**

Nível 3 – Situação que pode atingir dimensões incontroláveis, podendo até ameaçar áreas vizinhas, **sendo imediato a ativação do PEI.**

2. PONTOS PERIGOSOS E PONTOS NEVRÁLGICOS

Indicam-se na tabela seguinte os pontos suscetíveis de estarem na origem de acidentes, quer numa perspetiva da probabilidade de ocorrência, quer da gravidade das suas consequências.

Tabela 02 – Pontos perigosos

Designação	Local
Quadros de distribuição elétrica	No interior do edifício
Zona técnica	Piso -1

Os pontos nevrálgicos são considerados essenciais a preservar em caso de sinistro, por razões humanas, económicas e técnicas:

Tabela 03 – Pontos nevrálgicos

Designação	Local
Posto de Segurança (Central de Incêndios, Corte geral de energia)	Receção (piso 0)

3. ORGANIZAÇÃO DE SEGURANÇA EM SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA

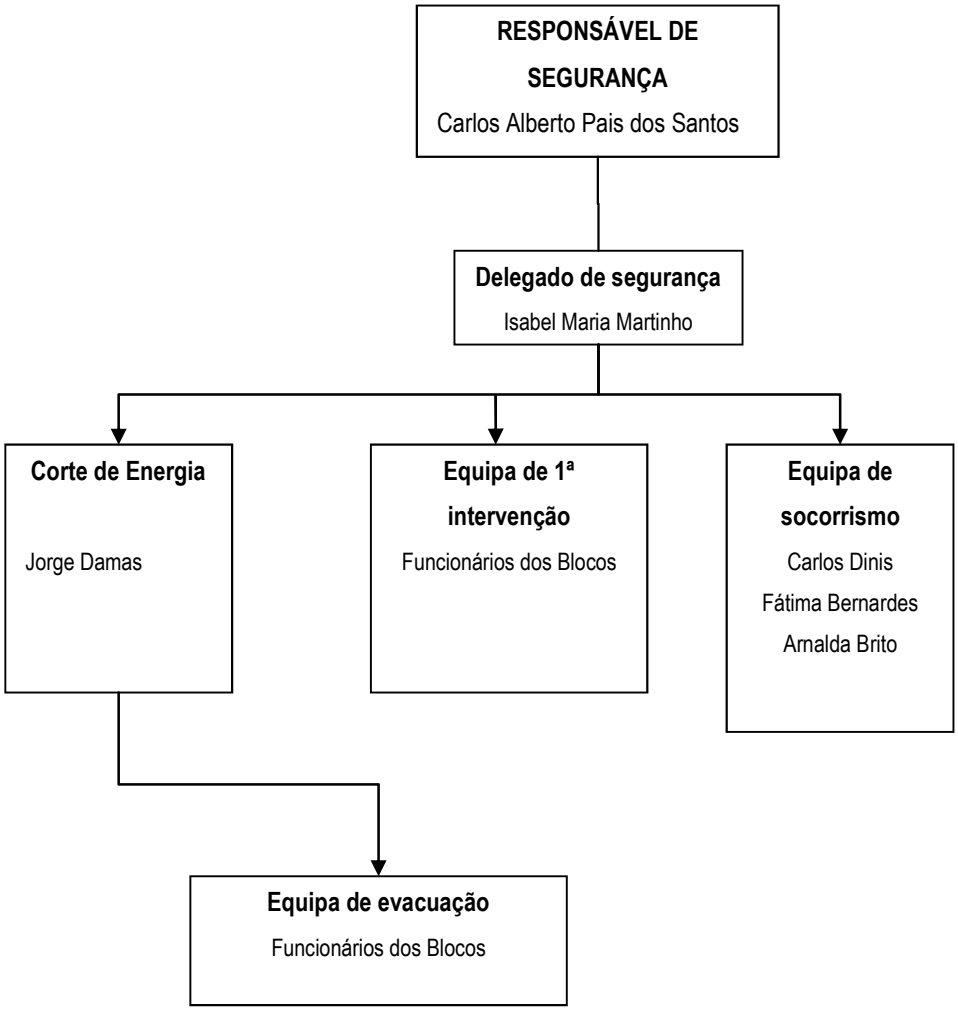
De modo a concretizar as medidas de autoproteção definidas no Plano de Emergência, é constituído o Serviço de Segurança contra Incêndios (SSI), que assegura o serviço de segurança contra incêndio no edifício.

O **Serviço de Segurança contra Incêndios** (SSI), liderado pelo Delegado de Segurança, é constituído por pessoas que tenham recebido formação em matéria de segurança contra incêndios e é constituída pelos seguintes intervenientes:

- Responsável de Segurança;
- Delegado de Segurança;
- Responsável pelo corte de Energia;
- Responsáveis pelo Alarme/Alerta/Evacuação dos vários pisos

Na figura seguinte apresenta-se o organograma hierárquico e funcional do Serviço de Segurança contra Incêndios (SSI)

Figura 01 – Organograma do Serviço de Segurança contra Incêndios



Equipa de primeira intervenção:

Responsável	Corpo	Piso
Graça Cabete	A	Piso -1
Lúcia Silva/ Elisabete Silva	A	Piso 0
Paula Marisa	A	Piso 1
Helena Simão	A	Piso 2
Graça Evangelista	B	Gimnodesportivo
Anabela Ângelo/ Graça Cabete	C	Piso -1
Celeste Marques/ Arnalda Brito	C	Piso 0

Equipa de evacuação:

Responsável	Corpo	Piso
Sandra Fernandes	A	Piso -1
Licínia Sousa / Cristina Ferreira	A	Piso 0
Lurdes Cabete	A	Piso 1
Idalina Dias	A	Piso 2
Manuela Rodrigues	B	Gimnodesportivo
Marisa Gonçalves	C	Piso -1
Susana Costa	C	Piso 0
Lara Barreto	Cozinha	Piso 0
Madalena Carvalho	Bar	Piso 0
Marisa Gonçalves	Biblioteca/ Sala Conferencias	Piso -1
Paula Marisa	Sala de Professores	Piso 1

Durante o período de funcionamento do edifício será assegurada a presença simultânea de **pelo menos 6 elementos,** constituída por:

- 1 Responsável de Segurança
- 1 Delegado de Segurança
- 4 Elementos da Equipa de 1ª Intervenção / Evacuação

Os elementos nomeados para o **Serviço De Segurança Contra Incêndios (SSI)** são responsabilizados pelo Responsável de Segurança, relativamente ao cumprimento das suas atribuições na Organização de Emergência.

A capacidade de intervenção nas instalações em situação de emergência, depende do cumprimento das funções específicas atribuídas.

Os vários elementos do SSI ocupam-se com as tarefas relacionadas com a sua atividade na empresa, devendo encontrar-se permanentemente contactáveis e rapidamente mobilizáveis.

Apresenta-se em seguida, a descrição de funções e responsabilidades dos vários intervenientes da Equipa de Segurança.

Responsável de Segurança:

- Assegurar a implementação e manutenção das medidas de autoproteção incluindo o cumprimento das regras de exploração e de comportamentos que constituem os procedimentos de prevenção contra risco de incêndio.
- Garantir a manutenção das condições de segurança zelando pelo cumprimento dos procedimentos de utilização, exploração, manutenção e conservação de espaços, equipamentos, instalações técnicas, dispositivos e sistemas relacionados com a segurança contra incêndios.
- Decidir sobre os programas de formação à Equipa de Segurança, para uma correta atuação em situações de emergência.
- Preparar e supervisionar os simulacros de emergência.
- Reunir com a Equipa de Segurança de modo e rever periodicamente o Plano de Emergência/Plano de Segurança.
- Manter-se permanentemente contactável.
- Acompanhar a elaboração dos Registos de Segurança. Avalia a situação e declara a situação de emergência, com o apoio do Delegado de Segurança.
- Decidir, com o apoio do Delegado de Segurança, sobre as ações para controlo e a coordenação das operações com os meios internos de emergência, e assegurar a ligação com os meios externos de socorro.
- Efetuar a avaliação das potenciais consequências do acidente e implementa as medidas de ação corretivas e preventivas.
- Garantir a reposição das condições normais de funcionamento, após a ocorrência de uma situação de emergência.

Delgado de Segurança:

- Agir em representação do Responsável de Segurança.
- Coordenar a execução das medidas de autoproteção.
- É o responsável máximo da aplicação do Plano de Prevenção.
- É o responsável máximo da aplicação do Plano de Emergência.
- Garantir a comunicação permanente com o Responsável de Segurança.
- Realizar (ou designar colaborador para o efeito) inspeções aos espaços e equipamentos que permitam atestar e manter a eficácia dos procedimentos de prevenção definidos.
- Sempre que verifique ou seja informado de uma anomalia ou avaria em determinado equipamento, instalação ou sistema, deve proceder em conformidade com os procedimentos previstos para o efeito.
- Supervisionar ou designar colaborador que acompanhe ou assegure os procedimentos de manutenção/conservação dos sistemas e equipamentos de segurança contra incêndios em edifício.
- Propõe os programas de formação à Equipa de Segurança, para uma correta atuação em situações de emergência.
- Propõe ações preventivas e corretivas.
- Elaborar os Registos de Segurança.

- Participar na elaboração dos relatórios das ocorrências/simulacros.
- Declarar a situação de emergência, em substituição do Responsável de Segurança
- Avaliar a situação e coordenar todas as operações de emergência.
- Coordenar a Equipa de Segurança.
- Mandar acionar os alarmes necessários.
- Acompanhar o evoluir de uma situação de emergência e, se necessário, alterar as estratégias adotadas.
- Ordenar as evacuações totais ou parciais.
- Decidir sobre a necessidade de emitir o alerta aos meios de socorro externos (Bombeiros, INEM, GNR, PSP, etc.).
- Proceder ou designar colaborador para proceder ao corte de energia e acionamento de dispositivos de segurança.
- Receber, encaminhar e colaborar com os meios de socorro externos, informando-os à sua chegada, da evolução do sinistro.
- Declarar o fim da situação de emergência em conjunto com a Equipa de Intervenção, e com os meios de socorro externos.
- Coordenar a reposição da normalidade.
- Decidir e ordenar sobre o regresso dos colaboradores aos despectivos postos de trabalho.

Equipa de Intervenção:

- Cumprir as instruções do Delegado de Segurança.
- Proceder em conformidade com as medidas de intervenção para combate a incêndios.
- Ao serem avisadas de uma situação de emergência, deverão dirigir-se ao lugar onde esta está a ocorrer o sinistro.
- Executa as instruções especiais de atuação em caso de emergência.
- Combate o incêndio com os meios e equipamentos de primeira intervenção disponíveis;
- Mantém o Delegado de Segurança permanentemente informado sobre a evolução da situação de emergência.
- Colabora com os meios externos de socorro, se necessário, sem interferir com a sua atuação.
- Após ordens do Delegado de Segurança proceder ao corte geral de energia elétrica.
- Colaborar se necessário, na elaboração dos relatórios das ocorrências/simulacros
- Reunir com o Responsável de Segurança e Delegado de Segurança e propor ações corretivas e preventivas.

Equipa de Evacuação:

- Cumprir as instruções do Delegado de Segurança.
- Executar as instruções especiais de atuação em caso de emergência.
- Ao sinal de alarme de emergência, certificar-se e dirigir-se para o local do sinistro, precavendo-se dos meios necessários.
- No caso de existirem sinistrados, garantir a sua evacuação em primeiro lugar.
- Apoiar a evacuação dos ocupantes do edifício ou da secção a evacuar, caso se trate de uma evacuação parcial
- Assegurar a evacuação dos ocupantes para as saídas através das vias de evacuação.
- Orientar, disciplinar e tranquilizar os ocupantes do edifício durante a evacuação.

- Manter o Delegado de Segurança informado sobre as ações executadas e a executar.
- Comunicar ao Delegado de Segurança que todo o edifício ou secção em causa foi evacuada.
- Analisar cuidadosamente o percurso de evacuação, quer no interior, quer no exterior, e comunicar ao Delegado de Segurança, sempre que verificar algum tipo de anomalia durante esse percurso.
- Evitar que as pessoas voltem atrás para a recolha de pessoas ou bens.
- Não permitir o regresso aos locais evacuados, de nenhuma pessoa estranha às equipas de emergência.
- Verificar que ninguém ficou retido aquando da evacuação.
- Impedir a entrada de pessoas durante o combate ao sinistro (através das portas de entrada e portas das saídas de emergência), exceto as pessoas autorizadas.

Equipa de Socorrismo:

- Cumpre as instruções do Delegado de Segurança.
- Procede em conformidade com as medidas de autoproteção implementadas no edifício.
- Executa as instruções especiais de atuação em caso de emergência.
- Presta os primeiros socorros no exterior, ou em casos extremos no interior do estabelecimento.
- Manter o Delegado de Segurança informado sobre as ações executadas e a executar.

4. ENTIDADES A CONTACTAR EM SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA

As entidades externas a contactar em caso de emergência encontram-se na tabela abaixo (Tabela 04), essas entidades foram selecionadas tendo em conta a área de implantação do estabelecimento, sendo que pertence ao concelho de Coimbra.

Em situação de emergência, as **comunicações no interior do edifício** são efetuadas:

- Pessoalmente
- Por telemóvel
- Por telefone interno

Em situação de emergência, as **comunicações com o exterior** são efetuadas através de:

- Por telefone fixo
- Por telemóveis

Nas chamadas de **EMERGÊNCIA**, devem indicar:

- Nome do estabelecimento
- Descrição da ocorrência
- Localização do estabelecimento
- Tipo de ajuda solicitada
- Existência de vítimas (caso existam)
- Medidas já adotadas (se for solicitado)
- Meios de 1ª intervenção disponíveis (se for solicitado)

Os contactos de emergência **encontram-se afixados junto ao telefone fixo, Receção (posto de segurança)**.

Tabela 04 – Listagem de contactos de emergência internos

Função	Nome	Contactos
Responsável de Segurança	Carlos Alberto Pais dos Santos	962048284
Delegado de Segurança	Isabel Maria Ferreira Mendes Martinho	963874304

5. PLANO DE ATUAÇÃO

Todas as operações de atuação em caso de emergência são coordenadas pelo Delegado de Segurança presente nas instalações.

A ativação do plano de emergência é efetuada pelo Delegado de Segurança consoante o nível de emergência, sendo seguido o **procedimento de atuação de acordo com o tipo de alerta**

- **Falso Alarme:** Quando são ativados os meios de alarme sem motivo ou quando a situação de emergência desaparece sem que haja necessidade de intervenção.
- **Alarme Parcial:** Este alarme poderá ser ativado pelo responsável dessa secção, aquando da ocorrência de uma situação de emergência na sua área de atuação, desde que os meios internos sejam suficientes para o seu controlo. Implica sempre a evacuação parcial, ou seja, da zona atingida.
- **Alarme Geral:** Este alarme será atuado pelo Delegado de Segurança sempre que os meios de intervenção internos sejam insuficientes e implica sempre a evacuação geral das instalações.

Em caso de emergência durante o período de funcionamento do estabelecimento, deverão ser compridos os procedimentos de atuação a adotar pela Equipa de Segurança conforme descrição seguinte:

Figura 02 – Organograma do Serviço de Segurança contra Incêndios

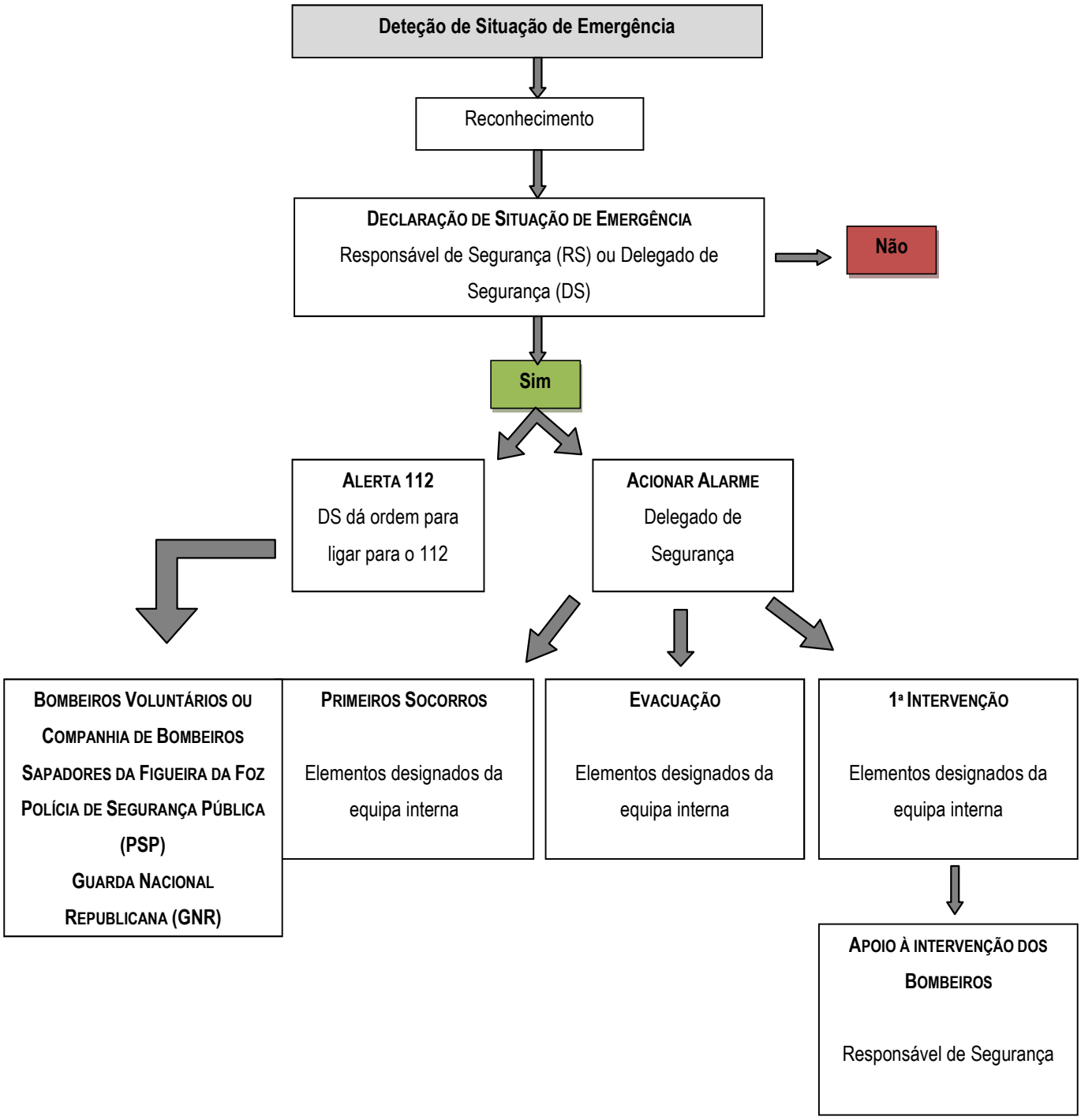


Tabela 05 – Plano de Atuação

Ação	Procedimento	Responsável
Deteção	Visualização através de um foco de incêndio, deteção de fumo, cheiro ou sinal sonoro do SADI.	Qualquer Colaborador ou público do edifício
Transmitir alarme local	Alarme restrito à equipa de segurança, objetivo: Informar Delegado Segurança. Utilizar os botões de alarme ou os meios de comunicação internos disponíveis para contactar Delegado de segurança ou seu substituto. Transmitir local exato da ocorrência.	Qualquer Colaborador do edifício
Reconhecimento	Avaliação local da situação, e decisão sobre a necessidade de ativar o Plano de Emergência. Dirigir-se ao local da ocorrência para avaliar situação. Decidir sobre ativação do plano de emergência. Incêndio Confirmado: ATIVAÇÃO DO PLANO Incêndio Não confirmado ou controlado: CANCELAR O ALARME	Delegado Segurança
Alarme geral	Situação em estado avançado: NECESSIDADE DOS MEIOS DE 1ª INTERVENÇÃO. Transmitir Alarme Geral através dos meios disponíveis: - Ativação Manual na central ou - Ativação do Botão de Alarme mais próximo. ALARME EFECTUADO ATRAVÉS DO BOTÃO DE ALARME: Proceder ao reconhecimento da ocorrência de acordo com o procedimento acima descrito.	Delegado Segurança
Mobilização da equipa de segurança	Contactar via meios de comunicação internos disponíveis a equipa de 1ª Intervenção e a equipa de evacuação. A Equipa de Socorrismo apenas deve ser contactada em caso de existência de feridos.	Delegado segurança
	Dirigir-se para o local da ocorrência Iniciar as operações de 1ª intervenção de acordo com as instruções especiais de segurança Cortar fontes de energia (Elétrica, gás ou outra)	Equipa de 1ª Intervenção
	Aguardar instruções do Delegado de Segurança sobre a necessidade de evacuação do edifício	Equipa de Evacuação
	Se contactados pelo Delegado de Segurança: Dirigir-se para o Local da ocorrência Socorrer feridos existentes.	Equipa de socorrismo

Alerta	Objetivo: Alerta aos meios externos de socorro quando: A ocorrência toma proporções que não são controláveis ou possíveis de combater pela Equipa de Primeira Intervenção; Existem feridos; Contactar através dos meios de comunicação externos disponíveis os bombeiros locais (ver Anexo I). Informação a transmitir aos meios externos de socorro: Tipo de situação de emergência; (incêndio, explosão, acidente…) Nome e localização exata do edifício e sempre que possível, pontos de referência. Identifique-se (Indique o seu nome) Número de telefone do qual se está a ligar Zona de sinistro (armazém, área de venda etc.) e gravidade e extensão. Existência de feridos e quantidade. Existência de qualquer situação que exija outros meios para o local (libertação de gases, combustível etc.) Não desligue em primeiro lugar. Manter sempre a calma e falar pausadamente durante a chamada. Após terminar a chamada, mantenha-se perto do telefone uma vez que os bombeiros costumam confirmar a chamada e pedir novas informações. Se existirem feridos, deve ser contactada o n.º 112. Deverá ser efetuada uma descrição detalhada da ocorrência.	Delegado de segurança
Evacuação	Tomar decisão sobre a necessidade de EVACUAÇÃO consoante a gravidade da situação Transmitir ordem de evacuação à Equipa de Evacuação	Delegado de Segurança
	Iniciar EVACUAÇÃO consoante os procedimentos definidos no PLANO DE EVACUAÇÃO descrito no capítulo seguinte.	Equipa de Evacuação
Receção dos meios externos de socorro	Aguardar a chegada dos meios externos de socorro à entrada do edifício. Garantir que não existem obstáculos que dificultem ou limitem o acesso dos meios externos de socorro ao interior das instalações. Transmitir rapidamente o maior número de informações úteis ao Comandante das operações de socorro.	Delegado de segurança
Encaminhamento	Encaminhar os meios externos para o local onde ocorre o sinistro.	Delegado de segurança
	Em caso de existência de feridos, encaminhe de imediato os Bombeiros/INEM, para o local onde se encontram os mesmos. Indicar o seu estado e primeiros socorros que foram prestados.	Equipa de socorrismo
Apoio	Disponibilizar-se para prestar o apoio necessário aos meios externos de socorro.	Equipa de 1ª intervenção

	Acompanhar as operações dos meios externos de socorro, mas sem interferir com a sua atuação. Acatar todas as ordens e instruções do Comandante das Operações de Socorro. No final das operações devem ser seguidas todas as instruções dos meios externos de socorro até ser declarada a conclusão das operações de socorro.	
Reposição das condições da normalidade	Após conclusão das operações de socorro deve: Confirmado junto dos elementos de socorro externos, se a estrutura do edifício sofreu alguma vulnerabilidade. Repor as condições normais de funcionamento após autorização das entidades externas de socorro ou da Equipa de Intervenção, em caso de não ter havido intervenção de entidades externas. Transmitir verbalmente aos colaboradores da Secção Evacuada/Edifício que podem regressar em segurança ao seu Posto de Trabalho, de forma ordeira. Na eventualidade de existirem de danos materiais, designar os colaboradores que irão proceder à reposição das condições normais de funcionamento (Ex: limpeza, arrumação, etc.). Garantir que são repostas as condições de segurança	Delegado de segurança
	Em caso de proceder ao encerramento temporário do edifício: Informando os clientes do sucedido através de afixação de informação na entrada do edifício. Informar os seus colaboradores das ações a desencadear e das decisões a tomar.	Responsável Segurança/Delegado de Segurança
	Em caso de continuidade de funcionamento do edifício: Aguardar que colaboradores retomem os seus postos de trabalho.	Responsável Segurança/Delegado de Segurança

6. PLANO DE EVACUAÇÃO

O plano de evacuação, tem por objetivo proceder à evacuação rápida e segura de todos os ocupantes, em caso de incêndio abandonando o local seguindo os caminhos de evacuação definidos nas plantas de emergência.

As equipas de evacuação têm a responsabilidade de controlar a evacuação e encaminhar os ocupantes para a saída num ponto de encontro pré-definido.

Todos os locais que possam estar ocupados por pessoas deverão ser verificados.

As pessoas devem cumprir as instruções da Equipa de Evacuação para evitar o pânico e a confusão ou quaisquer outros acidentes adicionais.

Tabela 06 – Plano de Evacuação

Tipo de Alerta	Descrição	Tipo de Alarme
Alerta 1	Pequeno incidente	Falso Alarme
Alerta 2	Incidente que tende a ficar circunscrito a uma zona	Alarme Parcial
Alerta 3	Incidente que vai ou está a propagar-se em toda a instalação	Alarme Geral

Alerta 1 (Fase I)	O **Delegado de Segurança** deverá: • Reunir a Equipa de Intervenção e a Equipa de Primeiros Socorros para planear a resolução de incidentes. • Se necessário, isolar a zona do incidente com o auxílio da Equipas de Primeiros Socorros e definir um plano de atuação de forma a resolver o incidente. • Fazer uma avaliação contínua ao desenrolar das atividades de resolução do incidente e decidir se existe ou não necessidade de prosseguir para a Fase II. **Efetuar relatório de ocorrência**
Alerta 2 (Fase II)	O **Delegado de Segurança** deverá: • Reunir as Equipa de Intervenção e de Primeiros Socorros. • Evacuar a zona do incidente e estabelecer um plano de atuação de forma a resolver o acidente. • Fazer uma avaliação contínua ao desenrolar das atividades de resolução do incidente e decidir se existe ou não necessidade de prosseguir para a Fase III. **Efetuar relatório de ocorrência**
Alerta 3 (Fase III)	O **Delegado de Segurança** deve: • Reunir as Equipas de Intervenção e de Primeiros Socorros. • Evacuar as instalações e definir um plano de atuação de forma a atenuar as consequências. • Após a análise da situação, proceder à solicitação de apoio externo que considerar necessário. • Avaliar o desenrolar das atividades e atuar de forma a minimizar as consequências para os Colaboradores, para o Ambiente e para a própria Associação. **A fase III deve ser ativada sempre que o Delegado de Segurança suspeite que há possibilidade de perigo grave para a saúde dos colaboradores e ocupantes.** **Efetuar relatório de ocorrência**

De modo a garantir uma evacuação rápida e segura dos ocupantes do edifício, a Equipa de Evacuação deve seguir os procedimentos existentes e definidos em "Instrução Especifica de segurança".

Para tal cada elemento da Equipa de evacuação recebe formação específica e deve conhecer a instrução existente.

O Delegado de Segurança dá ordem de evacuação sectorial **(por piso)** ou total. Dada a ordem para abandono das instalações, a equipa de evacuação (comandada pelo responsável de segurança, existindo um responsável por piso) orientam os ocupantes para as saídas. Compete ao responsável de segurança, conferir os utentes no ponto de reunião.

Normas gerais de evacuação

De forma a assegurar o êxito da evacuação é fundamental o respeito das seguintes regras:

- Todas as pessoas em causa sejam conduzidas para as saídas, através dos caminhos de evacuação, tendo em conta as seguintes prioridades:
    - Especialmente as crianças – as mais pequenas deverão ser transportadas ao colo pelas funcionárias,
    - No caso de existirem visitantes ou pessoas com deficiência, deve o Delegado de segurança nomear uma pessoa para encaminhar essas pessoas para a saída de emergência mais próxima.
    - As pessoas em pânico são encaminhadas para as saídas, garantindo a não obstrução das vias de circulação.
    - Evitar aglomerações, impondo ordem, calma e rapidez,

Nesta perspetiva é fundamental assegurar que sejam cumpridas as seguintes regras:

- Não é permitido a recolha de objetos pessoais que possam atrasar ou dificultar a deslocação das pessoas comprometendo a evacuação;
- A evacuação deve processar-se em ordem e sem atropelos devendo as pessoas encaminhar-se para o exterior do estabelecimento utilizando o trajeto mais adequado a cada situação;
- Não é permitido o regresso às áreas de evacuação (a decorrer ou já evacuadas).

Instruções de Segurança Gerais Evacuação

As instruções gerais destinam-se à totalidade dos ocupantes, é função da equipa de evacuação coordenar a evacuação e transportar os sinistrados.

As suas funções e responsabilidades situam-se nas seguintes áreas:

1. Se existir uma situação de emergência e tratando-se de um alarme geral, este dispõe de um alarme acústico continuo para informação;
2. Se a situação de emergência não corresponder a um alarme geral, mas sim parcial, será o delegado de Segurança o responsável pelo alarme (ou delega em alguém da equipa de evacuação), que será sempre feito verbalmente;
3. É ao Delegado de Segurança (DS) que compete decidir sobre a evacuação total ou parcial das instalações;
4. A coordenação da evacuação é feita pelo responsável de evacuação designando e este deve certificar-se de que não fica ninguém, socorrendo qualquer pessoa que precise e verificando que janelas e portas ficam fechadas;
5. No caso de existirem visitantes ou pessoas com deficiência, deve o Delegado de segurança nomear uma pessoa para encaminhar essas pessoas para a saída de emergência mais próxima.
6. Todos os funcionários devem conhecer sempre duas saídas, assim como o percurso a realizar em caso de evacuação urgente;
7. Ao ser determinada a evacuação das instalações, não se preocupe com os seus pertences, siga rigorosamente as normas de evacuação;
8. Não pare nunca nas portas de saída. Estas devem estar livres. Se tiver que utilizar as escadas, encoste-se à parede, não volte atrás;

9. Compete ao funcionário designado manter a ordem no ponto de encontro (assinalado nas plantas de emergência) e proceder à contagem dos colaboradores e alunos (caso seja possível), pelo que estes não devem abandonar o local sob qualquer pretexto e sem devida autorização;
10. Se, numa situação de emergência, se encontrar isolado, verifique se não há perigo de deixar o local onde se encontra. Siga as setas de indicação de saída e dirija-se para o ponto de encontro previamente estipulado. Caso não consiga sair, (existência de chamas ou portas sobreaquecidas) lembre-se que deve sempre assinalar a sua presença;
11. O regresso à normalidade é definido exclusivamente pelo Responsável de Segurança (Delegado de segurança) e só nesse caso podem voltar aos vossos lugares.

Evacuação da Sala de Aula

A evacuação deve ser programada, isto é, deve ser definida a ordem de saída, de acordo com o local de ocorrência do sinistro e a proximidade das saídas, pelo que a evacuação deverá obedecer a determinadas regras a respeitar:

- Deverá ser nomeado por cada grupo de evacuação (Turma) um "Chefe de Fila", normalmente um aluno;
- Deverá ser nomeado por cada grupo de evacuação (Turma) um "Cerra Fila", normalmente o Professor:

Procedimento

1) Logo após "soar" o sinal de alarme, os alunos colocam-se em fila, ao redor da sala;
2) O "Chefe de fila" coloca-se à frente da mesma e encarrega-se de abrir a porta;
3) O "Cerra Fila" – Professor, dará a ordem de saída, esta deverá ser feita rapidamente, mas sem correr;
4) Ao sair da sala, o "Chefe de Fila" encaminha os colegas junto à parede que os conduza à saída, de modo a não criar qualquer tipo de congestionamento nos pontos críticos, com outros colegas que se encontrem na evacuação;
5) O "Cerra Fila" – Professor encarrega-se de fechar a porta ao sair;
6) Os alunos deverão seguir as instruções dada pela equipa de evacuação e sair rapidamente para o exterior do edifício para junto do local definido como Ponto de Encontro;
7) Deverão permanecer no Ponto de Encontro para contagem dos elementos, até que novas ordens sejam dadas.

7. PLANO DE INTERVENÇÃO INTERNA

A correta proteção contra incêndio de um edifício pressupõe não só medidas para a mais rápida evacuação mas também o combate ao foco da ocorrência, de forma a garantir o seu controle por meios e recursos próprios. Isto porque o combate imediato a um sinistro na sua fase inicial pode garantir a sua extinção ou controle para a minimização das consequências, até à chegada dos bombeiros.

Desta forma é necessário definir formas de atuação concisas.

Reconhecimento, combate e alarme interno

Na identificação de qualquer emergência por qualquer pessoa:

- Acionar o alarme e informar imediatamente o Delegado de Segurança
- Verificar se existem pessoas em risco e prestar apoio

- Utilizar os meios de primeira intervenção disponíveis (no caso de incêndio)

O delegado de segurança deve certificar-se sobre a localização exata do incidente, verificar a extensão do sinistro e materiais de combustão (no caso de incêndio) e informar se existem vítimas a socorrer.

De acordo com a dimensão da situação e a sua gravidade deve avisar os elementos responsáveis por cada piso, acionar o alarme interno e dar o alerta aos bombeiros.

Os responsáveis por cada piso acionam a evacuação, cumprindo com os procedimentos definidos para a evacuação dos alunos e visitantes/deficientes.

Evacuação Interna

Mediante a ordem dada pelo delegado de segurança deve iniciar-se a evacuação seguindo as regras definidas no plano de evacuação e os caminhos definidos nas plantas de emergência.

Concentração e Controlo

A concentração será feita no ponto de encontro estabelecido para o efeito, sendo os responsáveis pela coordenação e confirmação das pessoas presentes os responsáveis por piso e por sala respetivamente.

Ponto de encontro

Entende-se por Ponto de Encontro, o local para onde, em situação de emergência, as pessoas se devem dirigir ao soar o sinal de evacuação, ou mediante informação transmitida através da instalação sonora.

O Ponto de Encontro está localizado num local amplo, seguro e de fácil acesso, que se situa no exterior do edifício, ou nas suas proximidades, para onde as pessoas se devem dirigir em caso de sinistro, e aí permanecerem até que lhes sejam dadas indicações em sentido contrário por parte do Delegado de Segurança.

O Ponto de Encontro está identificado com a respetiva sinalética e encontra-se assinalado na Planta de Emergência, através do sinal adequado.

No caso de existir necessidade de evacuar um edifício, total ou parcialmente, todos os seus ocupantes devem conhecer com precisão o local onde se devem dirigir, para que as operações de socorro sejam eficazes.

Tabela 07 – Ponto de encontro

Ponto de encontro	Destinatários	Localização
Exterior do estabelecimento	Toda a população que se encontre no interior do edifício	Campo junto ao Bloco A Campo Junto ao Bloco B

Simulacro

Os simulacros serão executados segundo cenários de emergência definidas pelo Delegado de Segurança e Responsável de Segurança.

Estes simulacros serão realizados com os cenários mais propícios e mais próximos da realidade possível, com a finalidade de testar e preparar a resposta mais eficaz perante eventuais situações reais de perturbação.

Tendo em conta a classificação da entidade, como utilização tipo e a categoria de risco, será efetuado um simulacro com uma periodicidade mínima de **um ano.**

Após a realização de cada simulacro, o Delegado de Segurança elaborará um relatório de acordo com o modelo previsto para o efeito, que constituirá um registo de segurança.

8. PRESTAÇÃO DE PRIMEIROS SOCORROS

Todos os elementos pertencentes ao quadro da empresa participaram na formação de primeiros socorros, estando desta forma aptos a prestar um primeiro socorro numa situação de emergência.

Qualquer elemento dessa equipa de primeiros socorros deve guiar-se pelas seguintes instruções básicas:

Dar o alerta de acidente com vítimas

- Identifique o nome e função;
- Indique a localização da viatura;
- Indique a natureza do acidente;
- Indique o número de vítimas e lesões observadas;
- Consoante a lesão observada, dar outras indicações complementares;
- Seja realista e conciso.

Regras Gerais de Atuação

- Afaste o perigo da(s) vítima(s) ou a(s) vítima(s) do perigo, de modo a evitar novo acidente ou o agravamento do estado do sinistrado;
- Examine a vítima e alerte, conservando o sangue frio, fornecendo as informações necessárias de modo objetivo e conciso;
- Se houve queda do sinistrado, com provável traumatismo da coluna vertebral:
- Não deve movimentar a vítima
- Se o acidente ocorreu num nível diferente do nível da soleira e as vítimas apresentam sintomas de lesão na coluna, prepare os meios de evacuação mas não desloque a vítima até à chegada dos bombeiros;
- O socorrista deve limpar cuidadosamente as mãos antes de iniciar qualquer tratamento;
- Se, quando se der a ocorrência do acidente não se encontrar na empresa nenhum socorrista disponível, deve seguir as instruções dadas pelo médico ao ligar para o 112.
- Se a vitima tiver sofrido um ataque súbito em que não existam lesões, deve ser colocada em PLS (Posição Lateral de Segurança).

Ferida Ligeira

- Lave a ferida do centro para a periferia;
- Desinfete usando compressas (não utilize algodão) com água oxigenada, que ajuda a estancar o sangue, e posteriormente com Betadine;
- Não utilizar álcool, tintura de iodo, algodão e mercurocromo
- Deve cobrir a ferida com um penso ou com compressa (maior que a ferida e adesivo).

Ferida Profunda

- Se houver algum objeto espetado profundamente, não o deve retirar. Deve proteger a ferida com um penso que exceda os seus limites;
- Se não parar de sangrar, deve colocar um penso de compressas e comprimir com a mão. Se o primeiro penso encharcar de sangue, coloque o segundo penso sem retirar o primeiro;
- Não comprimir, caso a hemorragia esteja associada a uma fatura ou existam objetos estranhos;
- Deve providenciar o transporte para o hospital;
- Algumas feridas que podem parecer benignas, devem ser observadas por profissionais de saúde se estiverem localizadas, por exemplo sob as unhas, ao nível das articulações, picadelas profundas (pregos, espinhas), nos olhos ou na sua proximidade, nos lábios.

9. Apoio à intervenção Externa

Cabe ao delegado de segurança fazer a ponte de ligação entre a entidade e as forças de socorro externas, quaisquer que sejam essas entidades sendo que deve ser o mesmo a:

- Contactar as respetivas autoridades caso seja necessário;
- Fazer a receção das entidades no próprio local;
- Transmitir-lhes as informações essenciais e concisas da situação de emergência;
- Encaminhá-los diretamente ao foco do incidente;
- Fazer o contacto com as entidades de forma a saber quando se finaliza o processo de socorro para fazer a reposição à normalidade.

10. REPOSIÇÃO À NORMALIDADE

Após a situação de emergência, no decorrer do rescaldo deverão ser identificadas e devidamente contidas possíveis fontes de reativação, assegurar a segurança das instalações e respetiva envolvente, incluindo vizinhança, prevenir o agravamento de impactes ambientais.

Deverão ser restabelecidos, o mais rapidamente possível, os meios essenciais para repor a normalização, desta forma é da responsabilidade do Responsável de Segurança/Delegado de Segurança a:

- Decisão de retorno ou não dos colaboradores aos seus locais de trabalho e reinício das suas funções (até esta situação os colaboradores devem manter-se no Ponto de Encontro);
- Implementação das medidas necessárias ao restabelecimento da normalidade;
- Realização das ações de desobstrução, reparação e restabelecimento do fornecimento de água e energia;

- Realização da análise e quantificação dos danos pessoais e materiais, e de uma avaliação sobre a possibilidade de adotar medidas de segurança complementares que permitam minimizar ou eliminar a ocorrência de situações idênticas.

11. INSTRUÇÕES GERAIS, PARTICULARES E ESPECIAIS

INSTRUÇÕES GERAIS

Estas instruções destinam-se à totalidade dos ocupantes do espaço, são normas simples e que devem ser cumpridas por todos.

Se os ocupantes usam o espaço necessitam de saber as seguintes regras:

- Manter a calma
- Dar o alarme premindo o botão de alarme mais próximo
- Combater o fogo com o extintor, sem correr perigo
- Dirigir-se para a saída mais próxima, seguindo a sinalização ou seguindo as instruções dos coordenadores
- Nunca utilizar os elevadores; apenas as escadas
- Nunca voltar para trás
- Dirigir-se ao ponto de reunião e aguardar instruções

INSTRUÇÕES PARTICULARES

Tabela 08 – Instruções Particulares

Acidentes Graves
NO CASO DE OCORRÊNCIA DE UM ACIDENTE GRAVE RESULTANDO VÍTIMAS: Ligar para ☎ 112 (Número Nacional de Socorro) e indicar: • Local exato do acidente; • Nº de vítimas; • Idade aproximada da (s) vítima (s); • Circunstâncias do acidente (queda, eletrocussão, incêndio, etc.); • Natureza das lesões (hemorragia, queimadura, fratura, etc.). Não entrar em pânico. Proteger o local do acidente. Evitar correr riscos inúteis. Evitar que outras pessoas tenham outros acidentes; Evacuar os acidentados, caso a permanência na zona do acidente, apresente riscos significativos. **SOCORRO:** Estabelecer diálogo com a vítima, se possível. Manter-se próximo da vítima. Tentar confortar e acalmar a pessoa sinistrada. Observar todas as lesões, deformações e alterações morfológicas. **EXAME PRIMÁRIO:** Avaliar o estado de consciência. Avaliar a ventilação. Avaliar a pulsação. Detetar hemorragias externas graves. Detetar sinais evidentes de choque. **LEMBRE-SE:** Proteger sempre a coluna vertebral durante todo o exame. Suspeitar sempre de lesões crânio-encefálicas quando a vítima está inconsciente. Não efetuar nenhuma ação se sentir que não é capaz

AÇÕES EM CASO DE:	
Asfixia / Paragem Cardíaca	Avaliar o estado de consciência; Caso se encontre inconsciente, pedir ajuda. Verificar se existem corpos estranhos. Caso existam, libertar as vias aéreas, como por exemplo: a boca, a garganta e as fossas nasais; Efetuar a híper extensão da cabeça. Pesquisar durante 10 segundos se a vítima ventila. Caso não ventile, ligar para o ☎112 (chamada externa).
Acidente com corrente elétrica	Desligar imediatamente a corrente elétrica. Não tocar na vítima com as mãos. Se inconsciente, colocar na posição lateral de segurança. Ligar para o ☎ 112 (chamada externa).
Cortes e Feridas	Lavar a ferida com água. Desinfetar com betadine. Não utilizar álcool, tintura de iodo, algodão e mercurocromo. Colocar penso ou ligadura.

Hemorragias	Comprimir com uma compressa esterilizada impedindo a saída de sangue. Nunca retirar a 1ª compressa, colocando outras por cima, se necessário. Não comprimir, caso a hemorragia esteja associada a uma fatura ou existam objetos estranhos. Ligar para o ☎ 112 (chamada externa), caso a hemorragia não estanque Desinfetar com betadine. Não utilizar álcool, tintura de iodo, algodão e mercurocromo. Colocar penso ou ligadura.
Queimaduras	Lavar com água. Não colocar sobre a área queimada gaze ou panos. Não aplicar qualquer tipo de gorduras ou outras substâncias. Aplicar compressas frias e húmidas. Não furar as bolhas. Não tocar nas áreas queimadas. Se a queimadura atingir os olhos, lavar do canto interno para o externo e evitar fechar as pálpebras. Ligar para o ☎ 112 (chamada externa), caso a queimadura apresente bolhas ou extenso vermelhão.
Intoxicação	Recolher informações sobre o tipo de veneno, quantidade, via de administração (digestiva, inalatória, cutânea, ocular), tempo decorrido e características pessoais (peso, idade, doenças, gravidez). Contactar o Centro de Informação Antivenenos (CIAV) ☎ 21 795 0143 (chamada externa).
Fraturas	Não mover a vítima antes de conhecer a lesão. Não permitir que a vítima se levante ou sente. Não remover a vítima, sem uma prévia imobilização. Ligar para o ☎ 112 (chamada externa).

QUADRO ELÉTRICO E AUTOMATISMOS

PREVENÇÃO DE INCÊNDIOS

Verifique regularmente o estado de conservação, e solicite de imediato as reparações necessárias, por pessoal habilitado.

Não permita a utilização de instalações elétricas provisórias, sem o conhecimento do Delegado de Segurança de Emergência.

Não altere os dispositivos de corte e segurança, de forma a evitar ou retardar o seu disparo.

Mantenha desobstruído o acesso, não permitindo a acumulação de objetos combustíveis ou desnecessários na sua proximidade ou no seu interior.

Mantenha as portas do quadro elétrico encerradas.

SE OCORRER UM INCÊNDIO

Dê o alarme ao Delegado de Segurança ☏

Tente extinguir o incêndio com o Extintor de CO2, sem correr riscos.

Nunca utilize Água ou outros agentes à base de água (Espumas).

Se não conseguir dominar o incêndio, feche as portas e abandone o local.

INUNDAÇÃO

Em caso de ocorrência de rotura de tubagens de água deverá proceder-se da seguinte forma:

Fechar imediatamente a água no contador;

O Colaborador que detetar a fuga deverá informar o Delegado de Segurança que tomará as devidas providências de modo a impedir que a fuga se mantenha;

Efetuar a reparação;

Efetuar um ensaio, após a reparação, de forma a verificar a conformidade da estanquicidade da tubagem.

GESTÃO AMBIENTAL

PRINCIPAIS CONSEQUÊNCIAS AMBIENTAIS

Produção de resíduos devido à danificação de materiais ou equipamentos pela água;

Produção de águas residuais;

Contaminação de solos e águas pluviais se a água tiver estado em contacto com produtos químicos;

Desperdício possivelmente significativo de um recurso natural (água)

ACÇÕES DE MINIMIZAÇÃO DAS CONSEQUÊNCIAS AMBIENTAIS

Após a ocorrência, o Delegado de Segurança avalia os resíduos resultantes da inundação, identificando o tipo de resíduos resultantes e procedendo à seleção dos Operadores Autorizados de Resíduos, para que estes possam ser enviados posteriormente para tratamento/eliminação adequados.

SISMO

EM CASO DE SISMO DE BAIXA MAGNITUDE:

Em caso de decisão de evacuação do edifício, tentar proceder à evacuação dos ocupantes do edifício, com o cuidado de evitar a queda de objetos.

Evacuar as pessoas pelas saídas de emergência mais próximas.

Evitar o pânico e acalmar as pessoas mais exaltadas.

Não correr.

Evitar as zonas onde se encontrem equipamentos, objetos ou materiais armazenados em altura, onde existe o risco de queda de objeto em altura.

Evitar passagens junto a janelas de grandes dimensões, de modo a evitar a queda de vidro ou outros destroços.

Encaminhar os ocupantes do edifício para o Ponto de Encontro.

Tentar desligar todos os equipamentos elétricos.

Proceder ao corte das fontes de energia.

Após resolução da situação de emergência, repor as condições de normalidade de acordo com o Procedimento de Atuação definido no Plano de Emergência.

EM CASO DE SISMO DE ELEVADA MAGNITUDE:

Proteger-se da queda de objetos.

Encontre refúgio debaixo de secretárias ou balcões resistentes, ou junto a um pilar de parede mestra.

Afaste-se de objetos que possam cair com facilidade e provocar lesões.

Logo que possível evacuar os ocupantes do edifício, pelas saídas de emergência mais próximas.

Encaminhar os ocupantes do edifício para o Ponto de Encontro.

Evitar o pânico e acalmar as pessoas mais exaltadas.

Não correr.

Tente desligar todos os equipamentos elétricos.

Proceder ao corte das fontes de energia.

APÓS A OCORRÊNCIA DO SISMO:

Impedir o acesso de colaboradores e clientes ao interior das instalações.

Manter os colaboradores no Ponto de Encontro, e assegurar-se de que não ficou ninguém retido nas instalações.

Conferir os elementos presentes.

Controlar as pessoas mais exaltadas.

Prestar os Primeiros Socorros.

ASSALTO / VANDALISMO

EM CASO DE ASSALTO/VANDALISMO:

NUNCA coloque a sua vida em risco.

Deslocar-se de imediato para o local da ocorrência.

Manter a calma.

Não tocar na área sinistrada até chegada das autoridades (em caso de emissão do alerta).

Interditar a zona sinistrada

Emitir Alerta de acordo com o Procedimento de Atuação definido no Plano de Emergência.

Dependendo da gravidade da situação, emitir o Alerta à PSP ou GNR.

Em caso de existência de feridos, emitir o Alerta aos Bombeiros ou INEM.

Aguardar a chegada dos meios externos de socorro e colaborar com os mesmos, sem interferir na sua atuação.

Impedir o acesso de colaboradores e clientes à zona interdita, até indicação contrária por parte das autoridades.

AMEAÇA DE BOMBA

- Mantenha-se calmo;
- Transmita o conteúdo da ameaça ao Responsável da Segurança;
- Cumpra com as instruções que o Responsável de Segurança lhe dê.
- Caso não o consiga fazer, ouça com muita atenção e não interrompa o interlocutor;
- Mantenha a calma, de modo a não provocar o pânico noutras pessoas;
- Registe a mensagem recebida com o máximo de pormenor. Tente identificar:
- Se é homem ou mulher;
- Idade;
- Estado de espírito (calmo, com raiva, excitado);
- Ruídos de fundo (máquinas, música, comboios, carros, etc.);
- Responda ao interlocutor com a cortesia que usa usualmente nas chamadas telefónicas;
- Mantenha o interlocutor a falar o máximo de tempo possível. Peça frequentemente para que este repita, alegando que não está a ouvir bem;
- Peça detalhes ao interlocutor;
- Logo que desligue o telefone, contacte única e exclusivamente o Delegado de Segurança, fornecendo-lhe toda a informação detalhada de que dispõe.

Ao receber a ordem de evacuação

- Se for colaborador, desligue os aparelhos a seu cargo;
- Se estiver acompanhado de uma pessoa externa, encaminhe-a até ao exterior;
- Abandone o edifício rapidamente, sem correr, seguindo as instruções dadas pelos elementos da Equipa de Evacuação;
- Não volte atrás;
- Saia do edifício pelas saídas indicadas;
- Uma vez no exterior do edifício, dirija-se ao Ponto de Encontro;
- Aguarde instruções

Tabela 09 – INSTRUÇÕES ESPECIAIS

INSTRUÇÕES ESPECIAIS DE COMBATE A INCÊNDIOS

PROCEDIMENTOS GERAIS:

Inicie, logo que possível, o ataque ao incêndio.

A combustão deve ficar circunscrita a um espaço limitado, de modo a minimizar o perigo do fogo.

Oriente a sua atuação de acordo com os seguintes procedimentos:

- Impedir o alastramento do incêndio para fora da zona já atingida;
- Fazer incidir os meios de extinção na sua máxima força;
- A aproximação ao fogo é feita junto ao solo (o ara quente e o fumo tendem a acumular-se junto ao teto);
- A inalação de ar quente e fumos provoca lesões graves no aparelho respiratório;
- A existência de qualquer cheiro muito ativo indica a presença de produtos tóxicos;

Se necessitar forçar a passagem num vão fechado, deve proteger-se de uma possível explosão, colocando-se à parede junto a esse vão;

Os incêndios em instalações elétricas devem ser tratados como se estas tivessem sob tensão (nunca use água);

Não exagere na aplicação dos meios de extinção, para além da quantidade necessária à extinção segura de qualquer incêndio, para evitar possíveis danos daí resultantes.

Quando for impossível dominar o incêndio num compartimento, deve abandoná-lo e fechar toas as portas de comunicação com as restantes zonas do edifício.

Em caso de impossibilidade de controlar o incêndio deverá abandonar de imediato o local.

INSTRUÇÕES DE UTILIZAÇÃO DE UM EXTINTOR:

1 - Retirar o selo ou cavilha de segurança

2 - Aproximar-se do foco de incêndio com cautela

3 - Pressione a alavanca e apontar o jacto para a base das chamas



4- Em combustíveis líquidos reduza o jacto, evitando que o combustível se espalhe

5 - Certifique-se que tem o vento pelas costas



5 - Se for necessário peça ajuda a outro(s) colega(s)



7 - Não abandone o local sem a certeza da extinção do foco de incêndio



8 - Não volte a pendurar um extintor depois de utilizado



ALARME:



Qualquer pessoa que detete um princípio de incêndio deve:

- Prevenir um responsável no estabelecimento indicando o local exato do princípio de incêndio.
- Se problema de comunicação, acione a botoneira de alarme mais próxima
- Mantenha a calma
- Abandone o local calmamente
- Em caso de existência de fumo baixe-se para não o respirar

ALERTA (Destinado à Equipa de Segurança)



Contactar os bombeiros ☎ ou 112

EVACUAR:

Quando ouvir o alarme ou mensagem de evacuação deve:

- Cessar todas as atividades
- Abandonar o edifício, dirigindo-se para a saída mais próxima, segundo os itinerários assinalados nas plantas de emergência
- Faça-o com ordem e rapidez
- Caminhe baixo para não respirar o fumo
- Não volte para trás para recolher, objetos ou bens
- Facilite o acesso aos meios de socorro

Não volte a entrar no edifício enquanto decorrer o combate ao incêndio ou até que o local seja considerado seguro pelos bombeiros

12. PLANTAS DE EMERGÊNCIA

As plantas de emergência encontram-se em anexo ao presente plano (Anexo VIII), essas plantas encontram-se afixadas nos vários pontos sinalizados nas mesmas.

Estes locais foram selecionados para a localização das plantas de emergência tendo em conta que são os locais de passagem ou paragem habitual dos ocupantes do edifício.

Estas plantas indicam-nos os meios de primeira intervenção e os caminhos de evacuação.

LISTAGEM DE ANEXOS

Anexo I – listagem de contactos de emergência

Anexo II – comunicação do simulacro

Anexo III – ficha de avaliação do simulacro

Anexo IV – relatório de ocorrências

Anexo V – instruções de segurança

Anexo VI – instruções gerais de atuação

Anexo VII – instruções especiais

Anexo VIII – plantas de emergência

Entidades		Telefones
	SOS – Número Europeu de Emergência	112
	Bombeiros Voluntários da Figueira da Foz Bombeiros Municipais da Figueira da Foz	233 402 260 233 402 800
	GNR - Posto Territorial da Figueira da Foz PSP	233 402 320 233 407 560
	Comando Nacional de Operações de Socorro (CNOS) Comando Distrital de Operações de Socorro de Coimbra	239 854 060
	Hospital Distrital da Figueira da Foz	233 402 000
	Farmácia	
	Centro de Informação Anti-Venenos (CIAV)	808 250 143
	Câmara Municipal da Fogueira da Foz	233 403 300
	Empresa fornecedora de energia	
	ACT – Autoridade para as condições do Trabalho Centro Local de Coimbra	239 400 000

Contactos Internos		
Função desempenhada	**Nome**	**Contato**
Diretor	Carlos Alberto Pais dos Santos	962048284
Subdiretora	Isabel Maria Ferreira Mendes Martinho	963874304

Anexo II – comunicação do simulacro

Caros colaboradores,

De modo a dar cumprimento às obrigações legais em matéria de organização da emergência neste estabelecimento, e dessa forma zelar pela segurança de todos nós, clientes e outros visitantes, este estabelecimento irá realizar um **SIMULACRO DE EMERGÊNCIA** no próximo dia: __ **de** _____ **de** _____**, pelas** __ **horas**

Este exercício constará da simulação de:

_____

_____

O simulacro tem como objetivos testar a operacionalidade dos procedimentos de emergência e de evacuação do edifício, em caso de emergência. Este exercício visa também avaliar e garantir uma atuação eficaz da Equipa de Segurança, e de todos nós perante uma situação de emergência, de modo a que sejam colocadas em prática tudo o que aprenderam nas ações de formação/informação.

Irá proceder-se à evacuação de todos os colaboradores existentes no edifício, e após conclusão do exercício de simulacro, serão retomados os postos de trabalho.

Relembram-se os principais comportamentos a adotar em situação de emergência:

- Ao ouvir o alarme sonoro, deverão dirigir-se pelos caminhos de evacuação, para o ponto de encontro, de forma calma, rápida e ordeira;
- No ponto de encontro, deverão afastar-se o mais possível do edifício;
- Todos os colaboradores deverão permanecer no ponto de encontro, a aguardar que o Delegado de Segurança dê por finalizado o exercício e ordene que se retomem os postos de trabalho.

Contamos com a colaboração e agradece-se desde já a colaboração de **todos**!

CARLOS ALBERTO PAIS DOS SANTOS — Assinado de forma digital por CARLOS ALBERTO PAIS DOS SANTOS Dados: 2018.09.24 12:32:41 +01'00'

A Administração /

Responsável da Segurança

ISABEL MARIA FERREIRA MENDES MARTINHO — Assinado de forma digital por ISABEL MARIA FERREIRA MENDES MARTINHO Dados: 2018.09.24 12:51:15 +01'00'

Delegado de Segurança

**(a afixar nos locais Administrativos, vestiários, armazém, área fabril)*

Anexo III – ficha de avaliação do simulacro

Data	Hora	Nº de Colaboradores	Tempo de Evacuação

Modalidade do exercício	Sim	Não	Observações
Sem aviso prévio			
Intervenção dos socorros externos			

Modo como ocorreu a evacuação: quem deu a ordem, tempo, percurso utilizado e decisão de evacuar

Aplicação das instruções gerais	Sim	Não	Observações
Todos os ocupantes ouviram e reagiram ao sinal de alarme			
Todos os ocupantes foram evacuados			
Todos os ocupantes respeitaram a instrução de "não voltar atrás sem autorização			
Todos os ocupantes se dirigiram ao(s) ponto(s) de reunião			
A contagem das pessoas fez-se sem problemas			
Comportamento das pessoas	**Sim**	**Não**	**Observações**
Evacuação imediata ao sinal de alarme			
Evacuação em boa ordem			
Aplicação das instruções particulares nos locais de risco agravado	**Sim**	**Não**	**Observações**
As instruções foram aplicadas			
Dispositivos e equipamentos específicos ligados à segurança – Combate a Incêndio	**Sim**	**Não**	**Observações**
Funcionaram bem			
Funcionaram bem			

Avaliação do Simulacro

CARLOS ALBERTO PAIS DOS SANTOS Assinado de forma digital por CARLOS ALBERTO PAIS DOS SANTOS Dados: 2018.09.24 12:33:48 +01'00'

Responsável da Segurança

ISABEL MARIA FERREIRA MENDES MARTINHO Assinado de forma digital por ISABEL MARIA FERREIRA MENDES MARTINHO Dados: 2018.09.24 12:52:26 +01'00'

Delegado de Segurança

Anexo IV – relatório de ocorrências

Data		Hora	
Descrição da Ocorrência			
Medida(s) Preventiva(s)			
Medida(s) Corretiva(s)			

CARLOS ALBERTO PAIS DOS SANTOS — Assinado de forma digital por CARLOS ALBERTO PAIS DOS SANTOS Dados: 2018.09.24 12:34:57 +01'00'

Responsável da Segurança

ISABEL MARIA FERREIRA MENDES MARTINHO — Assinado de forma digital por ISABEL MARIA FERREIRA MENDES MARTINHO Dados: 2018.09.24 12:53:38 +01'00'

Delegado de Segurança

Nota:

Os relatórios de ocorrência incluem por exemplo: falsos alarmes, focos de incêndio. Intervenção dos bombeiros, avarias nos sistemas e equipamento de segurança, acidentes de trabalho, entre outros.

Todas as ocorrências devem ter um relatório onde conste, no mínimo, a sua descrição, data do acontecimento e, caso tenham sido tomadas posteriormente medidas, as medidas preventivas ou corretivas.

Anexo V – instruções de segurança

Instruções de Utilização de Extintores

1. Retirar o selo ou cavilha de segurança
2. Aproximar-se do foco de incêndio com cautela
3. Pressione a alavanca e apontar o jacto para a base das chamas



4. Em combustíveis líquidos reduza o jacto, evitando que o combustível se espalhe
5. Certifique-se que tem o vento pelas costas



6. Se for necessário peça ajuda a outro(s) colega(s)



7. Não abandone o local sem a certeza da extinção do foco de incêndio



8. Não volte a pendurar um extintor depois de utilizado



VI – instruções gerais de atuação

Dar o alerta de acidente com vítimas

1. Identifique o nome e função;
2. Indique a localização da viatura;
3. Indique a natureza do acidente;
4. Indique o número de vítimas e lesões observadas;
5. Consoante a lesão observada, dar outras indicações complementares;
6. Seja realista e conciso.

DEVE LIGAR O ☎ 112

Regras Gerais de Atuação

1. Afaste o perigo da(s) vítima(s) ou a(s) vítima(s) do perigo, de modo a evitar novo acidente ou o agravamento do estado do sinistrado;
2. Examine a vítima e alerte, conservando o sangue frio, fornecendo as informações necessárias de modo objetivo e conciso;
3. Se houve queda do sinistrado, com provável traumatismo da coluna vertebral:

   Não deve movimentar a vítima

4. Se o acidente ocorreu num nível diferente do nível da soleira e as vítimas apresentam sintomas de lesão na coluna, prepare os meios de evacuação (grua ou outros equipamentos) mas não desloque a vítima até à chegada dos bombeiros;
5. O socorrista deve limpar cuidadosamente as mãos antes de iniciar qualquer tratamento;
6. Se, quando se der a ocorrência do acidente não se encontrar na empresa nenhum socorrista disponível, deve seguir as instruções dadas pelo médico ao ligar para o 112.



7. Se a vitima tiver sofrido um ataque súbito em que não existam lesões, deve ser colocada em PLS (Posição Lateral de Segurança).

Ferida Ligeira

1. Lave a ferida do centro para a periferia;
2. Desinfete usando compressas (não utilize algodão) com água oxigenada, que ajuda a estancar o sangue, e posteriormente com Betadine;

   Não utilizar álcool, tintura de iodo, algodão e mercurocromo

3. Deve cobrir a ferida com um penso ou com compressa (maior que a ferida e adesivo).

Ferida Profunda

1. Se houver algum objeto espetado profundamente, **não o deve retirar**. Deve proteger a ferida com um penso que exceda os seus limites;
2. Se não parar de sangrar, deve colocar um penso de compressas e comprimir com a mão. Se o primeiro penso encharcar de sangue, coloque o segundo penso sem retirar o primeiro;
3. Não comprimir, caso a hemorragia esteja associada a uma fratura ou existam objetos estranhos;
4. Deve providenciar o transporte para o hospital;
5. Algumas feridas que podem parecer benignas, devem ser observadas por profissionais de saúde se estiverem localizadas, por exemplo:
   - Sob as unhas;
   - Ao nível das articulações;
   - Picadelas profundas (pregos, espinhas);
   - Nos olhos ou na sua proximidade;
   - Nos lábios.

DEVE LIGAR O ☎ 112

Anexo VII – instruções especiais

Instruções especiais de combate a incêndios



1. Inicie, logo que possível, o ataque ao incêndio.
2. A combustão deve ficar circunscrita a um espaço limitado, de modo a minimizar o perigo do fogo.
3. Oriente a sua atuação de acordo com os seguintes procedimentos:
    - Impedir o alastramento do incêndio para fora da zona já atingida;
    - Fazer incidir os meios de extinção na sua máxima força;
    - A aproximação ao fogo é feita junto ao solo (o ara quente e o fumo tendem a acumular-se junto ao teto);
    - A inalação de ar quente e fumos provoca lesões graves no aparelho respiratório;
    - A existência de qualquer cheiro muito ativo indica a presença de produtos tóxicos;
4. Se necessitar forçar a passagem num vão fechado, deve proteger-se de uma possível explosão, colocando-se à parede junto a esse vão;
5. Os incêndios em instalações elétricas devem ser tratados como se estas tivessem sob tensão (nunca use água);
6. Não exagere na aplicação dos meios de extinção, para além da quantidade necessária à extinção segura de qualquer incêndio, para evitar possíveis danos daí resultantes.
7. Quando for impossível dominar o incêndio num compartimento, deve abandoná-lo e fechar toas as portas de comunicação com as restantes zonas do edifício.
8. Em caso de impossibilidade de controlar o incêndio deverá abandonar de imediato o local.

Atuação em caso de alarme

Qualquer pessoa que detete um princípio de incêndio deve:



1. Prevenir um responsável no estabelecimento indicando o local exato do princípio de incêndio.
2. Se problema de comunicação, acione a botoneira de alarme mais próxima
3. Mantenha a calma
4. Abandone o local calmamente
5. Em caso de existência de fumo baixe-se para não o respirar

Atuação em caso de alerta e evacuação



Contactar os bombeiros Municipais ou 112

Quando ouvir o alarme ou mensagem de evacuação deve:

1. Cessar todas as atividades
2. Abandonar o edifício, dirigindo-se para a saída mais próxima, segundo os itinerários

assinalados nas plantas de emergência

3. Faça-o com ordem e rapidez
4. Caminhe baixo para não respirar o fumo
5. Não volte para trás para recolher, objetos ou bens
6. Facilite o acesso aos meios de socorro

NÃO VOLTE A ENTRAR NO EDIFÍCIO ENQUANTO DECORRER O COMBATE AO INCÊNDIO OU ATÉ QUE O LOCAL SEJA CONSIDERADO SEGURO PELOS BOMBEIROS

Instruções especiais de combate a incêndios
Boca-de-incêndio armada

1. Abra a caixa segundo as indicações.
2. Confirme que a agulheta está fechada.
3. Abra a válvula de corte
4. Puxe para desenrolar a mangueira;
5. Abra a agulheta
6. Dirija o jato da água para a base das chamas.

Instruções especiais de combate a incêndios
Locais de Risco D

MANTENHA A CALMA

Se descobrir um incêndio:

- Mantenha-se calmo, não grite;
- Comunique rapidamente ao Responsável de Segurança a localização do fogo.

Se ouvir sinal de alarme:

- Inicie a evacuação consoante os procedimentos definidos no Plano de Evacuação:

<u>No Berçário e na sala de marcha:</u>

Colocar um berço ou parque no exterior (ponto de encontro);

Transportar as crianças ao colo até ao ponto de encontro.

Deve garantir-se a presença de um adulto (ex: auxiliar), no ponto de encontro

A última a sair, após confirmar que não ficou ninguém para trás, fecha a porta da respetiva sala

<u>Nas salas do jardim-de-infância:</u>

O auxiliar segue à frente com as crianças em fila indiana e o educador verifica se ficou alguém para trás e fecha a porta da sala.

Instruções especiais de combate a incêndios
Locais de Risco F

(a afixar junto do posto de segurança)

- Inicie, logo que possível, o ataque ao incêndio.
- A combustão deve ficar circunscrita a um espaço limitado, de modo a minimizar o perigo do fogo.
- Oriente a sua atuação de acordo com os seguintes procedimentos:
  - IMPEDIR O ALASTRAMENTO DO INCÊNDIO PARA FORA DA ZONA JÁ ATINGIDA;
  - FAZER INCIDIR OS MEIOS DE EXTINÇÃO NA SUA MÁXIMA FORÇA;
  - A APROXIMAÇÃO AO FOGO É FEITA JUNTO AO SOLO (O ARA QUENTE E O FUMO TENDEM A ACUMULAR-SE JUNTO AO TECTO);
  - A INALAÇÃO DE AR QUENTE E FUMOS PROVOCA LESÕES GRAVES NO APARELHO RESPIRATÓRIO;
  - A EXISTÊNCIA DE QUALQUER CHEIRO MUITO ACTIVO INDICA A PRESENÇA DE PRODUTOS TÓXICOS;
- Se necessitar forçar a passagem num vão fechado, deve proteger-se de uma possível explosão, colocando-se à parede junto a esse vão;
- Os incêndios em instalações elétricas devem ser tratados como se estas tivessem sob tensão (nunca use água);
- Não exagere na aplicação dos meios de extinção, para além da quantidade necessária à extinção segura de qualquer incêndio, para evitar possíveis danos daí resultantes.
- Quando for impossível dominar o incêndio num compartimento, deve abandoná-lo e fechar toas as portas de comunicação com as restantes zonas do edifício.
- Em caso de impossibilidade de controlar o incêndio deverá abandonar de imediato o local.

Anexo VIII – plantas de emergência

ÍNDICE DE DESENHOS

Projeto: Medidas de Autoproteção da Escola Secundária Doutor Joaquim Carvalho **Data:** 04/11/2019

Especialidade: Plantas de Emergência

Requerente: Parque Escolar

Nº	Ref.ª Desenho	Revisão	DWF	PDF	Obs.
001	001-02-PE-Bloco A-Piso-1-01-02	02	X	X	-
002	002-02-PE-BlocoA-Piso-1-02-03	03	X	X	4/11/2019
003	003-02-PE-BlocoA1-Piso0-01-02	02	X	X	-
004	004-02-PE-BlocoA2-Piso0-02-02	02	X	X	-
005	005-02-PE-BlocoA3-Piso0-03-03	03	X	X	4/11/2019
006	006-02-PE-BlocoA4-Piso0-04-02	02	X	X	-
007	007-02-PE-BlocoA1-Piso1-01-02	02	X	X	-
008	008-02-PE-BlocoA1+A2-Piso1-02-02	02	X	X	-
009	009-02-PE-BlocoA2+A3-Piso1-03-03	03	X	X	4/11/2019
010	010-02-PE-BlocoA3-Piso1-04-02	02	X	X	-
011	011-02-PE-BlocoA4-Piso1-05-02	02	X	X	-
012	012-02-PE-BlocoA1-Piso2-01-02	02	X	X	-
013	013-02-PE-BlocoA1+A2-Piso2-02-02	02	X	X	-
014	014-02-PE-BlocoA2+A3-Piso2-03-02	02	X	X	-
015	015-02-PE-BlocoA3-Piso2-04-02	02	X	X	-
016	016-02-PE-BlocoB-Piso-1-01-02	02	X	X	-
017	017-02-PE-BlocoB-Piso-1-02-02	02	X	X	-
018	018-02-PE-BlocoB-Piso0-01-02	02	X	X	-
019	019-02-PE-BlocoC-Piso-1-01-02	02	X	X	-
020	020-02-PE-BlocoC-Piso-1-02-03	03	X	X	4/11/2019
021	021-02-PE-BlocoC-Piso-1-03-02	02	X	X	-
022	022-02-PE-BlocoC-Piso-1-04-02	02	X	X	-
023	023-02-PE-BlocoC-Piso0-01-02	02	X	X	-
024	024-02-PE-BlocoC-Piso0-02-02	02	X	X	-
025	025-02-PE-BlocoC-Piso0-03-02	02	X	X	-

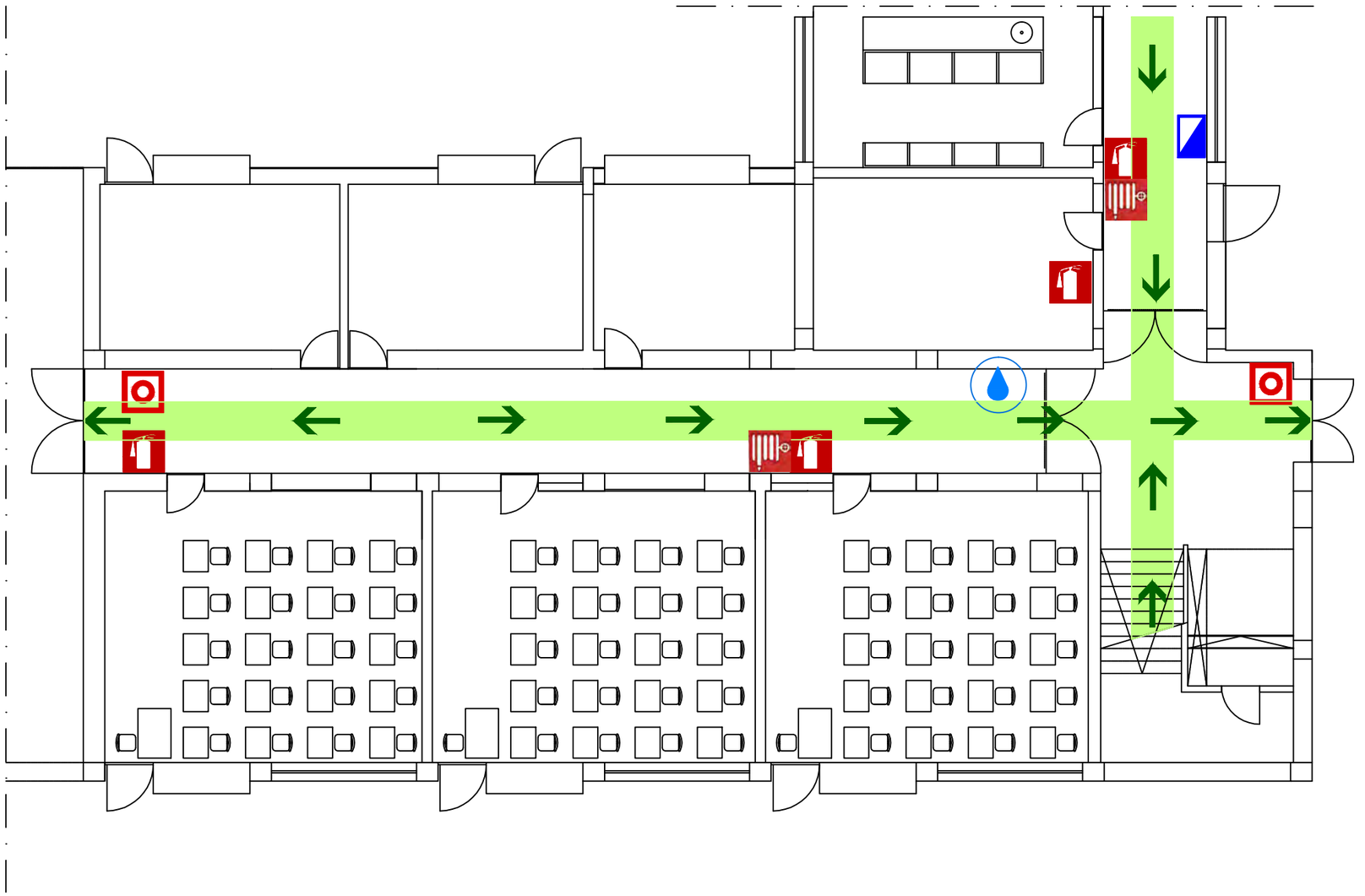
.

.

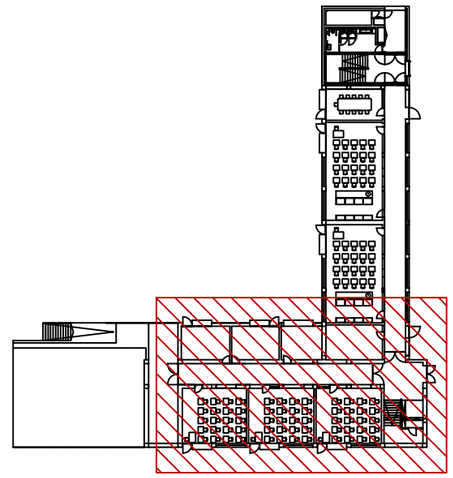
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

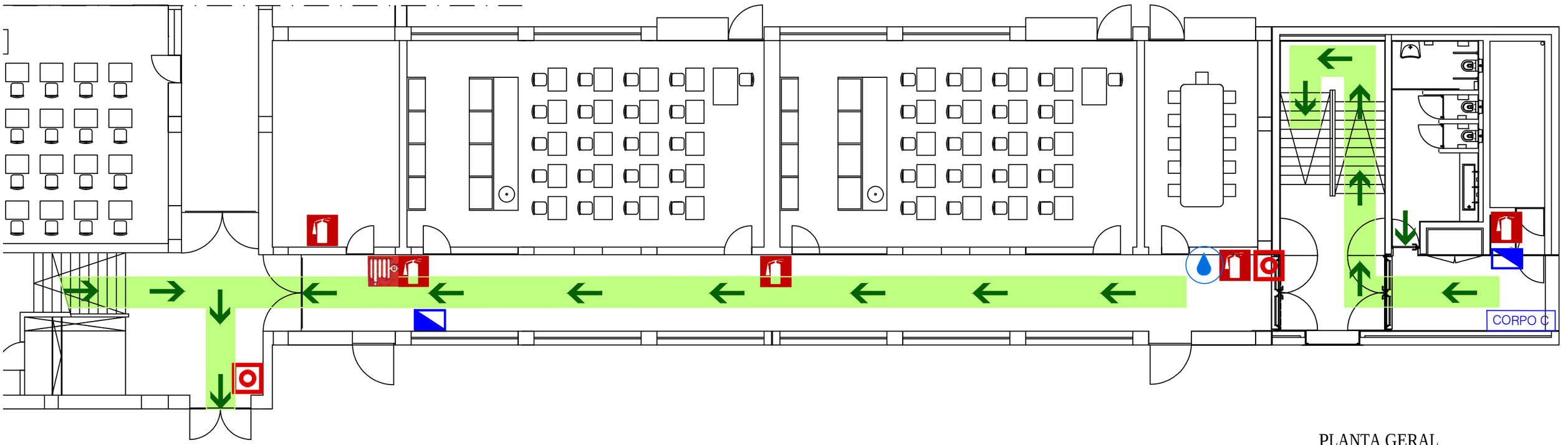
Bloco A - Planta Piso -1

Data: 2018

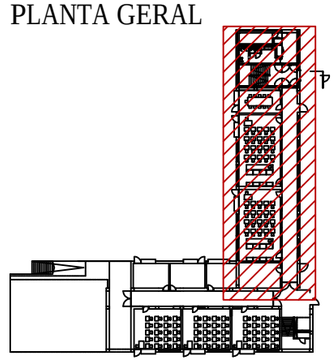
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCÊNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

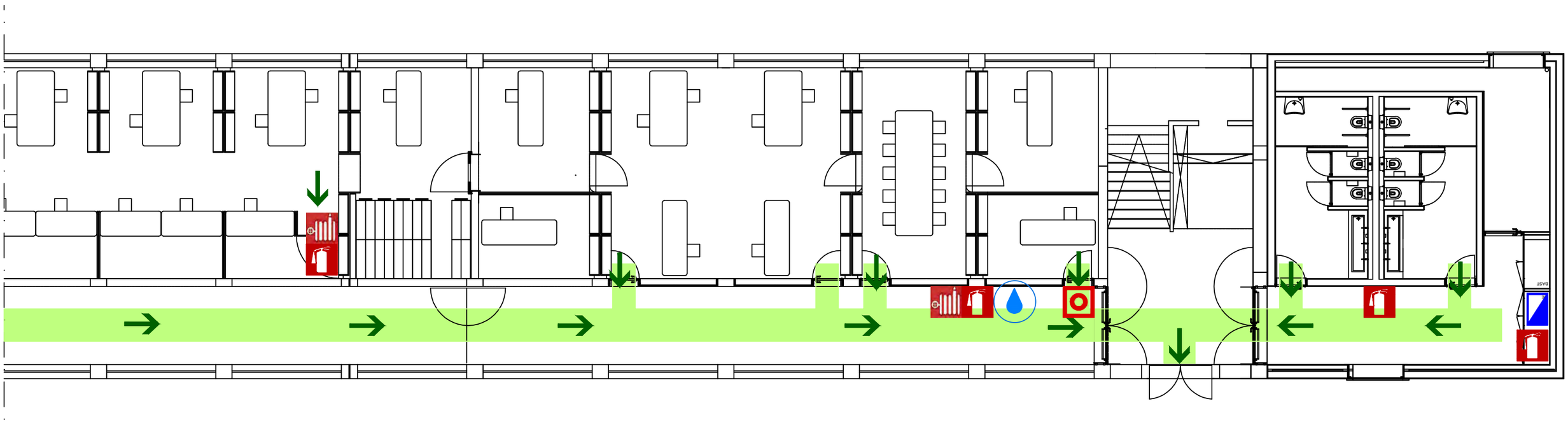
Bloco A4 - Planta Piso -1

Data: 2018

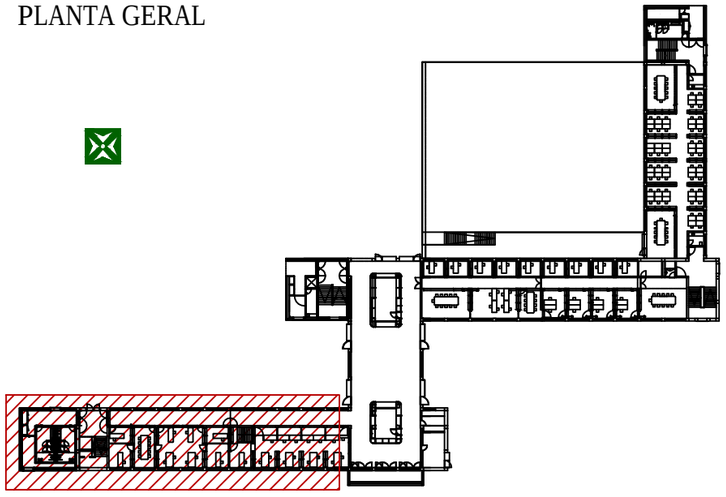
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

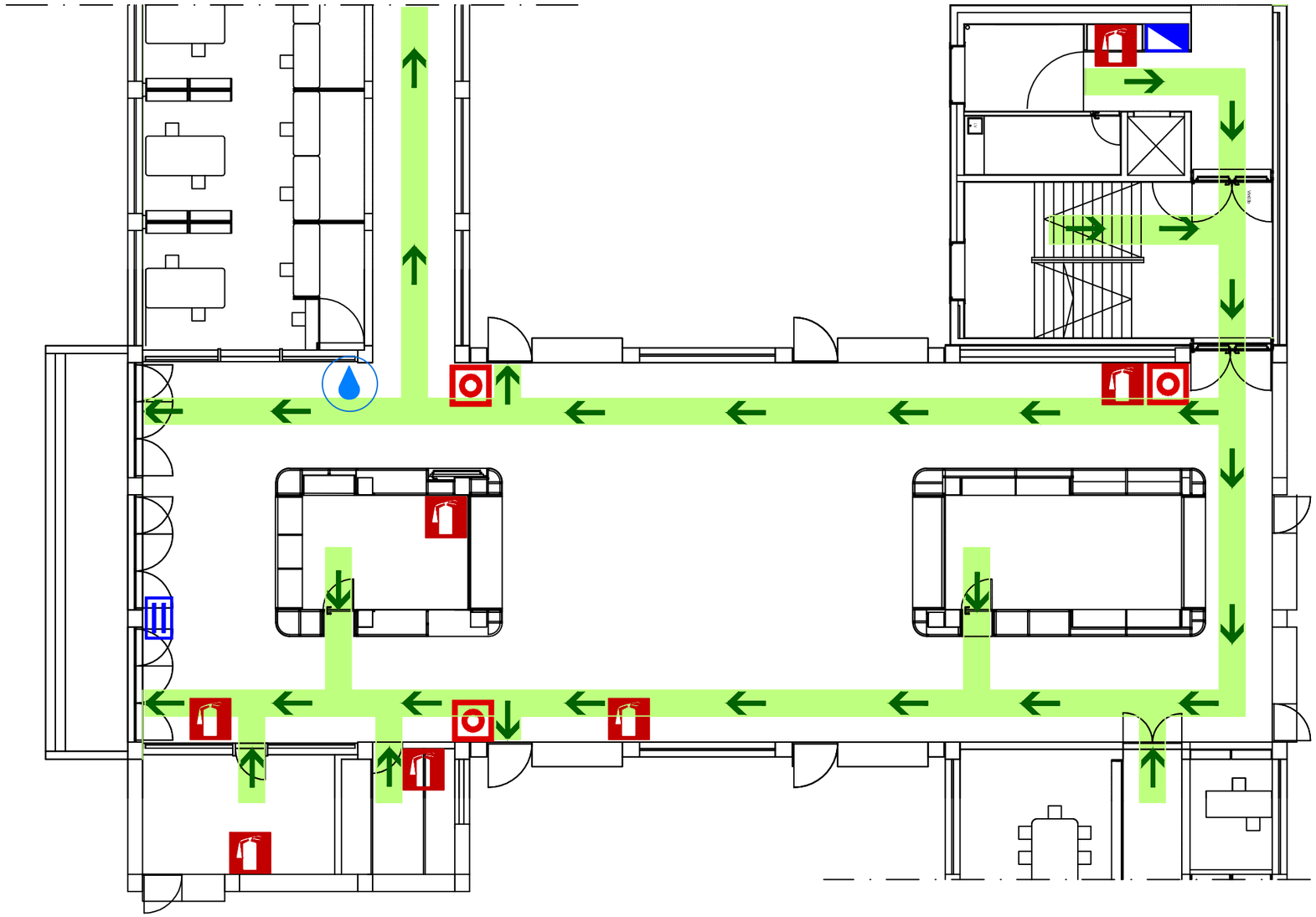
Bloco A1 - Planta Piso 0

Data: 2018

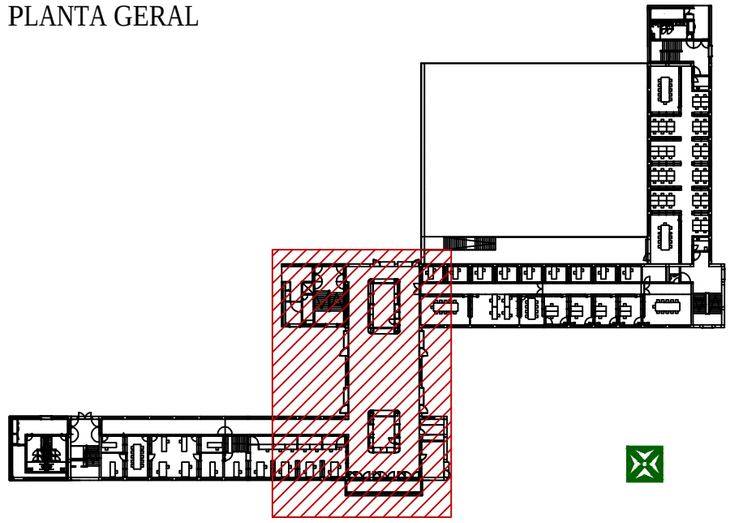
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

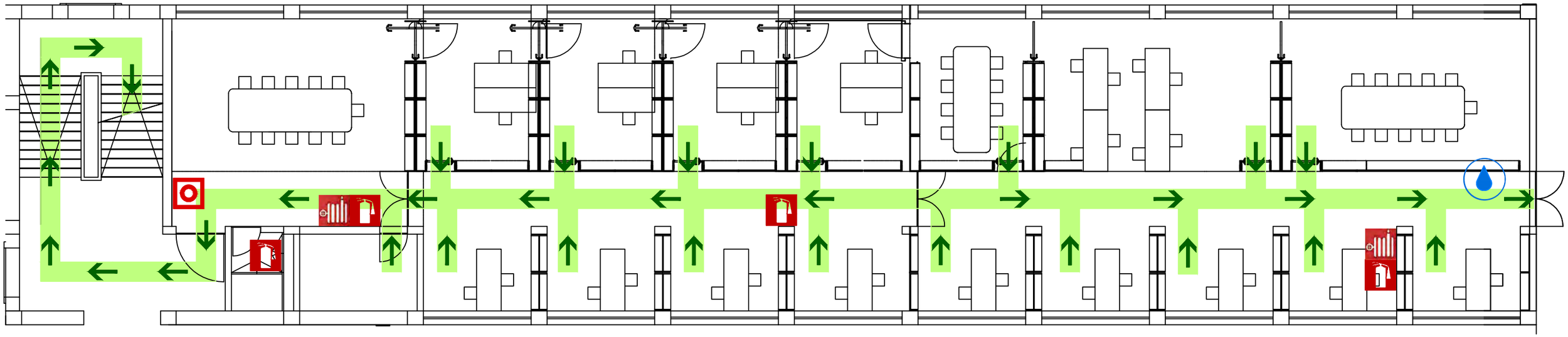
Bloco A2 - Planta Piso 0

Data: 2018

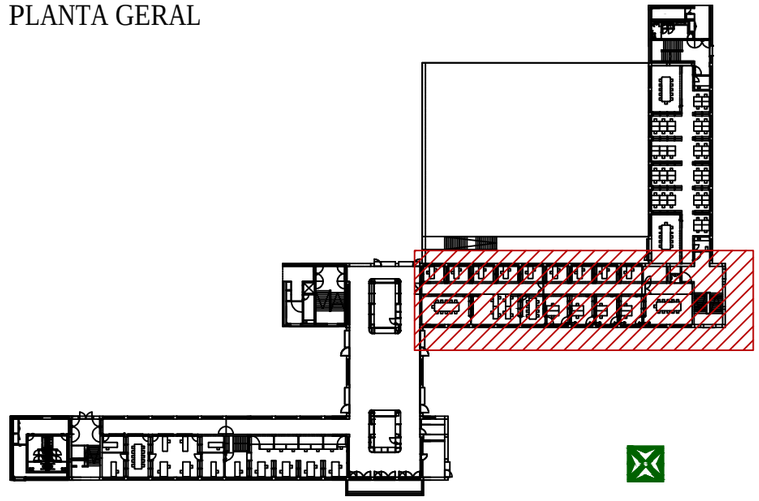
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCÊNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

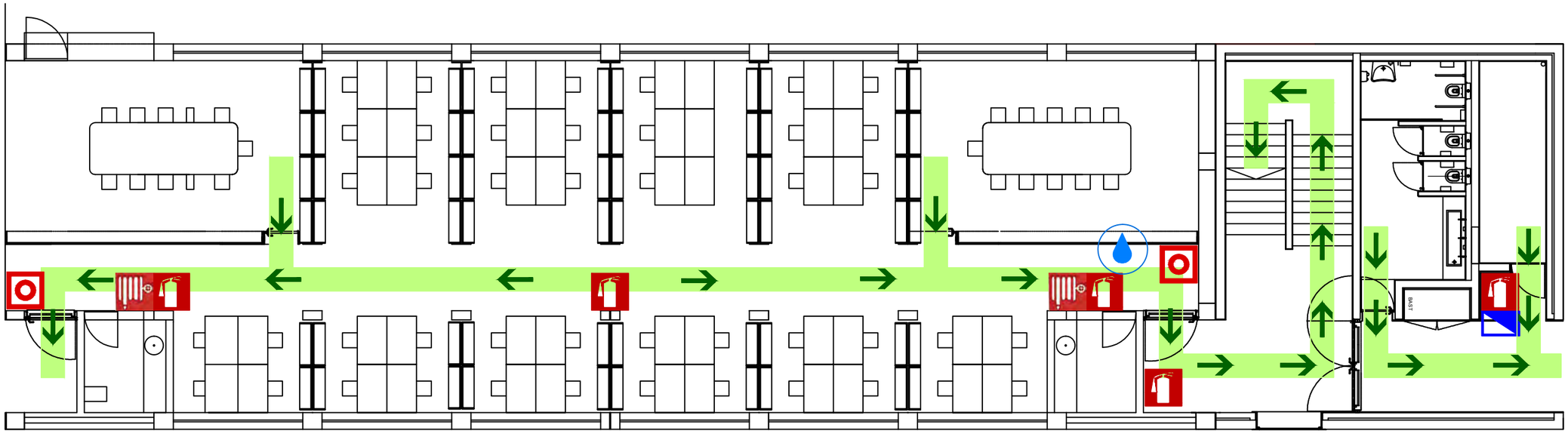
Bloco A3 - Planta Piso 0

Data: 2018

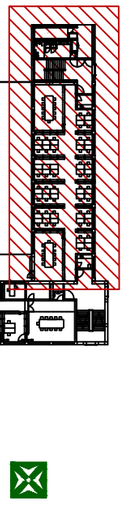
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

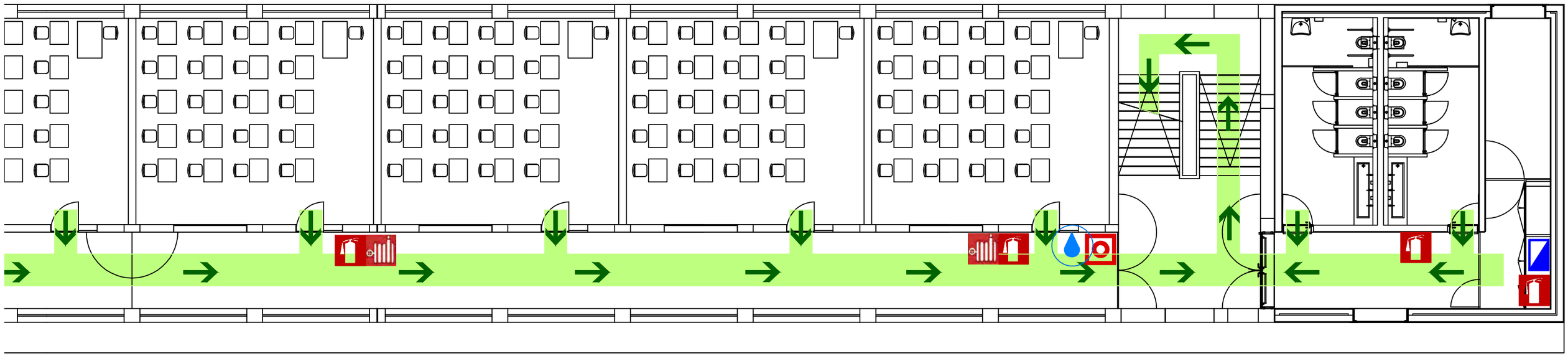
Bloco A4 - Planta Piso 0

Data: 2018

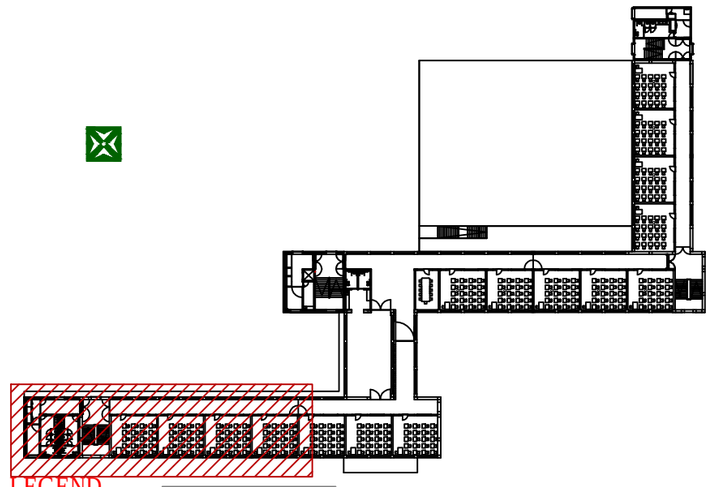
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCÓNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

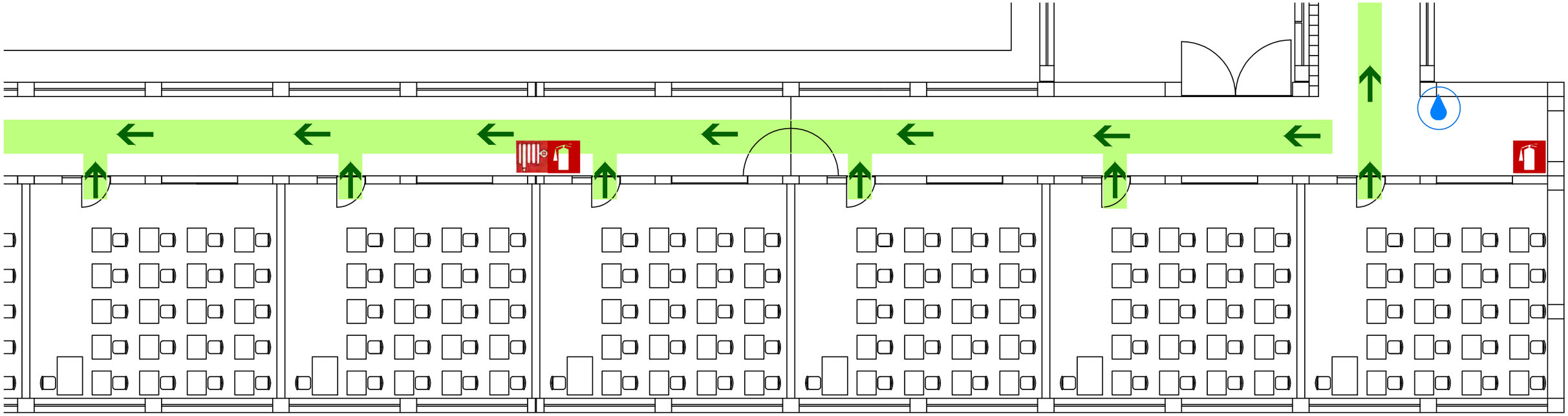
Bloco A1 - Planta Piso 1

Data: 2018

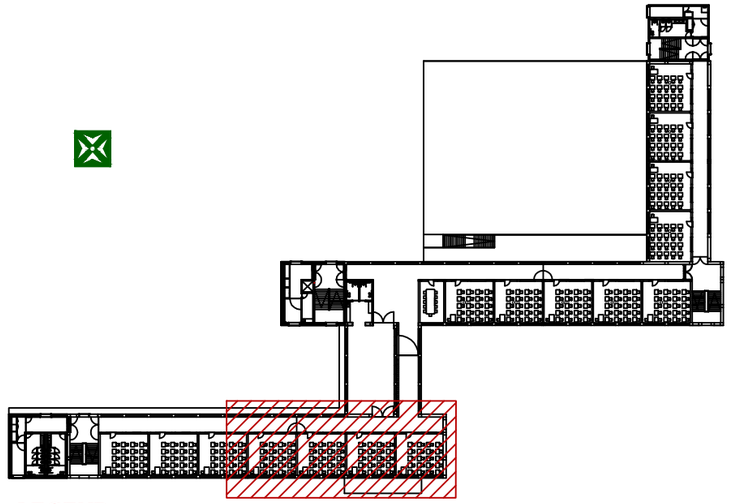
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

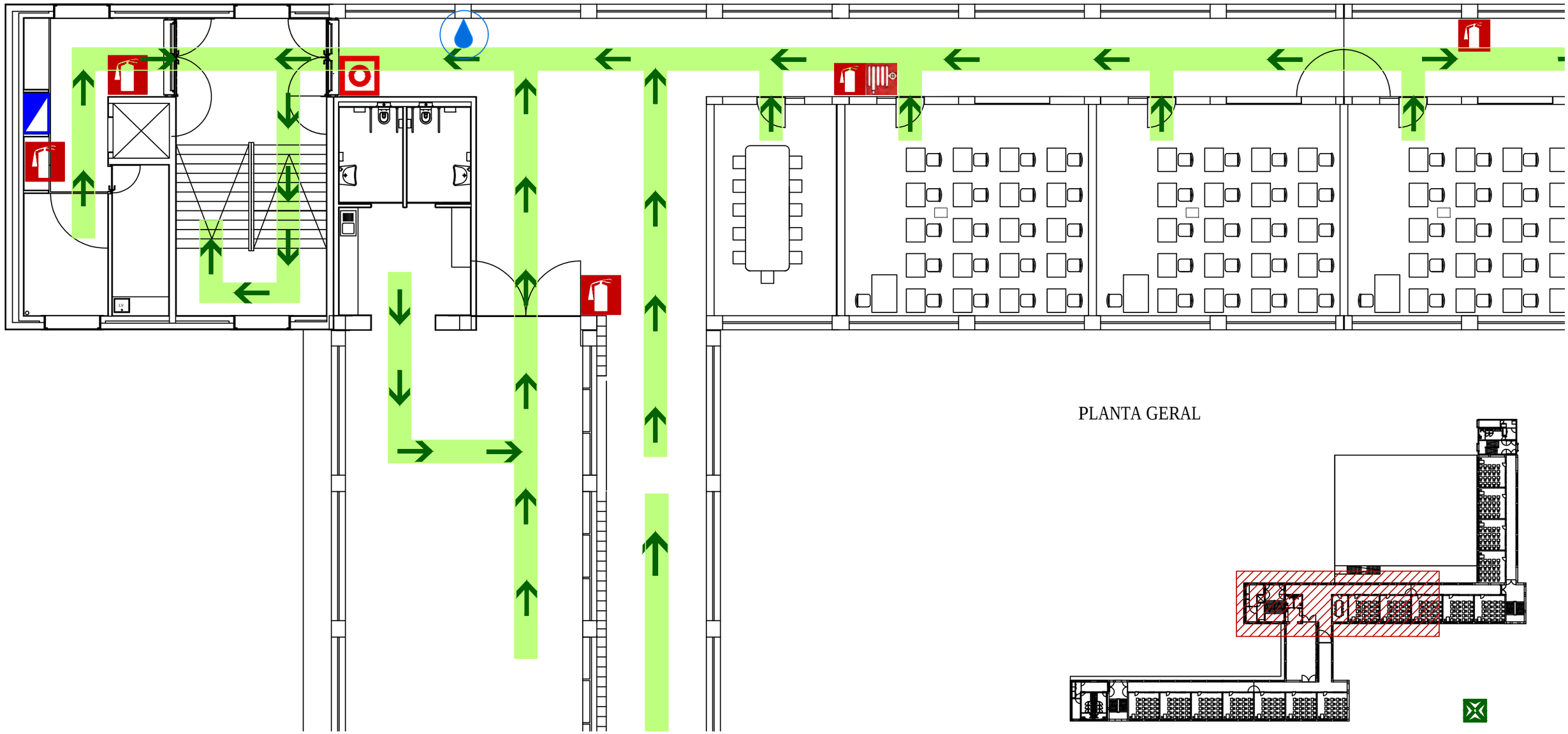
Bloco A1+A2 - Planta Piso 1

Data: 2018

PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL

EM CASO DE INCÊNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

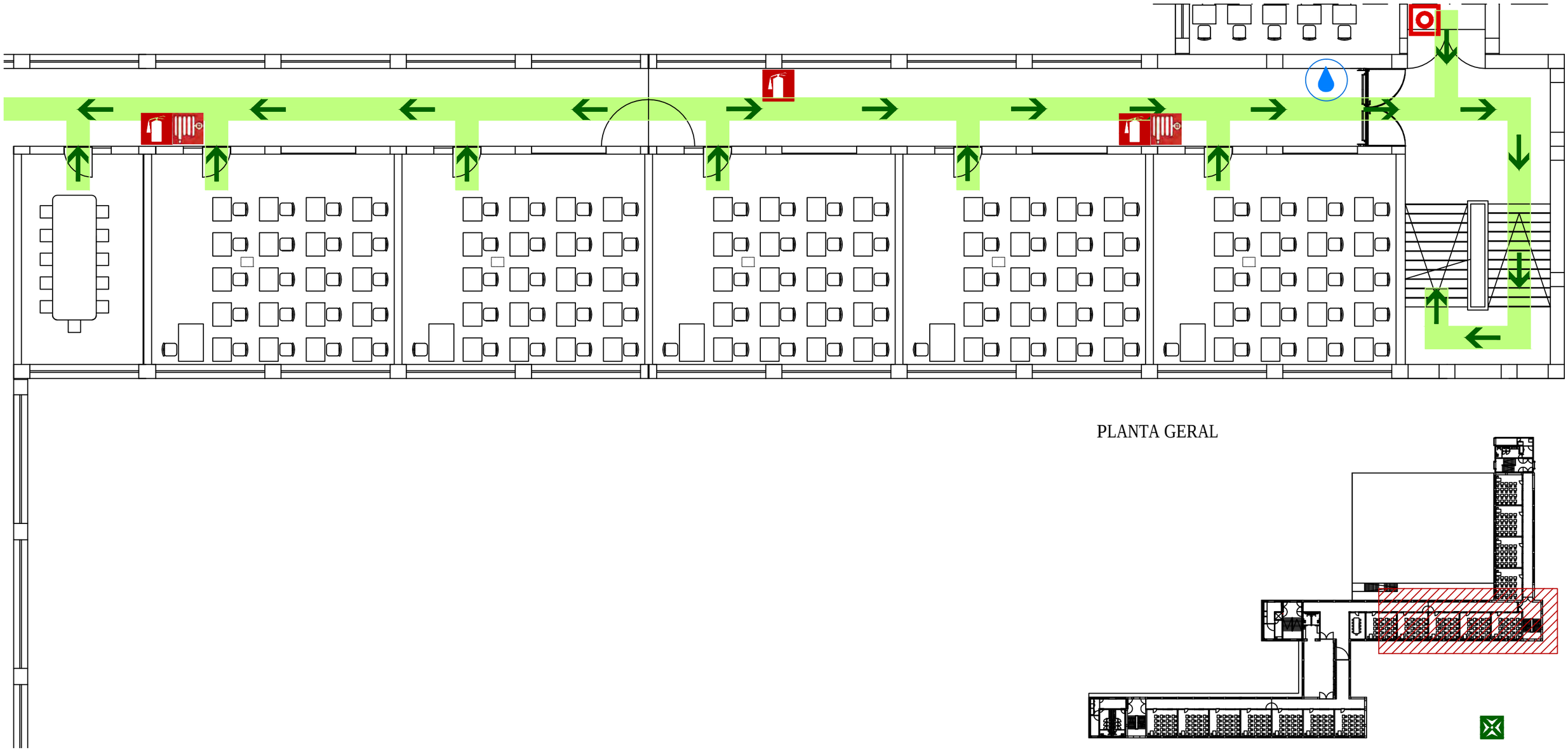
Bloco A2+A3 - Planta Piso 1

Data: 2018

PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL

EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

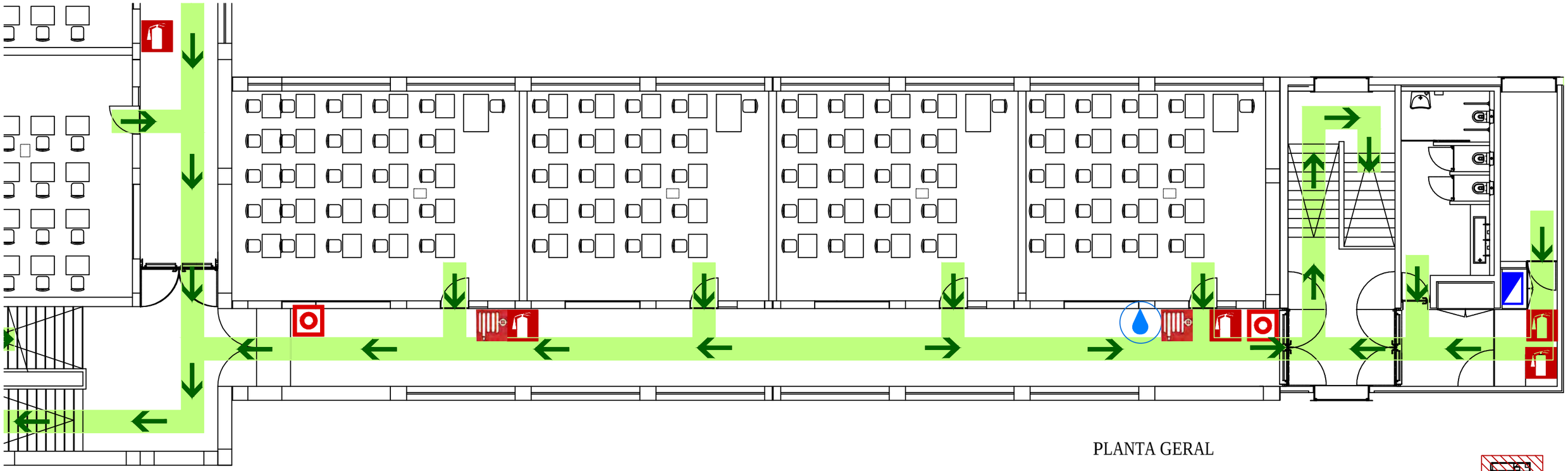
Bloco A3 - Planta Piso 1

Data: 2018

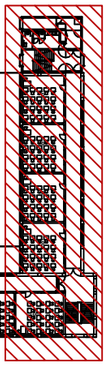
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 — Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 — PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

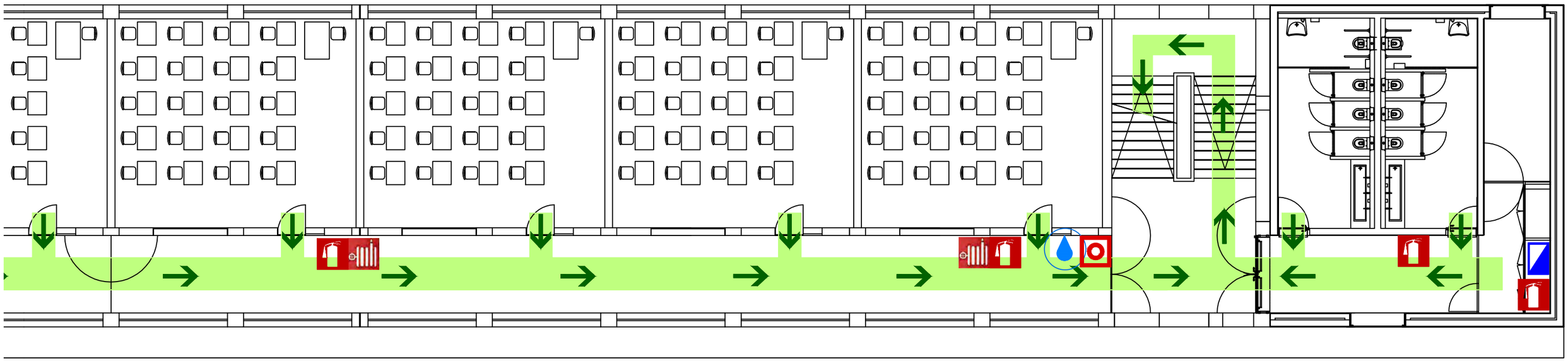
Bloco A3 - Planta Piso 1

Data: 2018

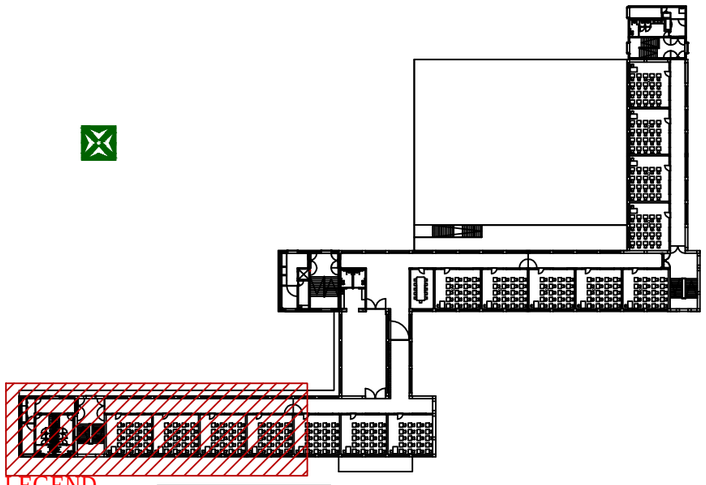
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCÓNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

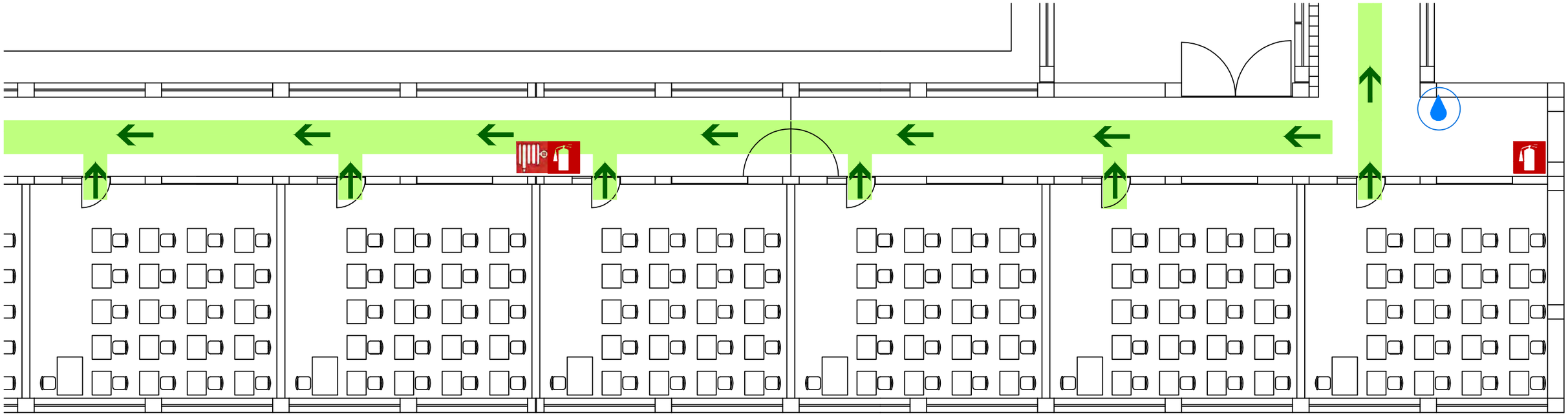
Bloco A1 - Planta Piso 2

Data: 2018

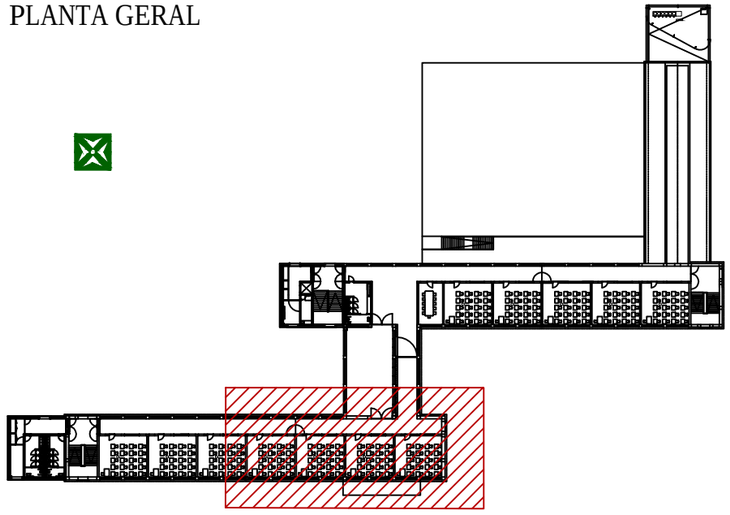
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCÓNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

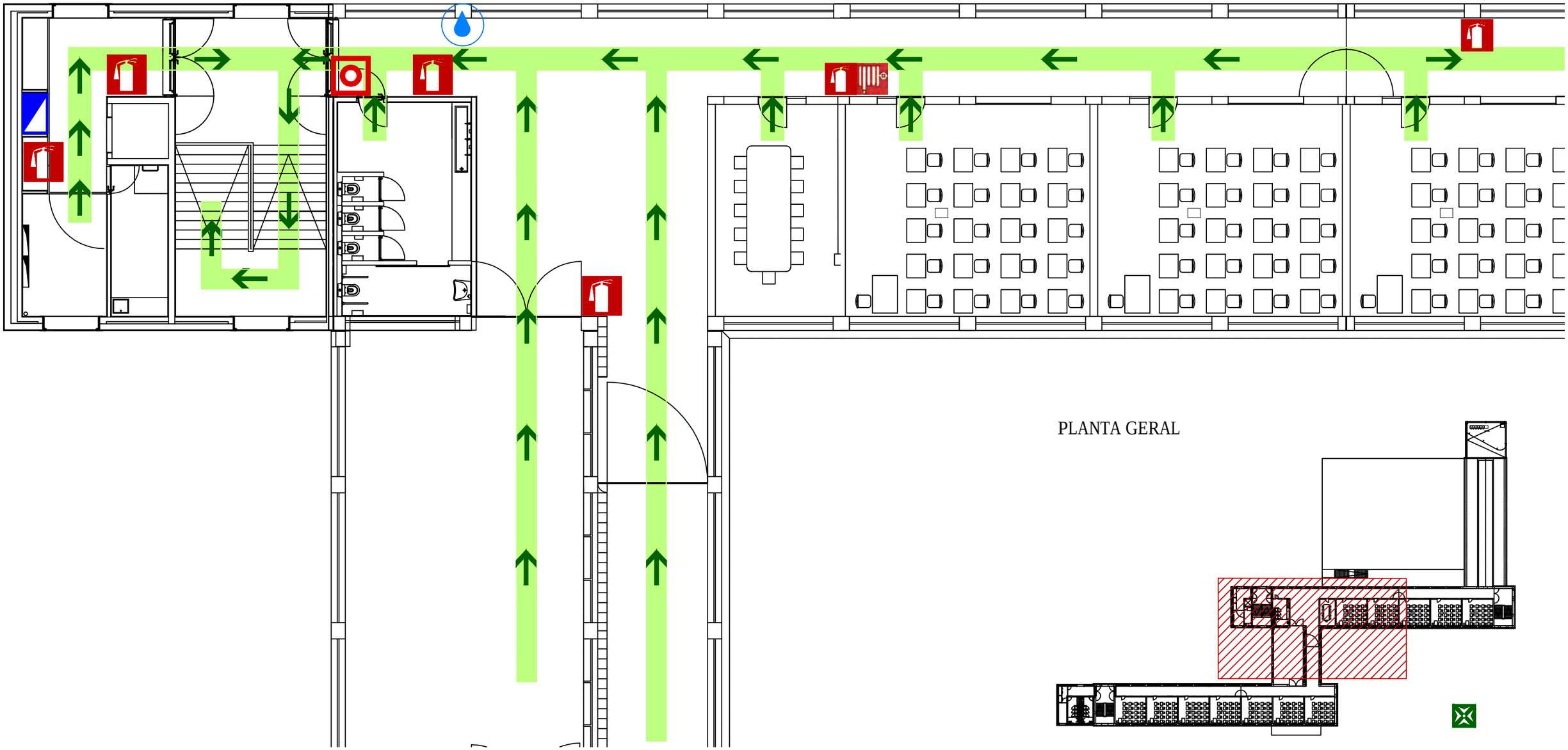
Bloco A1+A2 - Planta Piso 2

Data: 2018

PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL

EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

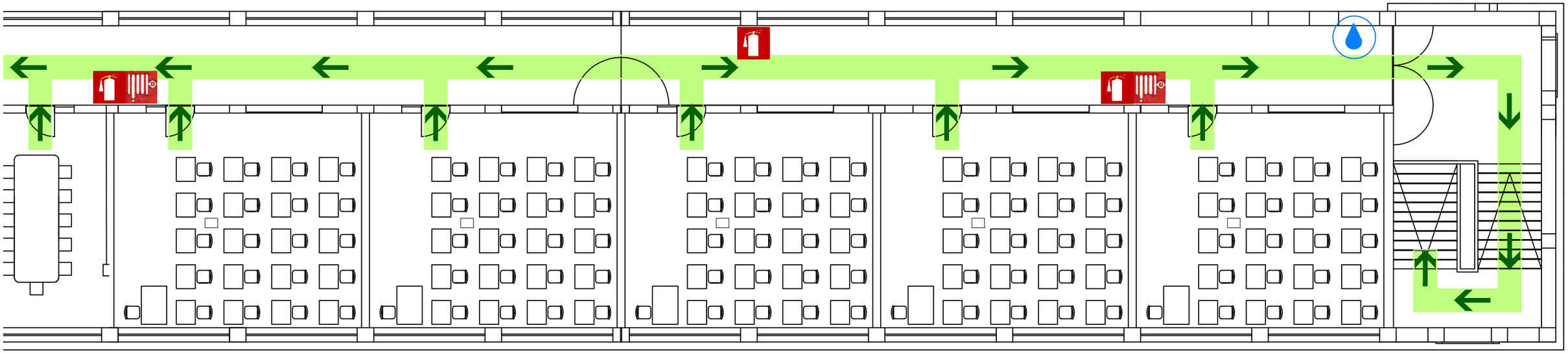
Bloco A2 +A3- Planta Piso 2

Data: 2018

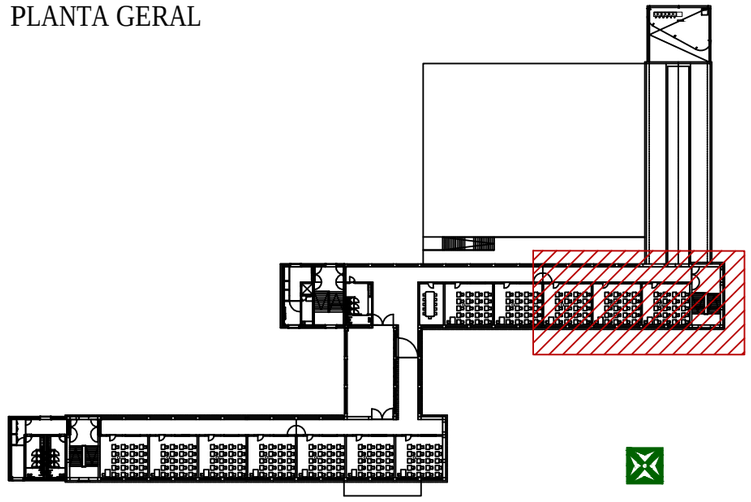
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

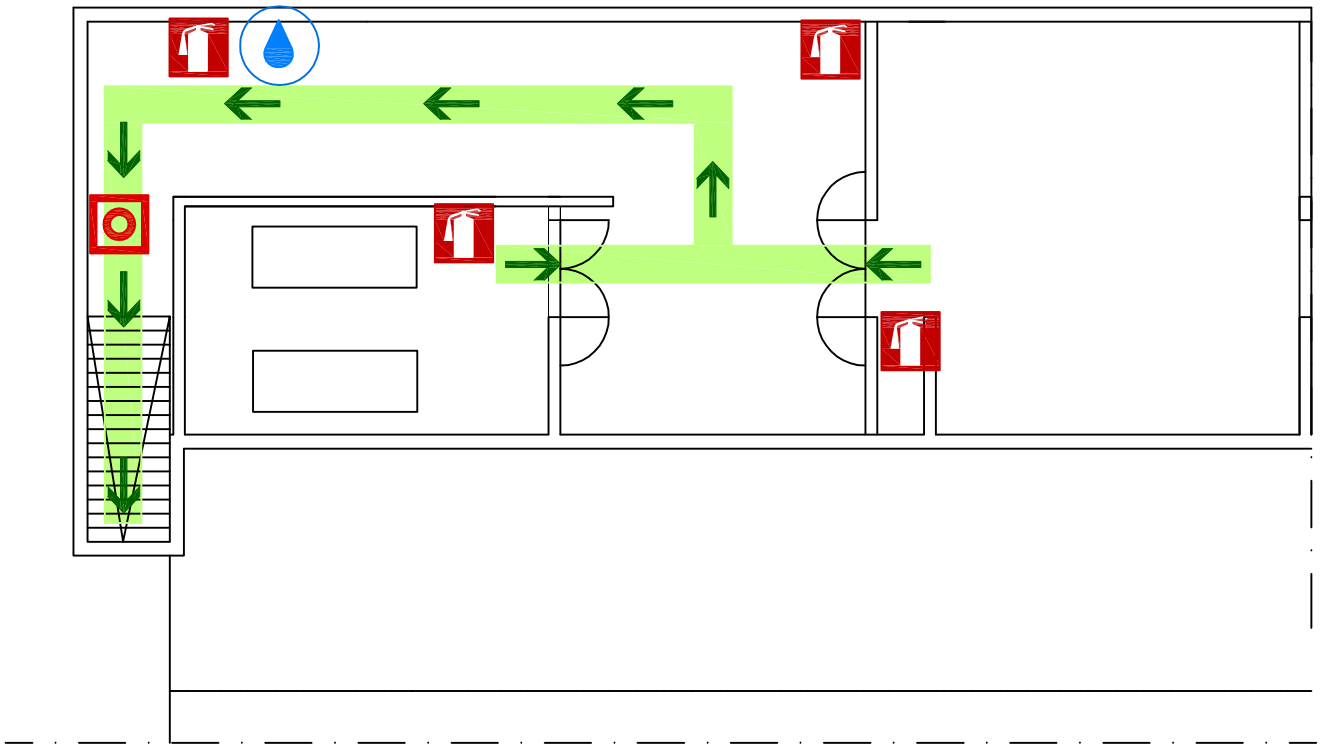
AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

Bloco A3 - Planta Piso 2

Data: 2018

PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

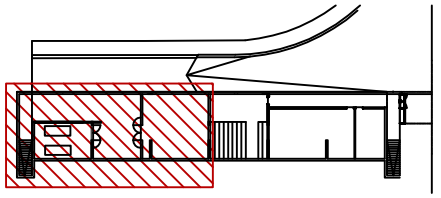


TELEFONE DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

NºEmergência:	112	Bombeiros: Fire Dept:	227 112 136	PSP: Police:	227 169 270

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY



PLANTA GERAL

EM CASO DE INCÊNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

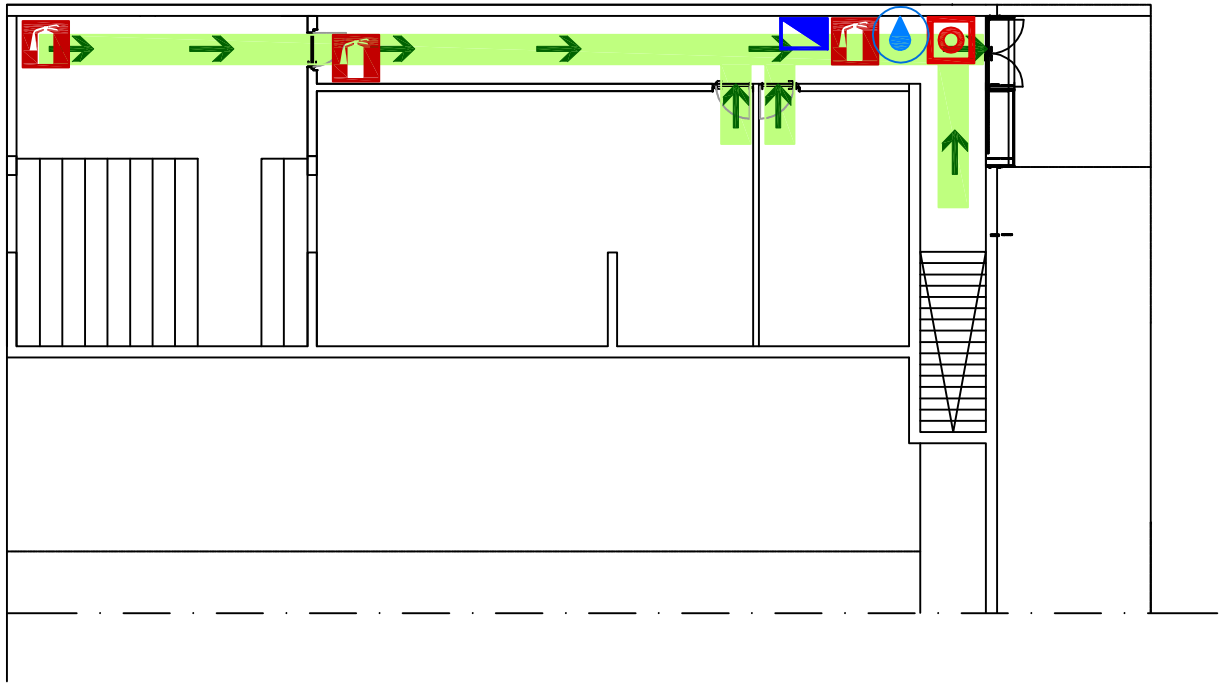
AMBIGLOBAL

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

Bloco B - Planta Piso -1

Data: 2018

PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

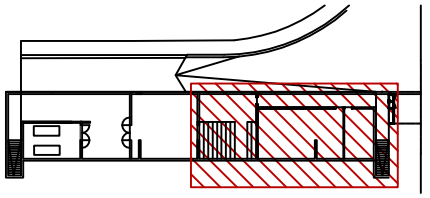


TELEFONE DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

NºEmergência:	112	Bombeiros: Fire Dept:	227 112 136	PSP: Police:	227 169 270

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY



PLANTA GERAL

EM CASO DE INCÊNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

AMBIGLOBAL

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

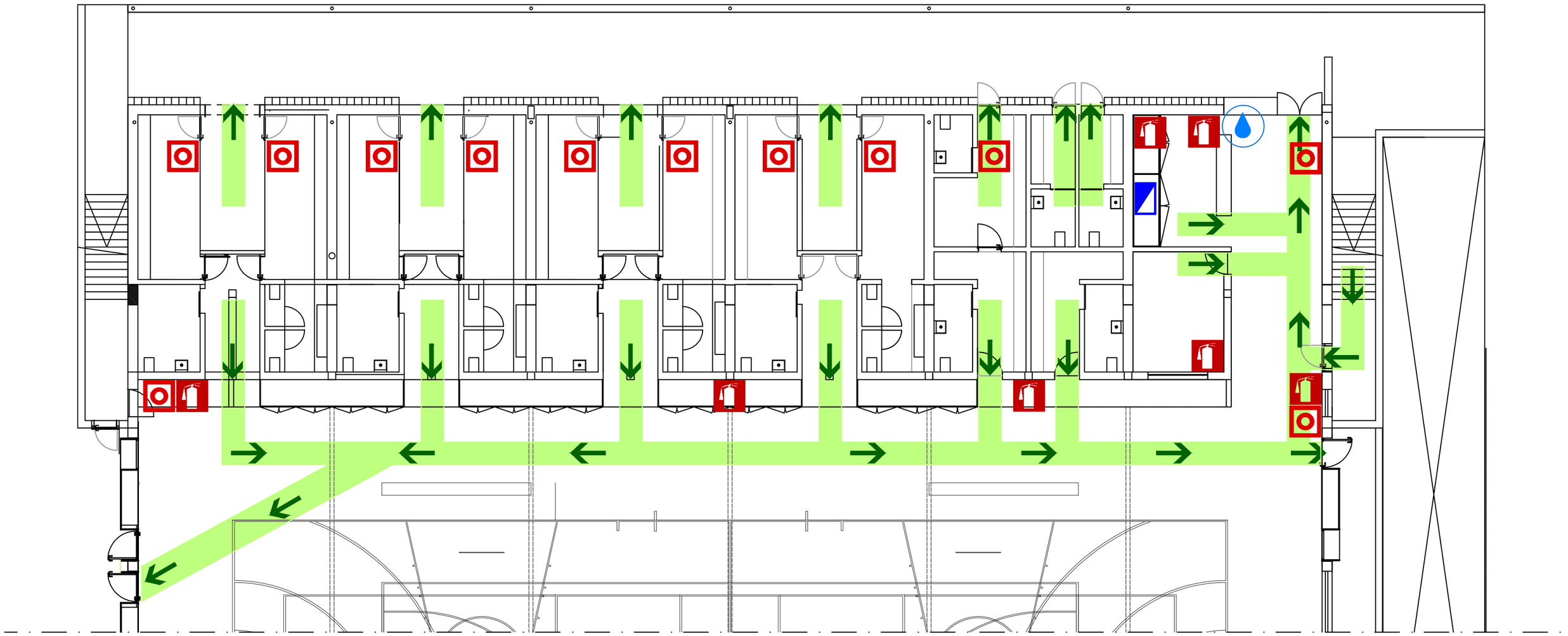
Bloco B - Planta Piso -1

Data: 2018

PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



EM CASO DE INCÓNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

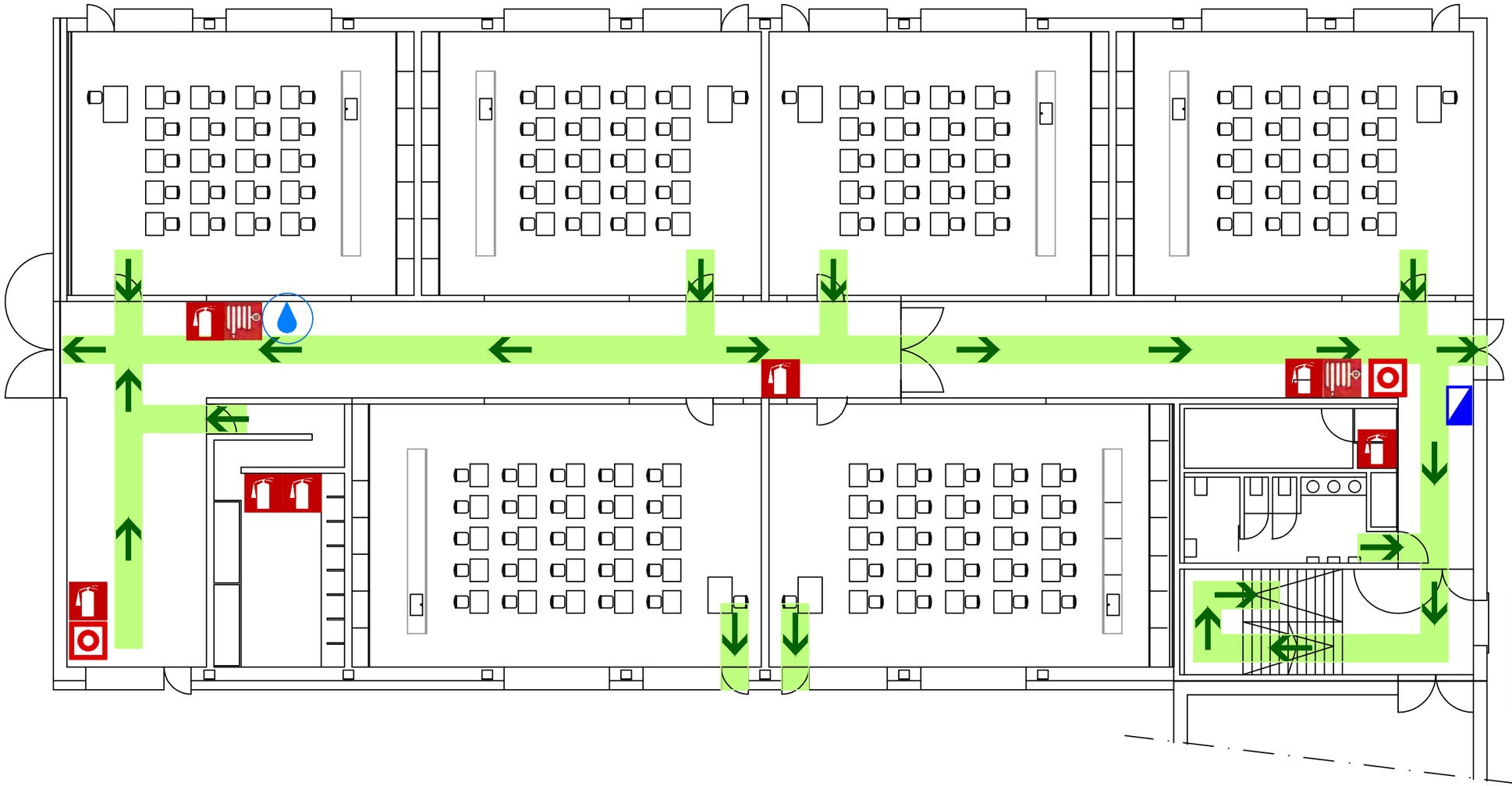
Gimnosdesportivo

Data: 2018

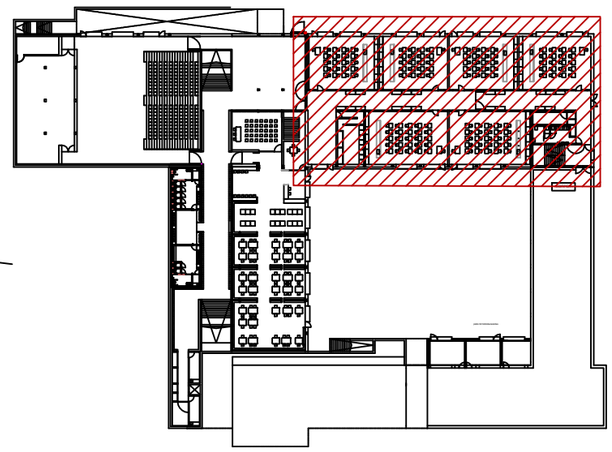
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

Bloco C - Planta Piso -1

Data: 2018

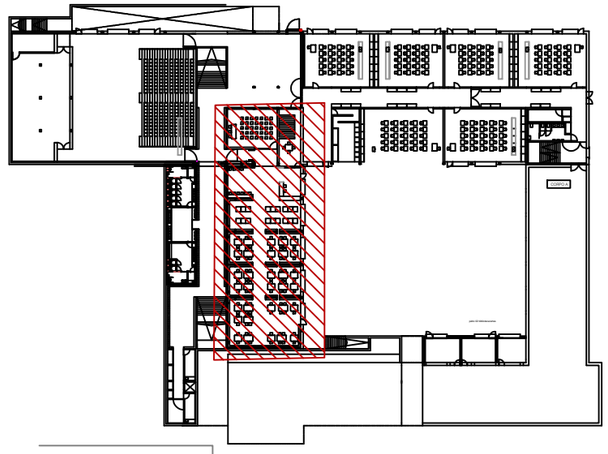
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCÊNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

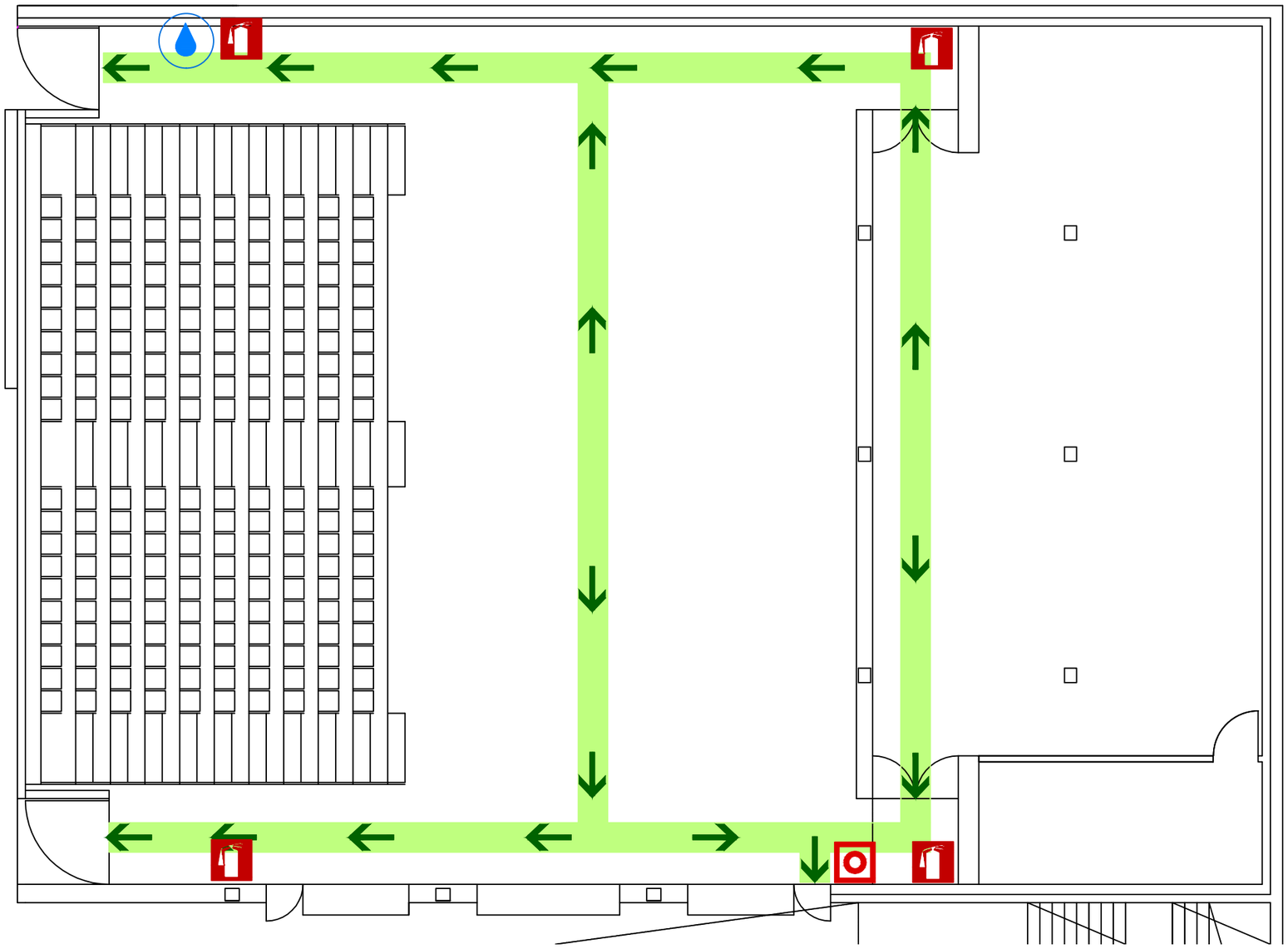
Biblioteca

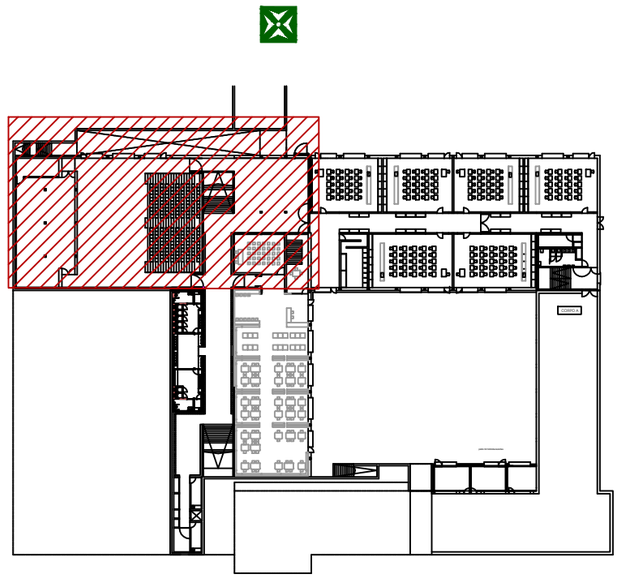
Data: 2018

PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560





PLANTA GERAL

EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

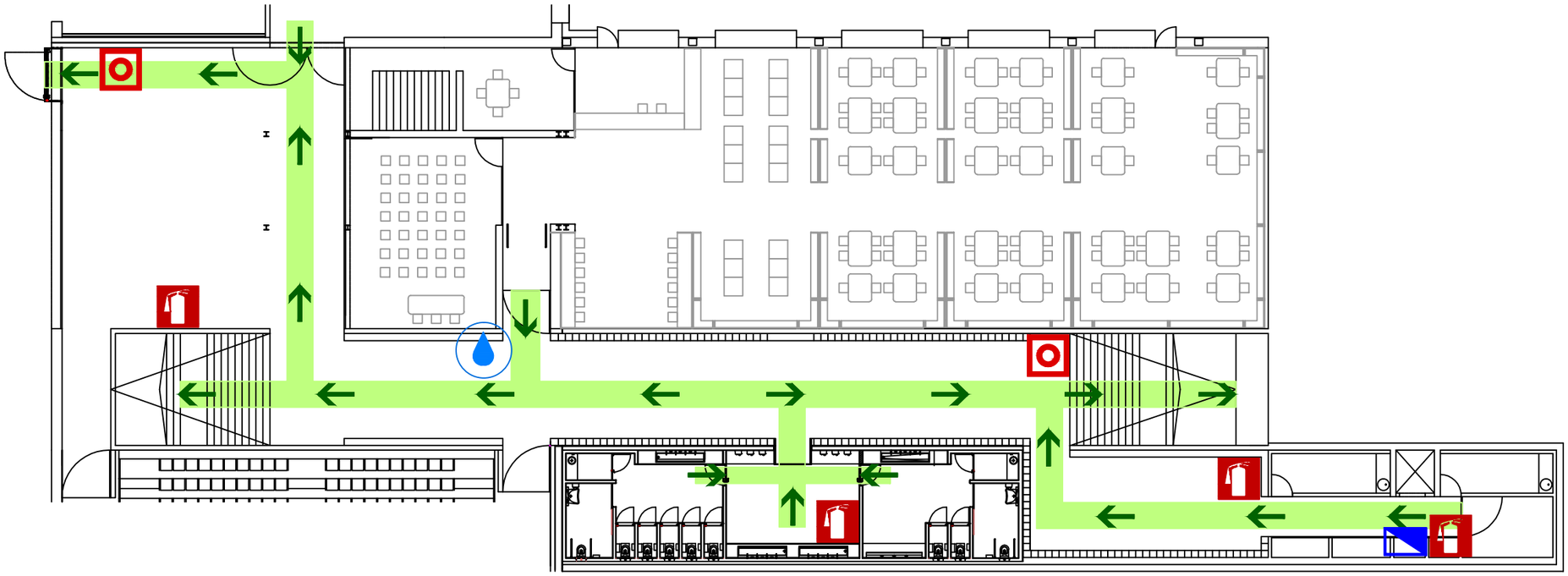
Audit·rio

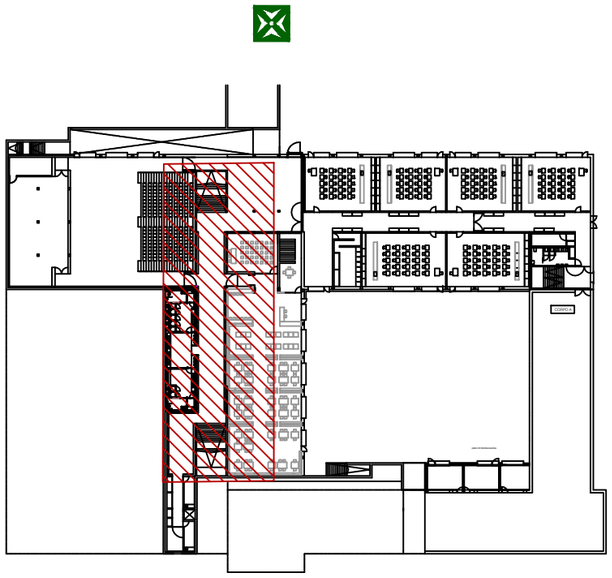
Data: 2018

PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560





PLANTA GERAL

EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

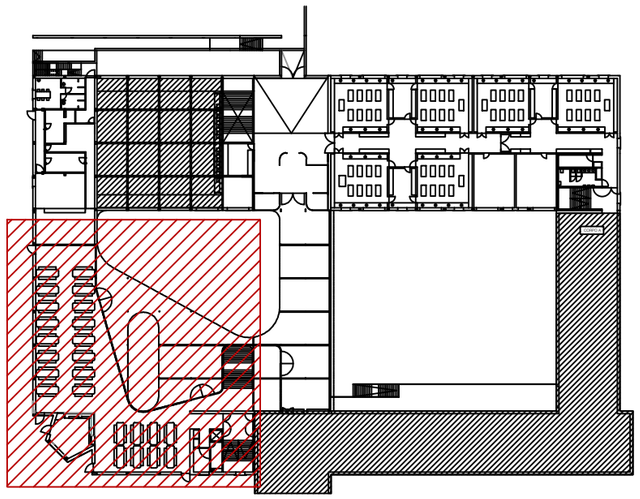
Bloco C - Planta Piso -1

Data: 2018

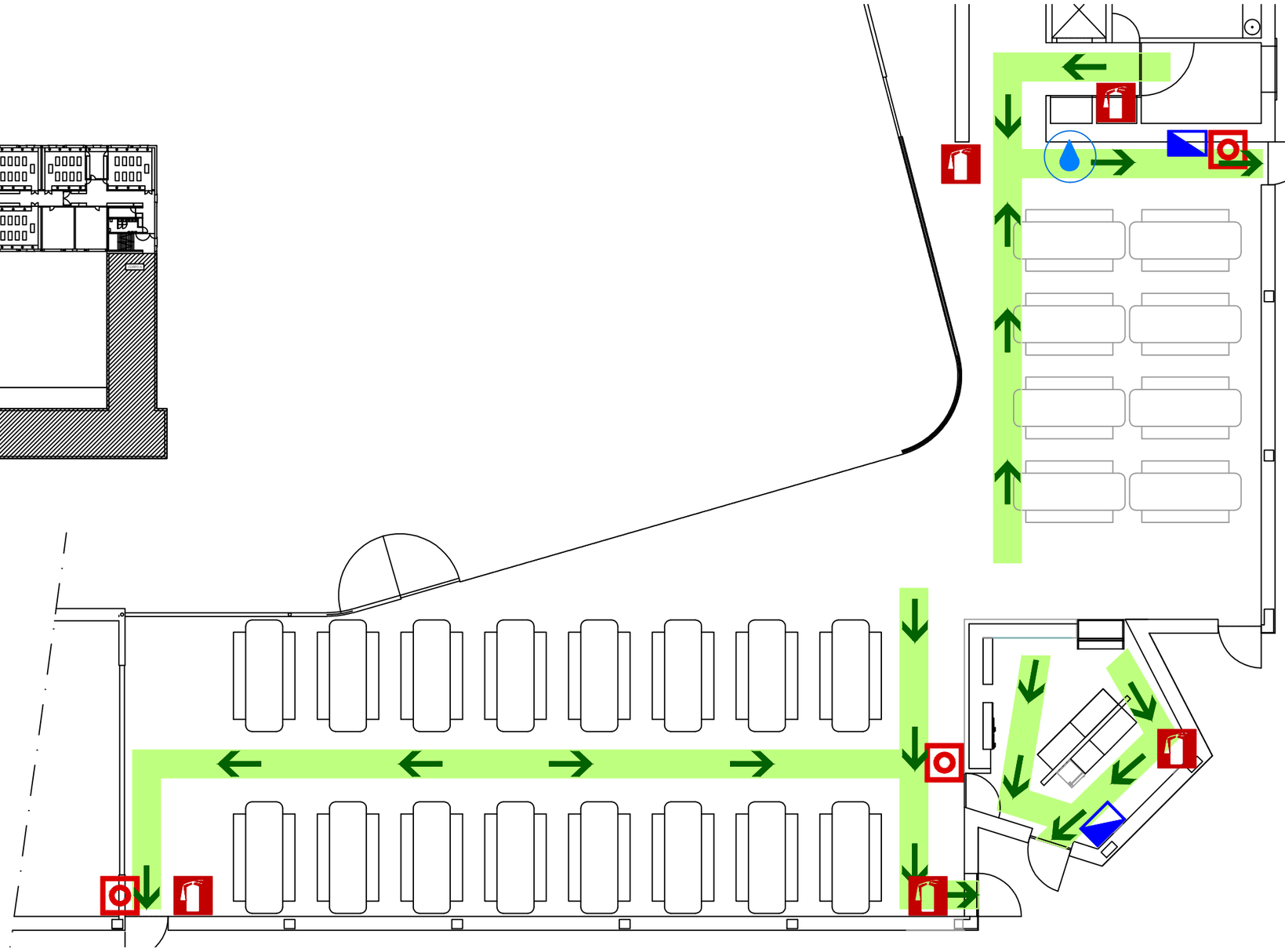
PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560



PLANTA GERAL



EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

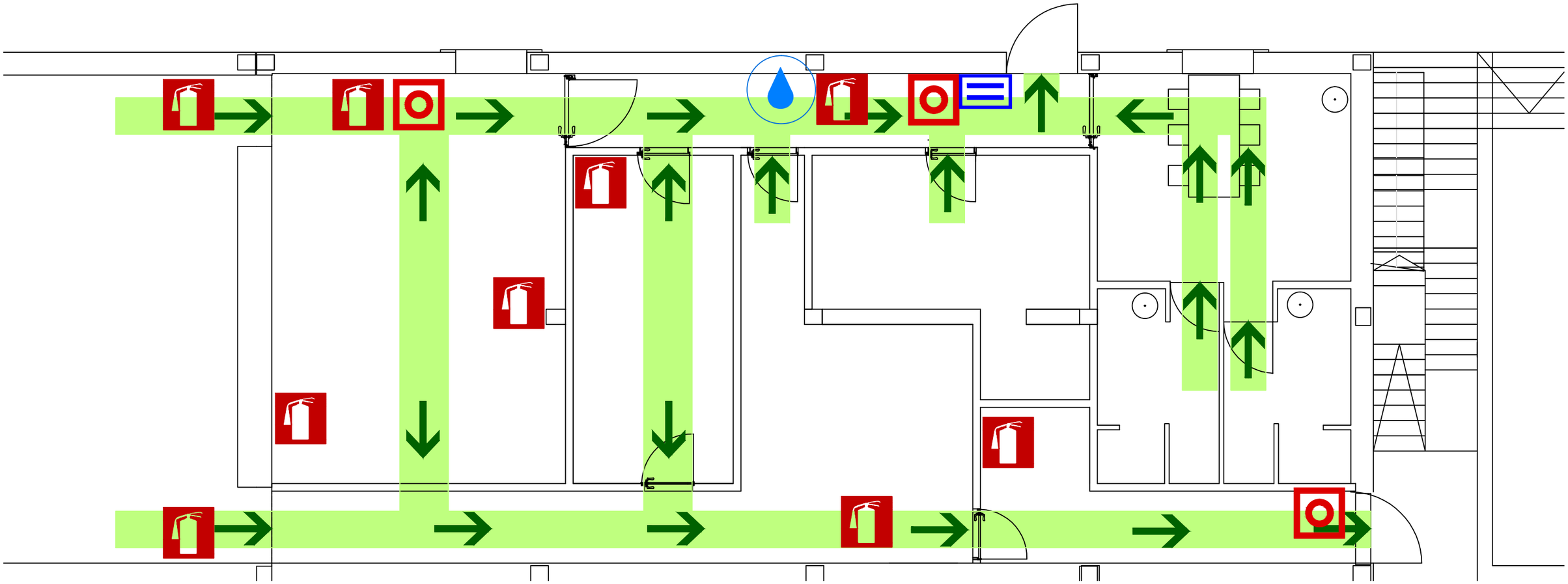
Refeit·rio/ Bar

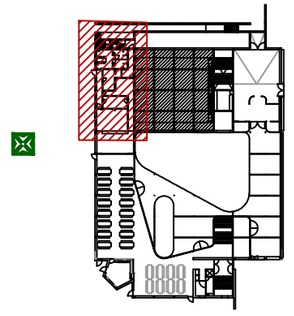
Data: 2018

PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560





PLANTA GERAL

EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

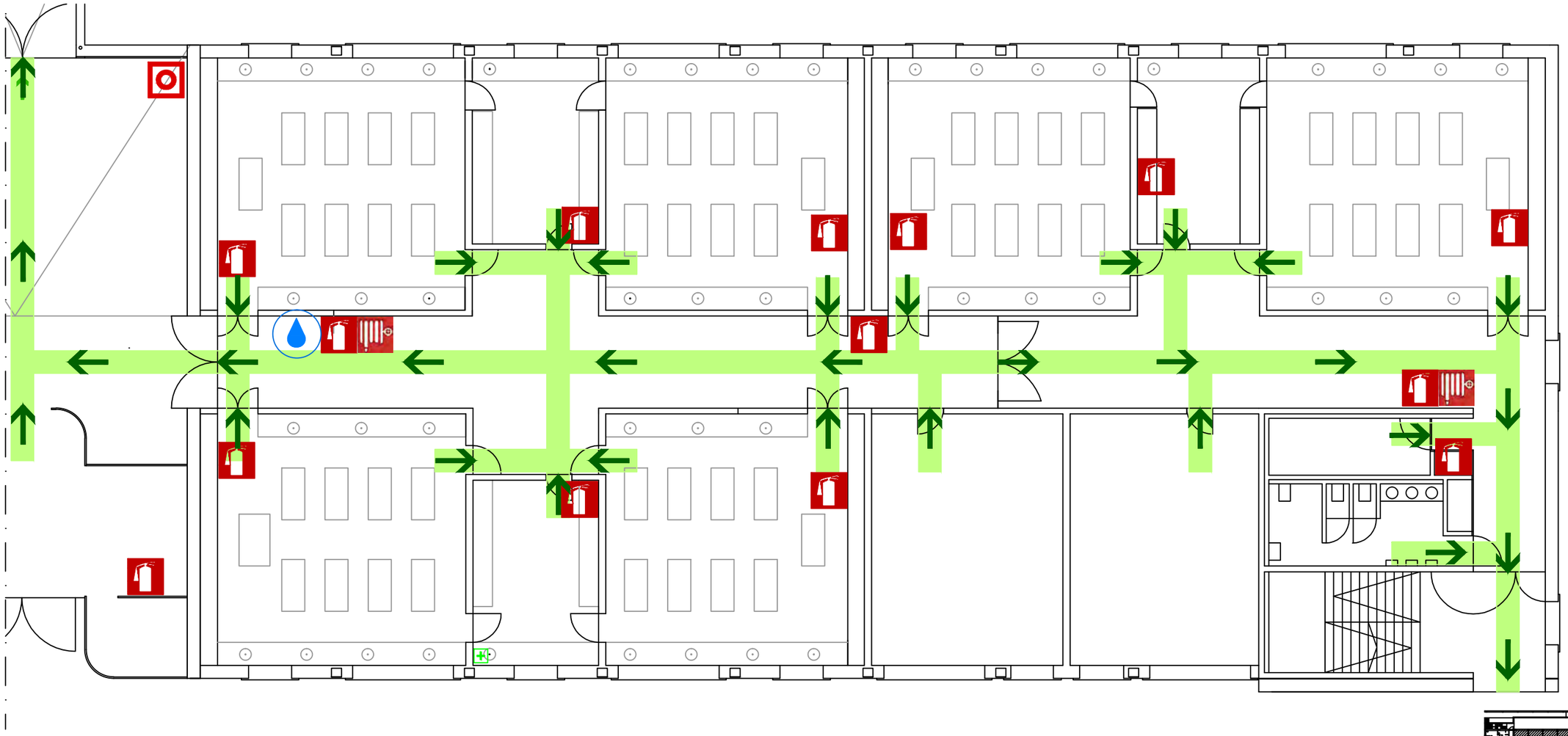
Cozinha

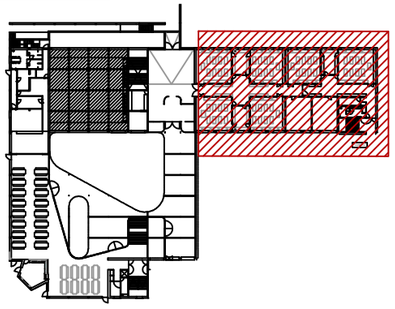
Data: 2018

PLANTA DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY PLANT

TELEFONES DE EMERGÊNCIA - EMERGENCY TELEPHONES

SOS: 112 | Bombeiros: Fire Dept: 233 402 800 | PSP: Police: 233 407 560





PLANTA GERAL

EM CASO DE INCĆNDIO

SE DESCOBRIR UM INCÊNDIO:
- Mantanha-se calmo, não grite nem corra;
- Dar o alarme utilizando a botoneira de alarme de acordo com a proximidade;
- Ataque o fogo com os meios ao seu alcnace, sem correr riscos inúteis;
- Se nao conseguir apagar o fogo, abandone imediatamente o local;
- Dirija-se para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Caminhe baixado para não respirar fumo.

SE OUVIR O SINAL DE ALARME:
- Dirija-se calmamente para a saída, seguindo a sinalização de segurança;
- Feche as portas ao sair;
- Obedeça às instruções da Direcção e não volte para trás sem autorização.

IN CASE OF FIRE

IF YOU DISCOVER FIRE:
- Keep calm. Do not shout and do not run;
- Raise the alarm using the alarm push-button according to its proximity;
- Fight the fir with the means you have available, without taking any personal risks;
- If you cannot extinguish the fire, leave the place immediately;
- Go to the exit following the security signs;
- Do not breathe the smoke. Keep as low as possible to the floor.

IF YOU HEAR THE FIRE ALARM:
- Walk calmly to the exit following the security sings;
- Close the doors behind you;
- Follow the instructions of the Direction and do not go back without authorization.

LEGENDA - LEGEND

- VOCÊ ESTÁ AQUI / YOU ARE HERE
- EXTINTOR / FIRE EXTINGUISHER
- BOTONEIRA DE ALARME / ALARM PUSH-BUTTON
- BOCA DE INCÊNDIO / FIRE-HOSE
- CAMINHO DE EVACUAÇÃO / EMERGENCY EXIT
- PONTO DE ENCONTRO / POINT OF ENCOUNTER
- QUADRO ELÉCTRICO / ELECTRIC BOARD
- CORTE GERAL DE ENERGIA / CUT GENERAL OF ENERGY

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Escola Secundária Dr. Joaquim Carvalho

Bloco C - Planta Piso 0

Data: 2018

PLANO DE FORMAÇÃO

1. INTRODUÇÃO

O presente plano de formação e informação, pretende complementar os conhecimentos e transmiti-los aos colaboradores como uma das Medidas de Autoproteção a implementar na Instituição Escola Secundária Dr. Joaquim de Carvalho.

Neste plano estão descritos os temas que serão abordados nas ações de formação e informação, os conteúdos a serem abordados no mesmo bem como a duração das ações.

2. OBJETIVOS:

As ações de formação inicial é especifica para que todos os elementos com atribuições especiais na atuação em caso de emergência, estejam preparados e formados para:

1. A emissão de alerta
2. A evacuação
3. A utilização dos comandos de meios de atuação em caso de incêndio e de segunda intervenção, que sirvam os espaços da utilização-tipo
4. A receção e o encaminhamento dos bombeiros
5. A direção das operações de emergência

A formação serve ainda para dar a conhecer a todos os restantes trabalhadores algumas informações relativas a:

1. Familiarização com os espaços da utilização-tipo e identificação dos respetivos riscos de incêndio
2. Cumprimento dos procedimentos genéricos de prevenção contra incêndios ou, caso exista, do plano de prevenção
3. Cumprimento dos procedimentos de alarme
4. Cumprimento dos procedimentos gerais de atuação em caso de emergência, nomeadamente dos de evacuação
5. Cumprimento dos procedimentos de alarme
6. Cumprimento dos procedimentos gerais de atuação em caso de emergência, nomeadamente dos de evacuação
7. A utilização dos comandos de meios de atuação em caso de incêndio e de segunda intervenção, que sirvam os espaços da utilização-tipo
8. A receção e o encaminhamento dos bombeiros
9. A direção das operações de emergência

3. CRONOGRAMA DA FORMAÇÃO:

Atividades	Junho* (semana)					Outubro (semana)			
	1	2	3	4	5	1	2	3	4
Medidas de Autoproteção - Formação Inicial									
Medidas de Autoproteção – Primeira intervenção									
Medidas de Autoproteção – Equipamentos de segurança - Cozinha									
Medidas de Autoproteção – Plano de Segurança Interno									
Simulacro									

* Aguardar informação da escola.

4. AÇÕES DE FORMAÇÃO E INFORMAÇÃO A REALIZAR

Será contemplado 4 momentos de formação, direcionados para os diversos intervenientes e funcionários em geral da escola, divididos nas seguintes ações de formação:

FORMAÇÃO 1

CURSO: Medidas de Autoproteção

Módulo: Medidas de Autoproteção - Formação Inicial

Formador: Técnico Superior de Segurança no Trabalho

OBJECTIVOS	CONTEÚDOS	DURAÇÃO	DESTINATÁRIOS
• Garantir que os colaboradores da escola tomam conhecimento das Medidas de Autoproteção a implementar e as medidas a ter em conta a sua prestação na equipa de emergência.	• Plano de Prevenção • Procedimentos em Caso de Emergência ▪ Identificação dos riscos e níveis de gravidade; ▪ Organização da Segurança em situações de emergência; ▪ Plano de atuação; ▪ Plano de evacuação; ▪ Plano de intervenção interna; ▪ Instruções gerais, particulares e especiais; ▪ Simulacro.	2h00	Todos os funcionário e professores da escola

FORMAÇÃO 2

CURSO: Medidas de Autoproteção

Módulo: Medidas de Autoproteção – Primeira intervenção

Formador: Técnico Superior de Segurança no Trabalho

OBJECTIVOS	CONTEÚDOS	DURAÇÃO	DESTINATÁRIOS
• Garantir à equipa de segurança da escola utilização correta dos meios de primeira intervenção.	• Meios de primeira intervenção: ▪ Utilização de extintores; ▪ Utilização de carreteis;	1h30	Ação 1 - Equipa de Segurança (max. 20 formandos) Ação 2 – Funcionários e colaboradores da escola (max. 20 formandos)

FORMAÇÃO 3

CURSO: Medidas de Autoproteção

Módulo: Medidas de Autoproteção – Equipamentos de segurança - Cozinha

Formador: Técnico Superior de Segurança no Trabalho

OBJECTIVOS	CONTEÚDOS	DURAÇÃO	DESTINATÁRIOS
• Garantir aos funcionários da cozinha a correta utilização dos equipamentos de segurança.	• Meios de primeira intervenção de controlo de incêndio: ▪ Sistemas de ventilação/desenfumagem; ▪ Sistemas de corte de gás; ▪ Sistema de corte de energia; ▪ Utilização de extintores; ▪ Utilização de manta ignífuga; ▪ Extinção automática.	1h00	Equipa de Segurança Colaboradores da cozinha

FORMAÇÃO 4

CURSO: Medidas de Autoproteção

Módulo: Medidas de Autoproteção – Plano de Segurança Interno

Formador: Técnico Superior de Segurança no Trabalho

OBJECTIVOS	CONTEÚDOS	DURAÇÃO	DESTINATÁRIOS
• Garantir a correta gestão e organização de segurança e organização em situação de emergência.	• Registos de segurança • Plano de Prevenção • Procedimentos em Caso de Emergência ▪ Identificação dos riscos e níveis de gravidade; ▪ Organização da Segurança em situações de emergência; ▪ Plano de atuação; ▪ Plano de evacuação; ▪ Plano de intervenção interna; ▪ Instruções gerais, particulares e especiais; Simulacro.	2h00	Equipa de segurança

O QUE FAZER EM CASO DE...

INCÊNDIO OU EXPLOSÃO

INCÊNDIO À VISTA?

Acionar o botão de alarme do local ou alertar o delegado de segurança.

O ALARME DE INCÊNDIO JÁ FOI ACIONADO?

É hora de proceder à **evacuação do edifício** de acordo com as regras do local!

Como proceder

1. Em caso de **incêndio** circular sempre **encostado à parede,** com um passo apressado mas **nunca a correr**!
2. Para proteger do fumo, **caminhar agachado**. Quanto mais perto do solo, mais fácil será para respirar.
3. Se ao tocar numa **porta** estiver **quente**, **não a abrir**! Procurar outra saída.
4. Tentar **sempre descer e nunca subir para os andares superiores**: o fumo normalmente sobe.
5. Se ocorrer uma **explosão**, procurar **sair, sem correr,** pelo **lado contrário** àquele de onde provém o **ruído**.
6. **Roupas atingidas pelas chamas?** Deitar-se no chão e rolar até as chamas apagarem!
7. Nunca utilizar o elevador em caso de incêndio! Circular pelas escadas.
8. Em caso de incêndio, **nunca voltar para trás**!

SISMO

Em caso de sismo a primeira coisa a fazer é **procurar um local seguro** afastado de janelas, chaminés, espelhos ou outras coisas que possam cair.

São 3 **os passos essenciais para estar protegido durante um sismo**! Pratique-os!

1. BAIXAR

Baixar sobre os joelhos para ficar numa posição segura e para não cair durante o sismo!

2. PROTEGER

Abrigar-se debaixo de uma mesa ou de uma cama! **Proteger** a cabeça e os olhos com as mãos.

3. AGUARDAR

Aguardar até a terra já não tremer e que sejam dadas instruções para sair do local.

FUGA DE GÁS

FUGA DE GÁS, O QUE FAZER?

1. Manter a calma, não gritar nem correr!
2. Abrir as portas e janelas para ventilar a área.
3. Não foguear nem provocar faísca.
4. **Nunca ligar os interruptores da luz!**
5. Abandonar o local.
6. **Dar o alerta ao Responsável de Segurança** ou ao **Delegado de Segurança**.

Nunca voltar a entrar no edifício enquando decorrer o combate ao incêndio ou até que, noutra situação de emergência, o local seja considerado seguro pelos bombeiros ou pela equipa de segurança contra incêndios!

AMBIGLOBAL
Tlf.: 253 283 110 / 231 411 129 | email: geral@ambiglobal.com / http://www.ambiglobal.com

O QUE FAZER EM CASO DE...

INCÊNDIO OU EXPLOSÃO

INCÊNDIO À VISTA?

Acionar o botão de alarme do local ou alertar o delegado de segurança.

O ALARME DE INCÊNDIO JÁ FOI ACIONADO?

É hora de proceder à **evacuação do edifício** de acordo com as regras do local!

Como proceder

1. Em caso de **incêndio** circular sempre **encostado à parede,** com um passo apressado mas **nunca a correr**!
2. Para proteger do fumo, **caminhar agachado**. Quanto mais perto do solo, mais fácil será para respirar.
3. Se ao tocar numa **porta** estiver **quente**, **não a abrir**! Procurar outra saída.
4. Tentar **sempre descer e nunca subir para os andares superiores**: o fumo normalmente sobe.
5. Se ocorrer uma **explosão**, procurar **sair, sem correr,** pelo **lado contrário** àquele de onde provém o **ruído**.
6. **Roupas atingidas pelas chamas?** Deitar-se no chão e rolar até as chamas apagarem!
7. Nunca utilizar o elevador em caso de incêndio! Circular pelas escadas.
8. Em caso de incêndio, **nunca voltar para trás**!

SISMO

Em caso de sismo a primeira coisa a fazer é **procurar um local seguro** afastado de janelas, chaminés, espelhos ou outras coisas que possam cair.

São 3 **os passos essenciais para estar protegido durante um sismo**! Pratique-os!

1. BAIXAR

Baixar sobre os joelhos para ficar numa posição segura e para não cair durante o sismo!

2. PROTEGER

Abrigar-se debaixo de uma mesa ou de uma cama! **Proteger** a cabeça e os olhos com as mãos.

3. AGUARDAR

Aguardar até a terra já não tremer e que sejam dadas instruções para sair do local.

FUGA DE GÁS

FUGA DE GÁS, O QUE FAZER?

1. Manter a calma, não gritar nem correr!
2. Abrir as portas e janelas para ventilar a área.
3. Não foguear nem provocar faísca.
4. **Nunca ligar os interruptores da luz!**
5. Abandonar o local.
6. **Dar o alerta ao Responsável de Segurança** ou ao **Delegado de Segurança**.

Nunca voltar a entrar no edifício enquando decorrer o combate ao incêndio ou até que, noutra situação de emergência, o local seja considerado seguro pelos bombeiros ou pela equipa de segurança contra incêndios!

EM SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA LIGAR:

112



AMBIGLOBAL

Rua José António Cruz, 167 R/C, São Victor, 4715-343 Braga
Rua Frederico Garcia Secades, n.º 171, Cadima, 3060-094 Cantanhede

email: geral@ambiglobal.com / http://www.ambiglobal.com
Tlf.: 253 283 110 / 231 411 129

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA



MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

Formador:
Ana Rita Seco| TSST

Iremos Abordar:

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

Todos os funcionários e professores da escola – Formação Inicial

Objetivos:

Garantir que todos os colaboradores da Escola tomam conhecimento das

Medidas de Autoproteção a implementar na Escola.

Iremos Abordar:

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

Equipa de Segurança e funcionários da Escola – 1ª Intervenção (ppt específico)

Objetivos:

Garantir à equipa de segurança da escola a utilização correta dos meios de primeira intervenção.

Iremos Abordar:

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

Equipa de Segurança e colaboradores da cozinha – Equipamentos de Segurança: cozinha (ppt específico)

Objetivos:

Garantir aos funcionários da cozinha a correta utilização dos equipamentos de segurança.

Garantir a correta gestão e organização de segurança e organização em situação de emergência

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Iremos Abordar:

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

Plano de Segurança Interno - Equipa de Segurança Contra Incêndios

Objetivos:

Garantir a correta gestão e organização de segurança e organização em

situação de emergência.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

Todos os funcionários e professores da escola

Formação Inicial

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

Registos de Segurança

Plano de Prevenção

Plano de Emergência

Registos de Segurança

Os registos de segurança têm por objetivo a inscrição de ocorrências relevantes, são relatórios relacionados com a segurança contra incêndios, será promovida a existência de um caderno de registos.

Plano de Prevenção

Documento no qual estão indicados a organização e os procedimentos a adotar, por uma entidade, para evitar a ocorrência de incêndios e para garantir a manutenção do nível de segurança decorrente das medidas de autoproteção_adotadas e a preparação para fazer face a situações de emergência.

Plano de Emergência

Consiste na sistematização de um conjunto de normas e procedimentos devidamente conhecidos e treinados, que permitem, através da intervenção dos meios humanos e materiais, dar uma resposta eficaz e adequada a um acontecimento imprevisto grave ou inesperado, que possa colocar em risco a segurança de pessoas, instalações ou do meio ambiente.

Registos de Segurança

Quadro 01 - Relatórios de vistoria e de inspeção ou fiscalização (alínea a do ponto 1 do artigo 201º)

Quadro 02 - Relatórios de anomalias nas instalações técnicas (alínea b do ponto 1 do artigo 201º)

Quadro 03 - Relação das ações de manutenção dos equipamentos e sistemas de segurança (alínea c do ponto 1 do artigo 201º)

Quadro 04 – Descrição das modificações, alterações e trabalhos perigosos efetuados (alínea d do ponto 1 do artigo 201º)

Quadro 05 – Relatórios de ocorrências relacionadas com a segurança contra incêndios (alínea e do ponto 1 do artigo 201º)

Quadro 06 – Relatórios de intervenção dos bombeiros (alínea f do ponto 1 do artigo 201º)

Quadro 07 - Relatórios de ações de formação (alínea g do ponto 1 do artigo 201º)

Plano de Prevenção

1. Regras de exploração e de comportamento
2. Procedimentos de exploração, operação e manutenção de sistemas e equipamentos
3. Procedimentos de manutenção e de conservação

1. Regras de exploração e de comportamento

- Garantir a acessibilidade dos meios de socorro aos espaços da Utilização-Tipo
- As vias de acesso existentes garantem o estacionamento das viaturas de bombeiros a uma distância não superior a 2m das saídas do edifício.
- Devem ser mantidas as saídas libertas sem que sejam estacionados veículos em frente à porta do edifício, às saídas de emergência.
- Sempre que forem detetadas viaturas estacionadas indevidamente devem ser chamadas as entidades competentes para que as saídas não fiquem obstruídas.

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

1. Regras de exploração e de comportamento

- Deve manter-se o hábito permanente de fazer um estacionamento no sentido da saída, para que a evacuação em caso de emergência, seja a mais rápida possível.
- A **desobstrução dos caminhos de evacuação e saídas**, permitindo a passagem sem dificuldade dos ocupantes do edifício. É assegurada permanentemente pelos colaboradores a praticabilidade dos caminhos de evacuação.

1. Regras de exploração e de comportamento

- Sempre que forem detetados objetos nas zonas de circulação que impeçam a livre deslocação, devem ser removidos de imediato e deve ser feita a organização devida tendo em conta o caracter do objeto.
- Todas as zonas de circulação e ou trabalho devem estar sinalizadas e devidamente identificadas.

1. Regras de exploração e de comportamento

- A **operacionalidade e acessibilidade dos meios de 1ª intervenção** e dos equipamentos de segurança em geral. Todos os meios de alarme e de 1ª intervenção devem permanecer devidamente identificados, visíveis e desobstruídos;
- Estes meios devem ser mantidos em boas condições e sempre que haja alguma alteração nos mesmos todos os trabalhadores/colaboradores têm o dever de informar e alertar para que a situação seja corrigida.
- A **desobstrução dos hidrantes exteriores** é mantida em ordem pelos meios inerentes à exploração dos espaços públicos, sendo que os meios não são da responsabilidade da empresa.
- Sempre que forem detetadas obstruções aos hidrantes exteriores devem ser chamadas as entidades competentes para que os mesmos não permaneçam obstruídos.

1. Regras de exploração e de comportamento

- A **vigilância dos espaços, em especial os de maior risco de incêndio,** deve ser realizada pelos colaboradores afetos a cada espaço.
- A **conservação dos espaços limpos e arrumados:** devem ser mantidos todas as vias de circulação e evacuação desobstruídas e em condições de acesso e circulação. Em todos os locais das instalações deve ser mantida a correta organização dos materiais, de forma a que não apresentem um risco para o trabalhador, correto armazenamento em estantes. Deve ser mantida a limpeza e arrumação dos espaços de forma a que não haja acumulação de resíduos.

1. Regras de exploração e de comportamento

- Relativamente à **eficácia de estabilidade ao fogo, e dos meios de compartimentação**, o espaço encontra-se compartimentado, de forma a que exista meios de separação física resistentes. Deve ser mantida a sua resistência, não deve ser alterada essa estrutura física, sendo que toda e qualquer alteração não deve ser comprometer a sua estabilidade física e a sua robustez.
- A **segurança na manipulação e no armazenamento de matérias e substâncias perigosas**, estas substâncias devem ser mantidas num local resguardado e identificado para o efeito. Devem ser solicitadas as suas fichas de segurança, para que sejam reunidas, analisadas e afixadas junto dos mesmos, para que todos os trabalhadores conheçam o comportamento das substâncias e possam atuar mais eficazmente em situações de emergência;

1. Regras de exploração e de comportamento

- A segurança em todos os trabalhos de manutenção, recuperação, beneficiação, alteração ou remodelação de sistemas ou das instalações, **que impliquem um risco agravado de incêndio, introduzam limitações em sistemas de segurança instalados ou que possam afetar a evacuação dos ocupantes.**

2. Procedimentos de exploração, operação e manutenção de sistemas e equipamentos

Instruções de funcionamento

Devem ser solicitados todos os manuais de funcionamento de todos os equipamentos utilizados no estabelecimento, de forma a que estejam ao dispor todos os procedimentos em questão, relativamente aos equipamentos, nomeadamente o sistema de deteção de incêndios, em como de todos os equipamentos que possam ser adquiridos futuramente, e utilizados nas tarefas desempenhadas.

2. Procedimentos de exploração, operação e manutenção de sistemas e equipamentos

Os procedimentos de segurança

- Procedimentos de segurança aquando da utilização de equipamentos e cabos elétricos
- Procedimentos de segurança aquando da utilização de equipamentos de primeira intervenção

2. Procedimentos de exploração, operação e manutenção de sistemas e equipamentos

Registos/manuais:

A descrição dos comandos e de eventuais alarmes

Os sintomas e indicadores de avaria que os caracterizam

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

3. Procedimentos de manutenção e de conservação

Calendários e planeamento de conservação e manutenção

Listas de testes de verificação periódica

Das instalações técnicas, dispositivos, equipamentos e sistemas existentes na utilização-tipo, nomeadamente das instalações de energia elétrica

Da sinalização, iluminação de emergência, deteção, alarme e alerta e ainda os meios de primeira intervenção

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Plano de Emergência

- Tem como objetivo a identificação das medidas de autoproteção a adotar para fazer face a uma situação de incêndio ou de outra emergência no edifício, nomeadamente a organização, os meios humanos e materiais a envolver e os procedimentos de atuação a cumprir para garantir a evacuação e a proteção dos seus ocupantes.

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Plano de Emergência

Contém o Plano de Atuação e o Plano de Evacuação

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

ORGANIZAÇÃO DA SEGURANÇA

MEIOS HUMANOS – Serviço de Segurança contra Incêndios (SSI):

- Responsável de Segurança;
- Delegado de Segurança;
- Responsável pelo Alarme/Alerta/Atuação
- Equipa de Intervenção;
- Equipa de Evacuação;
- Equipa de Socorrismo.

ORGANIZAÇÃO DA SEGURANÇA

Durante o período de funcionamento do edifício será assegurada a presença simultânea de **pelo menos 6 elementos,** constituída por:

- ✓ 1 Responsável de Segurança
- ✓ 1 Delegado de Segurança
- ✓ 1 Elemento da equipa de primeiros socorros
- ✓ 4 Elementos da Equipa de 1ªIntervenção/Evacuação

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

FUNÇÕES E RESPONSABILIDADES DO SERVIÇO DE SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIOS (SSI)

FUNÇÃO	RESPONSABILIDADES
RESPONSÁVEL SEGURANÇA	▪ Assegurar a implementação e manutenção das medidas de autoproteção incluindo o cumprimento das regras de exploração e de comportamentos que constituem os procedimentos de prevenção contra risco de incêndio. ▪ Garantir a manutenção das condições de segurança zelando pelo cumprimento dos procedimentos de utilização, exploração, manutenção e conservação de espaços, equipamentos, instalações técnicas, dispositivos e sistemas relacionados com a segurança contra incêndios. ▪ Decidir sobre os programas de formação à Equipa de Segurança, para uma correta atuação em situações de emergência. ▪ Preparar e supervisionar os simulacros de emergência. ▪ Reunir com a Equipa de Segurança de modo e rever periodicamente o Plano de Emergência/Plano de Segurança. ▪ Manter-se permanentemente contactável. ▪ Acompanhar a elaboração dos Registos de Segurança. Avalia a situação e declara a situação de emergência, com o apoio do Delegado de Segurança. ▪ Decidir, com o apoio do Delegado de Segurança, sobre as ações para controlo e a coordenação das operações com os meios internos de emergência, e assegurar a ligação com os meios externos de socorro. ▪ Efetuar a avaliação das potenciais consequências do acidente e implementa as medidas de ação corretivas e preventivas. ▪ Garantir a reposição das condições normais de funcionamento, após a ocorrência de uma situação de emergência.

FUNÇÕES E RESPONSABILIDADES DO SERVIÇO DE SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIOS (SSI)

FUNÇÃO	RESPONSABILIDADES
DELEGADO SEGURANÇA	▪ Agir em representação do Responsável de Segurança. ▪ Coordenar a execução das medidas de autoproteção. ▪ É o responsável máximo da aplicação do Plano de Prevenção. ▪ É o responsável máximo da aplicação do Plano de Emergência. ▪ Garantir a comunicação permanente com o Responsável de Segurança. ▪ Realizar (ou designar colaborador para o efeito) inspeções aos espaços e equipamentos que permitam atestar e manter a eficácia dos procedimentos de prevenção definidos. ▪ Sempre que verifique ou seja informado de uma anomalia ou avaria em determinado equipamento, instalação ou sistema, deve proceder em conformidade com os procedimentos previstos para o efeito. ▪ Supervisionar ou designar colaborador que acompanhe ou assegure os procedimentos de manutenção/conservação dos sistemas e equipamentos de segurança contra incêndios em edifício. ▪ Propõe os programas de formação à Equipa de Segurança, para uma correta atuação em situações de emergência.

FUNÇÕES E RESPONSABILIDADES DO SERVIÇO DE SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIOS (SSI)

FUNÇÃO	RESPONSABILIDADES
DELEGADO SEGURANÇA	▪ Propõe ações preventivas e corretivas. ▪ Elaborar os Registos de Segurança. ▪ Participar na elaboração dos relatórios das ocorrências/simulacros. ▪ Declarar a situação de emergência, em substituição do Responsável de Segurança ▪ Avaliar a situação e coordenar todas as operações de emergência. ▪ Coordenar a Equipa de Segurança. ▪ Mandar acionar os alarmes necessários. ▪ Acompanhar o evoluir de uma situação de emergência e, se necessário, alterar as estratégias adotadas. ▪ Ordenar as evacuações totais ou parciais. ▪ Decidir sobre a necessidade de emitir o alerta aos meios de socorro externos (Bombeiros, INEM, GNR, PSP, etc.). ▪ Proceder ou designar colaborador para proceder ao corte de energia e acionamento de dispositivos de segurança. ▪ Receber, encaminhar e colaborar com os meios de socorro externos, informando-os à sua chegada, da evolução do sinistro. ▪ Declarar o fim da situação de emergência em conjunto com a Equipa de Intervenção, e com os meios de socorro externos. ▪ Coordenar a reposição da normalidade. ▪ Decidir e ordenar sobre o regresso dos colaboradores aos respetivos postos de trabalho.

FUNÇÕES E RESPONSABILIDADES DO SERVIÇO DE SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIOS (SSI)

FUNÇÃO	RESPONSABILIDADES
EQUIPA DE 1ª INTERVENÇÃO	▪ Cumprir as instruções do Delegado de Segurança. ▪ Proceder em conformidade com as medidas de intervenção para combate a incêndios. ▪ Ao serem avisadas de uma situação de emergência, deverão dirigir-se ao lugar onde esta está a ocorrer o sinistro. ▪ Executa as instruções especiais de atuação em caso de emergência. ▪ **Combate o incêndio** com os meios e equipamentos de primeira intervenção disponíveis; ▪ Mantém o Delegado de Segurança permanentemente informado sobre a evolução da situação de emergência. ▪ Colabora com os meios externos de socorro, se necessário, sem interferir com a sua atuação. ▪ Após ordens do Delegado de Segurança proceder ao corte geral de energia elétrica. ▪ Colaborar se necessário, na elaboração dos relatórios das ocorrências/simulacros ▪ Reunir com o Responsável de Segurança e Delegado de Segurança e propor ações corretivas e preventivas.

FUNÇÕES E RESPONSABILIDADES DO SERVIÇO DE SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIOS (SSI)

FUNÇÃO	RESPONSABILIDADES
EQUIPA DE EVACUAÇÃO	▪ Cumprir as instruções do Delegado de Segurança. ▪ Executar as instruções especiais de atuação em caso de emergência. ▪ Ao sinal de alarme de emergência, deve abandonar o local. ▪ No caso de existirem sinistrados, garantir a sua evacuação em primeiro lugar. ▪ Apoiar a evacuação dos ocupantes do edifício ou da secção a evacuar, caso se trate de uma evacuação parcial ▪ **Assegurar a evacuação dos ocupantes** para as saídas através das vias de evacuação. ▪ Orientar, disciplinar e tranquilizar os ocupantes do edifício durante a evacuação. ▪ Manter o Delegado de Segurança informado sobre as ações executadas e a executar.

FUNÇÕES E RESPONSABILIDADES DO SERVIÇO DE SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIOS (SSI)

FUNÇÃO	RESPONSABILIDADES
EQUIPA DE EVACUAÇÃO	▪ Comunicar ao Delegado de Segurança que todo o edifício ou secção em causa foi evacuada. ▪ Analisar cuidadosamente o percurso de evacuação, quer no interior, quer no exterior, e comunicar ao Delegado de Segurança, sempre que verificar algum tipo de anomalia durante esse percurso. ▪ Evitar que as pessoas voltem atrás para a recolha de pessoas ou bens. ▪ Não permitir o regresso aos locais evacuados, de nenhuma pessoa estranha às equipas de emergência. ▪ Verificar que ninguém ficou retido aquando da evacuação. ▪ Impedir a entrada de pessoas durante o combate ao sinistro (através das portas de entrada e portas das saídas de emergência), exceto as pessoas autorizadas.

FUNÇÕES E RESPONSABILIDADES DO SERVIÇO DE SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIOS (SSI)

FUNÇÃO	RESPONSABILIDADES
EQUIPA DE SOCORRISMO	▪ Cumpre as instruções do Delegado de Segurança. ▪ Procede em conformidade com as medidas de autoproteção implementadas no edifício. ▪ Executa as instruções especiais de atuação em caso de emergência. ▪ **Presta os primeiros socorros** no exterior, ou em casos extremos no interior do estabelecimento. ▪ Manter o Delegado de Segurança informado sobre as ações executadas e a executar.

COMUNICAÇÃO EM CASO DE EMERGÊNCIA

COMUNICAÇÃO INTERNA

Em situação de emergência, as comunicações no interior do edifício é efetuada:

Pessoalmente:

- Por telemóvel
- Por telefone interno

COMUNICAÇÃO EXTERNA

Em situação de emergência, as comunicações com o exterior são efetuadas através de:

- Por telefone fixo
- Por telemóveis

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

COMUNICAÇÃO EM CASO DE EMERGÊNCIA

Nas chamadas de **EMERGÊNCIA**, devem indicar:

- Nome da Empresa
- Descrição da ocorrência
- Localização da Empresa
- Tipo de ajuda solicitada
- Existência de vítimas (caso existam)
- Medidas já adotadas (se for solicitado)
- Meios de 1ª intervenção disponíveis (se for solicitado)

Os contatos de emergência encontram-se afixados junto a cada telefone fixo.

ATIVAÇÃO DO PLANO DE EMERGÊNCIA

- Todas as operações de atuação em caso de emergência são coordenadas pelo Delegado de Segurança, presente nas instalações.

- A ativação do plano de emergência é efetuada pelo Delegado de Segurança consoante o nível de emergência.

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Como atuar em caso de evacuação

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Evacuação – normas gerais

Todas as pessoas são conduzidas para as saídas, através dos caminhos de evacuação, tendo em conta as seguintes prioridades:

- No caso de existirem visitantes ou pessoas com deficiência, deve o Delegado de segurança nomear uma pessoa para encaminhar essas pessoas para a saída de emergência mais próxima.

- As pessoas em pânico são encaminhadas para as saídas, garantindo a não obstrução das vias de circulação.

- Evitar aglomerações, impondo ordem, calma e rapidez.

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Evacuação – normas gerais

Nesta perspetiva é fundamental assegurar que sejam cumpridas as seguintes regras:

- Não é permitido a recolha de objetos pessoais que possam atrasar ou dificultar a deslocação das pessoas comprometendo a evacuação;

- A evacuação deve processar-se em ordem e sem atropelos, devendo as pessoas encaminhar-se para o exterior do estabelecimento utilizando o trajeto mais adequado a cada situação;

- Não é permitido o regresso às áreas de evacuação (a decorrer ou já evacuadas).

Evacuação - Instruções de Segurança Gerais

As instruções gerais **destinam-se à totalidade dos ocupantes**, é função da equipa de evacuação coordenar a evacuação e transportar os sinistrados.

A saber:

- Se existir uma situação de emergência e tratando-se de um alarme geral, o edifício dispõe de um alarme acústico continuo para informação;
- Se a situação de emergência não corresponder a um alarme geral, mas sim parcial, será o delegado de Segurança o responsável pelo alarme (ou delega em alguém da equipa de evacuação), que será sempre feito verbalmente;
- É ao Delegado de Segurança (DS) que compete decidir sobre a evacuação total ou parcial das instalações;
- A coordenação da evacuação é feita pelo responsável de evacuação designando e este deve certificar-se de que não fica ninguém, socorrendo qualquer pessoa que precise e verificando que janelas e portas ficam fechadas;
- No caso de existirem visitantes ou pessoas com deficiência, deve o Delegado de segurança nomear uma pessoa para encaminhar essas pessoas para a saída de emergência mais próxima.

Evacuação - Instruções de Segurança Gerais

- Todos os funcionários devem conhecer sempre duas saídas, assim como o percurso a realizar em caso de evacuação urgente, devendo para tal conhecer as plantas de emergência;
- Ao ser determinada a evacuação das instalações, não se preocupe com os seus pertences, siga rigorosamente as normas de evacuação;
- Não pare nunca nas portas de saída. Estas devem estar livres. Se tiver que utilizar as escadas, encoste-se à parede, não volte para trás;
- Compete ao funcionário designado manter a ordem no ponto de encontro (assinalado nas plantas de emergência) e proceder à contagem dos colaboradores e utentes (caso seja possível), pelo que estes não devem abandonar o local sob qualquer pretexto e sem devida autorização;
- Se, numa situação de emergência, se encontrar isolado, verifique se não há perigo de deixar o local onde se encontra. Siga as setas de indicação de saída e dirija-se para o ponto de encontro previamente estipulado. Caso não consiga sair, (existência de chamas ou portas sobreaquecidas) lembre-se que deve sempre assinalar a sua presença;
- O regresso à normalidade é definido exclusivamente pelo Responsável de Segurança (ou pelo Delegado de segurança) e só nesse caso podem voltar aos vossos lugares.

Simbologia

Placas afixadas no local (exemplos)	Símbolo a usar em planta	Designação
		Localização do observador
		Extintor de incêndio
		Boca de incêndio armada
		Botão de alarme
		Manta ignífuga
		N.º do telefone de emergência
		Caminho de evacuação normal
		Ponto de encontro

66,7%

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Plantas de emergência



Evacuação da Sala de Aula

A evacuação deve ser programada, isto é, deve ser definida a ordem de saída, de acordo com o local de ocorrência do sinistro e a proximidade das saídas, pelo que a evacuação deverá obedecer a determinadas regras a respeitar:

- Deverá ser nomeado por cada grupo de evacuação (Turma) um "Chefe de Fila", normalmente um aluno;
- Deverá ser nomeado por cada grupo de evacuação (Turma) um "Cerra Fila", normalmente o Professor.

Evacuação da Sala de Aula

Procedimento

- Logo após "soar" o sinal de alarme, os alunos colocam-se em fila, ao redor da sala;
- O "Chefe de fila" coloca-se à frente da mesma e encarrega-se de abrir a porta;
- O "Cerra Fila", o Professor, dará a ordem de saída. Esta deverá ser feita rapidamente, mas sem correr;
- Ao sair da sala, o "Chefe de Fila" encaminha os colegas junto à parede que os conduza à saída, de modo a não criar qualquer tipo de congestionamento nos pontos críticos, com outros colegas que se encontrem na evacuação;

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Evacuação da Sala de Aula

Procedimento

- O "Cerra Fila", o Professor, encarrega-se de fechar a porta ao sair;

- Os alunos e os professores deverão seguir as instruções dadas pela equipa de evacuação e sair rapidamente para o exterior do edifício para junto do local definido como Ponto de Encontro;

- Deverão permanecer no Ponto de Encontro para contagem dos elementos pelo Professor, até que novas ordens sejam dadas.

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

Em suma:

- Caso detete alguma situação de incêndio deve comunicar ao funcionário que se encontre mais próximo de si, que por sua vez comunicará ao Delegado de Segurança
- Na impossibilidade, carregue no botão de alarme mais próximo e dirija-se para o ponto de concentração de acordo com as instruções da planta de emergência
- Deve seguir as normas e as instruções de evacuação
- Somente os elementos da Equipa de 1ª intervenção devem utilizar os meios de 1ª intervenção existentes

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

NORMAS GERAIS DE EVACUAÇÃO

De forma a assegurar o êxito da evacuação é fundamental o respeito das seguintes regras:

- Todas as pessoas em causa sejam conduzidas para as saídas, através dos caminhos de evacuação, tendo em conta as seguintes prioridades:
    - No caso de existirem visitantes ou pessoas com deficiência, deve o Delegado de segurança nomear uma pessoa para encaminhar essas pessoas para a saída de emergência mais próxima.
    - As pessoas em pânico são encaminhadas para as saídas, garantindo a não obstrução das vias de circulação.
    - Evitar aglomerações, impondo ordem, calma e rapidez.

Nesta perspetiva é fundamental assegurar que sejam cumpridas as seguintes regras:

- Não é permitido a recolha de objetos pessoais que possam atrasar ou dificultar a deslocação das pessoas comprometendo a evacuação;
- A evacuação deve processar-se em ordem e sem atropelos devendo as pessoas encaminhar-se para o exterior do estabelecimento utilizando o trajeto mais adequado a cada situação;
- Não é permitido o regresso às áreas de evacuação (a decorrer ou já evacuadas).

INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA GERAIS EVACUAÇÃO

As instruções gerais destinam-se à totalidade dos ocupantes, é função da equipa de evacuação coordenar a evacuação e transportar os sinistrados.

As funções e responsabilidades situam-se nas seguintes áreas:

1. Se existir uma situação de emergência e tratando-se de um alarme geral, este dispõe de um alarme acústico continuo para informação;
2. Se a situação de emergência não corresponder a um alarme geral, mas sim parcial, será o delegado de Segurança o responsável pelo alarme (ou delega em alguém da equipa de evacuação), que será sempre feito verbalmente;
3. É ao Delegado de Segurança (DS) que compete decidir sobre a evacuação total ou parcial das instalações;
4. A coordenação da evacuação é feita pelo responsável de evacuação designando e este deve certificar-se de que não fica ninguém, socorrendo qualquer pessoa que precise e verificando que janelas e portas ficam fechadas;
5. No caso de existirem visitantes ou pessoas com deficiência, deve o Delegado de segurança nomear uma pessoa para encaminhar essas pessoas para a saída de emergência mais próxima.
6. Todos os funcionários devem conhecer sempre duas saídas, assim como o percurso a realizar em caso de evacuação urgente;

7. Ao ser determinada a evacuação das instalações, não se preocupe com os seus pertences, siga rigorosamente as normas de evacuação;
8. Não pare nunca nas portas de saída. Estas devem estar livres. Se tiver que utilizar as escadas, encoste-se à parede, não volte atrás;
9. Compete ao funcionário designado manter a ordem no ponto de encontro (assinalado nas plantas de emergência) e proceder à contagem dos colaboradores e utentes (caso seja possível), pelo que estes não devem abandonar o local sob qualquer pretexto e sem devida autorização;
10. Se, numa situação de emergência, se encontrar isolado, verifique se não há perigo de deixar o local onde se encontra. Siga as setas de indicação de saída e dirija-se para o ponto de encontro previamente estipulado. Caso não consiga sair, (existência de chamas ou portas sobreaquecidas) lembre-se que deve sempre assinalar a sua presença;
11. O regresso à normalidade é definido exclusivamente pelo Responsável de Segurança (Delegado de segurança) e só nesse caso podem voltar aos vossos lugares.

EVACUAÇÃO DA SALA DE AULA

A evacuação deve ser programada, isto é, deve ser definida a ordem de saída, de acordo com o local de ocorrência do sinistro e a proximidade das saídas, pelo que a evacuação deverá obedecer a determinadas regras a respeitar:

- Deverá ser nomeado por cada grupo de evacuação (Turma) um "Chefe de Fila", normalmente um aluno;
- Deverá ser nomeado por cada grupo de evacuação (Turma) um "Cerra Fila", normalmente o Professor;
- Deverá verificar as plantas de emergência existentes de modo a conhecer os caminhos de evacuação e o ponto de encontro.

PROCEDIMENTO

1) Logo após "soar" o sinal de alarme, os alunos colocam-se em fila, ao redor da sala;
2) O "Chefe de fila" coloca-se à frente da mesma e encarrega-se de abrir a porta;
3) O "Cerra Fila" – Professor, dará a ordem de saída, esta deverá ser feita rapidamente, mas sem correr;
4) Ao sair da sala, o "Chefe de Fila" encaminha os colegas junto à parede que os conduza à saída, de modo a não criar qualquer tipo de congestionamento nos pontos críticos, com outros colegas que se encontrem na evacuação;
5) O "Cerra Fila" – Professor encarrega-se de fechar a porta ao sair;
6) Os alunos deverão seguir as instruções dada pela equipa de evacuação e sair rapidamente para o exterior do edifício para junto do local definido como Ponto de Encontro;
7) Deverão permanecer no Ponto de Encontro para contagem dos elementos, até que novas ordens sejam dadas.

CURSO: MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO	**AÇÃO N.º: 5/2019**
MÓDULO: MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO – FORMAÇÃO INICIAL	**DATA: 08/07/2019**
FORMADOR: ANA RITA SECO	**LOCAL: FIGUEIRA DA FOZ**
HORÁRIO: 10h00 - 12h00	**N.º HORAS/SESSÃO: 2H00**
INSTITUIÇÃO: ESCOLA SECUNDÁRIA DR. JOAQUIM DE CARVALHO	

NOME (MAIÚSCULAS – LEGÍVEL)	ASSINATURA
Cristina Maria de Matos Ferreira	
FÁTIMA MARIA AIRES SEQUEIRA PEREIRA	
ISABEL MARIA FERREIRA MENDES MARTINHO	
MARIA LILITA COVAS SALGADO	
CARLOS ALBERTO FREITAS PORTELA	
MARIA DO ROSÁRIO RUAS DE CAMPOS MATOSO	
Cristina Maria Pico Santos	
Sérgio [illegible]	
Heloísa Maria Freire de Oliveira Cordeiro	
Ana Cristina [illegible]	
[illegible]	
Lídia Maria Machado de Seiça	
Margarida Bessone Pereira Coutinho	
Ana Maria Henriques Tavares Pires	
Maria de Lurdes Fernandes Carvalho	
Ana Maria Bonita Lima	
Dina Maria Silva Mendes	
IOLA JACINTA SANTOS HELENO	
Cristina Rodrigues Pereira	
Maria do Carmo Pereira Aleixo	
[illegible]	
Carlos Alberto Pais dos Santos	

NOME (MAIÚSCULAS – LEGÍVEL)	ASSINATURA
ANTÓNIO CARVALHO DA F. FERREIRA	[signature]
ARLINDO CABO MARIQUINHAS	[signature]
ALBERTO MANUEL de JESUS CORREIA	[signature]
MÁRIO JOÃO VIDEIRA DE BARROS	[signature]
Susana Margarida Marques Costa	[signature]
Paula Marisa Frederico Barata Feio	[signature]
Márcia Andréia Eugenio Almas Lopes	[signature]
Idalina Maria Pereira Dias	Idalina Dias
Sandra Maria de Jesus Fernandes	[signature]
Maria Lurdes Marinheiro S. Cabete	M. Lurdes Cabete
Emanuela Santos Rodrigues	Emanuela R.
Graça Maria Mendes Cabete Santos	Graça Santos
Maria Madalena Pinto Carvalho	M. Carvalho
Helena Mª Carvalho F. Simão	F. Simão
Rosa Maria Pelicho Gil	Rosa Gil
Ana Luísa Gomes D'Oliveira	Ana Oliveira
Maria de Fátima Arafe Silva Ros.	[signature]
JORGE FERNANDES RAMOS	J. Ramos
[illegible]	[signature]
AGOSTINHO FERNANDO SOARES DA SILVA PINTO	[signature]
Maria Celeste Fg. B. Marques	Celeste Marques
[illegible]	[signature]
Elisa Maria [illegible]	[signature]
Maria Paula C. C. Teixeira	[signature]

NOME (MAIÚSCULAS – LEGÍVEL)	ASSINATURA
MARIA CLARA P. SILVA ABREU	
MARTA MARGARIDA S. L. R. PENA	
MARGARIDA MARIA BENTO PATEIRO	
Maria dos Prazeres Tavares Lopes	
Cristina Ferreira	
JORGE DAMAS	
[illegible]	
Arnelda Maria Menezes Mesquita de Brito	Arnelda Brito
Manuel Augusto G. Felício	
JOSÉ LUÍS GOMES SANTOS PEREIRA	
CARLOS MANUEL BELO DA SILVA	
LUÍS PAULO FIGUEIREDO	
Anatilde dos S. P. Oliveira Gomes	
João José da Silva Santos	
Marisa Cristina Trafaria Mesquita	
Adélia Maria Branco da Silva Oliveira	Helena Branco
Maria Helena Ferreira Pinto	
Ana Maria Oliveira e Sousa Quartin Borges	
JORGE HENRIQUE QUARTIN COELHO BORGES	
Thiago José de Almeida Simões	Thiago Simões

NOME (MAIÚSCULAS – LEGÍVEL)	ASSINATURA
CATARINA JANEIRO DA COSTA	Catarina Costa
Anabela Bancta Nunes	[illegible]
ISABEL MARIA CERTA DE OLIVEIRA	[illegible]
Maria Esmeralda Costa Curado Santos	Esmeralda Santos
Julia Rodrigues A. F. Romão	[illegible]
Patrícia Isabel Salvador Cunha	Cunha
Carla Sofia Gonçalo Lourenço	Lourenço
ROSA MARIA RAMOS ABREU GASPAR	RAbreu
ANA PAULA BARATA SUARESMA BENTO	Bento
Maria Cristina Costa Pereira Gomes	[illegible]
Maria Odília Fojas Ferreira Pinto	[illegible]
António Alberto de Pinho Cera	[illegible]
Herminio Seco Monteiro	Monteiro
Emilia de Conceição F. Silva	[illegible]
Graça Maria da Fonseca Gurera	[illegible]
Maria de Lurdes Veredas Matias Mota	[illegible]
Fernanda Maria Teixeira Correia	Fernanda Correia

NOME (MAIÚSCULAS – LEGÍVEL)	ASSINATURA
RUI JORGE SOUSA SIMÕES	[illegible]
Maria Margarida Santos Albuquerque	[illegible]
CARLOS JOSÉ MOURATO LOPES FURTADO	[illegible]
FERNANDA LOPES	[illegible]
Mª FÁTIMA LOURO FERNANDES (A.O.)	[illegible]
Elisabete Eugénia PONTE SILVA (A.O)	Elisabete Ponte Silva
Mª ISABEL ESTEVES DOS SANTOS SINEIRO	[illegible]
ANA PAULA AUGUSTO	[illegible]
Manuel Marques Coelho	[illegible]
Rui Manuel de Andrade Madeira da Fonseca	[illegible]
Paulo Jorge Diogo de Oliveira	[illegible]
Maria Manuela Mota Lemos Amorim	[illegible]
[illegible]	[illegible]
Ernestina Maria Provença Trigo	[illegible]
Maria Madalena Santos Monteiro	[illegible]
CÉSAR RODRIGO DOS SANTOS FERNANDES	CÉSAR FERNANDES
JOAQUIM MANUEL PARRACHO ALVES	[illegible]
JOSÉ MARQUES TARRAFA	[illegible]
NUNO JOSÉ GONÇALVES MENDES	[illegible]

SUMÁRIO:

- Apresentação
- Plano de Prevenção
- Procedimentos em caso de Emergência
  - identificação dos riscos e níveis de gravidade
  - Organização da segurança em situações de emergência
  - Plano atuação
  - Plano evacuação
  - Plano de intervenção interna
  - instruções gerais, particulares e específicas
  - Simulacro

MATERIAL PEDAGÓGICO UTILIZADO:

☐ Quadro branco / Flip - Chart	☐ Equipamento SBV	☐ Retroprojetor
☐ Tv - Video	☐ Impressora	☒ Projetor multimédia
☐ Computadores	☒ Portátil	☒ Outros, quais? manual

DATA: 8/7/2019 **O FORMADOR** _____

DATA: 8/7/2019 **O COORDENADOR PEDAGÓGICO:** _____

AMBIGLOBAL

DOSSIER TÉCNICO PEDAGÓGICO
REGISTO DE PRESENÇAS/SUMÁRIO

CURSO: MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO — **AÇÃO N.º:** 5/2019

MÓDULO: MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO – PLANO DE SEGURANÇA INTERNO — **DATA:** 08/07/2019

FORMADOR: ANA RITA SECO — **LOCAL:** FIGUEIRA DA FOZ

HORÁRIO: 16h15 - 18h15 — **N.º HORAS/SESSÃO:** 2H00

INSTITUIÇÃO: ESCOLA SECUNDÁRIA DR. JOAQUIM DE CARVALHO

NOME (MAIÚSCULAS – LEGÍVEL)	ASSINATURA
Maria Madalena Pinto Carvalho	Carvalho
Mª Fátima Louro S. Fernandes	[illegible]
Maria do Graça Silva Evangelista	[illegible]
Carlos Alberto da Costa Jimis	Jimis
JORGE MANUEL MENDES DAMAS	[illegible]
Sandra Maria de Jesus Fernandes	[illegible]
Idalina Maria Pereira Dias	IDias
Paula Marisa Frederico Barata Feio	[illegible]
Mª Cristina G. S. Coferreira	[illegible]
Graça Maria Mendes Cabete Santos	Graça Santos
Arnalda Maria Menezes Mosquito de Brito	Arnalda Brito
Emanuela Santos Rodrigues	Emanuela R.
Susana Margarida Marques da Costa	[illegible]
ISABEL MARIA FERREIRA MENDES MARTINHO	[illegible]
Maria Celeste Fig. B. Marques	Celeste Marques
Elisabete Eugénia Pinto Alves Silva	Elisabete Alves Silva
Carlos Alberto Pais Santos	
[illegible] Silva	[illegible]

SUMÁRIO:

- Apresentação
- Registos de segurança
- Plano de Prevenção
- Procedimentos em Caso de emergência
  - Identificação dos riscos e níveis de gravidade
  - Organização da segurança em Situações de Emergência
  - Plano de atuação
  - Plano de evacuação
  - Plano de intervenção interna
  - Instruções gerais, particulares e especiais
  - Simulacro

MATERIAL PEDAGÓGICO UTILIZADO:

☐ Quadro branco / Flip - Chart	☐ Equipamento SBV	☐ Retroprojetor
☐ Tv - Video	☐ Impressora	☒ Projetor multimédia
☐ Computadores	☒ Portátil	☒ Outros, quais? manual

DATA: 8 / 07 / 2019 O FORMADOR _____

DATA: 8 / 07 / 2019 O COORDENADOR PEDAGÓGICO: _____

1ª Intervenção

Formador Ana Rita Seco

Julho de 2019

SCIE

Definição de incêndio

1. Reacção exotérmica

   (há libertação de calor)





2. Combustão descontrolada

2. Combustão rápida com emissão de luz, calor, fumo e gases.

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

SCIE

Triangulo do Fogo

Oxigénio acima de 13% (comburente)



Energia inicial que provoque calor

Sólidos
Líquidos
Gases

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

SCIE

Classes de Fogo e Agentes Extintores

Os fogos possuem características diferentes consoante **a sua origem e o material** que está a sofrer a combustão

É importante o seu conhecimento, uma vez que cada tipo de fogo **é extinto com um tipo diferente de extintor**

CLASSES DE FOGO



Classe A
Fogos em sólidos



Classe B
Fogos em líquidos



Classe C
Fogos em gases

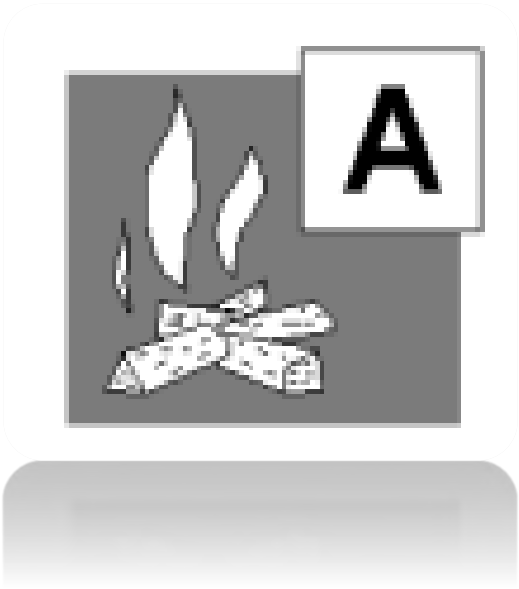


Classe D
Fogos em metais

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

CLASSES DE FOGO

- **Classe A - FOGOS DE SÓLIDOS** (Fogos Secos)



Fogos que resultem da combustão de materiais sólidos, geralmente de natureza orgânica.

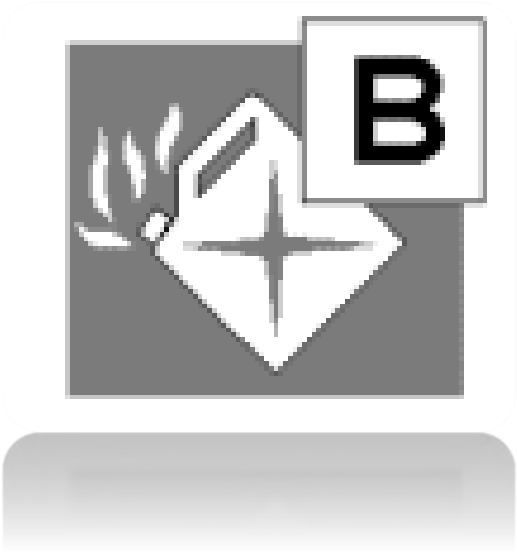
Agente Extintor

- **Água (utilização múltipla)**
- **Espumas**
- **Pó químico seco – Tipo ABC**

CLASSES DE FOGO

- **Classe B - FOGOS DE LÍQUIDOS**

(Também chamados Fogos Gordos)

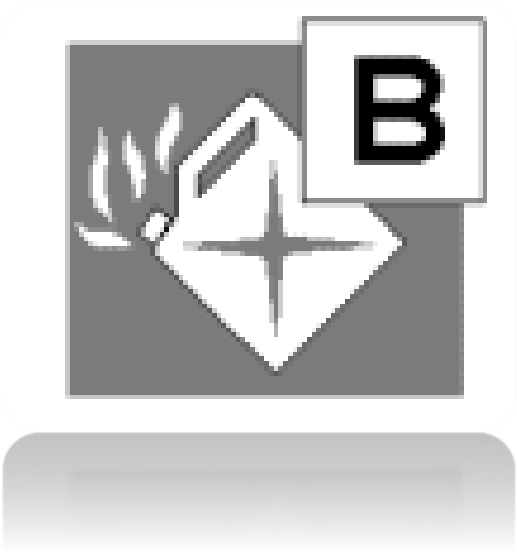


Fogos que resultem da combustão de líquidos ou sólidos liquidificáveis como, por exemplo, éteres, álcoois, vernizes, gasolinas, gasóleos, ceras, pomadas, plásticos, etc.

CLASSES DE FOGO

- **Classe B - FOGOS DE LÍQUIDOS**

(Também chamados Fogos Gordos)



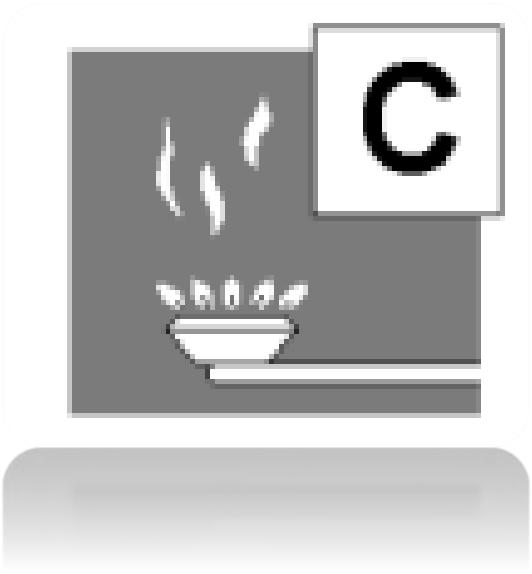
Agente Extintor

- Espumas
- Pó químico seco – Tipo BC e ABC
- Dióxido de carbono (neve carbónica)

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

CLASSES DE FOGO

- **Classe C – Fogos de Gases**

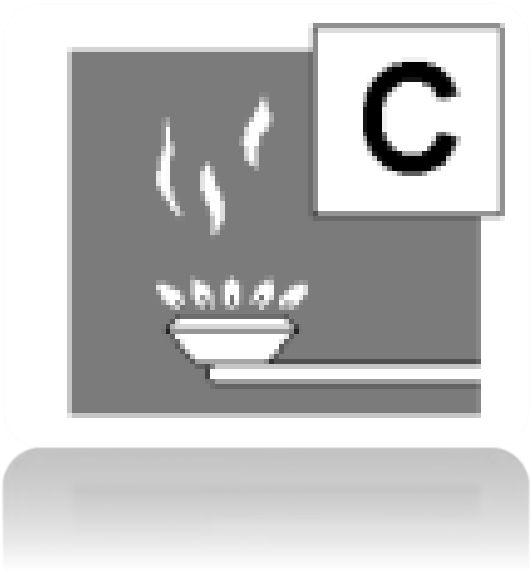


Fogos que resultem da combustão de gases como, por exemplo, hidrogénio, butano, propano, acetileno, etc.

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

CLASSES DE FOGO

- **Classe C – Fogos de Gases**



Agente Extintor

- Pó químico seco – Tipo BC e ABC

- Dióxido de carbono (neve carbónica)

CLASSES DE FOGO

- **Classe D – Fogos de Metais**



Incêndios especiais que resultam da combustão de metais, por exemplo, metais em pó (alumínio, cálcio, titânio), potássio, magnésio, sódio, urânio, etc.

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

CLASSES DE FOGO

- **Classe D – Fogos de Metais**



Agente Extintor

- **Pó químico seco apropriado a cada tipo de produto.**

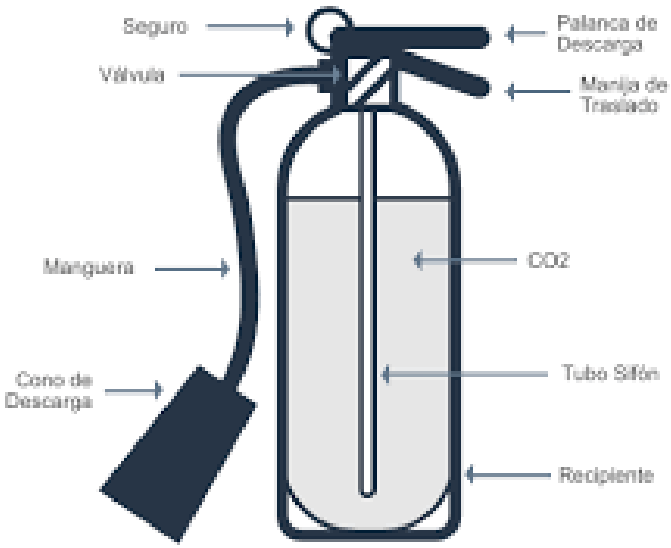
AGENTES EXTINTORES

Extintor de Pó Químico



AGENTES EXTINTORES

Extintor de CO_2







AGENTES EXTINTORES

Local a colocar

- Áreas de trabalho,
- Ao longo dos percursos normais,
- Locais visíveis, acessíveis e não obstruídos

Altura a colocar

- 1,20 metros do pavimento (em relação ao manipulo do extintor)

Distância a percorrer

< a 15 metros

Sinalização

- Fotoluminiscente e normalizada

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

MAPA SELECTIVO DOS EXTINTORES EM FUNÇÃO DA CLASSE DE FOGO

Classes de Fogo	Agente Extintor					
	Água	Espuma	Pó químico BC	Pó químico ABC	CO_2	Agentes Especiais
A	Bom	Aceitável	Não Usar	Bom	Não Usar	Não Usar
B	Não Usar	Bom	Bom	Bom	Bom	Não Usar
C	Não Usar	Não Usar	Bom	Bom	Bom	Não Usar
D	Não Usar	Não Usar	Não Usar	Não Usar	Não Usar	Bom
Envolvendo Electricidade	Não Usar	Não Usar	Bom	Bom	Bom	

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

QUEM É QUE JÁ MANIPULOU UM EXTINTOR?



COMO UTILIZAR UM EXTINTOR?

- **Transporte-o na posição vertical, segurando no manípulo;**
- **Retire o selo ou cavilha de segurança;**
- **Pressione a alavanca.**



COMO UTILIZAR UM EXTINTOR?

1. **Aproxime-se do foco de incêndio progressiva e cautelosamente.**



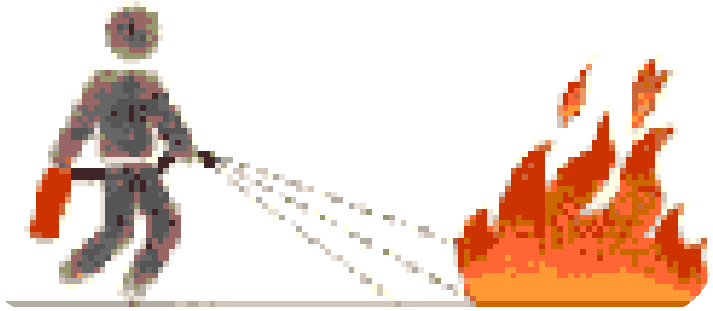
2. **Não avançar enquanto não estiver seguro de que o fogo não o atingirá pelas costas.**



COMO UTILIZAR UM EXTINTOR?

3. **Dirigir o jacto para a base d**

   chamas.



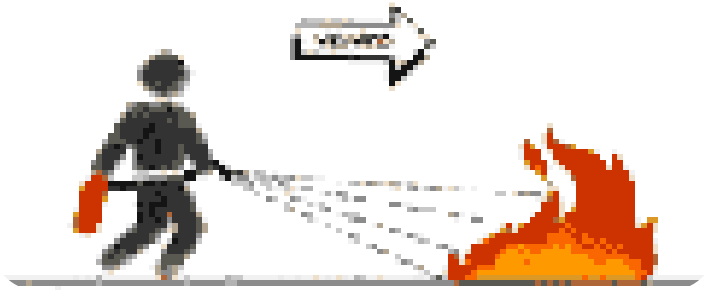
4. **Varrer, devagar, toda a**

   superfície das chamas.



COMO UTILIZAR UM EXTINTOR?

5. **Atuar sempre no sentido do vento.**



6. **Cobrir lentamente toda a superfície das chamas.**



COMO UTILIZAR UM EXTINTOR?

7. **Em combustíveis líquidos não lançar o jacto com demasiada pressão para evitar que o combustível se espalhe.**



8. **Terminar apenas depois de se assegurar de que o incêndio não se reacenderá.**



REDE DE INCÊNDIO ARMADA

- **As bocas de incêndio interiores são normalmente de 3 tipos:**
  - **Tipo teatro**
  - **Tipo carretel (mais comuns)**
  - **Hidratante**



MANTA IGNÍFUGA

As mantas são utilizadas para cobrir a roupa, equipamento e líquidos a arder.

1. **Desligar a fonte de calor;**
2. **Retirar a manta, puxando cada uma das pegas para baixo e para fora;**
3. **Cobrir as chamas com a manta da melhor maneira possível;**
4. **Manter a manta aplicada até ao arrefecimento final;**
5. **Se o vestuário estiver em chamas faça a vítima estender-se no chão e envolva-a com a manta, de modo a evitar que as chamas lhe cheguem à cara. Fim.**



MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

Riscos Externos

- Sismos
- Trovoadas
- Cheias / Inundações
- Incêndios Externos
- Acidentes de Viação

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO



Plano de Atuação

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

Normas de Atuação - Colaboradores

- Ao sinal de alarme deverão repetir a ordem de evacuação com voz calma e autoritária de forma a evitar o pânico;
- Seguir as indicações especificas que constam no PEI, de acordo com a sua função que representam;
- Dirigir/orientar os clientes para as saídas de emergência;

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

Normas de Atuação - Colaboradores

- Não deixar regressarem sob qualquer pretexto;
- Devem ser os últimos a abandonar os corredores e dirigir-se ao ponto de concentração/reunião

(Nota: nunca por a vida em risco!!!!);

- Permanecer no local de concentração até receberem instruções das entidades competentes.

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

Plano de Evacuação

Objetivo proceder à evacuação rápida e segura de todos os ocupantes, em caso de incêndio abandonando o local seguindo os caminhos de evacuação definidos nas plantas de emergência.

As **equipas de evacuação** têm a responsabilidade de controlar a evacuação e encaminhar os ocupantes para a saída num ponto de encontro pré-definido.

Todos os locais que possam estar ocupados por pessoas deverão ser verificados.

As pessoas devem cumprir as instruções da Equipa de Evacuação para evitar o pânico e a confusão ou quaisquer outros acidentes adicionais.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

Procedimentos a adoptar

- Não entrar em pânico;
- Abandonar o local de forma rápida e ordeira, seguindo o trajecto indicado na planta de emergência e indicação dos funcionários;
- Nunca voltar atrás, nem parar nas portas de saída ou nas escadas;

AMBIGLOBAL
MEDICINA E SEGURANÇA

AMBIGLOBAL

DOSSIER TÉCNICO PEDAGÓGICO
REGISTO DE PRESENÇAS/SUMÁRIO

CURSO: MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO	AÇÃO N.º: 5/2019
MÓDULO: MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO – PRIMEIRA INTERVENÇÃO	DATA: 08/07/2019
FORMADOR: ANA RITA SECO	LOCAL: FIGUEIRA DA FOZ
HORÁRIO: 14h30 - 16h00	N.º HORAS/SESSÃO: 1H30
INSTITUIÇÃO: ESCOLA SECUNDÁRIA DR. JOAQUIM DE CARVALHO	

NOME (MAIÚSCULAS – LEGÍVEL)	ASSINATURA
Elisabete Eugénia Ponte Abreu Silva	Elisabete Abreu Silva
Maria Celeste Fig. B. Marques	Celeste Marques
ISABEL MARIA FERREIRA MENDES MARTINHO	[illegible]
Carlos Alberto Luís dos Santos	Carlos Santos
Maria da Graça Silva Evangelista	[illegible] Evangelista
Mª Fátima P. Lourenço S. Fernandes	[illegible]
Maria Madalena Pinto Carvalho	Carvalho
Emanuela Santos Rodrigues	Emanuela R
Susana Margarida Marques da Costa	SCSR
JORGE MANUEL MENDES DAMAS	[illegible]
Carlos Alberto da Costa Dinis	Dinis
Sandra Maria de Jesus Fernandes	[illegible]
Idalina Maria Pereira Dias	IDias
Paula Marisa Frederico Barata Feio	[illegible]
Mª Cristina Ferreira	Cristina
Graça Maria Mendes Cabete Santos	Gra Santos
Arnaldo Maria Menezes Mesquita de Brito	Arnaldo Brito
Cecília Pedro Silva	Cecília

SUMÁRIO:

- Apresentação
- Meios de primeira intervenção
- utilização de extintores
- utilização de carretéis

MATERIAL PEDAGÓGICO UTILIZADO:

- [ ] Quadro branco / Flip - Chart
- [ ] Tv - Video
- [ ] Computadores
- [ ] Equipamento SBV
- [ ] Impressora
- [x] Portátil
- [ ] Retroprojetor
- [x] Projetor multimédia
- [x] Outros, quais? manual

DATA: 8/07/2019 **O FORMADOR** _____

DATA: 8/07/2019 **O COORDENADOR PEDAGÓGICO:** _____