

/ PLANO DE SEGURANÇA INTERNO

DISPOSIÇÕES ADMINISTRATIVAS

/ ESTÁDIO MUNICIPAL DE SOBRADO

/ RUA DE FIJÓS 335, 4440-334 SOBRADO

/ NOVEMBRO 2022

REQUERENTE:

CÂMARA MUNICIPAL DE VALONGO

COORDENADOR DE PROJETO:

Susan Cabeceiras, (Arq.^ª)

AUTOR DE PROJETO:

Susan Cabeceiras, (Arq.^ª)

COLABORAÇÃO:

Diogo Rosa, (Eng.^º)

Telma Sousa, (Eng.^ª)

/ ÍNDICE

I.	/TERMO DE ACEITAÇÃO DO RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA	2
II.	/TERMO DE RESPONSABILIDADE.....	1
III.	/DISPOSIÇÕES GERAIS	2
1.	OBJETIVO DO PLANO DE SEGURANÇA INTERNO	2
2.	CONSTITUIÇÃO DO PLANO DE SEGURANÇA INTERNO	2
IV.	/REFERÊNCIAS.....	4
V.	/GESTÃO DOCUMENTAL.....	5
1.	REGISTO DE VERSÕES	5
1.1.	REGISTOS DE SEGURANÇA	5
1.2.	PLANO DE PREVENÇÃO.....	5
1.3.	PROCEDIMENTO EM CASO DE EMERGÊNCIA	5
1.3.1.	ANEXO A – INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA	5
1.3.2.	ANEXO B – PEÇAS DESENHADAS.....	6
1.3.3.	ANEXO C – CONTACTOS.....	6
1.3.4.	ANEXO D – MAPA DE REGISTOS DE EVACUAÇÃO	6
1.3.5.	ANEXO E – FICHA DE AMEAÇA DE BOMBA.....	6
1.4.	AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO E FORMAÇÃO	6
1.5.	SIMULACRO	7
2.	LISTA DE DISTRIBUIÇÃO.....	7
VI.	/GLOSSÁRIO.....	7
VII.	/LISTA DE SIGLAS.....	12
VIII.	/DOCUMENTOS INSTRUTÓRIOS	13

I. / TERMO DE ACEITAÇÃO DO RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA

José Manuel Pereira Ribeiro, portador do Cartão de Cidadão nº09669188 3 ZX9, válido até 15 de outubro de 2029, Identificação Fiscal nº209495790, com o e-mail presidencia@cm-valongo.pt, Responsável de Segurança das instalações, designadas por Estádio Municipal de Sobrado, localizadas na Rua de Fijós 335, 4440-334 Sobrado, concelho de Valongo, aceita as Medidas de Autoproteção propostas pelo seu autor, a serem entregues na Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil (ANEPC) para apreciação. O seu conteúdo consiste em Medidas de Autoproteção requeridas para a utilização tipo e categoria de risco dos espaços do Estádio Municipal de Sobrado, de acordo com o RJ-SCIE.

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

Sobrado, novembro de 2022.

O Responsável de Segurança

[Assinatura
Qualificada]

José Manuel
Pereira Ribeiro

Assinado de forma digital por
[Assinatura Qualificada] José
Manuel Pereira Ribeiro
Dados: 2022.11.25 16:44:03 Z

II. / TERMO DE RESPONSABILIDADE

Susan Medeiros Cabeceiras, Arquiteta, portadora do cartão de cidadão n.º 11853179, válido até 21/10/2030 emitido pelos Serviços de Identificação de Lisboa, contribuinte n.º 218324618, inscrita na Ordem dos Arquitetos com o n.º 12989, residente na Rua Poeta Bocage 11C, 1600-581 Lisboa, declara, para efeitos do disposto no n.º1 do artigo 10º do Decreto-Lei n.º 555/99, de 16 de dezembro, na redação que lhe foi conferida pelo Decreto-Lei n.º 136/2014, de 9 de setembro, que as Medidas de Autoproteção, de que é autora, relativas às instalações do Pavilhão Municipal de Valongo, localizadas na Avenida dos Desportos 17, 4440-452 Valongo, concelho de Valongo, requerido por Câmara Municipal de Valongo, com o número de contribuinte 501138960, foram elaboradas de acordo com o exigido no Decreto-Lei n.º 220/2008, de 12 de novembro, que aprova o regime jurídico da segurança contra incêndio em edifícios, alterado pelo Decreto-Lei n.º 224/2015, de 9 de outubro, e pelo Decreto-Lei n.º 95/2019, de 18 de julho, e pela Lei n.º 123/2019, de 18 de outubro, na Portaria n.º 1532/2008, de 29 de dezembro (Regulamento Técnico de Segurança Contra Incêndio de Edifícios), alterada pela Portaria n.º 135/2020, de 2 de junho), à exceção de:

1. Não cumpre o artigo 12.º da Portaria n.º 135/2020, de 2 de junho, que altera a Portaria n.º 1532/2008, de 29 de dezembro – Disponibilidade de água: inexistência de hidrante;
2. Não cumpre o artigo 20º da Portaria 1532/2008 de 29 de dezembro, alterada pela Portaria nº135/2020 de 2 de junho – Inexistência de isolamento e proteção dos locais de risco B;
3. Não cumpre a alínea d) do artigo 164º da Portaria nº1532/2008 de 29 de dezembro, alterada pela Portaria nº135/2020 de 2 de junho – Inexistência de carretéis para os locais que recebam mais de 200 pessoas;
4. Não cumpre o artigo 112º da Portaria nº1532/2008 de 29 de dezembro alterada pela Portaria nº135/2020 de 2 de junho – Sinalética de evacuação e segurança insuficientes;

5. Não cumpre a alínea b) do ponto 2 do artigo 57º da Portaria nº 1532/2020 de 29 de dezembro alterada pela Portaria nº 135/2020 de 2 de junho – distância de evacuação entre saídas distintas superior aos 30 metros;
6. Não cumpre o artigo 54ª. E 56ª. da Portaria nº1532/2008 de 29 de dezembro alterada pela Portaria nº135/2020 de 2 de junho – Unidades de passagem e número de saídas;
7. Não cumpre o artigo 54ª. E 56ª. da Portaria nº1532/2008 de 29 de dezembro alterada pela Portaria nº135/2020 de 2 de junho – Extintores insuficientes.

Mais se informa que, sendo um edifício público existente e anterior à entrada da legislação de 2008, houve a necessidade de melhoria e retificação das não conformidades nas instalações conforme o **Cronograma definido no Ponto VII do Plano de Prevenção**, nomeadamente:

- Instalação de um hidrante;
- Instalação de iluminação de emergência (blocos permanentes e não permanentes) e respetiva sinalização de segurança;
- Instalação de meios de 1ª intervenção (extintores e carretéis) e respetiva sinalização de segurança (regulamentares).

Todo este Cronograma será cumprido conforme o Orçamento de Estado aprovado nos prazos apresentados e estipulados, no entanto, são indicadas medidas de autoproteção compensatórias, face às insuficiências de segurança contra incêndio elevadas e não elevadas, para esta instalação, até serem instalados todos os equipamentos acima referidos, medidas estas que continuarão em vigor durante a exploração das instalações, nomeadamente:

- Serão realizadas com periodicidade anual uma formação de sensibilização de segurança contra incêndio em edifícios a todos os colaboradores afetos às instalações e equipas orgânicas de segurança;
- Serão realizados simulacros com uma periodicidade anual.

Assim, os pontos acima mencionados serão implementados de forma faseada, de acordo com o cronograma definido no capítulo do Ponto VIII do Plano de Prevenção.

Relativamente às insuficiências de segurança contra incêndio elevadas que não serão alvo de correção, apresentam-se as seguintes medidas de autoproteção compensatórias

- Aumento de agente extintor padrão nas instalações:
 - Segundo a legislação em vigor são exigidos 18 L de agente extintor padrão por cada 500 m² e 2 extintores por piso ou fração, com pelo menos 1 extintor por cada 200 m². Sendo assim, seriam necessários 2 extintores e 18 L de agente extintor padrão no piso 0, 2 extintores e 18 L de agente extintor padrão no piso 1. No entanto existem 3 extintores e 36 L no piso 0, e 3 extintores e 27,28 L no piso 1, o que equivale a um aumento de 1 extintores e 18 L no piso 0, e um aumento de 1 extintor e 9.28 L no piso 1.

O autor de projeto

Lisboa, agosto de 2023.

III. / DISPOSIÇÕES GERAIS

1. OBJETIVO DO PLANO DE SEGURANÇA INTERNO

O Plano de Segurança Interno é o conjunto de Medidas de Autoproteção que inclui os procedimentos tendo em vista a prevenção, o planeamento e a atuação em caso de emergência.

Constitui um instrumento que tem por objetivo diminuir a probabilidade de ocorrência de acidentes e limitar as suas consequências, garantindo, a salvaguarda dos ocupantes, a defesa do património e a proteção do ambiente.

2. CONSTITUIÇÃO DO PLANO DE SEGURANÇA INTERNO

O Plano de Segurança Interno trata-se de um Tipo III, sendo composto pelos seguintes documentos:

2

- Disposições Administrativas;
- Registos de Segurança;
- Plano de Prevenção;
- Procedimentos em Caso de Emergência;
- Ações de Sensibilização e Formação em SCIE;
- Simulacros.

Deve ser atualizado em função da evolução quantitativa e qualitativa dos meios humanos e materiais disponíveis e da realização de obras de remodelação ou ampliação das instalações.

O objetivo destas Medidas de Autoproteção é a criação de rotinas de comportamento e de atuação dos ocupantes e das equipas de intervenção e evacuação assim como o aperfeiçoamento dos procedimentos inscritos no Plano de Segurança Interno em causa.

Este recinto encontra-se sujeito a Inspeção Regular Obrigatória (artigo 19.º do Decreto-Lei n.º 224/2015, de 9 de outubro), a realizar pela ANEPC (ou por entidade por ela credenciada), no

prazo máximo de cinco anos, a pedido do proprietário ou da entidade que detiver a exploração do edifício, para verificação das condições de SCIE aprovadas.

IV. /REFERÊNCIAS

Tendo em conta as características construtivas e as atividades funcionais exercidas nas instalações, considerámos, como fonte legal de referência ou obrigatoriedade mínima, os seguintes diplomas e documentos:

- Regime Jurídico de Segurança Contra Incêndio em Edifícios (Decreto-Lei n.º 220/2008, de 12 de novembro, alterado pelo Decreto-Lei n.º 224/2015, de 9 de outubro, pelo Decreto-Lei n.º 95/2019, de 18 de julho, e pela Lei n.º 123/2019, de 18 de outubro);
- Regulamento Técnico de Segurança Contra Incêndio em Edifícios (Portaria n.º 1532/2008, de 29 de dezembro, alterada pela Portaria nº 135/2020, de 2 de junho);
- Notas Técnicas da Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil.

V. / GESTÃO DOCUMENTAL

1. REGISTO DE VERSÕES

1.1. REGISTOS DE SEGURANÇA

Versão	Motivo	Elaboração	Data
00	Elaboração da versão 00 dos Registos de Segurança.	Konceptness	Novembro 2022

1.2. PLANO DE PREVENÇÃO

Versão	Motivo	Elaboração	Data
00	Elaboração da versão 00 do Plano de Prevenção	Konceptness	Novembro 2022

1.3. PROCEDIMENTO EM CASO DE EMERGÊNCIA

Versão	Motivo	Elaboração	Data
00	Elaboração da versão 00 dos Procedimentos em Caso de Emergência	Konceptness	Novembro 2022

1.3.1. ANEXO A – INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA

Versão	Motivo	Elaboração	Data
00	Elaboração da versão 00 do Anexo A	Konceptness	Novembro 2022

1.3.2. ANEXO B – PEÇAS DESENHADAS

Versão	Motivo	Elaboração	Data
00	Elaboração da versão 00 do Anexo B	Konceptness	Novembro 2022

1.3.3. ANEXO C – CONTACTOS

Versão	Motivo	Elaboração	Data
00	Elaboração da versão 00 do Anexo C	Konceptness	Novembro 2022

1.3.4. ANEXO D – MAPA DE REGISTOS DE EVACUAÇÃO

Versão	Motivo	Elaboração	Data
00	Elaboração da versão 00 do Anexo D	Konceptness	Novembro 2022

1.3.5. ANEXO E – FICHA DE AMEAÇA DE BOMBA

Versão	Motivo	Elaboração	Data
00	Elaboração da versão 00 do Anexo E	Konceptness	Novembro 2022

1.4. AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO E FORMAÇÃO

Ação	Descrição	Elaboração	Data

1.5. SIMULACRO

Ação	Descrição	Elaboração	Data

2. LISTA DE DISTRIBUIÇÃO

Nome	Documentos entregues	Versão
Instituição/ Empresa (Posto de Segurança)	Registos de Segurança	00
	Plano de Prevenção	00
	Procedimentos em Caso de Emergência	00
	Ações de Sensibilização e Formação em SCIE	00
	Simulacros	00
Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil (ANEPC)	Registos de Segurança	00
	Plano de Prevenção	00
	Procedimentos em Caso de Emergência	00
	Ações de Sensibilização e Formação em SCIE	00
	Simulacros	00

Tabela 1 – Lista de Distribuição.

VI. / GLOSSÁRIO

TERMO	DEFINIÇÃO
Agente extintor	Substância sólida, líquida ou gasosa especificamente adequada para extinguir um incêndio, quando aplicada em determinadas condições.
Alarme	Sinal sonoro e ou luminoso, para aviso e informação de ocorrência de uma situação anormal ou de emergência, acionado por uma pessoa ou por um dispositivo ou sistema automático.
Alarme geral	Alarme emitido para difundir o aviso de evacuação à totalidade dos ocupantes de um edifício ou de um estabelecimento. Nos locais onde existam pessoas limitadas na mobilidade ou na capacidade de perceção e reação a um alarme, destina-se também a desencadear as operações destinadas a apoiar a evacuação das referidas pessoas com limitações.

TERMO	DEFINIÇÃO
Alarme parcial	Alarme que tem por destinatários apenas os ocupantes de um espaço limitado de um edifício ou de um estabelecimento e o pessoal afeto à segurança.
Alarme restrito	Alarme emitido exclusivamente para aviso de uma situação de incêndio, ao pessoal afeto à segurança de um edifício ou de um estabelecimento.
Alerta	Mensagem transmitida aos meios de socorro, que devem intervir num edifício, estabelecimento ou parque de estacionamento, em caso de incêndio, nomeadamente os bombeiros.
Altura da Utilização-tipo	Diferença de cota entre o plano de referência e o pavimento do último piso acima do solo, suscetível de ocupação por essa utilização-tipo.
Altura útil de vias de acesso	Menor pé-direito livre existente ao longo de toda a via de acesso a um edifício.
Área bruta de um piso ou fração	Superfície total de um dado piso ou fração, delimitada pelo perímetro exterior das paredes exteriores e pelo eixo das paredes interiores separadoras dessa fração, relativamente às restantes.
Área útil de um piso ou fração	Soma da área útil de todos os compartimentos interiores de um dado piso ou fração, excluindo-se vestíbulos, circulações interiores, escadas e rampas comuns, instalações sanitárias, roupeiros, arrumos, armários nas paredes e outros compartimentos de função similar, e mede-se pelo perímetro interior das paredes que delimitam aqueles compartimentos, descontando encaixos até 30 cm, paredes interiores, divisórias e condutas.
Boca-de-incêndio	Hidrante, normalmente com uma única saída. Pode ser armada, destinando-se ao ataque direto a um incêndio. Pode ser exterior não armada, destinando-se ao reabastecimento dos veículos de combate a incêndios. Neste caso deve existir uma válvula de suspensão no ramal de ligação que a alimenta, para fecho deste em caso de avaria. Pode ser interior não armada, destinando-se ao combate a um incêndio recorrendo a meios dos bombeiros.
Boca-de-incêndio armada	Hidrante que dispõe de uma mangueira munida de agulheta, com suporte adequado e válvula interruptora para a alimentação de água, inserido numa instalação hidráulica para serviço de incêndios privativa de um edifício ou de um estabelecimento.
Boca-de-incêndio tipo teatro	Boca-de-incêndio armada cuja mangueira é flexível. Deve estar em conformidade com a NP EN 671-2. Trata-se de um meio de segunda intervenção em caso de incêndio.
Câmara corta-fogo	Compartimento corta-fogo independente, com grau de resistência e os meios de controlo de fumo adequados, que estabelece, em regra, a comunicação entre dois espaços com o objetivo de garantir a proteção temporária de um deles ou evitar a propagação do incêndio entre ambos. Só deve possuir vãos de acesso a esses espaços, protegidos por portas resistentes ao fogo e a uma distância tal que não permita a sua abertura simultânea por uma única pessoa.

TERMO	DEFINIÇÃO
Caminho de evacuação ou caminho de fuga	Percurso entre qualquer ponto, suscetível de ocupação, num recinto ou num edifício até uma zona de segurança exterior, compreendendo, em geral, um percurso inicial no local de permanência e outro nas vias de evacuação.
Carga de incêndio	Quantidade de calor suscetível de ser libertada pela combustão completa da totalidade de elementos contidos num espaço, incluindo o revestimento das paredes, divisórias, pavimentos e tetos.
Carretel de incêndio armado ou boca-de-incêndio tipo carretel	Boca-de-incêndio armada cuja mangueira é semirrígida e está enrolada num suporte tipo carretel. Deve estar em conformidade com a NP EN 671-1. Trata-se de um meio de primeira intervenção em caso de incêndio
Categorias de risco	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 carga de incêndio e a existência de pisos abaixo do plano de referência.
Compartimento corta-fogo	Parte de um edifício, compreendendo um ou mais espaços, divisões ou pisos, delimitada por elementos de construção com resistência ao fogo adequada a, durante um período de tempo determinado, garantir a proteção do edifício ou impedir a propagação do incêndio ao resto do edifício ou, ainda, a fracionar a carga de incêndio.
Densidade de carga de incêndio	Carga de incêndio por unidade de área útil de um dado espaço ou, para o caso de armazenamento, por unidade de volume.
Densidade de carga de incêndio modificada	Densidade de carga de incêndio afetada de coeficientes referentes ao grau de perigosidade e ao índice de ativação dos combustíveis.
Distância de evacuação	Comprimento a percorrer num caminho de evacuação até se atingir uma via de evacuação protegida, uma zona de segurança ou uma zona de refúgio.
Edifício	Toda e qualquer edificação destinada à utilização humana que disponha, na totalidade ou em parte, de um espaço interior utilizável.
Edifícios independentes	Edifícios dotados de estruturas independentes, sem comunicação interior ou, quando exista, efetuada exclusivamente através de câmaras corta-fogo, e que cumpram as disposições de SCIE, relativamente à resistência ao fogo dos elementos de construção que os isolam entre si.
Efetivo	Número máximo estimado de pessoas que pode ocupar em simultâneo um dado espaço de um edifício ou recinto.
Efetivo de público	Número máximo estimado de pessoas que pode ocupar em simultâneo um edifício ou recinto que recebe público, excluindo o número de funcionários e quaisquer outras pessoas afetas ao seu funcionamento.
Espaços	Áreas interiores e exteriores dos edifícios ou recintos.
Estabilidade ao fogo	Propriedade de um elemento de construção, com funções de suporte de cargas, capaz de resistir ao colapso durante um período de tempo determinado, quando sujeito à Ação de incêndio.

TERMO	DEFINIÇÃO
Estanquidade ao fogo	Propriedade de um elemento de construção com função de compartimentação de não deixar passar, durante um período de tempo determinado, qualquer chama ou gases quentes.
Evacuação	Movimento de ocupantes de um edifício para uma zona de segurança, em caso de incêndio ou de outros acidentes, que deve ser disciplinado, atempado e seguro.
Extintor de incêndio	Aparelho contendo um agente extintor, que pode ser descarregado sobre um incêndio por ação de uma pressão interna. Deve estar em conformidade com as NP EN 3, NP EN 1866 e NP 4413.
Fachada acessível	Fachada através da qual é possível aos bombeiros lançar as operações de socorro a todos os pisos, quer diretamente através de, no mínimo, uma saída correspondente a um caminho de evacuação, quer através dos pontos de penetração.
Fecho automático	Propriedade de um elemento de construção que garante um vão de, em situação de incêndio, tomar ou retomar a posição que garante o fecho do vão sem intervenção humana.
Grupo hidropressor	Conjunto de bombas, respetivos comandos e dispositivos de monitorização destinados a fornecer o caudal e pressão adequados a uma instalação hidráulica para combate a incêndios.
Hidrante	Equipamento permanentemente ligado a uma tubagem de distribuição de água à pressão, dispondo de órgãos de comando e uma ou mais saídas, destinado à extinção de incêndios ou ao reabastecimento de veículos de combate a incêndios. Os hidrantes podem ser de dois tipos: marco de incêndio ou boca de incêndio (de parede ou de pavimento).
Impasse para um ponto de um espaço	Situação, segundo a qual a partir de um ponto de um dado espaço a evacuação só é possível através do acesso a uma única saída, para o exterior ou para uma via de evacuação protegida, ou a saídas consideradas não distintas.
Isolamento térmico	Propriedade de um elemento de construção com função de compartimentação de garantir que a temperatura na face não exposta ao fogo, desde o seu início e durante um período de tempo determinado, não se eleva acima de dado valor.
Largura útil de vias de acesso	Menor das larguras, medidas ao longo de toda a via de acesso a um edifício descontando os espaços destinados ao estacionamento autorizado de veículos.
Local de risco	Classificação de qualquer área de um edifício ou recinto, em função da natureza do risco de incêndio, com exceção dos espaços interiores de cada fogo e das vias horizontais e verticais de evacuação.
Plano de referência	Plano de nível, à cota de pavimento do acesso destinado às viaturas de socorro, medida na perpendicular a um vão de saída direta para o exterior do edifício.
Posto de Segurança	Local, permanentemente vigiado, dum edifício onde é possível controlar todos os sistemas de vigilância e de segurança, os meios de alerta e de comunicação interna, bem como os comandos a acionar em situação de emergência.
Primeira intervenção	Medida de autoproteção que consiste na intervenção no combate a um incêndio desencadeada, imediatamente após a sua deteção, pelos ocupantes de um edifício, recinto ou estabelecimento.

TERMO	DEFINIÇÃO
Reação ao fogo	Resposta de um produto ao contribuir pela sua própria decomposição para o início e o desenvolvimento de um incêndio, avaliada com base num conjunto de ensaios normalizados.
Recintos	Espaços delimitados ao ar livre destinados a diversos usos, desde os estacionamento, aos estabelecimentos que recebem público, aos industriais, oficinas e armazéns, podendo dispor de construções de carácter permanente, temporário ou itinerante.
Rede de incêndio armada	Rede de água, exclusivamente destinada ao combate a incêndios, mantida permanentemente em carga e dotada de bocas de incêndio armadas.
Resistência ao fogo	Propriedade de um elemento de construção, ou de outros componentes de um edifício, de conservar durante um período de tempo determinado a estabilidade e ou a estanquidade, isolamento térmico, resistência mecânica, ou qualquer outra função específica, quando sujeito ao processo de aquecimento resultante de um incêndio.
Saída	Qualquer vão disposto ao longo dos caminhos de evacuação de um edifício que os ocupantes devam transpor para se dirigirem do local onde se encontram até uma zona de segurança.
Saída de emergência	Saída para um caminho de evacuação protegido ou para uma zona de segurança, que não está normalmente disponível para outra utilização pelo público.
Saídas distintas em relação a um ponto	Saídas para as quais, a partir desse ponto, se possam estabelecer linhas de percurso para ambas, tendo em conta o mobiliário principal fixo e o equipamento ou os caminhos evidenciados, divergindo de um ângulo superior a 45º, medido em planta.
Segunda intervenção	Intervenção no combate a um incêndio desencadeada, imediatamente após o alarme, pelos bombeiros ou por equipas especializadas ao serviço do responsável de segurança de um edifício, parque de estacionamento, estabelecimento ou recinto.
Sistema automático de deteção de incêndio	Sistema de alarme constituído por central de sinalização e comando, detetores automáticos de incêndio, botões para acionamento manual do alarme e meios difusores de alarme. Este sistema, numa situação de alarme de incêndios, também pode desencadear automaticamente outras ações, nomeadamente o alerta e o comando de dispositivos, sistemas ou equipamentos
Tempo de evacuação	Tempo necessário para que todos os ocupantes de um edifício, ou de parte dele, atinjam uma zona de segurança, a partir da emissão do sinal de evacuação.
Unidade de Passagem (UP)	Unidade teórica utilizada na avaliação da largura necessária à passagem de pessoas no decurso da evacuação. A correspondência em unidades métricas, arredondada por defeito para o número inteiro mais próximo, é a seguinte: a) 1 UP = 0,9 m; b) 2 UP = 1,4 m; c) N UP = N × 0,6 m (para N > 2).

TERMO	DEFINIÇÃO
Utilização-Tipo	Classificação do uso dominante de qualquer edifício ou recinto, incluindo os estacionamento, os diversos tipos de estabelecimentos que recebem público, os industriais, oficinas e armazéns.
Via de evacuação	Comunicação horizontal ou vertical de um edifício que, nos termos do presente regulamento, apresenta condições de segurança para a evacuação dos seus ocupantes. As vias de evacuação horizontais podem ser corredores, antecâmaras, átrios, galerias ou, em espaços amplos, passadeiras explicitamente marcadas no pavimento para esse efeito. As vias de evacuação verticais podem ser escadas, rampas, ou escadas e tapetes rolantes inclinados. As vias de evacuação podem ser protegidas ou não. As vias de evacuação protegidas podem ser enclausuradas (interiores) ou exteriores. As vias de evacuação não protegidas são as que não garantem, total ou parcialmente, as condições regulamentares das vias protegidas.
Via de evacuação enclausurada ou protegida interior	Via de evacuação protegida, estabelecida no interior do edifício, dotada de sistema de controlo de fumo e de envolvente com uma resistência ao fogo especificada.
Via de evacuação protegida	Via de evacuação dotada de meios que conferem aos seus utentes proteção contra os gases, o fumo e o fogo, durante o período necessário à evacuação. Os revestimentos dos elementos de construção envolventes das vias de evacuação devem exibir uma reação ao fogo conforme as especificações do presente regulamento.
Zona de refúgio	Local num edifício, temporariamente seguro, especialmente dotado de meios de proteção, de modo a que as pessoas não venham a sofrer dos efeitos diretos de um incêndio no edifício.
Zona de segurança de um edifício	Local, no exterior do edifício, onde as pessoas se possam reunir, protegidas dos efeitos diretos de um incêndio naquele.

VII. / LISTA DE SIGLAS

SIGLA	DEFINIÇÃO
ANEPC	Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil
CDI	Central de deteção de Incêndios
CDOS	Centro Distrital de Operações de Socorro
DS	Delegado de Segurança
EDP	Energias de Portugal
EA	Equipa de Apoio
EE	Equipa de Evacuação
EI	Equipa de Intervenção

SIGLA	DEFINIÇÃO
EPS	Equipa de Primeiros Socorros
GNR	Guarda Nacional Republicana
IES	Instruções Especiais de Segurança
IGS	Instruções Gerais de Segurança
INEM	Instituto Nacional de Emergência Médica
IPS	Instruções Particulares de Segurança
PCE	Procedimentos em Caso de Emergência
PP	Ponto de Penetração
PS	Posto de Segurança
PSI	Plano de Segurança Interno
PSP	Polícia de Segurança Pública
QE	Quadro Elétrico
RI	Responsável pela Intervenção
RIA	Rede de Incêndio Armada
RS	Responsável de Segurança
SADI	Sistema Automático de Detecção de Incêndios
SCIE	Segurança contra Incêndios em Edifícios
SI	Serviço de Incêndios
SMPC	Serviço Municipal de Proteção Civil
SSI	Serviço de Segurança contra Incêndio
TDA	Todos os dias do ano
TDU	Todos os dias úteis
UP	Unidade de Passagem
UT	Utilização-Tipo

13

VIII. / DOCUMENTOS INSTRUTÓRIOS

Os documentos que instruem o processo e que se juntam de seguida são:

- Declaração da Ordem dos Arquitetos;
- Cópia do Cartão de Cidadão do autor das MAP;
- Seguro de Responsabilidade Civil;

- Caderneta Predial Urbana nº 10047;
- Declaração de isenção de Licença de utilização.

CERTIDÃO

NÚMERO
2479/2023

EMIÇÃO
27-03-2023

VALIDADE
27-03-2023 a 27-09-2023

Validação de Documento

Nº Membro OA: 12989

Código de Validação: SDC2413BF9231D

Para verificar a autenticidade deste documento
acceda a www.ordemdosarquitectos.pt, opção
"Validação de Documentos" e introduza o número
de membro e o código de validação acima
indicados.

A Ordem dos Arquitectos, associação pública profissional, ao abrigo do Estatuto da Ordem dos Arquitectos, aprovado pelo **Decreto-Lei n.º 176/98, de 3 de julho, na redação que lhe foi dada pela Lei n.º 113/2015, de 28 de agosto**, certifica que:

Susan Medeiros Cabeceiras

com o número de identificação civil **11853179**, está inscrito(a) nesta ordem profissional desde **11/05/2005**, com o número de membro **12989**, encontrando-se em efetividade de direitos para o exercício da profissão de Arquitecto(a).



Gonçalo Byrne, Arquitecto
Presidente do Conselho Diretivo Nacional

CERTIDÃO

NÚMERO	EMIÇÃO	VALIDADE ATÉ
308/2023	09-03-2023	09-03-2023 a 09-09-2023

Validação do Documento

Nº Membro OA: 12989

CÓDIGO DE VALIDAÇÃO: SCT47C24A151D

Para verificar a autenticidade deste documento aceda a www.ordemdosarquitectos.pt opção "validação documentos" e introduza o número de membro e código de validação acima indicados

A Ordem dos Arquitectos, associação pública profissional, ao abrigo do Estatuto da Ordem dos Arquitectos aprovado pelo Decreto-Lei nº 176/98, de 3 de Julho, com a redação da Lei nº 113/2015, de 28 de agosto, certifica que

Susan Medeiros Cabeceiras inscrito(a) nesta Ordem Profissional com o número **12989**, se encontra reconhecido(a) para a **elaboração dos projetos de SCIE e das medidas de autoproteção referentes a edifícios e recintos classificados nas 2ª, 3ª e 4ª categorias de risco**, conforme previsto no ponto 1 do artigo 15º-A do Decreto-Lei nº 220/2008, de 12 de novembro, na redação da Lei nº 123/2019 de 18 de outubro, encontrando-se demonstrados os requisitos legais exigidos, designadamente que possui experiência profissional em SCIE comprovada, ou concluiu com aproveitamento a ação de formação na área específica de SCIE.



PRESIDENTE DO CONSELHO DIRECTIVO REGIONAL DE LISBOA E VALE DO TEJO

São requisitos

Experiência profissional comprovada em SCIE, ou, em alternativa, a conclusão com aproveitamento de ações de formação na área específica de SCIE, de acordo com o protocolo entre a ANEPC e a Ordem dos Arquitectos.

Enquadramento legal para elaboração de Projetos e Planos de SCIE

Decreto-Lei nº 220/2008, de 12 de novembro, na redação da Lei nº 123/2019, de 18 de outubro, artigo 15º A

O(a)s arquiteto(a)s reconhecidos e com esta certidão específica para a elaboração de projetos de SCIE referentes a edifícios e recintos classificados nas 2ª, 3ª e 4ª categorias de risco, emitida pela Ordem dos Arquitectos, deverão efetuar o registo na ANEPC. **O registo na ANEPC é obrigatório e da responsabilidade dos membros já reconhecidos pela Ordem dos Arquitectos.**

Autoridade Nacional de
Emergência e Proteção Civil



MEDEIROS CABECEIRAS

SUSAN

F 1.74 PRT 23 05 1980

11853179 4ZW6 03 08 2031

ZWS

Shah



**Autoridade Nacional de
Emergência e Proteção Civil**

JOÃO CALISTO MELO DE VIVEIROS CABECEIRAS * MARIA
DOS ANJOS MIRANDA DE MEDEIROS CABECEIRAS

218324618

12022626583

271699107

I<PRT118531794<ZW62<<<<<<<<<
8005230F3108033PRT<<<<<<<<<D
MEDEIROS<CABECEIRAS<<SUSAN<<<



Ramo Responsabilidade Civil
 Apólice Nº 0084.10.175984
 Acta Nº 4

ALTERAÇÃO - Condições Particulares

Tomador do Seguro



0 1 6 7 5 0 4 5 5 0

SUSAN MEDEIROS CABECEIRAS
 AVENIDA MIGUEL TORGA 4 4 A
 1070 - 373 LISBOA

Nº de Identificação Fiscal: 218324618

Data de Efeito: 05-04-2023 a 04-04-2024
Duração: Um Ano e Seguintes
Venc. Anual: 04-04
Pagamento: Anual
Prémio(*): € 535,08
Mediador: GIANT UNDERWRITING LDA

(*) Valor Anual não incluindo os encargos da apólice.

ESTE CONTRATO DE SEGURO É CONSTITUÍDO PELAS CONDIÇÕES GERAIS E ESPECIAIS E PELAS PRESENTES CONDIÇÕES PARTICULARES E DEMAIS INFORMAÇÃO COMPLEMENTAR QUE LHE SERVIU DE BASE.

Modalidade:	RC Profissional / Exploração
Actividade:	Arquitectos (seguro individual)
Local do Risco:	PORTUGAL

Coberturas e Extensões	Capital Seguro	Sub-Limite Capital Seguro	Franquia
Resp.Civil Exploração	€ 125.000,00		Tipo 256
Resp.Civil Profissional	€ 125.000,00		Tipo 257

SÃO APLICÁVEIS AS SEGUINTE FRANQUIAS IDENTIFICADAS ACIMA:

Tipo 256 - Esta(s) cobertura(s) fica(m) sujeita(s) a uma franquia de 10% do valor dos danos resultantes de lesões materiais, no mínimo de € 125,00 e máximo de € 1.000,00.

Tipo 257 - Esta(s) cobertura(s) fica(m) sujeita(s) a uma franquia de 10% do valor dos danos resultantes de lesões materiais, no mínimo de € 2.500,00 e máximo de € 10.000,00.

Resolução Extrajudicial de Litígios: Sem prejuízo do disposto na legislação, nos estatutos e nos regulamentos da Entidade, em caso de litígio de consumo, nos termos do disposto na Lei n.º 144/2015, de 8 de Setembro, o consumidor pode recorrer à entidade de Resolução Alternativa de Litígios especializada para o sector segurador CIMPAS - Centro de Informação, Mediação, Provedoria e Arbitragem, com sede em Lisboa, Tel. 213 827 708, E-mail: geral@cimpas.pt, site: www.cimpas.pt

Alerta-se que, nos termos do regime legal, a cobertura do risco e produção de efeitos do contrato de seguro depende do pagamento prévio do prémio. A falta de pagamento do prémio inicial, ou da

Ramo Responsabilidade Civil
Apólice Nº 0084.10.175984
Acta Nº 4



**ALTERAÇÃO - Condições
Particulares**

primeira fracção deste, na data do vencimento, determina a resolução automática do contrato a partir da data da sua celebração.

Porto, 31 de Março de 2023

Orkun Gucuk
Operações Patrimoniais e Acidentes

Hugo Julião
Marketing Canal e Digital

IDENTIFICAÇÃO DO PRÉDIO

DISTRITO: 13 - PORTO **CONCELHO:** 15 - VALONGO **FREGUESIA:** 06 - UNIÃO DAS FREGUESIAS DE CAMPO E SOBRADO

ARTIGO MATRICIAL: 10047 **NIP:**

LOCALIZAÇÃO DO PRÉDIO

Av./Rua/Praça: Rua de S. Domingos **Nº:** 300 **Lugar:** Lugar da Ponte **Código Postal:** 4440-094 CAMPO VLG

DESCRIÇÃO DO PRÉDIO

Tipo de Prédio: Outros

Nº de pisos: 4 **Tipologia/Divisões:** 10

ÁREAS (em m²)

Área total do terreno: 4.338,0000 m² **Área de implantação do edifício:** 2.153,3000 m² **Área bruta de construção:** 2.985,9000 m² **Área bruta dependente:** 0,0000 m² **Área bruta privativa:** 2.985,9000 m²

DADOS DE AVALIAÇÃO

Ano de inscrição na matriz: 2015 **Valor patrimonial actual (CIMI):** €1.432.469,50

Determinado no ano: 2021 **Tipo de avaliação:** Aval. Artigo 46º n. 2 - Método custo c/terreno **Percentagem para cálculo da área de implantação:** 20,00 % **Preço do Terreno por m²:** € 50,00 **Custo da construção por m²:** € 400,00 **Tipo de coeficiente de localização:** Serviços **Coordenada X:** 171.286,00 **Coordenada Y:** 468.080,00

Justificativo: Pavilhão gimnodesportivo com valor patrimonial calculado pelo método de custo.

Demonstração do Cálculo:

FÓRMULA : V3

$Vt = At \times \text{Preço}/m^2 + Abc \times \text{Custo}/m^2$

$Vt = 4338 \times 50 + 2986 \times 400$

$Vt = 1411300,00$

Valor Patrimonial

€ 1.411.300,00

Tributário:

Mod 1 do IMI nº: 6560477 **Entregue em :** 2014/11/26 **Ficha de avaliação nº:** 9982492 **Avaliada em :** 2014/12/21

TITULARES

Identificação fiscal: 501138960 **Nome:** MUNICIPIO DE VALONGO

Morada: AV 5 DE OUTUBRO N 160, VALONGO, 4440-503 VALONGO

Tipo de titular: Propriedade plena **Parte:** 1/1 **Documento:** MODELO 1 DO IMI **Entidade:** MODELO 1 DO IMI
Nº 6560477

ISENÇÕES

Identificação fiscal: 501138960

Motivo: ESTADO, REG. AUTON, AUTARQ, SERV, ESTAB E ORG RESPECT **Início:** 2013 **Valor isento:** €1.432.469,50

Obtido via internet em 2022-01-10

O Chefe de Finanças



(Delfim Ferreira Rocha Azevedo)

ELEMENTOS PARA A VALIDAÇÃO DO DOCUMENTO

NIF EMISSOR: 501138960

CÓDIGO DE VALIDAÇÃO:

N5VG9TNSX9NQ



Para validar este comprovativo aceda ao site em www.portaldasfinancas.gov.pt, opção Serviços>Outros Serviços>Validação de Documento e introduza o nº de contribuinte e código de validação indicados ou faça a leitura do código QR fornecido. Verifique que o documento obtido corresponde a este comprovativo.



DECLARAÇÃO

No âmbito da elaboração da Medidas de Autoproteção das Instalações Desportivas Municipais e para os fins tidos por convenientes, declara-se que ao abrigo do Decreto-Lei n.º 555/99, de 16 de dezembro, conjugado com o artigo 4.º, n.º 5 do RJUE - Regime jurídico da urbanização e edificação, o Município está isento de licença de utilização para os seus espaços.

Mais se declara que a presente declaração é para a prossecução dos trabalhos adjudicados à empresa **Konceptness**, que envolve as seguintes instalações desportivas:

- Estádio de Campo – António Jorge da Costa;
- Estádio Municipal de Ermesinde – Campo de Sonhos;
- Estádio Municipal de Sobrado;
- Estádio Municipal de Valongo;
- Pavilhão Municipal nº1 de Campo;
- Pavilhão Municipal nº2 de Campo;
- Pavilhão Municipal de Ermesinde;
- Pavilhão Municipal de Sobrado;
- Pavilhão Municipal de Valongo;
- Indoor Soccer de Sobrado;
- Piscina Municipal de Alfena;
- Piscina Municipal de Ermesinde;
- Piscina Municipal de Valongo;

Valongo, 27 de janeiro de 2022

Susana Leão, Dña.

Chefe da Divisão de Desporto

DECLARAÇÃO

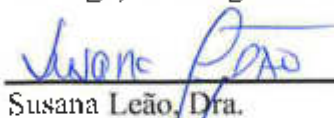
Município de Valongo, proprietário das Instalações Desportivas designadas por:

- Estádio de Campo – António Jorge da Costa;
- Estádio Municipal de Sobrado;
- Estádio Municipal de Ermesinde - Campo de Sonhos;
- Pavilhão Municipal nº1 de Sobrado;
- Pavilhão Municipal nº2 Sobrado;
- Pavilhão Municipal de Valongo;
- Piscina Municipal de Valongo;
- Piscina Municipal de Alfena;
- Piscina Municipal de Ermesinde.

Vem no âmbito da elaboração das respetivas Medidas de Autoproteção, declara que as instalações desportivas referidas têm licença para uma ocupação máxima de:

INSTALAÇÕES DESPORTIVAS	EFFECTIVO DE PÚBLICO OU LOTAÇÃO (N)
	TOTAL PESSOAS
Piscina Municipal de Alfena	504
Piscina Municipal de Ermesinde	507
Piscina Municipal de Valongo	1154
Pavilhão Municipal nº 1 de Sobrado	714
Pavilhão Municipal nº 2 de Sobrado	529
Pavilhão Municipal de Valongo	1350
Estádio Municipal de Sobrado	2957
Estádio de Ermesinde – Campo de Sonhos	3505
Estádio de Campo – António Jorge da Costa	1876

Valongo, 21 de agosto de 2023



Susana Leão, Dra.

Chefe de Divisão de Desporto

SUSAN
MEDEIROS
CABECEIRAS

Assinado de forma digital
por SUSAN MEDEIROS
CABECEIRAS
Dados: 2023.08.21
14:21:26 +01'00'

/ PLANO DE SEGURANÇA INTERNO

REGISTOS DE SEGURANÇA

/ ESTÁDIO MUNICIPAL DE SOBRADO

/ RUA DE FIJÓS 335, 4440-334 SOBRADO

/ NOVEMBRO DE 2022

REQUERENTE:

CÂMARA MUNICIPAL DE VALONGO

COORDENADOR DE PROJETO:

Susan Cabeceiras, (Arq.^a)

AUTOR DE PROJETO:

Susan Cabeceiras, (Arq.^a)

COLABORAÇÃO:

Diogo Rosa, (Eng.^o)

Telma Sousa, (Eng.^a)

/ REGISTOS DE SEGURANÇA

LISTA DOS REGISTOS DE SEGURANÇA	REFERÊNCIA
Relatório de Vistoria, Inspeção ou Fiscalização	RS.01
Relatório de Anomalias em Instalações Técnicas	RS.02
Relatório de Anomalias nos Equipamentos e Sistema de Segurança	RS.03
Ações de Manutenção em Instalações Técnicas	RS.04
Ações de Manutenção da Sinalização	RS.05
Ações de Manutenção da Iluminação de Emergência	RS.06
Ações de Manutenção no Sistema de Detecção, Alarme e Alerta	RS.07
Ações de Manutenção em Meios de Intervenção	RS.08
Relatório de Modificações e Alterações	RS.09
Relatório de Trabalhos Perigosos	RS.10
Relatório de ocorrências relacionadas com SCIE	RS.11
Relatório de Ações de Formação	RS.12
Relatório dos Exercícios de Simulação	RS.13
Relatório geral de ocorrências	RS.14

[illegible]

- a) Assinalar a situação aplicável e a referência do relatório.
Os relatórios das entidades competentes encontram-se arquivados no cofre da empresa.
- b) O relatório da vistoria/inspeção, feito pela entidade competente, deverá conter a respetiva descrição e resultado.
Referir quais, por exemplo, certificados, guias, folhas de obra, entre outros.

- a) Identificar a instalação técnica:
 - i. Instalações de energia elétrica;
 - ii. Instalações de aquecimento;
 - iii. Ventilação e condicionamento de ar.
- b) Os relatórios encontram-se arquivados no cofre da empresa. Os relatórios devem incluir, relativamente à anomalia: a sua descrição, impacte, data da sua verificação e duração da respetiva reparação.

- a) Identificar a instalação técnica:
 - i. Sinalização;
 - ii. Iluminação de emergência;
 - iii. Sistema de deteção, alarme e alerta;
 - iv. Meios de intervenção.
- b) Os relatórios referentes aos sistemas e equipamentos de segurança encontram-se arquivados no cofre da empresa.

Os relatórios devem incluir, relativamente à anomalia: a sua descrição, impacte, data da sua verificação e duração da respetiva reparação.

- a) Identificar a instalação técnica:
 - i. Instalações de energia elétrica;
 - ii. Instalações de aquecimento;
 - iii. Ventilação e condicionamento de ar.
- b) Os relatórios encontram-se arquivados no cofre da empresa.
Os relatórios devem indicar os elementos intervencionados, tipo de ação efetuada, motivo, data e responsável.

a) Os relatórios encontram-se arquivados no cofre da empresa.
Os relatórios devem indicar os elementos intervencionados, tipo de ação efetuada, motivo, data e responsável.

a) Os relatórios encontram-se arquivados no cofre da empresa.
Os relatórios devem indicar os elementos intervencionados, tipo de ação efetuada, motivo, data e responsável.

a) Os relatórios encontram-se arquivados no cofre da empresa.
Os relatórios devem indicar os elementos intervencionados, tipo de ação efetuada, motivo, data e responsável.

a) Os relatórios encontram-se arquivados no cofre da empresa.
Os relatórios devem indicar os elementos intervencionados, tipo de ação efetuada, motivo, data e responsável.

Antes do início e após a conclusão dos trabalhos contactar o Responsável pela Segurança.

[illegible]

a) Os relatórios encontram-se arquivados no cofre da empresa.

- Por exemplo, a ocorrência de falsos alarmes, focos de incêndio, intervenção da equipa de segurança ou a intervenção dos bombeiros.
- Os relatórios encontram-se arquivados no cofre da empresa.

- Os relatórios encontram-se arquivados no cofre da empresa.
- Indicar o nome da empresa ou do departamento interno.
- Por exemplo, formação inicial em SCIE ou uso de meios de 1.ª intervenção.
- Anexar as folhas de presenças.

a) Os relatórios de observadores internos e externos encontram-se arquivados no cofre da empresa.

b) Os relatórios de ações corretivas e preventivas encontram-se arquivados no cofre da empresa.

PLANO DE SEGURANÇA	
RS.14 RELATÓRIO GERAL DE OCORRÊNCIAS	
	Registo nº: _____
	Data: ____/____/____
IDENTIFICAÇÃO	
REGISTADO POR: _____ CARGO/FUNÇÃO: _____	
ÁREA/SETOR/SISTEMA/EQUIPAMENTO: _____	
ENTIDADES ENVOLVIDAS: _____	
TIPO DE OCORRÊNCIA:	
VISTORIA ☐	MODIFICAÇÃO/ALTERAÇÃO ☐
INSPEÇÃO ☐	INCIDENTE/ÁVARIA ☐
FISCALIZAÇÃO ☐	AÇÃO DE FORMAÇÃO/TREINO ☐
ANOMALIA ☐	OUTRO: _____ ☐
EXERCÍCIO ☐	_____ ☐
DESCRIÇÃO	
Descrição da ocorrência com indicação dos elementos intervenientes, tipo de ação, motivo. Anexar documentos necessários.	
AÇÃO TOMADA/RESULTADOS	
Relatar ações tomadas para a resolução de situações ocorridas. Enunciar resultados obtidos. Anexar documentos necessários.	
DOCUMENTOS ANEXADOS	
Enumerar todos os documentos anexados, com a identificação e data dos documentos, bem como as entidades emissoras da documentação.	
VALIDAÇÃO	
ASSINATURA DE QUEM REGISTOU _____	ASSINATURA DO RESPONSÁVEL _____
	DATA: ____/____/____

/ PLANO DE SEGURANÇA INTERNO

PLANO DE PREVENÇÃO

/ ESTÁDIO MUNICIPAL DE SOBRADO

/ RUA DE FIJÓS 335, 4440-334 SOBRADO

/ NOVEMBRO 2022

REQUERENTE:

CÂMARA MUNICIPAL DE VALONGO

COORDENADOR DE PROJETO:

Susan Cabeceiras, (Arq.^ª)

AUTOR DE PROJETO:

Susan Cabeceiras, (Arq.^ª)

COLABORAÇÃO:

Diogo Rosa, (Eng.^º)

Telma Sousa, (Eng.^ª)

/ÍNDICE

I. /INTRODUÇÃO.....	1
1. OBJETIVO	1
2. IDENTIFICAÇÃO DO REQUERENTE	1
3. IDENTIFICAÇÃO DAS INSTALAÇÕES.....	1
4. DISTRIBUIÇÃO FUNCIONAL.....	3
5. CLASSIFICAÇÃO	4
5.1. IDENTIFICAÇÃO DA UTILIZAÇÃO-TIPO	4
5.2. FATORES DE CLASSIFICAÇÃO DE RISCO APLICÁVEIS.....	4
5.3. CÁLCULO DO EFETIVO.....	4
5.4. CLASSIFICAÇÃO DOS LOCAIS DE RISCO	6
5.5. IDENTIFICAÇÃO DA CATEGORIA DE RISCO	7
6. ORGANIZAÇÃO DE SEGURANÇA	7
6.1. RESPONSÁVEL PELA SEGURANÇA	7
6.2. DELEGADO DE SEGURANÇA	7
II. /PROCEDIMENTOS DE EXPLORAÇÃO E UTILIZAÇÃO DOS ESPAÇOS.....	8
1. ACESSIBILIDADE DOS MEIOS DE SOCORRO AOS ESPAÇOS DA INSTALAÇÃO	9
2. ACESSIBILIDADE DOS VEÍCULOS DE SOCORRO AOS MEIOS DE ABASTECIMENTO DE ÁGUA.....	10
3. PRATICABILIDADE DOS CAMINHOS DE EVACUAÇÃO	11
4. EFICÁCIA DA ESTABILIDADE AO FOGO E MEIOS DE COMPARTIMENTAÇÃO, ISOLAMENTO E PROTEÇÃO.....	13
5. ACESSIBILIDADE AOS MEIOS DE ALARME E DE INTERVENÇÃO EM CASO DE EMERGÊNCIA.....	15
6. VIGILÂNCIA DOS ESPAÇOS DE MAIOR RISCO E/OU DESOCUPADOS	16
7. CONSERVAÇÃO DAS CONDIÇÕES DE LIMPEZA E ARRUMAÇÃO.....	18
8. PRODUÇÃO, MANIPULAÇÃO E ARMAZENAMENTO DE SUBSTÂNCIAS PERIGOSAS.....	20
9. SEGURANÇA NOS TRABALHOS DE MANUTENÇÃO, REPARAÇÃO E REMODELAÇÃO DE SISTEMAS OU DAS INSTALAÇÕES..	22
III. /PROCEDIMENTOS DE EXPLORAÇÃO E UTILIZAÇÃO DAS INSTALAÇÕES TÉCNICAS	24
1. INSTALAÇÕES DE ENERGIA ELÉTRICA	25
1.1. QUADROS ELÉTRICOS	25
1.2. ILUMINAÇÃO NORMAL	27

2. INSTALAÇÕES DE AQUECIMENTO E ARREFECIMENTO.....	27
2.1. APARELHOS DE AQUECIMENTO E ARREFECIMENTO AUTÓNOMOS	27
3. INSTALAÇÕES DE CONFEÇÃO E CONSERVAÇÃO DE ALIMENTOS.....	28
3.1. CONFEÇÃO DE ALIMENTOS	28
3.2. CONSERVAÇÃO DE ALIMENTOS	29
IV. /PROCEDIMENTOS DE EXPLORAÇÃO E UTILIZAÇÃO DE SISTEMAS E EQUIPAMENTOS DE SEGURANÇA ..	29
1. SINALIZAÇÃO	31
2. ILUMINAÇÃO DE EMERGÊNCIA	32
3. SISTEMA AUTOMÁTICO DE DETEÇÃO DE INCÊNDIOS	33
3.1. CENTRAL DE DETEÇÃO DE INCÊNDIOS	33
3.2. PERIFÉRICOS	35
3.2.1. DISPOSITIVOS DE ACIONAMENTO MANUAL	36
4. MEIOS DE INTERVENÇÃO	37
4.1. MEIOS DE PRIMEIRA INTERVENÇÃO	37
5. POSTO DE SEGURANÇA	38
V. /PROGRAMAS DE CONSERVAÇÃO E MANUTENÇÃO DE INSTALAÇÕES TÉCNICAS.....	38
1. INSTALAÇÕES DE ENERGIA ELÉTRICA	39
1.1. QUADROS ELÉTRICOS	39
1.2. ILUMINAÇÃO NORMAL	39
2. INSTALAÇÕES DE AQUECIMENTO, VENTILAÇÃO E CONDICIONAMENTO DE AR	40
3. INSTALAÇÕES DE CONFEÇÃO E CONSERVAÇÃO DE ALIMENTOS.....	40
3.1. CONFEÇÃO DE ALIMENTOS	40
VI. /PROGRAMAS DE CONSERVAÇÃO E MANUTENÇÃO DE SISTEMAS E EQUIPAMENTOS DE SEGURANÇA .	41
1. SINALIZAÇÃO	41
2. ILUMINAÇÃO DE EMERGÊNCIA	41
3. SISTEMA AUTOMÁTICO DE DETEÇÃO DE INCÊNDIOS	42
4. MEIOS DE INTERVENÇÃO	44
4.1. MEIOS DE PRIMEIRA INTERVENÇÃO	44

VII. /CALENDARIZAÇÃO DE VERIFICAÇÕES E MANUTENÇÕES	58
I. / CRONOGRAMA DE IMPLEMENTAÇÃO DE EQUIPAMENTOS/ELEMENTOS CORRETIVOS DE SCIE.....	59
II. /PEÇAS DESENHADAS.....	590

I. / INTRODUÇÃO

1. OBJETIVO

O Plano de Prevenção constitui um documento que reúne todos os procedimentos que garantem a manutenção permanente das condições de segurança da instalação.

Pretende definir as regras de segurança, de exploração e de comportamento a adotar e visa garantir a permanente operacionalidade dos meios, dispositivos e equipamentos ligados à segurança contra incêndio e instalações técnicas do edifício.

O presente documento deve ser atualizado sempre que se verifiquem alterações e modificações na utilização-tipo que o justifiquem, pois o mesmo está sujeito a verificação durante as inspeções regulares e extraordinárias.

Deve estar disponível um exemplar do Plano de Prevenção no Posto de Segurança.

2. IDENTIFICAÇÃO DO REQUERENTE

Nome:	Câmara Municipal de Valongo		
NIF:	501 138 960		
Morada:	Avenida 5 de Outubro, n.º 160		
Código Postal:	4440-503 Valongo	Concelho:	Valongo
Telefone:	224 227 900		

Tabela 1 – Identificação do requerente.

3. IDENTIFICAÇÃO DAS INSTALAÇÕES

Nome:	Estádio Municipal de Sobrado		
Morada:	Rua de Fijós 335, 4440-334 Sobrado		
Localidade:	Sobrado	Concelho:	Valongo
Telefone:		E-mail:	c.d.sobrado@gmail.com
Licença de utilização:	declaração de isenção de LU		
Entrada em funcionamento	1970		
Área Bruta (m²)	14 967		

Tabela 2 – Identificação das instalações.

As instalações possuem uma área bruta de 6500 m².



Figura 1 – Localização geográfica.

O edifício é constituído por 2 pisos, sendo que o piso 0 possui uma zona destinada ao campo, balneários e áreas técnicas e o piso 1 possui uma zona destinada a instalações sanitárias, sala de direção e auditório.

O horário laboral das 18h às 23h45, de 2ª a 6ª feira, ao sábado de manhã das 9h00 às 13h00 e ao sábado de tarde e domingo todo o dia – aberto de acordo com a marcação de jogos e /ou eventos.

4. DISTRIBUIÇÃO FUNCIONAL

O edifício apresenta a seguinte distribuição funcional, com as seguintes áreas:

Piso 0:

Campo	8338,04
Bancadas	273,11
Assistência 1	371,18
Assistência 2	334,69
Balneário 1	46,44
Balneário 2	46,54
Balneário 3	46,21
Balneário 4	47,79
Arrumos clube	27,46
Gab. Árbitros / monitores	9,57
Balneário Arb/ monitores	13,88
Balneário Arb/ monitores	9,89
Posto médico	16,05
Área Técnica	22,00

Piso 1:

Sala direção	17,83
Auditório	47,72
IS masculino direção	10,64
IS feminino direção	4,82
IS feminino público	12,21
IS masculino público	21,14
Circulação	30,25

5. CLASSIFICAÇÃO

5.1. IDENTIFICAÇÃO DA UTILIZAÇÃO-TIPO

De acordo com os critérios de classificação contidos no Decreto-Lei n.º 224/2015, de 9 de outubro, a instalação deve ser classificada da seguinte forma:

Utilização-tipo	CrITÉrios
IX (Desportivos e de Lazer)	Corresponde a edifícios ou partes de edifícios, recebendo ou não público, destinados a atividades desportivas e de lazer.

Tabela 3 - Identificação da utilização-tipo.

O edifício em análise é classificado como uma Utilização-Tipo IX “Desportivos e de Lazer” e segundo o n.º 2 e 3 do artigo 8º do Decreto-Lei n.º 224/2015 é considerado uma **Utilização-Tipo exclusiva**.

5.2. FATORES DE CLASSIFICAÇÃO DE RISCO APLICÁVEIS

Atendendo ao artigo n.º 12 do Decreto-Lei n.º 224/2015, de 9 de outubro, para Utilizações-tipo IX os fatores de classificação de risco são:

- Altura da Utilização-Tipo;
- Número de pisos abaixo do plano de referência;
- Efetivo da Utilização-Tipo.

5.3. CÁLCULO DO EFETIVO

Para efeitos de aplicação da Portaria n.º 1532/2008, de 29 de dezembro, o número de ocupantes potenciais das instalações é o somatório das lotações de todos os seus espaços suscetíveis de ocupação. Com base na aplicação das regras estabelecidas no artigo 51º do Regulamento supracitado procedemos ao apuramento daquele valor, baseado nos seguintes pressupostos:

- Admite-se uma lotação nula em zonas com ocupação ocasional (zonas de circulação, zonas técnicas, etc.);
- Admitiu-se uma ocupação simultânea das diversas zonas de trabalho das instalações;
- Em casos onde há uma clara definição do nº de ocupantes, por informação da entidade gestora ou de exploração, utilizar-se-á os respetivos valores.

Espaço	Área (m²)	ml	Índice de ocupação	Efetivo	Efetivo fundamentado	Ocupação máxima	Notas
Campo	8338,04		0,15	1251	1251		Nota 3
Assistência 1	371,18	64,61	5	324	324		
Assistência 2	334,69	70,61	5	354	354		Nota 3
Bancadas 1	317,66	257,12	2	515	515		Nota 3
Bancadas 2	93,45	122,6	2	246	246		Nota 3
Balneário 1	46,44		1,00	47	0		Nota 1
Balneário 2	46,54		1,00	47	0		Nota 1
Balneário 3	46,21		1,00	47	0		Nota 1
Balneário 4	47,79		1,00	48	0		Nota 1
Arrumos clube	27,46		-	0	0		Nota 2
Gab. Árbitros/ monitores	9,57		0,10	1	0		Nota 1
Balneário Arb/ monitores 1	13,88		0,30	5	5		Nota 3
Balneário Arb/monitores 2	9,89		0,30	3	3		Nota 3
Posto médico	16,05		0,20	4	4		Nota 3
Área Técnica	22,00		-	0	0		Nota 2
Sala direção	17,83		0,10	2	2		Nota 3
Auditório	47,72		0,60	29	29		Nota 1
IS masculino direção	10,64		-	0	0		Nota 1
IS feminino direção	4,82		-	0	0		Nota 1
IS feminino público	12,21		-	0	0		Nota 1
IS masculino público	21,14		-	0	0		Nota 1
Circulação	30,25		-	0	0		Nota 2
Outros espaços ⁽²⁾	Sem área definida		⁽³⁾	-	-		-
TOTAL	9041,59		-	2923	2733⁽²⁾	2957⁽¹⁾	-

Nota 1 – Efetivos que não coexistem em simultâneo, não considerado.

Nota 2 – Espaço de apoio ou circulação com efetivo nulo.

Nota 3 – Cálculo com base no nº máximo de funcionários previstos para o local ou layout apresentado.

(1) Refere-se à ocupação máxima licenciada que as instalações podem receber.

(2) Existem várias áreas que não estão representadas na arquitetura, tais como: bar, lavandaria, bilheteiras, zona técnica (sistema de rega);

(3) Índices de ocupação: bar (1), bilheteiras (0.5).

Tabela 4 - Cálculo do efetivo da UT IX (Desportivos e de Lazer).

No cálculo do efetivo, por se tratar de um recinto desportivo, o número de espetadores foi considerado um índice de 2 pessoas por metro de bancada, de acordo com o disposto com o Quadro XXVIII do artigo nº 51 da Portaria nº 1532/2008.

Assim, de acordo com a tabela anterior, o efetivo teórico calculado para as instalações foi de 2923 pessoas devido à falta de informação relativamente aos restantes espaços cuja arquitetura não se encontra disponível, sendo que o efetivo fundamentado foi de 2733 pessoas.

No entanto, e uma vez que o requerente transmitiu a informação da lotação máxima do espaço, o efetivo a considerar para o presente edifício, é de 2957 pessoas. Este efetivo superior ao fundamentado, deve-se ao facto de que em dias de eventos, tais como fecho de ano desportivo ou concertos, a área do campo poderá ser ocupada com um o índice superior aos 0,15, considerando lugares em pé não marcados.

Face ao efetivo total das instalações seriam necessárias 3 saídas e 10 UP (6,00 m), sendo que o edifício possui 3 saídas diretas para o exterior com um total de 9 UP. Sendo assim, existe uma insuficiência de segurança contra incêndio elevada, para a qual foram apresentadas medidas de autoproteção compensatórias no termo de responsabilidade.

5.4. CLASSIFICAÇÃO DOS LOCAIS DE RISCO

O quadro seguinte apresenta a classificação dos locais de risco, de acordo com o Decreto-Lei n.º 224/2015, de 9 de outubro.

Pisos	Espaço	Local de risco	Observações
0 e 1	Balneários, gab. Árbitros/monitores, posto médico, sala direção, bar, lavandaria, arrumos	A	Locais que não apresentam riscos especiais
	Bancadas, Assistência	B	Locais acessíveis ao público com um efetivo superior a 100 pessoas ou um efetivo de público superior a 50 pessoas

Tabela 5 - Classificação dos locais de risco.

5.5. IDENTIFICAÇÃO DA CATEGORIA DE RISCO

De acordo com os critérios de classificação contidos no artigo 12º e anexo III do Decreto-Lei n.º 224/2015, de 09 de outubro, e no Despacho n.º 2074/2009, o edifício deve ser classificado da seguinte forma:

Utilização-tipo	Critérios	Categoria de risco
IX (Desportivos e de Lazer)	- Altura da Utilização-tipo: $\leq 9\text{m}$ - Número de pisos abaixo do plano de referência*: 0 - Efetivo da Utilização-Tipo: $\leq 1\,000$	2ª

*Não são contabilizados os pisos destinados exclusivamente a instalações e equipamentos técnicos que apenas impliquem a presença de pessoas para fins de manutenção e reparação, e/ou que disponham de instalações sanitárias);

Tabela 6 – Identificação das categorias de risco.

A utilização-tipo IX em análise é classificada, em matéria de risco de incêndio, como uma **2ª categoria** (risco moderado).

6. ORGANIZAÇÃO DE SEGURANÇA

6.1. RESPONSÁVEL PELA SEGURANÇA

O Responsável pela Segurança contra incêndio perante a entidade competente é a pessoa individual ou coletiva (proprietário ou a entidade exploradora) com a responsabilidade pela manutenção das condições de segurança contra risco de incêndio aprovadas e pela execução das medidas de autoproteção aplicáveis, acordo com o Decreto-Lei n.º 224/2015, de 9 de outubro, e com a Portaria n.º 1532/2008, de 29 de dezembro.

Responsável pela Segurança	
Nome	José Manuel Pereira Ribeiro
Contacto telefónico	224 227 900

Tabela 7 - Identificação do Responsável de Segurança.

6.2. DELEGADO DE SEGURANÇA

O Responsável de Segurança designa um Delegado de Segurança para executar as medidas de autoproteção constituintes do Plano de Segurança exigível para o edifício.

O Delegado de Segurança age em representação da entidade responsável, ficando esta integralmente obrigada ao cumprimento das condições de segurança contra incêndio previstas no Decreto-Lei n.º 224/2015, de 9 de outubro, e demais legislação aplicável.

Delegado de Segurança	
Nome	Abilio Moreira da Silva
Contacto telefónico	935497506

Tabela 8 - Identificação do Delegado de Segurança.

II. / PROCEDIMENTOS DE EXPLORAÇÃO E UTILIZAÇÃO DOS ESPAÇOS

Os procedimentos de exploração e utilização dos espaços da instalação visam garantir a continuidade de um conjunto de condições de segurança na exploração diária do edifício e nos seus acessos.

Com este objetivo, devem ser estabelecidas rotinas sistemáticas de inspeção de segurança com periodicidade bem definida e nomearem-se os elementos responsáveis pela sua realização.

Foram desenvolvidos procedimentos de exploração e utilização dos espaços que são listados na seguinte tabela.

Procedimentos de Exploração e Utilização dos Espaços	
1.	Acessibilidade dos Meios de Socorro aos Espaços da Instalação
2.	Acessibilidade dos Veículos de Socorro aos Meios de Abastecimento de Água
3.	Praticabilidade dos Caminhos de Evacuação
4.	Eficácia da Estabilidade ao Fogo e Meios de Compartimentação, Isolamento e Proteção
5.	Acessibilidade aos Meios de Alarme e de Intervenção em caso de emergência
6.	Vigilância dos Espaços de Maior Risco e/ou Desocupados
7.	Conservação das Condições de Limpeza e Arrumação
8.	Produção, Manipulação e Armazenamento de Substâncias Perigosas
9.	Segurança nos Trabalhos de Manutenção, Reparação e Remodelação de Sistemas ou das Instalações

1. ACESSIBILIDADE DOS MEIOS DE SOCORRO AOS ESPAÇOS DA INSTALAÇÃO

No sentido de auxiliar a intervenção rápida dos Meios de Socorro Externos é necessária a existência de vias de acesso e de uma faixa de operação destinada ao estacionamento, manobra e operação dos veículos de socorro que assegurem os seguintes procedimentos:

- As vias de acesso devem possuir as seguintes características:
 - 3,5m de largura útil;
 - 4m de altura útil;
 - 11m de raio de curvatura mínimo, medido ao eixo;
 - 15% de inclinação máxima;
 - Capacidade para suportar um veículo com peso total 130 kN, correspondendo a 40 kN à carga do eixo dianteiro e 90 kN à do eixo traseiro.
- Garantir a abertura das passagens para as vias de acesso à instalação.
- Garantir a acessibilidade às fachadas principais do edifício. Os corredores de acesso às principais vias de evacuação devem encontrar-se livre de obstáculos, de modo a permitir:
 - A aproximação, o estacionamento e as manobras das viaturas de socorro.
- Assegurar a desobstrução dos pontos de penetração de acesso ao interior do edifício. Os pontos de penetração dos meios de socorro externos devem:
 - Ser vistoriados permanentemente;
 - Estar livres de obstáculos que causem obstruções;
 - Estar sinalizados (quando aplicável).

9

Situação	Ação a Tomar
Vias externas de acesso ao edifício (emergência)	Chamar a Polícia para desimpedir as vias
Obras ou problemas estruturais na via pública	Criar pontos de entrada alternativos e sinalizá-los provisoriamente
Estacionamento indevido	Solicitar intervenção das autoridades competentes
Portas de entrada obstruídas pelo exterior	Limpezas e manutenção adequada dos equipamentos

Situação	Ação a Tomar
Portas de entrada obstruídas pelo interior	Limpezas e manutenção adequada dos equipamentos, retirar possíveis obstáculos presentes

2. ACESSIBILIDADE DOS VEÍCULOS DE SOCORRO AOS MEIOS DE ABASTECIMENTO DE ÁGUA

O principal meio de abastecimento de água dos veículos de socorro são os hidrantes/marcos de incêndio. O presente edifício não dispõe de hidrantes.

Assim, os marcos de incêndio são um ponto de abastecimento de água para combate a incêndios que possibilitam a ligação de mangueiras dos bombeiros para abastecimento de veículos de combate a incêndios, e em certos casos, de veículos tanques de apoio ao combate.

Para garantir a operacionalidade e acessibilidade dos mesmos deverão respeitar-se os seguintes procedimentos:

- Os marcos de incêndio devem localizar-se a menos de 30m de qualquer saída de emergência e das bocas de alimentação das colunas secas ou húmidas;
- Manter, permanentemente, uma área livre de obstáculos, com 1m de raio, em torno de cada marco de incêndio de forma a não limitar a manobra adequada destes equipamentos;
- Os marcos de incêndio, seus constituintes e acessórios devem encontrar-se em bom estado de conservação;
- As tomadas de água dos marcos de incêndio são do tipo storz e os calibres devem corresponder aos que são usados pelos bombeiros locais;
- As tomadas de água dos marcos de incêndio devem estar protegidas com tampões adequados;
- As ligações de saída dos marcos de incêndio devem estar posicionadas de modo a permitir o encaixe rápido e fácil das mangueiras.

Situação	Ação a Tomar
Acesso aos Marcos de incêndio (emergência)	Chamar a Polícia para desimpedir as vias
Funcionamento dos marcos de incêndios	Solicitar um relatório a entidade exploradora dos mesmos ou através da Proteção civil

A responsabilidade da manutenção dos hidrantes é da entidade exploradora de acordo com a legislação em vigor.

3. PRATICABILIDADE DOS CAMINHOS DE EVACUAÇÃO

No sentido de garantir a evacuação rápida e em segurança de todos os ocupantes das instalações, pelos seus próprios meios, e de um modo fácil, para o exterior ou para uma zona segura, devem respeitar-se os seguintes procedimentos:

- Assegurar que os caminhos de evacuação conduzem diretamente ao exterior ou a vias verticais de evacuação;
- Garantir que as saídas de emergência e caminhos de evacuação se encontram permanentemente desobstruídos;
- Assegurar que as vias de circulação e caminhos de evacuação respeitam larguras mínimas previstas, em função dos valores de efetivo determinados;
- Garantir que as portas corta-fogo se mantêm em bom estado de conservação e operacionalidade;
- Garantir que as portas para o exterior, com função de saída de emergência, permitem ser facilmente abertas pelo seu interior em caso de emergência;
- Assegurar que o trajeto de evacuação até ao exterior é facilmente compreendido, que os caminhos de evacuação estão devidamente sinalizados e que esta está em bom estado de conservação;
- Salvaguardar que as distâncias máximas a percorrer nas vias horizontais de evacuação até ao exterior ou zona segura não são excedidas.

11

Situação	Ação a Tomar
Vias e caminhos desimpedidos	Verificar periodicamente o desimpedimento, retirar possíveis obstáculos presentes
Estado do pavimento	Verificar periodicamente o estado e limpeza do mesmo
Portas Corta-fogo	Limpezas e manutenção adequada dos equipamentos

Situação	Ação a Tomar
Falta de iluminação de emergência	Rever o sistema de Iluminação de emergência, substituir equipamento inoperacional
Falta de sinalização	Rever o sistema de sinalização, substituir equipamento inoperacional

Regras de Exploração dos Caminhos de Evacuação

Os caminhos de evacuação estabelecidos deverão ser mantidos permanentemente livres e desimpedidos.

Neste sentido, é interdito:

- Colocar nos caminhos de evacuação, mesmo que a título provisório, quaisquer objetos, materiais ou peças de mobiliário ou de decoração que possam criar os seguintes efeitos:
 - Favorecer a deflagração ou o desenvolvimento do incêndio;
 - Ser derrubados ou deslocados;
 - Reduzir a largura das vias de evacuação;
 - Dificultar a abertura de portas de saída;
 - Impedir ou dificultar a utilização de um qualquer caminho de evacuação, nomeadamente saída do edifício ou recinto, corredores ou outros trajetos definidos como caminhos de evacuação;
 - Prejudicar a visibilidade da sinalização ou iludir o sentido das saídas;
 - Prejudicar o funcionamento das instalações de segurança, nomeadamente de alarme, intervenção, extinção em caso de incêndio.
- Alterar, ainda que temporariamente, o modo previsto de funcionamento das portas e/ou saídas instaladas nos caminhos de evacuação:
 - Pelo fecho a chave, corrente ou qualquer outro dispositivo de bloqueio de portas que devam permanecer permanentemente destrancadas;
 - Impedir a fácil abertura no sentido da evacuação quer pelo bloqueio na posição de aberta, com recurso a cunhas ou outros dispositivos equivalentes, das portas cuja posição normal é fechada.

- Alterar ou degradar, seja por remoção, substituição ou interposição de obstáculos, os esquemas de iluminação de segurança e de sinalização de emergência estabelecidos;
- Alterar ou degradar o pavimento dos caminhos de evacuação quer por substituição do seu revestimento que altere as suas características de reação ao fogo quer pela deposição de materiais que possam alterar as suas condições de regularidade ou de aderência;
- Alterar ou degradar, seja por remoção, substituição ou interposição de obstáculos, os dispositivos de alarme, intervenção, extinção e plantas de emergência.

Ações de Inspeção/Vigilância

A manutenção da praticabilidade dos caminhos de evacuação é da responsabilidade de todos os ocupantes, competindo a cada um a correção das não conformidades que tenha provocado, ainda que por razões de serviço.

Entre outros, deverá ser dada particular atenção aos aspetos seguintes:

- Os caminhos de evacuação encontram-se livres e desimpedidos em toda a sua extensão e largura;
- Todas as portas existentes nos trajetos de evacuação encontram-se livres e funcionais;
- A sinalização de segurança encontra-se intacta e visível;
- Os pavimentos dos caminhos de evacuação encontram-se limpos;
- Os equipamentos de segurança nomeadamente, dispositivos de alarme, de intervenção, de extinção, plantas de emergência, bem como as instruções de segurança estão acessíveis e visíveis;
- Todas as saídas estão destrancadas (isentas de cadeados, fechadas à chave, correntes, etc.) e podem ser facilmente abertas a partir do interior.

13

4. EFICÁCIA DA ESTABILIDADE AO FOGO E MEIOS DE COMPARTIMENTAÇÃO, ISOLAMENTO E PROTEÇÃO

Com o objetivo de prevenir situações que comprometam a eficácia das condições de estabilidade ao fogo, e dos meios de compartimentação, isolamento e proteção devem garantir-se os seguintes procedimentos:

- As condições de estabilidade ao fogo, e dos meios de compartimentação, isolamento e proteção devem demonstrar concordância com o aprovado no projeto inicial ou projeto de alterações da instalação;
- A execução de quaisquer trabalhos que possam comprometer a eficácia das condições de estabilidade ao fogo, e dos meios de compartimentação, isolamento e proteção apenas poderá ser concretizada após autorização escrita do Responsável pela Segurança (RS), ou Delegado de Segurança (DS);
- Para a execução dos trabalhos devem ser utilizados materiais devidamente homologados/ certificados relativamente às suas características de reação e ou resistência ao fogo.

A manutenção das condições referentes à garantia da eficácia dos elementos construtivos relacionados com a estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação, isolamento e proteção definidas para o recinto assenta nos dois tipos de ações seguintes:

14

- Ações de inspeção/verificação a efetuar com carácter periódico e sistemático;
- Procedimentos de gestão das alterações aos espaços.

Regras de Exploração Dos Elementos Estruturais, de Compartimentação, Isolamento E Proteção

Os elementos estruturais, de compartimentação, isolamento e proteção deverão ser permanentemente mantidos nas condições de desempenho para que foram projetados e instalados e com todos os seus acessórios, se existentes, funcionais.

Neste sentido, é interdito sem a prévia aprovação do Responsável de Segurança e eventual parecer/licenciamento das entidades competentes:

- Proceder a alterações de qualquer tipo à estrutura do recinto;
- Proceder a qualquer alteração ao estado de compartimentação, designadamente pela abertura de orifícios, roços, nichos ou vãos para passagem de canalizações ou condutas;
- Alterar o estado/posição de elementos de compartimentação de incêndio, para os quais se exige resistência ao fogo;
- Instalar, alterar ou remover condutas, canalizações ou cablagens elétricas que atravessem elementos de compartimentação;

- Alterar as características dos materiais de revestimento;
- Alterar as características dimensionais de corredores e vãos.

5. ACESSIBILIDADE AOS MEIOS DE ALARME E DE INTERVENÇÃO EM CASO DE EMERGÊNCIA

Entendem-se como meios de alarme e intervenção, os extintores, comandos de sistemas, dispositivos de corte geral, entre outros. Pela importância que têm numa rápida e eficaz atuação em caso de emergência, os meios de alarme e de intervenção deverão:

- Estar permanentemente visíveis a partir de qualquer ponto da área por eles coberta e o seu acesso deverá estar sempre livre e desimpedido;
- É expressamente proibido, mesmo por períodos de curta duração, a colocação de obstáculos de qualquer tipo, que obstruam ou dificultem a visibilidade dos meios de alarme e de intervenção ou que, de qualquer forma, impeçam ou dificultem o acesso rápido a estes meios.

A acessibilidade a estes meios é essencial em caso de emergência, devendo ser respeitados os seguintes procedimentos:

- Verificar as condições de acessibilidade aos meios de alarme e intervenção com uma periodicidade diária;
- Todos os meios de alarme e intervenção que possam vir a ser manejados em caso de emergência, devem possuir um espaço livre e desocupado com 1m de raio ao seu redor;
- Todos os meios de intervenção que possam vir a ser manejados em caso de emergência devem estar perfeitamente visíveis e sinalizados com sinalética adequada ao meio de intervenção a que se destina;
- Os meios de alarme e intervenção devem estar adequadamente distribuídos, respeitando os seguintes critérios:
 - Sirenes – distribuídas de modo que o sinal emitido seja audível em todos os espaços das instalações;
 - Botoneiras – localizadas nos caminhos horizontais de evacuação, sempre que possível junto às saídas dos pisos, e nos locais sujeitos a riscos especiais;

- Extintores – distribuídos de modo que a distância a percorrer desde a saída de um local de risco para os caminhos de evacuação até ao extintor mais próximo não exceda 15m;
- Bocas-de-incêndio armadas – distribuídas de modo que a distância entre bocas não seja superior ao dobro do comprimento das mangueiras utilizadas;
- Bocas de piso de coluna seca/húmida – localizadas nos patamares de acesso das comunicações verticais ou nas câmaras corta-fogo, se existirem.

O Delegado de Segurança (DS) deve zelar pelo cumprimento dos pontos anteriores, devendo comunicar ao Responsável pela Segurança (RS) todas as situações anómalas registadas.

Situação	Ação a Tomar
Falta de sinalização	Rever o sistema de sinalização, substituir equipamento inoperacional
Botoneira de incêndio	Verificar periodicamente o estado e o seu funcionamento
Sirene de incêndio	Verificar periodicamente o estado e o seu funcionamento
Extintor de incêndio	Verificar periodicamente o estado, localização e sinalização, bem como a sua validade
Utilização dos meios de intervenção	Verificar periodicamente as formações dadas nestas matérias e avaliar periodicamente o grau de conhecimento dos intervenientes

6. VIGILÂNCIA DOS ESPAÇOS DE MAIOR RISCO E/OU DESOCUPADOS

As áreas técnicas, os locais classificados como de risco C e os espaços normalmente desocupados ou devolutos apresentam um maior risco de incêndio, devendo, por isso, ser alvo de vigilância reforçada. Deste modo, devem respeitar-se os seguintes procedimentos:

- Visitar frequentemente os espaços de maior risco de incêndio e que não têm ocupação permanente;
- Verificar as condições de ordem e limpeza destes espaços;
- Verificar a existência de anomalias e/ou avarias nos equipamentos e materiais destes espaços;

- Garantir a operacionalidade/manutenção dos meios de deteção e combate a incêndios existentes nestes espaços;
- Garantir que o acesso a áreas técnicas e locais habitualmente desocupados é condicionado a pessoal técnico especializado e pessoal restrito à sua exploração e manutenção.

Todas as áreas das instalações são igualmente importantes no que se refere ao esforço das ações de vigilância e das medidas de gestão e organização a empreender, com vista à redução da probabilidade de ocorrência de um incêndio ou outra situação de emergência, à minimização dos seus efeitos e à sua deteção precoce, caso ocorram.

Todas as regras de segurança contra incêndio nomeadamente as que se destinam a garantir o acesso dos meios de socorro, a acessibilidade aos pontos de abastecimento de água, praticabilidade dos caminhos de evacuação, eficácia da estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação, isolamento e proteção, acessibilidade aos meios de alarme e de intervenção e de conservação e limpeza, aplicáveis aos espaços normalmente ocupados, são também, e na íntegra, aplicáveis aos espaços normalmente desocupados.

As rondas periódicas a efetuar aos espaços deverão incluir no seu planeamento a vigilância regular e sistemática especialmente dos espaços normalmente desocupados.

Situação	Ação a Tomar
SADI	Verificar periodicamente o estado e o seu funcionamento
Extintor de incêndio	Verificar periodicamente o estado e o seu funcionamento, registo de manutenção
Limpezas	Deve existir rotinas periódicas de limpezas
Vias de evacuação	Verificar periodicamente o desimpedimento das vias
Acessibilidade	Verificar periodicamente as acessibilidades
Arrumação adequada	Verificar periodicamente o estado e a forma de arrumação dos equipamentos Análise periódica da carga de incêndio
Sinalização/ Iluminação de emergência	Verificar o seu devido funcionamento

7. CONSERVAÇÃO DAS CONDIÇÕES DE LIMPEZA E ARRUMAÇÃO

Todos os espaços da instalação devem encontrar-se em adequadas condições de limpeza e arrumação, sendo que este aspecto assume especial relevância em locais de risco agravado de incêndio. Assim, devem respeitar-se os seguintes procedimentos:

- Proceder ao fracionamento da carga térmica, em compartimentos diferentes ou num mesmo compartimento, de modo a evitar um armazenamento excessivo de material. No caso de se pretender efetuar o fracionamento da carga térmica num mesmo compartimento, devem ter-se os seguintes cuidados:
 - Formar corredores com largura mínima de 2,5 m entre os materiais armazenados;
 - Manter um afastamento de 0,6 m entre as paredes do compartimento e os materiais armazenados.
- Respeitar os princípios da armazenagem separada, evitando assim o armazenamento de produtos incompatíveis entre si, o que poderia levar a um significativo aumento do risco de incêndio e/ou explosão;
- Não permitir o armazenamento junto ao teto - o material armazenado deve estar a, pelo menos, 1 m do teto e da iluminação ou de qualquer elemento que possa produzir calor;
- O Delegado de Segurança deve verificar as condições de limpeza e arrumação dos vários locais da instalação, devendo comunicar ao Responsável pela Segurança (RS) todas as situações anómalas registadas.

Limpeza

Os funcionários são os responsáveis por assegurar a limpeza e arrumação dos espaços à sua responsabilidade, e deverão, atuar junto do pessoal responsável pela sua execução, sempre que se verifiquem situações não conformes ou não satisfatórias, providenciando a sua imediata resolução/correção.

Entre outros, deverá ser dada particular atenção aos aspetos seguintes:

- A via vertical de evacuação;
- Os locais situados ao nível dos pisos das coberturas e as áreas de menor utilização;

- O estado dos pavimentos que deverão estar isentos de resíduos ou qualquer outro tipo de materiais que possam originar o escorregamento.

Se os elementos que exercem ações de vigilância detetarem situações não conformes, deverão comunicar o facto ao RS, incluindo aquelas que sejam prontamente resolvidas.

Arrumação

No que se refere à arrumação nos espaços interiores, esta é da responsabilidade dos utilizadores dos diversos espaços, competindo a cada um a correção das não conformidades que tenha provocado, ainda que por razões de serviço.

Em última análise, os funcionários serão os responsáveis por garantir o estado de arrumação e de funcionalidade da sua área, competindo-lhes providenciar a pronta resolução das não conformidades que vierem a ser detetadas nas áreas ou setores por que são responsáveis.

Os elementos que desempenhem ações de vigilância ao detetarem situações não conformes, deverão reportar o facto ao RS, incluindo aquelas que sejam prontamente resolvidas.

Entre outros, deverá ser dada particular atenção em não permitir os aspetos seguintes:

19

- A acumulação desnecessária de papel, cartão, plásticos ou outros materiais combustíveis nas áreas de trabalho e/ou circulação;
- A colocação de objetos junto dos acessos a quadros elétricos, a equipamentos de segurança ou outros locais técnicos;
- A armazenagem em altura em que possa provocar uma degradação do desempenho/eficácia dos equipamentos de deteção de incêndios;
- A colocação de objetos (ex: vestuário) sobre os equipamentos ou sinalização de segurança;
- A armazenagem de líquidos ou gases combustíveis no interior das instalações, à exceção dos locais previamente destinados a esse fim.

Todas as situações identificadas durante as rondas periódicas ou outras ações de vigilância ou acompanhamento deverão ser reportadas e registadas, incluindo aquelas que sejam prontamente resolvidas.

Situação	Ação a Tomar
Caixotes de resíduos cheios	Verificar periodicamente o estado e o seu funcionamento
Acumulação de resíduos como papel e matérias combustíveis	Verificar periodicamente o estado e o seu funcionamento, registo de manutenção
Armazenamento desadequado	Deve existir rotinas periódicas de limpeza
Descargas de matérias em horas de maior fluxo	Verificar periodicamente o desimpedimento das vias
Limpeza geral do edifício	Verificar periodicamente as acessibilidades
Arrumação adequada	Verificar periodicamente o estado e a forma de arrumação dos equipamentos. Análise periódica da carga de incêndio

8. PRODUÇÃO, MANIPULAÇÃO E ARMAZENAMENTO DE SUBSTÂNCIAS PERIGOSAS

Nos locais onde são produzidas, manipuladas e/ou armazenadas substâncias perigosas devem ser adotados certos procedimentos de prevenção, tais como:

- Manter o inventário de substâncias atualizado. Este inventário deverá conter:
 - A indicação do *stock* de cada produto;
 - A capacidade de cada recipiente;
 - As datas de aquisição e de primeira utilização de cada produto.
- Deverá existir um plano de armazenamento de forma a permitir conhecer com rapidez e precisão, o tipo, a quantidade e a localização das substâncias químicas:
 - Os recipientes devem estar devidamente rotulados;
 - As substâncias químicas incompatíveis entre si devem estar separadas;
 - Não adquirir mais reagentes do que o necessário.
- No transporte/manuseamento das substâncias:
 - Não pegar nos frascos de reagentes pelas rolhas;
 - Não transportar reagentes incompatíveis juntos;
 - Não transportar ácidos fortes em baldes plásticos, mas em recipientes adequados de proteção;
 - Usar tabuleiros ou recipientes inquebráveis para transportar frascos.
- Zelar para que os utilizadores deixem o local limpo e organizado;

- Zelar para que os equipamentos sejam utilizados corretamente, tendo em conta as instruções de utilização;
- Verificar que os caminhos e vias de evacuação não ficam obstruídos;
- Garantir que os utilizadores possuem o equipamento de proteção individual indicado ao manuseamento de tais produtos;
- As fichas técnicas de segurança dos produtos devem estar disponíveis para consulta dos operadores no local da utilização.

O RS deverá garantir a disponibilidade de cópias das Fichas de Dados de Segurança de todas as substâncias perigosas presentes nas instalações.

Segurança na Utilização e Armazenagem de Substâncias Perigosas

- A armazenagem de substâncias ou preparações perigosas será igualmente restringida às quantidades mínimas técnica e economicamente viáveis sob o ponto de vista da operação;
- Todo o pessoal que manipula, transporta ou tem à sua guarda substâncias e preparações perigosas deve estar sensibilizado para os riscos decorrentes destas substâncias;
- Apenas serão utilizados os produtos que se encontrem devidamente embalados e rotulados;
- Se for necessário transvazar um produto para outro recipiente, este deve ser do tipo apropriado e estar devidamente rotulado. A utilização de recipientes normalmente utilizados para conter alimentos e/ou bebidas é interdita;
- Os recipientes onde se encontram os produtos perigosos devem ser verificados periodicamente de modo a avaliar o seu estado de conservação a fim de evitar a ocorrência de fugas. Esta verificação é da responsabilidade do responsável pela área/setor detentor do produto (ou do local onde o mesmo irá ser aplicado) que deverá providenciar a pronta substituição do recipiente em caso de detetar qualquer situação não conforme;
- A armazenagem das substâncias e preparações perigosas deverá respeitar as boas práticas de armazenagem, no que diz respeito aos locais e meios de armazenagem, à

humidade, à temperatura, à luminosidade e à compatibilidade entre os produtos armazenados;

- Produtos de famílias incompatíveis (combustíveis e oxidantes, por exemplo) terão de ser armazenados em locais fisicamente distintos de modo a evitar reações de incompatibilidade.

Verificação

As substâncias que não se encontrem em embalagens adequadas ou devidamente rotuladas ou ainda em que o rótulo não esteja conforme com a regulamentação aplicável e legível serão imediatamente recolhidas para local seguro com vista à sua identificação e encaminhamento, como resíduo, para destino final adequado.

Para além das verificações de rotina do estado de limpeza e de arrumação, as instalações serão ainda objeto de uma inspeção periódica da responsabilidade do Delegado de Segurança, que incluirá a verificação das condições de armazenagem e das condições de segurança adotadas na manipulação e armazenagem de substâncias e preparações perigosas.

Situação	Ação a Tomar
Armazenamento dos produtos	Verificar periodicamente a compatibilidade dos produtos armazenados
Regras de manuseamento, procedimentos internos	Todos os funcionários que manuseiam produtos devem ter conhecimento das suas fichas de segurança – pessoal da manutenção e pessoal que efetua limpezas em todo o edifício
Procedimento de trasfega de produtos	Deve ser conhecimento de todos os utilizadores dos produtos a nível de manutenção como a nível de limpeza
Utilização de gás	Verificar periodicamente do estado das mangueiras e validade das mesmas, verificação das válvulas e redutores de pressão

9. SEGURANÇA NOS TRABALHOS DE MANUTENÇÃO, REPARAÇÃO E REMODELAÇÃO DE SISTEMAS OU DAS INSTALAÇÕES

Sempre que se revele necessária a realização de trabalhos de manutenção, recuperação, beneficiação ou remodelação das instalações e/ou sistemas que impliquem agravamento do

risco de incêndio, limitações à eficácia dos sistemas de proteção instalados ou afetem a evacuação dos ocupantes deve atender-se aos seguintes aspetos:

- Os trabalhos em obras de conservação, de alteração, de manutenção ou reparação em edifícios ou recintos, que envolvam procedimentos que possam prejudicar a evacuação dos ocupantes devem ser realizados fora dos períodos de funcionamento dos espaços. Caso não seja possível, devem ser previamente implementados meios de evacuação alternativos com as características e medidas de proteção adequadas;
- Deve garantir-se que os meios de intervenção existentes nos espaços a intervencionar são mantidos durante a realização dos trabalhos ou substituídos por meios de intervenção com eficácia equivalente ou superior;
- Todos os trabalhos a efetuar nas instalações que envolvam a utilização de substâncias, materiais, equipamentos ou processos que apresentem riscos de incêndio ou explosão carecem de concordância prévia do RS, devendo a zona de intervenção ser devidamente isolada e dotada de meios de intervenção suplementares;
- As intervenções realizadas por entidades prestadoras de serviços devem ser sempre antecipadamente programadas com o Responsável pela Segurança (RS), salvo em situações de emergência:
 - O Delegado de Segurança (DS) deve proceder ao acompanhamento das intervenções efetuadas.
- Os elementos afetos às entidades prestadoras de serviços contratadas devem respeitar integralmente a regulamentação em vigor sobre higiene e segurança no trabalho e as disposições funcionais e de segurança dispostas no presente documento;
- Deve garantir-se que o acesso às zonas intervencionadas, durante o período de realização dos trabalhos, é condicionado a pessoal afeto às obras de conservação, alteração, manutenção ou reparação.

O Responsável pela Segurança deve ter em conta que durante a execução da manutenção e recarga dos extintores poderá haver uma redução temporária da eficácia das medidas de prevenção contra incêndios, pelo que devem ser tomadas as seguintes medidas de prevenção:

- Cada uma das zonas da utilização-tipo deverá conservar um determinado número de extintores que dependerá do risco de incêndio;
- Se houver necessidade, deverão ser incrementados os extintores na zona em causa;
- Durante o período de indisponibilidade dos extintores e bocas-de-incêndio poderá ser necessário adotar medidas de prevenção contra incêndios adicionais.

Situação	Ação a Tomar
Revisão, manutenção de extintores	Devem ser deixados no edifício extintores suplentes. Não é admissível existir menos que 95% de capacidade de resposta deste meio de intervenção. Deve existir um acompanhamento da evolução da intervenção devendo a mesma ser executada no mais pequeno espaço de tempo possível sem pôr em causa a qualidade do serviço prestado
Renovação de pavimentos	Esta intervenção só poderá ser feita faseada deverá ser feita sempre que possível em períodos de férias ou fecho do estabelecimento
Manutenção de Iluminação de emergência	Poderá ser feita de modo a nunca tapar qualquer saída com meios de elevação nem desligar na totalidade as iluminações de emergência
Remodelação de portas corta-fogo	Esta intervenção deverá ser feita sempre em períodos de férias ou fecho do estabelecimento
Manutenção da Central de incêndio	Esta intervenção deverá ser feita sempre em períodos de férias ou fecho do estabelecimento
Manutenção de detetores de incêndio	Esta manutenção deve ser feita sem desligar os anéis de supervisão dos circuitos
Manutenção de quadros elétricos	Deve ser tomado em conta se o quadro intervencionado alimenta circuitos de segurança deve ser tomado providência para verificar se o corte do quadro obriga ao fecho dos sistemas de segurança da zona se sim deverá de acordo com a área em reforçar a vigilância

III. / PROCEDIMENTOS DE EXPLORAÇÃO E UTILIZAÇÃO DAS INSTALAÇÕES TÉCNICAS

Os procedimentos de exploração de sistemas, equipamentos e instalações técnicas visam garantir a sua permanente operacionalidade e adequada exploração. Incluem as instruções de funcionamento, de anomalias e de segurança do respetivo sistema/equipamento/instalação.

Todos os sistemas, equipamentos ou instalações técnicas adquiridas devem possuir um conjunto de instruções que permitam a sua conveniente exploração.

Nas instalações da área de serviço deverá ser realizada uma compilação técnica, tanto dos manuais dos respetivos equipamentos, como das instruções de funcionamento, onde existem os seguintes elementos:

1. Instalações de energia elétrica:
 - Quadros elétricos;
 - Iluminação normal.
2. Instalações de aquecimento:
 - Termoacumulador.

1. INSTALAÇÕES DE ENERGIA ELÉTRICA

1.1. QUADROS ELÉTRICOS

Identificação	Quadros elétricos		
Contacto da empresa de manutenção			
Instruções de funcionamento	Ativar		– Ligar o disjuntor.
	Desativar	Operação normal	– Desligar os disjuntores parciais ou gerais.
		Emergência	– Acionamento do disjuntor geral do QE; – Acionamento da botoneira de corte de emergência.

Identificação	Quadros elétricos	
Instruções em caso de avaria	Indicação de avaria no QE	– Verificar os indicadores de avaria; – Consultar, no manual, o motivo da avaria de acordo com os indicadores de avaria que foram ativados; – Consoante os indicadores de avaria ativos, desligar os disjuntores correspondentes ou o disjuntor de corte geral; – Contactar a empresa de manutenção e prestar todas as informações.
	Curto-circuito	– Ocorre a interrupção automática do circuito afetado; – Contactar a empresa de manutenção e prestar todas as informações.
Procedimentos de Segurança	– Não fumar, fazer lume ou utilizar qualquer tipo de combustível junto dos quadros e, em caso de incêndio, nunca se deve usar água para a sua extinção; – Não se deve tocar em nenhuma parte da instalação sob tensão mesmo que esteja isolada; – Não se deve realizar trabalhos em instalações elétricas se não se possuir formação adequada; – Antes de se iniciar qualquer trabalho em instalações elétricas deve verificar-se a ausência de tensão através da utilização de aparelhos de medida apropriados; – Não tocar em elementos nus de uma instalação elétrica; – Devem estar sinalizados com sinalética de identificação de “Perigo de Eletrocussão”; – Manter os quadros limpos e livres de objetos que constituam carga de incêndio.	

1.2. ILUMINAÇÃO NORMAL

Identificação	Armaduras de iluminação	
Contacto da empresa de manutenção		
Instruções de funcionamento	Ativar	– Ligar interruptores.
	Desativar	– Desligar interruptores.
Instruções em caso de avaria	– Em caso de avaria, deve ser contactada assistência técnica.	
Procedimentos de Segurança	– Não armazenar materiais combustíveis a menos de 1m de aparelhos de iluminação;	
	– Não instalar detetores automáticos de incêndio a menos de 20 cm de aparelhos de iluminação.	

2. INSTALAÇÕES DE AQUECIMENTO E ARREFECIMENTO

2.1. APARELHOS DE AQUECIMENTO E ARREFECIMENTO AUTÓNOMOS

27

Identificação	Termoacumulador		
Contacto da empresa de manutenção	Por definir		
Instruções de funcionamento	Ativar	– Ligar o botão de acionamento.	
	Desativar	Operação normal	– Desligar o botão de acionamento.
		Emergência	– Desligar o aparelho da corrente elétrica.
Instruções em caso de avaria	– Contactar a empresa de manutenção e prestar todas as informações.		
Procedimentos de Segurança	– Desligar os aparelhos de aquecimento autónomo sempre que o espaço onde estes se encontram estiver desocupado; – Não colocar materiais combustíveis num raio de 0,3m em redor dos aparelhos de aquecimento autónomo.		

3. INSTALAÇÕES DE CONFEÇÃO E CONSERVAÇÃO DE ALIMENTOS

Na cozinha e bar em análise, existem equipamentos elétricos para a confeção de refeições, nomeadamente máquina de café, máquina de cerveja à pressão e placa elétrica. Existem também um frigorífico para a conservação dos alimentos.

3.1. CONFEÇÃO DE ALIMENTOS

Identificação	Equipamentos elétricos
Instruções de funcionamento	– Os equipamentos devem estar ligados a uma tomada de corrente elétrica; – O indicador de temperatura deve estar posicionado na temperatura adequada, para o efeito que se deseja; – O indicador do tempo deve estar devidamente programado para o tempo que se pretende; – Após concluir os passos anteriormente referidos, deve-se introduzir os alimentos nos equipamentos, acionar o dispositivo On/Off e aguardar até que o processo esteja concluído.
Instruções em caso de avaria	– Em caso de avaria, contactar a assistência técnica.
Procedimentos de Segurança	– Evitar o posicionamento dos equipamentos perto de pontos de água; – Certificar-se que a tensão elétrica do espaço é a adequada para os equipamentos existentes; – Proceder a limpezas diariamente, para evitar acumulação de gorduras e resíduos de alimentos; – Nunca ultrapassar o nível máximo ou abaixo do nível mínimo de óleo no equipamento, uma vez que pode ocasionar um incêndio (quando aplicável); – Utilizar somente recipientes recomendados (quando aplicável); – Líquidos e outros alimentos não devem ser aquecidos em recipientes fechados já que são susceptíveis a explosões; – Quando aquecer alimentos em recipientes plásticos ou de papel, observe o cozimento devido à possibilidade de criar um foco de incêndio.

3.2. CONSERVAÇÃO DE ALIMENTOS

Identificação	Frigorífico
Instruções de funcionamento	– O equipamento deve estar ligado a uma tomada de corrente elétrica; – O botão do termostato deve estar programado de acordo com as condições do fabricante; – Para prevenir a saída do ar frio de dentro do frigorífico, tente reduzir ao máximo as vezes que abre a porta. Recomendamos que abra a porta somente quando necessitar guardar ou retirar alimentos do frigorífico.
Instruções em caso de avaria	– O equipamento deve ser desligado da corrente elétrica antes de qualquer tipo de manutenção; – Em caso de avaria, contatar a assistência técnica.
Procedimentos de Segurança	– Evitar o posicionamento do aparelho perto de pontos de água; – Deixe espaço entre os alimentos que guardar para que o ar possa circular. Certifique-se que todas as partes do aparelho se mantêm frias; – Para prevenir a transferência de sabores entre os alimentos e que estes sequem com o frio embale os alimentos separadamente; – Deixe sempre a comida cozinhada arrefecer antes de a guardar no frigorífico. Isto vai permitir manter a temperatura interna do aparelho, não sendo assim necessário o motor trabalhar mais tempo e em consequência poupar mais energia; – Proceder a limpezas periódicas do interior do equipamento.

29

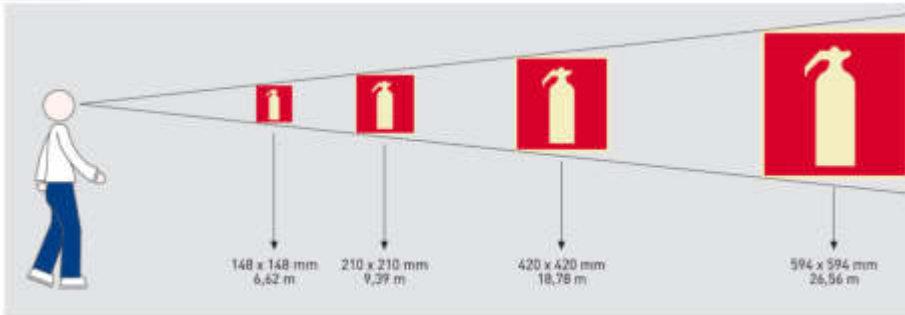
IV. / PROCEDIMENTOS DE EXPLORAÇÃO E UTILIZAÇÃO DE SISTEMAS E EQUIPAMENTOS DE SEGURANÇA

Os procedimentos de exploração de sistemas/equipamentos de segurança visam garantir a sua permanente operacionalidade e adequada exploração. Incluem as instruções de funcionamento, em caso de avaria e de segurança do respetivo sistema/equipamento de segurança.

Nas instalações existem os seguintes equipamentos e sistemas relativos à segurança contra incêndio:

1. Sinalização:
 - Sinalética de segurança.
2. Iluminação de emergência:
 - Blocos autónomos.
3. Sistema automático de deteção de incêndio:
 - Central de Deteção de Incêndio;
 - Periféricos.
4. Meios de 1ª intervenção:
 - Extintores de pó químico ABC;
 - Extintores de CO₂;
 - Carretéis.
5. Portas corta-fogo;
6. Posto de Segurança.

1. SINALIZAÇÃO

Identificação	Sinalização de equipamentos e de evacuação
Contacto da empresa de manutenção	
Instruções de funcionamento	<u>Características:</u> – As placas de sinalização devem ser de material rígido fotoluminescente sem substâncias radioativas; – As propriedades fotoluminescentes devem garantir a luminância e o tempo de atuação exigível; – As placas devem ter impressa a marca ou nome do fabricante e a referência aos valores luminescentes (X / Y – Z); – A área (A, em m²) das placas de sinalização é calculada em função da distância de visualização (d, em m), com um mínimo de 6m e um máximo de 50m: $A \geq d^2 / 2000.$ 
Instruções de funcionamento	<u>Regras para colocação:</u> – As placas de sinalização devem ser colocadas a uma altura entre 2,1 a 3,0m. O limite de 3,0m pode ser excedido mediante justificação; – As placas de sinalização são visíveis num ângulo de 45º a partir de uma linha perpendicular à placa, no centro da mesma, devendo ser adotadas soluções que permitam uma visibilidade adequada de acordo com as características dos espaços. <u>Tipos de fixação:</u> 

Identificação	Sinalização de equipamentos e de evacuação	
		
Instruções em caso de avaria	Sinalética danificada (partida, descolorada, sem capacidade de fotoluminescência)	– Substituição de sinalética danificada.
	Sinalética caída	– Recolocação da sinalética.
Procedimentos de Segurança	– Não obstruir/ esconder.	

2. ILUMINAÇÃO DE EMERGÊNCIA

Identificação	Blocos autónomos	
Contacto da empresa de manutenção		
Instruções de funcionamento	Ativar	– Automaticamente, em caso de falha de energia.
	Desativar	– Automaticamente, em caso de a energia ser reposta.
Instruções em caso de avaria	Lâmpada fundida/danificada	– Substituir a lâmpada fundida/danificada.
	Bateria danificada	– Contactar a empresa de manutenção e prestar todas as informações; – Substituir bateria danificada.
Procedimentos de Segurança	– Não colocar objetos junto à iluminação de emergência que possam diminuir a sua visibilidade ou a sua iluminância.	

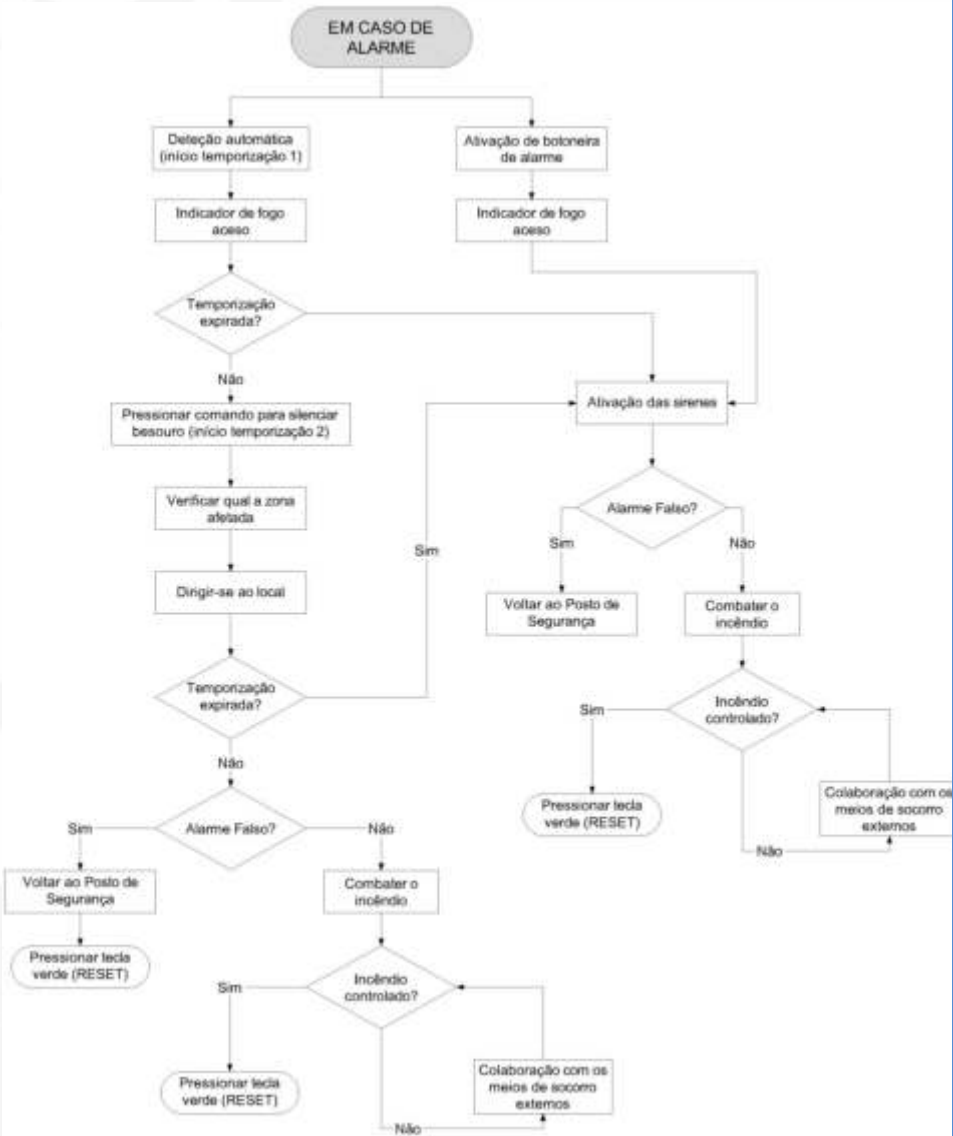
3. SISTEMA AUTOMÁTICO DE DETEÇÃO DE INCÊNDIOS

3.1. CENTRAL DE DETEÇÃO DE INCÊNDIOS

Identificação	Central de deteção de incêndios	
Contacto da empresa de manutenção		
Instruções de funcionamento	Em caso de alarme	Como aparece a indicação de alarme: – Indicação luminosa do indicador de fogo; – Ativação de acústico (besouro); – Ativação de alarme (sirenes).
	Como proceder em caso de alarme:	

Identificação

Central de detecção de incêndios



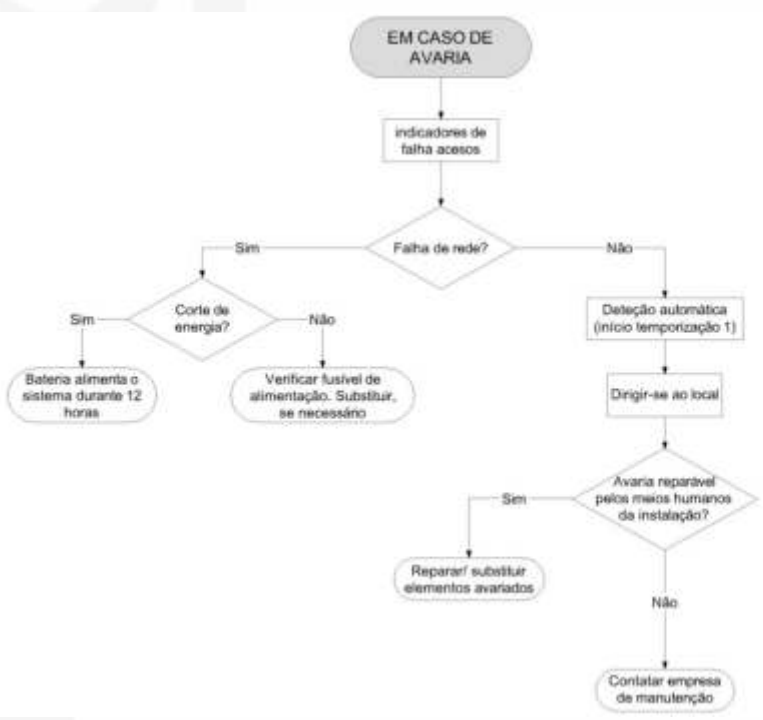
Instruções em caso de avaria

Em caso de avaria

Como aparece a indicação de avaria:

- Indicação luminosa dos indicadores de falha;
- Identificação da falha;
- Contactar a empresa de manutenção e prestar todas as informações.

Resolução da avaria:

Identificação	Central de deteção de incêndios
	 <pre> graph TD A([EM CASO DE AVARIA]) --> B[indicadores de falha acesos] B --> C{Falha de rede?} C -- Sim --> D{Corte de energia?} C -- Não --> E[Deteção automática (início temporização 1)] D -- Sim --> F([Bateria alimenta o sistema durante 12 horas]) D -- Não --> G([Verificar fusível de alimentação. Substituir, se necessário]) E --> H[Dirigir-se ao local] H --> I{Avaria reparável pelos meios humanos da instalação?} I -- Sim --> J([Reparar/ substituir elementos avariados]) I -- Não --> K([Contactar empresa de manutenção]) </pre>
Procedimentos de Segurança	– Deve possuir ligação à terra. – Deve ser instalada e mantida por pessoal técnico qualificado. – O sistema deverá ser operado por pessoal qualificado e autorizado.

35

3.2. PERIFÉRICOS

Identificação	Detetores automáticos de incêndio, dispositivos de acionamento manual do alarme e difusores do alarme geral.	
Contacto da empresa de manutenção		
Instruções de funcionamento	Dispositivos de acionamento manual do alarme	– Premir em caso de emergência.
	Detetores óticos de fumos	– Ativados em caso de existência de fumos.
	Sirenes	– Ativadas automaticamente a partir do SADI; – Ativadas manualmente a partir da CDI; – Ativadas manualmente através de dispositivo de acionamento do alarme.

Identificação	Detetores automáticos de incêndio, dispositivos de acionamento manual do alarme e difusores do alarme geral.	
Instruções em caso de avaria	Dispositivos de acionamento do alarme	– Contactar a empresa de manutenção e prestar todas as informações; – Reparar/ substituir botoneira danificada.
Instruções em caso de avaria	Detetores automáticos	– Contactar a empresa de manutenção e prestar todas as informações. – Reparar/ substituir detetor automático danificado.
	Sirenes	– Contactar a empresa de manutenção e prestar todas as informações. – Reparar/ substituir sirene danificada.
Procedimentos de Segurança	Dispositivos de acionamento manual do alarme	– Não obstruir os botões de alarme.

3.2.1.DISPOSITIVOS DE ACIONAMENTO MANUAL

Identificação	Botoneiras de corte de energia	
Instruções de funcionamento	Ativar em caso de emergência	– Quebrar a proteção exterior. – Acionar para proceder ao respetivo corte de energia.
Instruções em caso de avaria	– Em caso de avaria, deve ser contactada assistência técnica; – Reparar/ substituir botoneira danificada.	
Procedimentos de Segurança	– Ser mantido desimpedido, o acesso aos meios de alarme e de intervenção; – Caso por algum motivo, nomeadamente obras, seja necessário bloquear por longos períodos o acesso a algum equipamento, deverá ser considerado o reposicionamento desse equipamento em local desimpedido.	

4. MEIOS DE INTERVENÇÃO

4.1. MEIOS DE PRIMEIRA INTERVENÇÃO

A. Extintores

Identificação	Extintores de CO2 de 2 e 5 kg Extintores de pó químico ABC de 6 e 9kg
Contacto da empresa de manutenção	
Instruções de funcionamento	– Transportar o extintor na posição vertical, segurando no manípulo. – Retirar o selo ou cavilha de segurança. – Colocar-se à distância de 2 a 4 metros da chama, sempre no sentido do vento. – Apontar o bocal à base das chamas. – Acionar o gatilho até à extinção completa, cobrindo, devagar, toda a superfície das chamas.
Instruções em caso de avaria	– Proceder à substituição/ reparação de imediato.
Procedimentos de Segurança	– Utilizar o extintor adequado para cada classe de fogo; – Evitar utilizar o extintor de pó químico ABC e o de água aditivada em material elétrico; – Não apontar o bocal na direção de pessoas.

37

B. Bocas-de-incêndio Armadas (Carretéis)

Identificação	Carretéis
Contacto da empresa de manutenção	
Instruções de funcionamento	– Abra o armário, segure a agulheta e puxe a mangueira; – Abra a válvula de segurança; – Coloque-se à distância de 2 a 4 metros da chama, sempre no sentido do vento; – Aponte a mangueira à base das chamas; – Cubra, devagar, toda a superfície das chamas.

Identificação	Carretéis
Instruções em caso de avaria	– Proceder à substituição/ reparação de imediato.
Procedimentos de Segurança	– Efectuar o corte de energia antes de iniciar o combate ao incêndio com água; – Realizar periodicamente ações de formação para uma correcta e eficaz utilização dos carretéis.

5. POSTO DE SEGURANÇA

Não existe posto de segurança, mas todos os elementos abaixo se encontram num determinado local: (Verificar a existência de um posto de segurança, caso contrario indicar que não existe, mas que todos os elementos abaixo se encontram num determinado local)

- A Central de Detecção de Incêndios;
- Corte geral de energia;
- O chaveiro de segurança;
- Um exemplar do Plano de Segurança Interno.

V. / PROGRAMAS DE CONSERVAÇÃO E MANUTENÇÃO DE INSTALAÇÕES TÉCNICAS

Os programas de conservação e manutenção de instalações técnicas e sistemas/ equipamentos de segurança devem incluir os respetivos calendários e listas de testes de verificação periódica a realizar aquando das inspeções de segurança.

Os programas a estabelecer devem considerar aspetos de manutenção preventiva, corretiva e evolutiva.

Apesar das ações de manutenção poderem ser efetuadas por entidades contratadas, credenciadas para o efeito, devem ser nomeados elementos responsáveis pela sua supervisão.

De ressaltar que os testes de verificação apresentados não dispensam outros que se julguem adequados para a manutenção das condições de segurança e operacionalidade de instalações técnicas, sistemas e equipamentos de segurança, nomeadamente aqueles que se enquadrem no cumprimento das disposições legais, regulamentares ou normativas.

1. INSTALAÇÕES DE ENERGIA ELÉTRICA

1.1. QUADROS ELÉTRICOS

Sistema/ Equipamento	Ações	Periodicidade	
		Bianual	Anual
Quadros Elétricos	Observação visual do estado da instalação	x	
	Verificação dos sistemas de proteção	x	
	Limpeza geral dos quadros		x
	Limpeza de todos os órgãos de corte e/ou proteção		x
	Manutenção geral (afinações, lubrificações, etc.) de órgãos de corte e respetivos comandos		x
	Verificação de ligações e apertos		x
	Medição da resistência dos elétrodos de terra		x

1.2. ILUMINAÇÃO NORMAL

Sistema/ Equipamento	Ações	Periodicidade		
		Mensal	Semestral	Anual
Iluminação	Verificação existência de lâmpadas fundidas e substituir.	x		
	Limpeza geral das armaduras			x
	Limpeza especial das grelhas/refletores			x
	Verificação do estado geral			x
	Verificação fixações e reapertos, se necessário.			x
	Verificação funcionamento de interruptores.			x

2. INSTALAÇÕES DE AQUECIMENTO, VENTILAÇÃO E CONDICIONAMENTO DE AR

Sistema/ Equipamento	Ações	Periodicidade		
		Mensal	Semestral	Anual
Termoacumulador	Verificação da pressão do sistema			x
	Verificação da estanqueidade do sistema de água			x
	Verificação da existência de bloqueios na circulação de água			x
	Verificação do fluxo de águas quentes sanitárias			x
	Limpeza			x

3. INSTALAÇÕES DE CONFEÇÃO E CONSERVAÇÃO DE ALIMENTOS

3.1. CONFEÇÃO DE ALIMENTOS

SISTEMA/ EQUIPAMENTO	AÇÕES	PERIODICIDADE		
		Mensal	Semestral	Anual
Aparelhos elétricos	Verificação de ligação elétrica e estado das tomadas e dos cabos de ligação.		x	
	Verificação do estado geral de conservação.		x	
	Verificação das resistências elétricas, juntas de vedação e acessórios constituintes.		x	
	Limpeza geral dos equipamentos.	x		
	Manutenção geral dos equipamentos.			x

VI. PROGRAMAS DE CONSERVAÇÃO E MANUTENÇÃO DE SISTEMAS E EQUIPAMENTOS DE SEGURANÇA

1. SINALIZAÇÃO

Sistema/ Equipamento	Ações	Periodicidade		
		Mensal	Semestral	Anual
Sinalização	Verificar a integridade dos sinais de segurança	x		
	Verificar a localização dos sinais de segurança	x		

2. ILUMINAÇÃO DE EMERGÊNCIA

Sistema/ Equipamento	Ações	Periodicidade			
		Mensal	Trimestral	Bianual	De 4 em 4 anos
Blocos autónomos	Verificação da passagem ao estado de “funcionamento”, no caso de falha de alimentação normal e verificação do acendimento de todas as lâmpadas (o funcionamento deve ser limitado ao tempo estritamente necessário ao controlo visual).	x			
	Verificação da ligação das lâmpadas dos blocos autónomos e dos Led's.	x			
	Verificação do estado de carga dos acumuladores, com blocos autónomos na posição de “funcionamento” durante o tempo correspondente à sua autonomia estipulada e verificando que, no final desse período, o fluxo luminoso das lâmpadas ainda é suficiente.		x		
	Limpeza e verificação do estado geral.			x	

Sistema/ Equipamento	Ações	Periodicidade			
		Mensal	Trimestral	Bianual	De 4 em 4 anos
	Substituição sistemática das lâmpadas “permanentes”.			x	
	Testes de funcionamento dos blocos e substituição de lâmpadas e outros componentes avariados.			x	
	Substituição sistemática das baterias.				x

3. SISTEMA AUTOMÁTICO DE DETEÇÃO DE INCÊNDIOS

Sistema/ Equipamento	Ações	Periodicidade			
		Mensal	Trimestral	Bianual	De 4 em 4 anos
Sistema Automático de Detecção de Incêndio (SADI)	Teste à alimentação de energia:				
	– Verificação dos acumuladores e respetivos carregadores;	x			
	– Verificação e eventual substituição de baterias.				
	Inspeção à instalação.	x			
	Verificação das condições de fixação, obstrução e limpeza dos detetores.	x			
	Verificação da conformidade dos tipos de detetores em cada espaço.	x			
	Verificação do estado geral e localização de detetores e botões de alarme.	x			
	Verificação do estado geral das sirenes e altifalantes do sistema de som.	x			
	Verificação do estado de operação de pilotos e led da central.	x			
	Teste:	x			

Sistema/ Equipamento	Ações	Periodicidade			
		Mensal	Trimestral	Bianual	De 4 em 4 anos
Sistema Automático de Detecção de Incêndio (SADI)	- Desligar a fonte de alimentação normal (rede); - Verificar se o SADI funciona normalmente com a fonte de alimentação de emergência.				
	Teste: - Verificar os dispositivos de supervisão de circuitos, desligando o terminal condutor da central; - Ao receber o sinal de avaria, voltar a ligar e rearmar o painel da central. - Repetir o teste para cada circuito.		x		
	Teste local dos detetores (rotativamente): Recorrendo a dispositivo para simular incêndio real.		x		
	Teste e regulação de sensibilidade de detetores: Desmontagem, teste e afinação no local.		x		
	Teste local dos botões de alarme, sirenes, indicadores de ação e sinalizadores de zona.		x		
	Limpeza interior de todos os componentes do sistema.			x	
	Verificação de circuitos de supervisão.			x	
	Verificação de fonte de alimentação principal.			x	
	Verificação de todas as lâmpadas e díodos emissores de luz.			x	
	Verificação de ativação dos dispositivos de alarme.			x	
	Verificação de sirenes e sistema de alarme de som.			x	
	Verificações de sinalizadores – devem indicar corretamente todos os alarmes e sinais de avaria.			x	

		Periodicidade			
		Mensal	Trimestral	Bianual	De 4 em 4 anos
	Calibrar e testar os detetores, bem como retirar todos os fusíveis e verificar a sua calibração.			x	
	Teste da funcionalidade do alarme.			x	
	Verificação das várias temporizações e da discriminação do alarme.			x	
	Verificação da adequação das temporizações à organização de segurança estabelecida.			x	
	Teste da funcionalidade dos comandos			x	
	Teste da funcionalidade do alerta automático aos meios de socorro externos			x	
44	Sistema Automático de Detecção de Incêndio (SADI)			x	
	Análise da memória de eventos e outros registos técnicos			x	
	Avaliação de riscos resultantes de uma eventual reformulação dos espaços protegidos				x

4. MEIOS DE INTERVENÇÃO

4.1. MEIOS DE PRIMEIRA INTERVENÇÃO

A. Extintores

		Periodicidade		
		Trimestral ⁽¹⁾	Anual ⁽²⁾	De 5 em 5 anos ⁽³⁾
Sistema/ Equipamento	Ações			
Extintores portáteis	Inspeção visual, verificações de rotina: – Encontra-se em local adequado e com data de manutenção válida; – A cavilha e o selo não estão violados;	x		

Sistema/ Equipamento	Ações	Periodicidade		
		Trimestral ⁽¹⁾	Anual ⁽²⁾	De 5 em 5 anos ⁽³⁾
	– A etiqueta de manutenção encontra-se legível e em bom estado de conservação; – O estado externo geral do extintor encontra-se em bom estado de conservação; – Encontra-se completamente carregado; – O extintor não tem o acesso obstruído, é visível e encontra-se sinalizado; – As instruções de manuseamento em língua portuguesa de acordo com a NP EN 3-7, estão visíveis, legíveis, são de fácil leitura e não apresentam danos;			
Extintores portáteis	Inspeção visual, verificações de rotina (continuação): – A pressão indicada pelo manómetro está dentro dos valores normais (caso exista manómetro); – Registo permanentemente atualizado que contenha as datas das inspeções, as iniciais de quem as fez e a indicação de todas as medidas corretivas necessárias.	x		
	Procedimentos de acordo com a norma NP4413, anexo B.		x	
	Procedimentos de acordo com a norma NP4413, anexo C.			x

⁽¹⁾ Quando as circunstâncias o requirem, as inspeções devem realizar-se com maior frequência.

⁽²⁾ Somente nos anos 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, 9, 11 e subsequentes. Este período poderá ser inferior se as condições ambientais ou os riscos existentes assim o exigirem.

⁽³⁾ Somente nos anos 5, 10 e 15.

Todo o extintor utilizado ou descarregado acidentalmente, mesmo parcialmente, deve ser reposto em estado de funcionamento ou substituído imediatamente.

B. Bocas-de-incêndio Armadas – Carretéis

Sistema/ Equipamento	Ações	Periodicidade		
		Semanal	Anual	De 5 em 5
46 Bocas-de-incêndio armadas	Inspeção visual, verificações de rotina: – Está situada no local designado; – Encontra-se desobstruída, visível e com as instruções de funcionamento legíveis; – Não está defeituosa, corroída ou com fugas; – Não possui prisões nos armários, quando existirem, e as portas dos armários abrem facilmente.	x		
	Procedimentos de acordo com o parágrafo 6.1 da norma NP EN 671-3, verificações a efetuar: – Os tambores da mangueira rodam livremente em ambas as direcções; – Caso existam tambores móveis, o seu eixo roda facilmente e o tambor efectua uma rotação de 180°; – As condições das tubagens de abastecimento de água, com particular atenção aos sinais de danos ou deterioração em todas as tubagens flexíveis; – O fluxo de água é constante e suficiente, quer na posição de jacto quer de nevoeiro; – O manómetro (se existe) está a funcionar e dentro da gama de operação; – Se não existem sinais de rotura, deformação, deterioração ou danos em todo o comprimento da mangueira; – As uniões das mangueiras encontram-se firmemente apertadas;		x	

Sistema/ Equipamento	Ações	Periodicidade		
		Semanal	Anual	De 5 em 5
	– A válvula de corte é adequada, funciona facilmente e de modo correto.			
	Todas as mangueiras deverão ser submetidas à pressão máxima de serviço de acordo com a Norma EN 671-1.			x

VII. / CALENDARIZAÇÃO DE VERIFICAÇÕES E MANUTENÇÕES

	JANEIRO			FEVEREIRO			MARÇO			ABRIL			MAIO			JUNHO			JULHO			AGOSTO			SETEMBRO			OUTUBRO			NOVEMBRO			DEZEMBRO		
Quadros elétricos (Ponto V.1.1)							B									A																				
Iluminação normal (Ponto V.1.2)			M			M			M			M			M	A	M			M			M			M			M			M				
Termoacumulador (Ponto V.2)							S									A							S													
Instalações de confeção e conservação (Ponto V.3)			M			M	S	M			M			M	A	M			M			M	S	M			M			M			M			
Sinalética de Segurança (Ponto VI.1)			M			M			M			M			M		M			M			M			M			M			M				
Iluminação de emergência (Ponto VI.2)			M			M	B	M	T		M			M		M	T		M			QD	M		M	T		M			M		M			
Sistema Automático de Deteção de Incêndios (Ponto VI.3)			M			M	B	M	T		M			M		M	T		M			QD	M		M	T		M			M		M			
Meios de 1º intervenção Extintores (Ponto VI.4.1.A)									T							A	T					Q			T											
Meios de 1º intervenção Carretéis (Ponto VI.4.1.B)							S									A						Q		S												

A letra corresponde à periodicidade das manutenções dos respetivos equipamentos:

Mensal ☐ Mensal ☐ Semestral ☐ Trimestral ☐ Bianual ☐ Anual ☐ Quadrienal ☐ Quinquenal ☐

Nota: Após a realização das respetivas manutenções, deverá ser assinalado no quadro.

I. / CRONOGRAMA DE IMPLEMENTAÇÃO DE EQUIPAMENTOS/ELEMENTOS CORRETIVOS DE SCIE

	ANO 2023				ANO 2024				ANO 2025
Listagem de Prioridades	1ºTRIM	2ºTRIM	3ºTRIM	4ºTRIM	1ºTRIM	2ºTRIM	3ºTRIM	4ºTRIM	1º TRIM
1ª Instalação de iluminação de emergência e respetivas sinaléticas de evacuação regulamentares									
2ª Instalação de meios de 1ª intervenção e respetivas sinaléticas regulamentares									
3ª Instalação do Sistema Automático de Detecção de Incêndios (CDI), detectores ópticos de fumo, botoneiras manuais, sirenes,etc) e contemplar sinalização de segurança									
4ª Instalação de marco de incêndio									
5ª Formação de Sensibilização de Segurança de Incêndio para todos os colaboradores afectos às instalações e respectivas equipas de segurança									
6ª Simulacros									

II. / PEÇAS DESENHADAS

No Anexo B dos Procedimentos em Caso de Emergência encontram-se as plantas, à escala 1/100, representativas de todos os espaços da instalação, contendo os seguintes elementos:

- Identificação e classificação dos locais de risco e respetivos efetivos, vias horizontais e verticais de evacuação, assim como os percursos em comunicações comuns;
- Localização de todos os equipamentos e sistemas de segurança contra incêndios.

/ PLANO DE SEGURANÇA INTERNO

PROCEDIMENTOS EM CASO DE EMERGÊNCIA

/ ESTÁDIO MUNICIPAL DE SOBRADO

/ RUA DE FIJÓS 335, 4440-334 SOBRADO

/ NOVEMBRO 2022

REQUERENTE:

CÂMARA MUNICIPAL DE VALONGO

COORDENADOR DE PROJETO:

Susan Cabeceiras, (Arq.^a)

AUTOR DE PROJETO:

Susan Cabeceiras, (Arq.^a)

COLABORAÇÃO:

Diogo Rosa, (Eng.^o)

Telma Sousa, (Eng.^a)

/ ÍNDICE

I. /INTRODUÇÃO	1
1. OBJETIVO	1
2. IDENTIFICAÇÃO	1
2.1. INSTALAÇÕES.....	1
2.2. HORÁRIO LABORAL.....	2
II. /ORGANIZAÇÃO DA SEGURANÇA EM EMERGÊNCIA	4
1. ORGANOGRAMA DA SEGURANÇA EM EMERGÊNCIA.....	4
2. DEFINIÇÃO DE RESPONSABILIDADES E FUNÇÕES	5
2.1. POSTO DE SEGURANÇA (PS)	5
2.2. RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA (RS)	6
2.3. DELEGADO DE SEGURANÇA (DS)	7
2.4. EQUIPA DE INTERVENÇÃO (EI)	8
2.5. EQUIPA DE EVACUAÇÃO (EE).....	8
3. HIERARQUIA DE COMANDO NA AUSÊNCIA DO DELEGADO DE SEGURANÇA	10
3.1. DURANTE O HORÁRIO LABORAL	10
3.2. FORA DO HORÁRIO LABORAL, FINS DE SEMANA E FERIADOS.....	10
III. /GESTÃO DAS EMERGÊNCIAS	11
1. CLASSIFICAÇÃO DAS EMERGÊNCIAS	11
2. INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA	12
3. PLANO DE ATUAÇÃO	13
3.1. PROCEDIMENTOS EM CASO DE DETEÇÃO DE UMA SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA	13
3.1.1. REPORTAR UMA EMERGÊNCIA	13
3.1.2. COMUNICAÇÃO DO ALARME.....	13
3.1.3. CONFIRMAÇÃO DO ALARME	14
3.2. ATIVAÇÃO DOS PROCEDIMENTOS EM CASO DE EMERGÊNCIA	15
3.2.1. DECISÃO DA ATIVAÇÃO DO ALARME.....	15
3.2.2. PROCEDIMENTOS PARA DIFUSÃO DO ALARME	15
3.2.3. TRANSMISSÃO DO ALERTA	16
3.2.4. COMUNICAÇÕES DE EMERGÊNCIA	17

3.2.4.1.	MEIOS DE COMUNICAÇÃO DISPONÍVEIS.....	17
3.2.4.2.	CONTACTOS.....	18
3.2.4.3.	MATRIZ DE COMUNICAÇÕES	18
3.3.	PROCEDIMENTOS ESPECÍFICOS DE ATUAÇÃO EM CASO DE EMERGÊNCIA	18
3.3.1.	INSTRUÇÕES ESPECIAIS DE EMERGÊNCIA	18
3.3.1.1.	CORTE GERAL DA REDE NORMAL DE ENERGIA ELÉTRICA	19
3.3.1.2.	PROCEDIMENTOS PARA PRESTAÇÃO DE PRIMEIROS SOCORROS.....	19
3.3.1.3.	PROCEDIMENTOS PARA PROTECÇÃO DOS LOCAIS DE RISCO.....	20
3.3.1.4.	PROCEDIMENTOS PARA RECEÇÃO DOS MEIOS DE SOCORRO EXTERNOS	20
4.	PLANO DE EVACUAÇÃO	21
4.1.	COORDENAÇÃO DA EVACUAÇÃO.....	21
4.2.	PROCEDIMENTOS EM CASO DE EVACUAÇÃO	22
4.3.	ATIVAÇÃO DO PLANO DE EVACUAÇÕES	23
4.3.1.	EVACUAÇÃO PARCIAL	23
4.3.2.	EVACUAÇÃO TOTAL	24
4.4.	PROCEDIMENTOS PARA ENCAMINHAMENTOS DOS OCUPANTES.....	25
4.5.	PONTO DE ENCONTRO	26
4.6.	CONDIÇÕES DE EVACUAÇÃO	27
4.6.1.	SAÍDAS PARA O EXTERIOR	27
5.	FIM DA EMERGÊNCIA.....	28
5.1.	CONDIÇÕES PARA O FIM DA EMERGÊNCIA.....	28
5.2.	REPOSIÇÃO DAS CONDIÇÕES DE SEGURANÇA	29
IV.	/ANEXOS.....	30

I. / INTRODUÇÃO

1. OBJETIVO

Os Procedimentos em Caso de Emergência podem definir-se como a sistematização de um conjunto de normas e regras que tem por objetivo definir a estrutura de intervenção dos meios humanos e materiais existentes e estabelecer os procedimentos adequados de atuação em caso de emergência, para tentar evitar ou minimizar as consequências de um acidente ou de outra situação de emergência, garantindo, assim, a salvaguarda dos ocupantes, a defesa do património e a protecção do ambiente, de forma a retomar com a maior brevidade possível às condições normais de funcionamento.

Constitui um instrumento simultaneamente preventivo e de gestão operacional, uma vez que, permite a coordenação das intervenções, com rapidez e eficácia, dos meios da organização e a sua coordenação com os Meios de Socorro Externos.

Permite, ainda, garantir a toda a estrutura o conhecimento antecipado dos perigos susceptíveis de originar situações de emergência, suas características e os respetivos meios de prevenção e proteção.

Por último, deve ser atualizado em função do aprofundamento da análise de riscos, da evolução quantitativa e qualitativa dos meios humanos e materiais disponíveis e da realização de obras de remodelação ou ampliação das instalações.

2. IDENTIFICAÇÃO

2.1. INSTALAÇÕES

Nome:	Estádio Municipal de Sobrado		
Morada:	Rua de Fijós 335, 4440-334 Sobrado		
Localidade:	Sobrado		
Concelho:	Valongo	Distrito:	Porto

As Instalações apresentam as seguintes confrontações:

Norte:	Terreno	Este:	Terreno
Sul:	Escola EB 2/3 Sobrado	Oeste:	Terreno



Figura 1 – Localização geográfica – confrontações.

2.2. HORÁRIO LABORAL

O horário laboral é das 18h às 23h45, de 2ª a 6ª feira, ao sábado de manhã das 9h00 às 13h00 e ao sábado de tarde e domingo todo o dia – aberto de acordo com a marcação de jogos e /ou eventos.

Meios de Socorro Externos

	Identificação	Distância	Tempo de chegada
Forças de Segurança	GNR Valongo	4.0 Km	7 min
Proteção Civil	Serviço Municipal de Proteção Civil da Câmara Municipal de Valongo	7.1 Km	12 min
Bombeiros	Bombeiros Voluntários de Valongo	7.0 Km	12 min

A lista de contatos dos Meios de Socorro Externos encontra-se no Anexo C.

Legenda:

- – Estádio Municipal de Sobrado
- – Proteção Civil
- – Guarda Nacional Republicana
- – Bombeiros

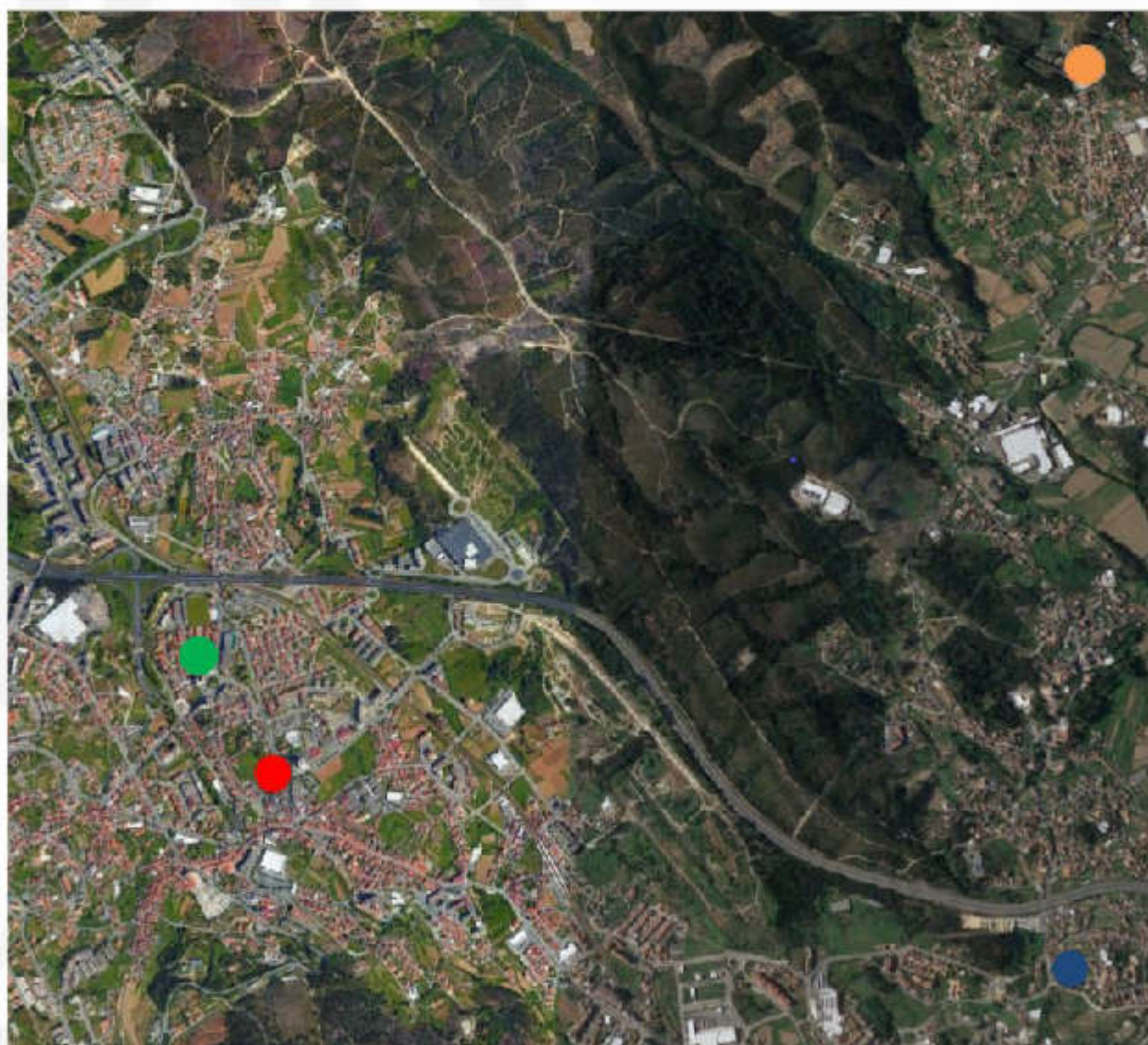


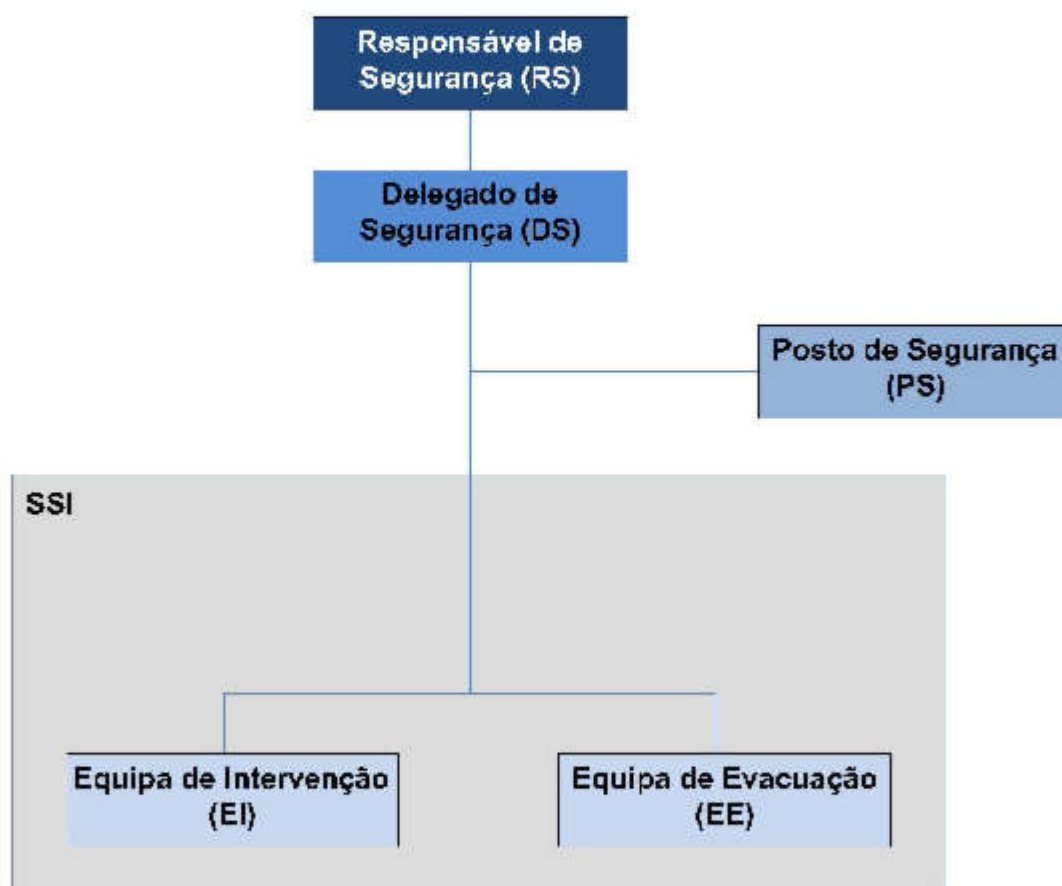
Figura 2 – Localização Meios de Socorro Externo

II. / ORGANIZAÇÃO DA SEGURANÇA EM EMERGÊNCIA

1. ORGANOGRAMA DA SEGURANÇA EM EMERGÊNCIA

A operacionalização dos Procedimentos em Caso de Emergência requer uma estrutura hierárquica com uma organização humana dedicada e bem definida com o objetivo de gerir as situações de emergência e garantir a segurança de pessoas e bens.

O organograma da organização da segurança em caso de emergência é o seguinte:



– Serviço de Segurança Contra Incêndios (SSI)

2. DEFINIÇÃO DE RESPONSABILIDADES E FUNÇÕES

2.1. POSTO DE SEGURANÇA (PS)

O Posto de Segurança é o local onde se centraliza toda a informação de segurança e os meios principais para a receção e difusão de alarmes e transmissão do alerta. É a partir deste local que são coordenados os meios operacionais e logísticos em caso de emergência.

No Posto de Segurança devem existir os seguintes documentos, que contêm toda a informação necessária durante a emergência:

- Cópia das Medidas de Autoproteção;
- Listas de contactos internos dos intervenientes no Plano de Segurança e contactos dos Meios de Socorro Externos;
- Ficha de ameaça de bomba;
- Instruções Especiais de Segurança.

Ação	Definição
Responsabilidades	Centralizar as comunicações entre o Responsável pela Segurança (RS), o Delegado de Segurança (DS), o Responsável pela Intervenção (RI), a Equipa de Intervenção (EI), a Equipa de Evacuação (EE) e os Meios de Socorro Externos.
Funções	Ao receber um alarme, relativo à ocorrência de uma situação de emergência no edifício, a pessoa presente no PS deve: 1. Avisar, com a maior celeridade possível o DS e o RI. 2. Transmitir o alerta aos Meios de Socorro Externos e às Equipas de Emergência, segundo instruções do DS. 3. Centralizar as comunicações em caso de emergência. 4. Estabelecer, em colaboração com o DS, contactos com o Serviço Municipal de Protecção Civil, que coordena todas as Ações de apoio exterior (Bombeiros, Forças de Segurança, INEM, Hospital, etc.) e com outras entidades oficiais e particulares.

Quadro 1 – Responsabilidade e funções do PS.

2.2. RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA (RS)

Ação	Definição
Responsabilidades	É a pessoa individual ou colectiva que assume a qualidade de proprietário, no caso do edifício ou recinto estar na sua posse, ou entidade responsável pela exploração do edifício ou recinto, ou entidades gestoras, no caso dos edifícios ou recintos disporem de espaços comuns, espaços partilhados ou serviços colectivos sendo a sua responsabilidade limitada aos mesmos No âmbito das suas responsabilidades, o RS não só estabelece a organização necessária e nomeia os elementos da equipa de segurança, como delega competências ao DS.
Funções	1. Decidir sobre a ativação do PCE, de acordo com a informação recebido do DS. 2. Dirigir as operações inerentes à gestão da situação de emergência. 3. Garantir as ligações aos organismos de apoio e com as entidades externas. 4. Fora do horário normal de funcionamento, manter-se permanentemente contactável e deslocar-se para o PS, se necessário. 5. O RS designa um DS para executar as medidas de autoproteção, em conformidade com o disposto no artigo 20º do Decreto-Lei n.º 224/2015, de 29 de dezembro. 6. Manter o DS informado. 7. Durante a intervenção dos bombeiros, o respetivo comandante das operações de socorro é responsável pelas operações, devendo o RS prestar toda a colaboração solicitada. 8. Após a emergência, elaborar juntamente com o DS, um relatório da ocorrência.

Quadro 2 – Responsabilidade e funções do RS.

2.3. DELEGADO DE SEGURANÇA (DS)

Ação	Definição
Responsabilidades	É o responsável pela gestão da emergência, minimizando, através dos meios humanos e técnicos colocados ao seu dispor, a duração da emergência, os seus efeitos e o impacto na continuidade do negócio, ou as implicações sociais, devendo conhecer os PCE perfeitamente.
Funções	1. Tomar as decisões necessárias para a resolução da emergência, em conjunto e suportado pelas informações fornecidas pelo RI e sob a orientação do RS. 2. Manter o RS informado. 3. Escolher o local para concentração de feridos (antes da chegada dos meios de socorro externos). 4. Se necessário, escolher um Ponto de Encontro alternativo. 5. Decidir, em função do tipo de emergência e em consonância com o RI, que está no local da emergência, o momento para dar o alerta aos Meios de Socorro Externos e prestar-lhes toda a colaboração, não devendo, a partir da sua chegada, tomar nenhuma decisão unilateral que possa vir a colidir com a estratégia montada pelos meios especializados. 6. Solicitar à EE a confirmação da presença de todos os ocupantes no Ponto de Encontro e informar os Meios de Socorro Externos. 7. Instruir todos os ocupantes do edifício para evitarem prestar quaisquer declarações aos Órgãos de Comunicação Social ou a estranhos às instalações. 8. Preparar a informação escrita e, se possível, fotográfica para distribuição à Comunicação Social e outras entidades exteriores sobre o desenvolvimento dos factos, e contactar com as famílias

	dos sinistrados, informando-as sobre os acontecimentos decorrentes. 9. Declarar o Fim da Emergência. 10. Após a emergência, elaborar juntamente com o RS um relatório da ocorrência.
--	--

Quadro 3 – Responsabilidade e funções do DS.

2.4. EQUIPA DE INTERVENÇÃO (EI)

Ação	Definição
Responsabilidades	A EI tem a responsabilidade de apoiar o RI na primeira intervenção em caso de emergência. Os elementos da equipa possuem formação em meios de combate a incêndio de primeira intervenção. Os elementos da EI integram o Serviço de Segurança contra Incêndio (SSI). Os elementos da EI possuem coletes identificativos.
Funções	1. Apoiar o RI na primeira intervenção à ocorrência.

Quadro 4 – Responsabilidade e funções da EI.

2.5. EQUIPA DE EVACUAÇÃO (EE)

Ação	Definição
Responsabilidades	A EE é responsável pela coordenação da evacuação, rápida e ordenada, da zona afetada, para o Ponto de Encontro e por controlar as presenças. Os elementos da equipa possuem formação em meios de combate a incêndio de primeira intervenção. Os elementos da EE integram o SSI. Os elementos da EE possuem coletes identificativos.

Ação	Definição
Funções	1. <u>Chefe de Fila</u>: Tem como função guiar os ocupantes no sentido da evacuação. • Deve existir, pelo menos, um chefe de fila por cada área de evacuação e por cada saída de emergência para o exterior. • Devem indicar as saídas de emergência dos espaços, levando os ocupantes a formar uma fila junto das mesmas. • Abandonam o local assim que o elemento da equipa (Cerra Fila) terminar de fazer o varrimento da zona. • Guiam os ocupantes em fila até ao Ponto de Encontro, colocando-se no princípio da fila.
Funções	2. <u>Cerra-Fila</u>: Tem como função garantir que todos os ocupantes saem do edifício. • Responsável pelo varrimento dos ocupantes até às saídas de emergência dos espaços e acompanhamento até ao Ponto de Encontro. • Devem verificar todos os locais das instalações e garantir que todos os ocupantes abandonaram o local. • Devem informar o Chefe de Fila da finalização do varrimento e acompanhar o grupo desde a área a evacuar até ao Ponto de Encontro, colocando-se no final da fila e ajudando a manter a fila unida. • Coordenar a evacuação, rápida e ordenada, da zona afetada, para o Ponto de Encontro e controlar as presenças. • Informar o DS da conclusão da evacuação da sua área e da necessidade ou não de proceder ao resgate de algum ocupante. 3. <u>Apoio</u>: Tem como função auxiliar o Cerra-Fila no processo de evacuação dos ocupantes. • Deve colocar-se no meio da fila de modo a prestar auxílio a

Ação	Definição
	• pessoas que apresentem mobilidade condicionada e a grávidas. • Na sua ausência, substituem o Chefe de Fila ou o Cerra-Fila.

Quadro 5 – Responsabilidade e funções da EE.

3. HIERARQUIA DE COMANDO NA AUSÊNCIA DO DELEGADO DE SEGURANÇA

3.1. DURANTE O HORÁRIO LABORAL

Na ausência do Delegado de Segurança (DS) o seu substituto assumirá a sua posição.

Assim que o Delegado de Segurança (DS) chegue ao Posto de Segurança (PS) ou ao local da emergência, assumirá o respetivo comando, devendo ser informado de todas as atuações efetuadas até ao momento.

Nota: Estes critérios de responsabilidades da gestão da emergência devem ser transmitidos ao Responsável pela Segurança.

3.2. FORA DO HORÁRIO LABORAL, FINS DE SEMANA E FERIADOS

O Responsável de Segurança (RS), assumirá a gestão da emergência.

Assim que o Delegado de Segurança (DS) chegue ao Posto de Segurança (PS) ou ao local da emergência, assumirá o respetivo comando, devendo ser informado de todas as atuações efetuadas até ao momento.

Nota: Estes critérios de responsabilidades da gestão da emergência devem ser transmitidos ao Responsável pela Segurança.

III. / GESTÃO DAS EMERGÊNCIAS

1. CLASSIFICAÇÃO DAS EMERGÊNCIAS

As situações de emergência consideradas para estes Procedimentos em Caso de Emergência (**PCE**) podem ser classificadas em três níveis, consoante a sua gravidade.

Nível	Definição		Ação
1	Incidente	Desvio das condições normais de trabalho cujas consequências, em princípio, não são, nem se prevê que sejam, significativas para as pessoas, equipamentos ou para a continuidade do processo. Acidente que pode ser controlado e dominado facilmente e rapidamente por pessoal não especializado.	Não é necessário ativar os PCE
2	Emergência Parcial	A emergência parcial corresponde a uma emergência de âmbito local, sem que se preveja uma extensão do acidente. Em princípio, pode ser controlada pelos meios tanto humanos como materiais da própria instalação e dos equipamentos de emergência de atuação imediata. Prevê a evacuação parcial das instalações. Não existem vítimas ou são de carácter ligeiro.	Ativação dos PCE
3	Emergência Geral	Corresponde à existência de acidente grave ou catastrófico, descontrolado ou de difícil controlo, que originou ou pode originar danos pessoais, materiais ou ambientais, requerendo uma Ação imediata para a recuperação do controlo e minimização das suas consequências. Verifica-se uma alteração ao normal funcionamento da actividade desenvolvida nas instalações.	Ativação dos PCE

Nível	Definição	Ação
	Esta situação verifica-se sempre que: – Exista um risco potencial de incêndio e/ ou explosão com proporções imprevisíveis. – Ocorra um acidente grave que ponha em risco pessoas e bens. – Obrigue à evacuação total das instalações e/ ou ponha em risco os meios urbanos vizinhos. – Requeira meios de auxílio exteriores.	

Quadro 6 – Classificação das emergências.

2. INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA

As Instruções de Segurança têm como objetivo prevenir situações susceptíveis de pôr em risco a segurança dos ocupantes do edifício, definir um plano que minimize as consequências de um eventual sinistro e pormenorizar as Ações a desenvolver em situações de emergência.

Os vários tipos de Instruções de Segurança estão descritos no quadro seguinte:

Instruções	Descrição
Instruções Gerais de Segurança	Destinadas à totalidade de ocupantes do edifício, e estão afixadas conjuntamente com as Plantas de Emergência ou em locais estratégicos, particularmente junto das entradas.
Instruções Particulares de Segurança	Destinadas aos locais, equipamentos ou atividades que pelas suas características apresentam riscos específicos ou tenham ação relevante em caso de sinistro e definem, de forma pormenorizada, os procedimentos a adoptar em caso de emergência. Serão afixadas junto da porta de acesso aos locais por elas abrangidos.
Instruções Especiais de Segurança	São destinadas aos elementos designados para tomar parte ativa em situação de emergência, até à chegada das forças de socorro exteriores.

Quadro 7 – Descrição dos tipos de Instruções de Segurança.

As Instruções de Segurança encontram-se no Anexo A.

3. PLANO DE ATUAÇÃO

3.1. PROCEDIMENTOS EM CASO DE DETEÇÃO DE UMA SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA

3.1.1. REPORTAR UMA EMERGÊNCIA

AO DESCOBRIR UMA SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA DEVERÁ TRANSMITIR O ALARME ATRAVÉS DE UMA DAS SEGUINTE FORMAS:	
Ação	Instruções
Alarme para os Meios de Socorro Externos	Deverá ligar o número de emergência 112 e informar o seguinte: – Qual o seu nome; – Qual o tipo de emergência (incêndio, ameaça de bomba, emergência médica, etc.); – Qual o local exato da emergência; – Quantas pessoas feridas, se conhecido.
Avisar o elemento do Serviço de Segurança contra Incêndio	Avisar o elemento pertencente ao SSI mais próximo, informando-o do tipo de emergência detetada, do local exato da emergência e se existem pessoas feridas. Os elementos que fazem parte do SSI possuem informação acerca dos procedimentos de difusão do alarme a realizar.
Accionar o botão de alarme de incêndio	Accionar o botão de alarme mais próximo. O sinal de alarme soará na CDI, presente no PS que desencadeará o procedimento de confirmação do mesmo.

3.1.2. COMUNICAÇÃO DO ALARME

Comunicação do Alarme	Automático	Através do sistema automático de deteção de incêndio que transmite para a central de deteção de incêndios.
------------------------------	------------	--

	Pessoal	Qualquer pessoa que presencie uma situação de emergência deve reportar a emergência imediatamente.
--	---------	--

Quadro 8 – Meios de comunicação e alarme.

PROCEDIMENTOS PARA COMUNICAÇÃO DO ALARME	
Responsável	Responsável de Segurança (RS)/ Delegado de Segurança (DS)
Quando é necessário?	Sempre que seja detetado ou reportado um alarme.
Comunicação	O RS ou o DS comunica aos elementos do SSI , pelos meios de comunicação disponíveis.
Ações	<u>Comunicação de alarme pessoal:</u> Confirmar as seguintes informações: – O nome da pessoa; – O tipo de emergência (incêndio, ameaça de bomba, emergência médica, etc.); – O local exato da emergência; – Quantas pessoas feridas, se conhecido. <u>Comunicação de alarme automática:</u> Confirmar na central de incêndio o respectivo local da ocorrência.
Executantes	RS/DS/Elementos do SSI

3.1.3. CONFIRMAÇÃO DO ALARME

PROCEDIMENTOS PARA CONFIRMAÇÃO DO ALARME	
Responsável	Delegado de Segurança (DS)
Quando é necessário?	A confirmação da situação de emergência é necessária sempre que há deteção e comunicação do alarme.
Comunicação	O RS informa o DS através dos meios de comunicação disponíveis.

Ações	O DS e/ou os Elementos do SSI devem deslocar-se ao local indicado e transmitir o ponto de situação ao RS. Informar a necessidade de proceder à evacuação do local afectado. Solicitar o reforço da EI. As várias atuações do DS e dos Elementos do SSI estão definidas nas Instruções Especiais no <u>Anexo A</u>.
Executantes	DS/Elementos do SSI

3.2. ATIVAÇÃO DOS PROCEDIMENTOS EM CASO DE EMERGÊNCIA

3.2.1. DECISÃO DA ATIVAÇÃO DO ALARME

PROCEDIMENTOS PARA DECISÃO DE ATIVAÇÃO DO ALARME	
Responsável	Responsável de Segurança (RS)/ Delegado de Segurança (DS)
Quando é necessário?	Os PCE são ativados a partir do nível 2 de emergência.
Comunicação	O RS ou o DS define o nível de emergência e informa os Elementos do SSI através dos meios de comunicação disponíveis.
Ações	Os Elementos do SSI desencadeiam todos os contactos para a ativação dos PCE. Informam qual o nível de emergência da ativação dos PCE. As atuações estão definidas nas Instruções Especiais de Segurança, no <u>Anexo A</u>.
Executantes	Elementos do SSI

3.2.2. PROCEDIMENTOS PARA DIFUSÃO DO ALARME

Tipo do Alarme	Restrito	Destinado aos elementos que compõem a estrutura de segurança em emergência, pelo telefone/telemóvel ou correio electrónico.
-----------------------	----------	---

	Geral	Destinado a todos os ocupantes das áreas a evacuar através do toque das sirenes.
--	-------	--

Quadro 9 – Meios de difusão do alarme.

PROCEDIMENTOS PARA A DIFUSÃO DO ALARME	
Responsável	Responsável de Segurança (RS)/ Delegado de Segurança (DS)
Quando é necessário?	Sempre que ocorre uma situação de emergência a partir do nível 2 .
Comunicação	O RS ou o DS informa os Elementos do SSI sobre qual o tipo de difusão de alarme (restrito ou geral).
Ações	<u>Alarme restrito</u> Sempre que ocorre uma situação de emergência, o alarme restrito deve ser difundido aos elementos da estrutura de segurança responsáveis pela sua confirmação. O alarme restrito é difundido pelos seguintes meios: – Telefone/ telemóvel; – Correio eletrónico. <u>Alarme geral</u> Sempre que a situação de emergência conduza à necessidade de proceder à evacuação (parcial ou total) do edifício. O alarme geral é difundido pelos seguintes meios: – Sirenes. As atuações estão definidas nas Instruções Especiais de Segurança, no <u>Anexo A</u>.

3.2.3. TRANSMISSÃO DO ALERTA

PROCEDIMENTOS PARA A TRANSMISSÃO DO ALERTA	
Responsável	Responsável de Segurança (RS)/ Delegado de Segurança (DS)
Quando é necessário?	A emissão do alerta é necessária sempre que é definido o nível 3 de emergência ou, nalguns casos, quando é definido o nível

PROCEDIMENTOS PARA A TRANSMISSÃO DO ALERTA	
	2 de emergência, isto é, sempre que não se consiga resolver a situação de emergência com os meios humanos e materiais existentes na instalação.
Comunicação	O RS ou o DS define o momento em que deve ser dado o alerta aos Meios de Socorro Externos, em função das características e dimensão do sinistro e comunica-o aos Elementos do SSI .
Ações	O RS ou o DS telefona para os Meios de Socorro Externos e informam o seguinte: – O seu nome e identifique a entidade de onde está a ligar; – O tipo de emergência (incêndio, ameaça de bomba, emergência médica, etc.); – O local exato da emergência; – Quantas pessoas feridas, se conhecido; – O local de receção dos meios de socorro externos. As atuações estão definidas nas Instruções Especiais de Segurança, no <u>Anexo A</u>.
Executantes	RS/DS

17

3.2.4. COMUNICAÇÕES DE EMERGÊNCIA

3.2.4.1. MEIOS DE COMUNICAÇÃO DISPONÍVEIS

Os meios de comunicação disponíveis para dirigir, controlar e coordenar a resposta à emergência são os seguintes:

Meio de comunicação	Instruções
Telefone	A rede de telefone está disponível para todos os ocupantes do edifício. Durante a maioria das situações de emergência o sistema de telefone será o principal meio de comunicação.
Telemóvel	A rede de telemóvel é útil para manter comunicações durante falhas de energia e comunicações e quando é necessária mobilidade durante as

Meio de comunicação	Instruções
	comunicações, nomeadamente com pessoas/intervenientes dos PCE com funções de confirmação/avaliação. Em casos de emergência, pode existir o congestionamento das redes, e restringir severamente a capacidade de usar este tipo de serviço.

Quadro 10 – Meios de comunicação.

3.2.4.2. CONTACTOS

A lista de identificação e contactos de intervenientes nos Procedimentos em Caso de Emergência (**PCE**) e dos meios de socorro externos encontram-se no Anexo C.

3.2.4.3. MATRIZ DE COMUNICAÇÕES

	Responsável de Segurança (RS)	Delegado de segurança (DS)	Equipa de Intervenção (EI)	Equipa de Evacuação (EE)
Responsável de Segurança (RS)		Telefone Telemóvel Presencial		
Delegado de segurança (DS)	Telefone Telemóvel Presencial		Telefone Telemóvel Presencial	Telefone Telemóvel Presencial
Equipa de Intervenção (EI)		Telefone Telemóvel Presencial		Telemóvel Presencial
Equipa de Evacuação (EE)		Telefone Telemóvel Presencial	Telemóvel Presencial	

3.3. PROCEDIMENTOS ESPECÍFICOS DE ATUAÇÃO EM CASO DE EMERGÊNCIA

3.3.1. INSTRUÇÕES ESPECIAIS DE EMERGÊNCIA

As Instruções Especiais de Segurança são destinadas aos elementos do Plano de Segurança designados para tomar parte ativa em situação de emergência, até à chegada das forças de socorro exteriores.

As Instruções Especiais de Segurança encontram-se no Anexo A.

3.3.1.1. CORTE GERAL DA REDE NORMAL DE ENERGIA ELÉTRICA

PROCEDIMENTOS PARA O CORTE GERAL DA REDE NORMAL DE ENERGIA ELÉTRICA:	
Responsável	Delegado de Segurança (DS)
Necessidade	Sempre que a presença de energia elétrica possa colocar em risco a integridade física dos ocupantes e meios de socorro externos durante a intervenção numa situação de emergência.
Comunicação	Em caso de necessidade de efetuar o corte de energia de emergência, o DS contacta com os Elementos do SSI via rádio transmissor, telefone ou telemóvel.
Ações	Corte Manual: – Parciais - Disjuntores nos quadros eléctricos sectoriais; – Geral – disjuntor no QE Geral.
Executante	DS /Elementos do SSI

19

3.3.1.2. PROCEDIMENTOS PARA PRESTAÇÃO DE PRIMEIROS SOCORROS

PROCEDIMENTOS PARA A PRESTAÇÃO DE PRIMEIROS SOCORROS	
Responsável	Delegado de Segurança (DS)
Necessidade	Sempre que existam pessoas feridas decorrente de acidente ou vítimas de doença súbita.
Comunicação	O DS contacta com os Elementos do SSI via rádio transmissor, telefone ou telemóvel.
Ações	O DS e/ou Elementos do SSI desloca-se ao local, efetua uma avaliação do estado da vítima e presta os primeiros socorros. Informa o DS se é necessário o alerta aos Meios de Socorro Externos.

	As atuações estão definidas nas Instruções de Segurança, no <u>Anexo A</u> .
Executante	DS/Elementos do SSI

3.3.1.3. PROCEDIMENTOS PARA PROTECÇÃO DOS LOCAIS DE RISCO

PROCEDIMENTOS PARA A PROTECÇÃO DOS LOCAIS DE RISCO	
Responsável	Delegado de Segurança (DS)
Necessidade	Sempre que a situação de emergência possa comprometer o normal funcionamento dos locais de risco da instalação.
Comunicação	O DS contacta com os Elementos do SSI via rádio transmissor, telefone ou telemóvel. Os Elementos do SSI mantêm o DS atualizado acerca da situação.
Ações	O DS , em consonância com as informações fornecidas pelos Elementos do SSI , avalia se as consequências da situação de emergência podem afetar o normal funcionamento dos locais de risco. Caso se preveja a extensão da situação de emergência a qualquer um destes locais, o DS deverá: – Destacar um Elemento do SSI para o local ameaçado para coordenação/avaliação das Ações a desenvolver. – Enviar os Elementos do SSI para o local ameaçado. As atuações estão definidas nas Instruções de Segurança, no <u>Anexo A</u> .
Executante	DS/Elementos do SSI

3.3.1.4. PROCEDIMENTOS PARA RECEÇÃO DOS MEIOS DE SOCORRO EXTERNOS

PROCEDIMENTOS PARA A RECEÇÃO DOS MEIOS DE SOCORRO EXTERNOS	
Responsável	Delegado de Segurança (DS)

Necessidade	Sempre que os Meios de Socorro Externos se desloquem às instalações.
Comunicação	O DS contacta com os Elementos do SSI via rádio transmissor, telefone ou telemóvel para se dirigirem ao local de acolhimento.
Ações	O DS e/ou os Elementos do SSI informam o responsável dos Meios de Socorro Externos sobre o estado atual da situação de emergência, prestam todo o apoio necessário e orientam o acesso ao local em emergência. As atuações, para as várias situações de emergência estão definidas nas Instruções Especiais de Segurança, no <u>Anexo A</u> .
Executante	DS /Elementos do SSI

4. PLANO DE EVACUAÇÃO

4.1. COORDENAÇÃO DA EVACUAÇÃO

21

PROCEDIMENTOS PARA A COORDENAÇÃO DA EVACUAÇÃO	
Responsável	Delegado de Segurança (DS)
Necessidade	Sempre que é definido o nível 2 ou nível 3 de Emergência.
Comunicação	O DS contacta com os Elementos do SSI via rádio transmissor, telefone ou telemóvel acerca das operações a desenvolver.
Ações	O DS , com base na informação recebida, deve tomar as seguintes decisões: – Determinar a ativação do Plano de Evacuação parcial ou total; – Caso existam vias de evacuação obstruídas, identificar e comunicar os caminhos alternativos; – Caso não seja possível utilizar os Pontos de Encontro pré-definidos, identificar os Ponto(s) de Encontro alternativo(s)

PROCEDIMENTOS PARA A COORDENAÇÃO DA EVACUAÇÃO	
	– Confirmar o estado de evacuação das áreas do edifício – Confirmar contagem do número de pessoas no Ponto de Encontro. – Confirmar a necessidade de proceder ao resgate de pessoas.
Executante	DS

4.2. PROCEDIMENTOS EM CASO DE EVACUAÇÃO

Os ocupantes da instalação ao ouvirem a ordem de evacuação (dada pelo toque das sirenes) ou os sinais/mensagens dos Elementos do Serviço de Segurança contra Incêndios (**SSI**) devem cumprir os procedimentos descritos no quadro abaixo.

PROCEDIMENTOS GERAIS EM CASO DE EVACUAÇÃO	
PERÍODO	PROCEDIMENTOS
Antes da evacuação	Arrumar a sua cadeira junto à secretária ou posto de trabalho de modo a não obstruir a via de passagem.
Durante a evacuação	– Não correr. Abandonar imediatamente as instalações pela via de evacuação mais próxima ou em melhores condições de segurança. – Não gritar. – Não usar os elevadores em situação de emergência. – Manter a calma e transmitir tranquilidade às restantes pessoas durante a evacuação. – Prestar ajuda aos Elementos do SSI, sempre que solicitado. – Não voltar aos locais evacuados para buscar pessoas, documentos ou objectos pessoais. – Dirigir-se para o Ponto de Encontro.
Após a evacuação	Não abandonar o Ponto de Encontro até que lhe sejam dadas instruções nesse sentido.

4.3. ATIVAÇÃO DO PLANO DE EVACUAÇÕES

Face às características e ao tipo de atividade do edifício, considerou-se a existência das seguintes formas (modelos) de evacuação da instalação, a evacuação parcial e a evacuação total.

4.3.1. EVACUAÇÃO PARCIAL

A evacuação parcial corresponde à evacuação dos ocupantes das áreas onde ocorreu a emergência e adjacentes.

A evacuação parcial é realizada quando se prevê que a emergência pode ser controlada com os meios existentes na instalação.

PLANIFICAÇÃO DA EVACUAÇÃO PARCIAL	
Responsável	Delegado de Segurança (DS)
Necessidade	Sempre que é ativado o nível 2 de Emergência e nas situações em que se preveja que a situação é controlável pelos meios existentes nas instalações ou facilmente controlável pelos meios de socorro externos.
Comunicação	O DS contacta com os Elementos do SSI via rádio transmissor, telefone ou telemóvel informando acerca da ativação do Plano de Evacuação. Os ocupantes são informados acerca da ativação do Plano de Evacuação através do toque das sirenes e/ou dos sinais/mensagens dos Elementos do SSI .
Ações	– Os ocupantes deverão ser mobilizados para o Ponto de Encontro. – Proceder-se-á à evacuação das zonas corta-fogo onde ocorreu a emergência e adjacentes. – Se a emergência for controlável pelos meios humanos presentes no local (internos e/ou externos), não há necessidade de passar à fase de evacuação total.
Executante	Elementos do SSI

4.3.2. EVACUAÇÃO TOTAL

A evacuação total corresponde à evacuação da totalidade dos ocupantes da instalação.

A evacuação total é realizada quando se prevê que a emergência não pode ser controlada com os meios existentes na instalação, sendo necessária a intervenção dos meios de socorro externos.

A evacuação total pode ser decorrente de uma evacuação parcial, em que se verificou o agravamento da situação.

PLANIFICAÇÃO DA EVACUAÇÃO TOTAL	
Responsável	Delegado de Segurança (DS)
Necessidade	Sempre que é ativado o nível 3 de Emergência e nas situações em que se preveja que a situação não é controlável pelos meios existentes nas instalações.
Comunicação	O DS contacta com os Elementos do SSI via rádio transmissor, telefone ou telemóvel informando acerca da ativação do Plano de Evacuação. Os ocupantes são informados acerca da ativação do Plano de Evacuação através do toque das sirenes e/ou dos sinais/mensagens dos Elementos do SSI .
Ações	– Os ocupantes deverão ser mobilizados para o Ponto de Encontro. – Proceder-se-á à evacuação de todas as zonas corta-fogo das instalações. – Os elevadores não podem ser utilizados para a evacuação dos ocupantes, salvo indicação expressa do DS ou Meios de Socorro Externos.
Executante	Elementos do SSI

4.4. PROCEDIMENTOS PARA ENCAMINHAMENTOS DOS OCUPANTES

PROCEDIMENTOS PARA ENCAMINHAMENTO DOS OCUPANTES	
Responsável	Delegado de Segurança (DS)
Necessidade	Sempre que é ativado o plano de evacuação (parcial ou total).
Comunicação	O DS comunica a ordem de evacuação dos pisos, através telefone, toque das sirenes ou sistema de som, em função do tipo de evacuação.
Ações	O Serviço de segurança contra Incêndios realiza as seguintes Ações: <u>Chefe de Fila:</u> – Devem dirigir-se às saídas interiores aguardando que todos os ocupantes sejam encaminhados para este ponto pelo Apoio e Cerra-fila. – Proceder à contagem do grupo e prepará-lo para a evacuação. – No exterior, devem dirigir-se ao Ponto de Encontro e proceder a nova contagem do grupo, por forma a garantir que todos os ocupantes efectuem a evacuação.
	<u>Cerra-Fila:</u> – Devem dirigir-se ao ponto mais desfavorável do compartimento de modo a indicar a todos os ocupantes que se devem deslocar até às saídas interiores. – Uma vez finalizada a evacuação da zona, efetuar o varrimento comprovando que não se encontra ninguém na área afetada. – Durante o percurso até ao Ponto de Encontro, devem manter o grupo unido evitando dispersões. Posicione-se no final da fila, garantindo que ninguém fica para trás.
Ações	<u>Apoio:</u> – Auxiliar o cerra-fila no varrimento e agrupamento dos ocupantes da sua área de intervenção.

PROCEDIMENTOS PARA ENCAMINHAMENTO DOS OCUPANTES	
	– Durante o percurso até ao Ponto de Encontro, deve manter-se no meio da coluna de modo a prestar auxílio aos ocupantes que apresentem mobilidade condicionada. – Os ocupantes provenientes de cada área de evacuação deverão dirigir-se para a respetiva saída de emergência e percorrer o caminho até à saída de acesso ao exterior. Já no exterior das instalações, deslocar-se-ão até ao Ponto de Encontro. As atuações, para as várias situações de emergência estão definidas nas Instruções Especiais de Segurança, no <u>Anexo B</u>.
Executante	Elementos do SSI

São apresentadas no Anexo B as plantas esquemáticas referentes às áreas e sentidos de evacuação. De referir que as setas verdes indicam o sentido da evacuação para a saída de emergência em cada área.

4.5. PONTO DE ENCONTRO

A localização de um ou mais Pontos de Encontro, consoante o número de ocupantes de um edifício, deve ser definido nas imediações das instalações, mas distanciado destas, pelo menos, entre 20 a 30 m.

Se, por algum motivo, os Pontos de Encontro previamente definidos nestes PCE estiverem obstruídos, o **DS** pode, de acordo com a evolução da emergência, definir outro(s) Ponto(s) de Encontro que considere mais seguros. Quaisquer alterações às definições expressas nestes **PCE** deverão ser comunicadas aos Elementos do **SSI**. Todos os ocupantes das instalações deverão, após a evacuação do edifício, reunir-se nos Pontos de Encontros respetivos, indicados na figura abaixo.



Figura 3 – Localização do ponto de encontro.

27

4.6. CONDIÇÕES DE EVACUAÇÃO

4.6.1. SAÍDAS PARA O EXTERIOR

Tendo em consideração a existência de uma arquitetura não atualizada, é possível verificar in situ a existência de várias saídas do recinto desportivo e dos vários locais de risco, nomeadamente:

Saída	Largura (m)	Tipo	Material	Abertura
Se1	4,53	Portão 2 portas	Metal	No sentido contrário à evacuação.
Se2	1,62	Portão 2 portas	Metal	No sentido contrário à evacuação.
Se3	< 1 UP	Porta	Metal	No sentido contrário à evacuação.

5. FIM DA EMERGÊNCIA

5.1. CONDIÇÕES PARA O FIM DA EMERGÊNCIA

PROCEDIMENTOS PARA DECLARAR O FIM DA EMERGÊNCIA	
Responsável	Delegado de Segurança (DS)
Necessidade	Sempre que, após uma situação de emergência, estejam reunidas as condições de segurança, e que não ponham em risco as pessoas ou as instalações.
Comunicação	O Fim da Emergência é anunciado de forma clara a todos os Elementos do SSI e a todos os ocupantes das instalações. <u>Comunicação no Exterior</u> O DS designa dois Elementos do SSI para comunicarem o Fim da Emergência nos Pontos de Encontro. Os elementos designados pelo DS anunciam presencialmente nos Pontos de Encontro o Fim da Emergência. <u>Comunicações no Interior</u> O DS informa o Fim da Emergência. <u>Comunicações aos organismos externos</u> O DS comunica o final da emergência aos organismos externos às instalações, nomeadamente, familiares de sinistrados, comunicação social, etc..
Ações	O DS, em colaboração com os Meios de Socorro Externos, quando presentes no local ou, com os Elementos do SSI, deve confirmar as seguintes condições: – A situação de emergência está dominada/controlada; – Não existe risco de se produzirem novos incidentes que afetem as pessoas ou as instalações; – Estão reunidas as condições mínimas de segurança para que o edifício seja novamente ocupado;

PROCEDIMENTOS PARA DECLARAR O FIM DA EMERGÊNCIA	
	– No caso de não estarem garantidas as condições mínimas de segurança para o edifício ser reocupado, o DS deve informar os ocupantes.
Executante	DS e Elementos do SSI

5.2. REPOSIÇÃO DAS CONDIÇÕES DE SEGURANÇA

PROCEDIMENTOS PARA A REPOSIÇÃO DAS CONDIÇÕES DE SEGURANÇA	
Responsável	Delegado de Segurança (DS)
Necessidade	A reposição das condições de segurança deve realizar-se sempre que sejam utilizados os equipamentos e sistemas de segurança, depois de uma emergência, e sempre que se verifiquem danos nas instalações, que possam provocar incidentes.
Comunicação	Após a verificação da reposição das condições de segurança, os meios de socorro externos e/ou os Elementos do SSI informam o DS pessoalmente ou via rádio transmissor, telefone ou telemóvel.
Ações	Uma vez finalizada a emergência os Elementos do SSI e as equipas técnicas do edifício devem realizar uma vistoria ao edifício e aos equipamentos e sistemas de segurança das instalações, verificando o seguinte: – Sistemas de segurança (e seus periféricos) danificados; – Equipamentos de segurança utilizados que necessitam de reposição; – Danos nas instalações. Após estes trabalhos, os Elementos do SSI realizam um relatório sobre o acidente.
Executante	Elementos do SSI e equipas técnicas do edifício.

IV. / ANEXOS

LISTA DOS ANEXOS	REFERÊNCIA
Instruções de Segurança	Anexo A
Peças Desenhadas	Anexo B
Contactos	Anexo C
Mapa Registo de Evacuação	Anexo D
Ficha de Ameaça de Bomba	Anexo E

/ANEXO A

/INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA

ÍNDICE

I. /INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA	3
IGS 1 - DEVERES DE TODOS OS COLABORADORES	4
IGS 2 - TÉCNICAS DE UTILIZAÇÃO DOS MEIOS DE PRIMEIRA INTERVENÇÃO	5
IGS 3 - MEDIDAS DE PREVENÇÃO DE INCÊNDIOS	6
IGS 4 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO	7
IGS 5 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE SISMO	8
IGS 6 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE INUNDAÇÃO	9
IGS 7 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE INTRUSÃO	9
IGS 8 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE AMEAÇA DE BOMBA.....	10
IGS 9 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE MANIFESTAÇÕES E DISTÚRBIOS.....	11
IGS 10 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE EMERGÊNCIA MÉDICA.....	11
IGS 11 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE EVACUAÇÃO	12
II. /INSTRUÇÕES ESPECIAIS DE SEGURANÇA	12
IES 1 - DELEGADO DE SEGURANÇA (DS)	14
IES 2 - POSTO DE SEGURANÇA (PS).....	16
IES 3 - EQUIPA DE INTERVENÇÃO (EI)	17
IES 4 - EQUIPA DE EVACUAÇÃO (EE)	19
III. /INSTRUÇÕES PARTICULARES DE SEGURANÇA.....	21

I. / INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA

As Instruções Gerais de Segurança são dirigidas a todos os ocupantes das instalações. Têm um carácter geral e servem como orientação numa situação de emergência.

Devem ser afixadas junto das plantas de emergência e em locais estratégicos, acessíveis a todos os que se destinam.

LISTA DAS INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA	REFERÊNCIA
Deveres de todos os ocupantes	IGS.1
Técnicas de utilização dos meios de primeira intervenção	IGS.2
Medidas de prevenção de incêndios	IGS.3
Procedimentos em caso de incêndio	IGS.4
Procedimentos em caso de sismo	IGS.5
Procedimentos em caso de inundação	IGS.6
Procedimentos em caso de intrusão, furto ou roubo	IGS.7
Procedimentos em caso de ameaça de bomba	IGS.8
Procedimentos em caso de manifestações e distúrbios	IGS.9
Procedimentos em caso de emergência médica	IGS.10
Procedimentos em caso de evacuação	IGS.11

IGS 1 - DEVERES DE TODOS OS COLABORADORES

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Manter-se informado	Conhecer e cumprir a Instruções Gerais de Segurança;
	Conhecer os riscos existentes na instalação.
Ter uma atitude de segurança	Conhecer os intervenientes no Plano de Segurança Interno (PSI);
	Identificar os Elementos do Serviço de Segurança contra Incêndios (SSI) da sua área de trabalho.
	<pre> graph TD RS[Responsável de Segurança (RS)] --> DS[Delegado de Segurança (DS)] DS --> PS[Posto de Segurança (PS)] DS --> SSI subgraph SSI EI[Equipa de Intervenção (EI)] EE[Equipa de Evacuação (EE)] end </pre> O diagrama ilustra a estrutura hierárquica do Serviço de Segurança contra Incêndios (SSI). No topo, encontra-se o Responsável de Segurança (RS), que reporta ao Delegado de Segurança (DS). O DS, por sua vez, reporta ao Posto de Segurança (PS) e também supervisiona o SSI. O SSI é composto por duas equipas principais: a Equipa de Intervenção (EI) e a Equipa de Evacuação (EE).
Dar o Alarme	Informar o PS ou o Elemento do SSI mais próximo sobre qualquer anomalia que possa vir a provocar um sinistro ou que possa comprometer a segurança dos ocupantes em caso de evacuação.
Ter uma atitude de proteção	Conhecer o Plano de Evacuação da instalação, nomeadamente, o percurso que deve realizar para a evacuação, a partir do seu local de trabalho, até ao ponto de encontro definido;
	Obedecer às instruções dos Elementos do SSI .
Ter uma atitude cívica	Contribuir para manter desobstruídos e em condições de segurança os caminhos de evacuação e as saídas de emergência.

IGS 2 - TÉCNICAS DE UTILIZAÇÃO DOS MEIOS DE PRIMEIRA INTERVENÇÃO

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Antes de atuar sobre um foco de incêndio	Ao atuar num incêndio, não corra riscos, mantenha uma distância de segurança;
	Lembre-se que deve escolher o agente extintor em conformidade com o tipo de incêndio.
Extintores	Transporte o extintor na posição vertical, segurando no manípulo;
	Retire o selo ou cavilha de segurança;
	Coloque-se à distância de 2 a 4 metros da chama, sempre no sentido do vento;
	Aponte o bocal à base das chamas;
	Acione o gatilho até à extinção completa, cobrindo, devagar, toda a superfície das chamas.
Bocas-de-incêndio armadas (carretéis)	O procedimento com bocas-de-incêndio de calibre reduzido é idêntico ao enunciado para os extintores, mas preste atenção aos seguintes aspetos: • Não se esqueça de abrir a válvula de segurança; • Segure na agulheta, puxe a mangueira e ataque o fogo mantendo uma distância de segurança.

IGS 3 - MEDIDAS DE PREVENÇÃO DE INCÊNDIOS

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Prevenção de Incêndios	<u>Se fuma:</u> Utilize os cinzeiros; certifique-se que não ficam beatas acesas; respeite as áreas de proibição de fumar;
	Não sobrecarregue as tomadas de corrente elétrica, ligando vários aparelhos na mesma tomada;
	Não fomite o aparecimento de armazenamentos incontrolados. Respeite as zonas destinadas a este fim e mantenha os locais limpos;
	Inspecione o seu posto de trabalho no final do dia de trabalho;
	Se detetar qualquer falha nas instalações elétricas ou de proteção contra incêndios (extintores, botões de alarme, bocas de incêndio) comunique de imediato ao RS ;
	Não bloqueie as portas corta-fogo existentes (nomeadamente pelo uso de cunhas);
	Conheça as instruções gerais de segurança onde estão descritos os procedimentos em caso de incêndio.

IGS 4 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Ao descobrir um foco de incêndio	Mantenha a calma;
	Ajude a acalmar os outros;
	Não grite;
	Avisar, indicando o local e alcance do incêndio: O RS por telefone para o número 911567253 .
	Em alternativa:
	• Avise o Elemento do SSI da sua zona de trabalho; • Acione o botão de alarme mais próximo; na impossibilidade de realizar o contacto telefónico ou em situação grave.
Ao ouvir a ordem de evacuação (sirene ou Elemento do SSI)	Siga as instruções dos Elementos do SSI ;
	Não utilize os meios de combate a incêndio se não tiver conhecimentos para tal.
	Prepare-se para iniciar a evacuação das instalações;
	Mantenha-se em silêncio de modo a poder ouvir as instruções dos elementos do SSI ;
	Em caso de existência de fumo que dificulte a respiração desloque-se rente ao chão e proteja as vias respiratórias com um pano humedecido;
	Não retroceda;
	Não carregue objetos volumosos;
	Não corra;
	Uma vez no exterior do edifício dirija-se ao Ponto de Encontro e espere instruções. Não o abandone;
	Regresse ao interior do edifício somente quando o DS o permitir.

IGS 5 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE SISMO

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Durante o Sismo	Mantenha a calma e tente acalmar as outras pessoas;
	Se estiver a fumar, apague o cigarro;
	Não se precipite para o exterior, pois pode correr maior perigo;
	Se possível, desligue as máquinas e outros equipamentos elétricos;
	Tenha cuidado com a queda de objetos ou móveis e mantenha-se afastado dos vãos e fachadas e das coberturas envidraçadas;
	Abrigue-se debaixo de uma mesa ou secretária;
	Use somente o telefone para situações urgentes, para não sobrecarregar as linhas;
Após o Sismo	Após o primeiro abalo, em geral, registam-se novos abalos denominados réplicas;
	Não se precipite para a saída e não corra;
	Siga apenas as instruções dos Elementos do SSI .
	Não ligue interruptores, podem ocorrer curto-circuitos;
	Proteja a cabeça e a cara com um casaco, uma manta, um capacete ou um objeto resistente;
	Verifique se há incêndios e nesse caso, acione o botão de alarme;
	Verifique se há feridos e, em caso afirmativo informe o RS , por telefone para o número 911567253 ou o Elemento do SSI da sua área;
	Não mexa em pessoas feridas, a menos que estejam em perigo iminente (muito perto de um fogo ou em caso de perigo de colapso do edifício);
	Ajude as pessoas que estiverem nervosas;
	Não fume nem utilize chamas ou isqueiros;
	Evite passar por locais onde haja fios elétricos soltos e tocar em objetos metálicos em contacto com eles;
	Não volte atrás.

IGS 6 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE INUNDAÇÃO

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Ao descobrir uma inundação	Mantenha a calma.
	Contacte de imediato o RS , por telefone para o número 911567253 ;
	Em alternativa, contacte:
	• O Elemento do SSI na sua área; ou • Caso não consiga dar o alarme de outra forma, ativando o botão de alarme mais próximo.
	Procure identificar a causa;
	Verifique, se possível, onde se está a acumular a água;
	Se conseguir, sem correr riscos, impedir/parar o fluxo de água, atue;
	Se existirem equipamentos elétricos junto à acumulação de água ou estes estejam em contacto com ela – perigo de electrocussão – abandone de imediato o local.

9

IGS 7 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE INTRUSÃO

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Ao se aperceber de uma intrusão/ furto	Não mexa nos objetos, nem toque nos locais onde estavam as peças;
	Feche os espaços;
	Contacte de imediato o RS , por telefone para o número 911567253 ou para o 112 .
Se assistir a um furto/ roubo/ situação com reféns	Não oponha resistência;
	Memorize a fisionomia, comportamento e palavras pronunciadas pelo(s) assaltante(s);
	Assim que possível, sem correr riscos desnecessários, informe de imediato o RS , por telefone para o número 911567253 ;
	Se se deslocam em viatura, registe o tipo de veículo, modelo, matrícula e a direção em que fugiam.

IGS 8 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE AMEAÇA DE BOMBA

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Se receber uma ameaça de bomba telefonicamente	Não grite;
	Ouçã com atenção;
	Seja delicado e mostre interesse;
	Tente manter o interlocutor a conversar para que possa obter o maior número de informações possível;
	Preste atenção a barulhos de fundo;
	Contacte imediatamente o RS , por telefone para o número 911567253 e informe sobre a receção do aviso de ameaça, transmitindo os seguintes dados: • Identificação pessoal; • Hora exata do telefonema; • Conteúdo da ameaça;
	Não comente o sucedido com os outros colaboradores, para evitar o pânico;
	Evite utilizar o telemóvel;
	Aguarde instruções;
	Preencha a ficha de ameaça de bomba.
Se descobrir um objeto suspeito	Mantenha a calma;
	Não grite;
	Não toque no objeto;
	Informe o RS , por telefone para o número 911567253 ;
	Não comente o sucedido com os outros colaboradores;
	Evite utilizar o telemóvel;
	Aguarde instruções.

IGS 9 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE MANIFESTAÇÕES E DISTÚRBIOS

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Se assistir a manifestações ou distúrbios	Mantenha a calma;
	Não grite;
	Avisar o RS , por telefone para o número 911567253 ;
	Se possível, feche as portas para isolar os distúrbios;
	Proteja-se. Evite situações que possam desencadear a violência;
	Encoraje as pessoas a deixar a área.

IGS 10 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE EMERGÊNCIA MÉDICA

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Se alguém ficar doente ou necessitar de assistência	Avisar o RS , por telefone para o número 911567253 ;
	Dê informações detalhadas da localização e dos sintomas;
	Se não tiver formação, não preste os primeiros socorros;
	Tente obter junto da pessoa as seguintes informações, se esta estiver consciente: • Nome; • Descrição dos sintomas; • Alergias; • Medicamentos; • História clínica (condição cardíaca, asma, diabetes, etc.).
	Fique no local, junto da pessoa, até que chegue a assistência médica. Preste toda a informação que souber.

11

IGS 11 - PROCEDIMENTOS EM CASO DE EVACUAÇÃO

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Antes da evacuação	Arrume a sua cadeira de modo a não obstruir a via de passagem.
Durante a evacuação	Não corra. Abandone imediatamente as instalações pela via de evacuação mais próxima ou em melhores condições de segurança;
	Não grite;
	Mantenha a calma e transmita tranquilidade às restantes pessoas durante a evacuação;
	Preste ajuda ao Elemento do SSI , sempre que solicitado;
	Não volte aos locais evacuados para buscar pessoas ou objetos pessoais;
	Dirija-se para o Ponto de Encontro;
Após a evacuação	Não abandone o Ponto de Encontro até que lhe sejam dadas instruções nesse sentido.

12

II. / INSTRUÇÕES ESPECIAIS DE SEGURANÇA

As instruções especiais são dirigidas aos Elementos do Serviço de Segurança Contra Incêndio, são um indicativo dos procedimentos necessários para o correto desenvolvimento do Plano de Segurança e funcionam como complemento à formação e simulacros.

As Instruções Especiais de Segurança são as seguintes:

LISTA DAS INSTRUÇÕES PARTICULARES DE SEGURANÇA	REFERÊNCIA
Delegado de Segurança	IES.1
Posto de Segurança	IES.2
Equipa de Intervenção	IES.3
Equipa de Evacuação	IES.4

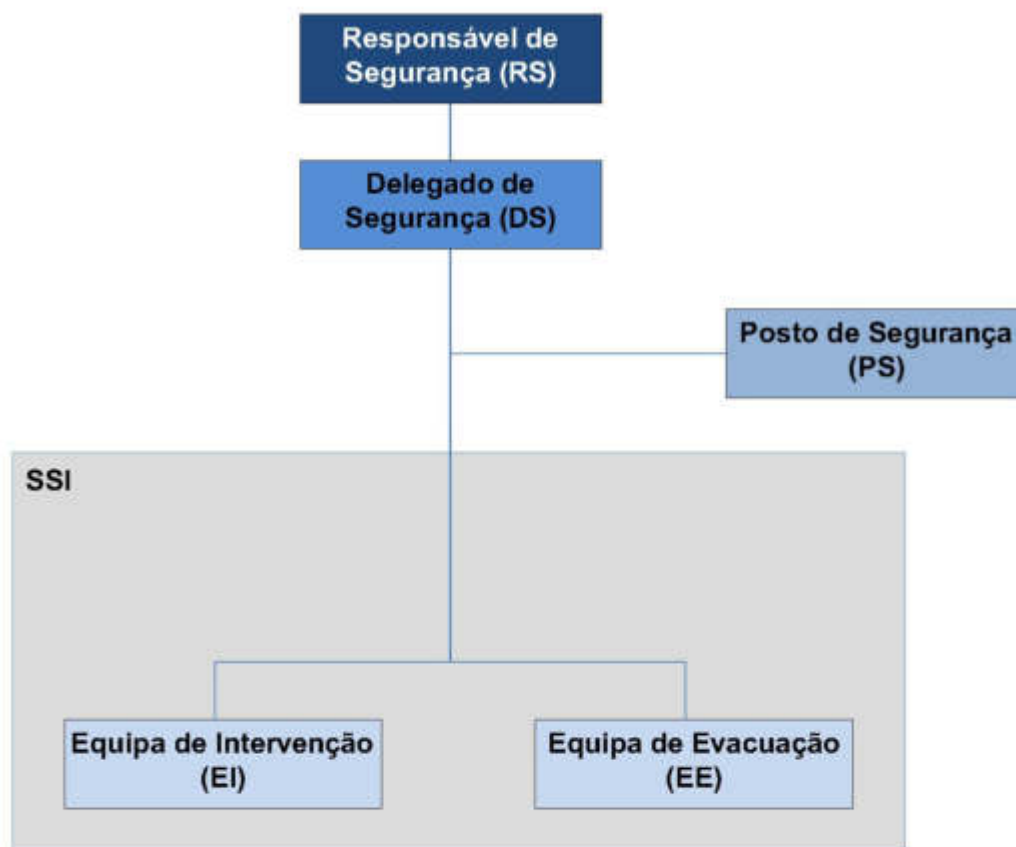


Fig. 1. Organograma da organização da segurança em caso de emergência.

IES 1 - DELEGADO DE SEGURANÇA (DS)

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Ao ser avisado de uma emergência	Dirija-se imediatamente para o PS ;
	Coordene a partir do PS todas as operações mantendo-se em contacto com o Responsável de Segurança e com o Responsável pela Intervenção (RI);
	Em função do nível da emergência, decida, em conjunto com o RI , quais as ações a tomar.
	Avalie a necessidade, de acordo com as informações do RI , de pedir ajuda aos Meios de Socorro Externos e, em caso afirmativo, efetue o alerta;
	Informe o RS .
Em caso de evacuação	Avalie a necessidade, de ativar o Plano de Evacuação em conjunto com o Responsável pela Intervenção;
	Mande ativar o Plano de Evacuação;
	Informe o RS ;
	Confirme com os elementos da EE , que todos os ocupantes abandonaram o edifício;
	Dê indicações ao RI acerca do estado de evacuação do edifício, nomeadamente, informe quais os locais totalmente evacuados e quais as zonas onde existem pessoas;
	Em função das características do sinistro e de condições externas diversas, poderá optar por um Ponto de Encontro diferente dos que estão definidos neste Plano de Segurança;
	Na situação de alarme falso ou ocorrência controlável informe os ocupantes, que poderão ter iniciado a evacuação do edifício, do sucedido e promova o seu regresso às instalações.
Se houver feridos	Se houver feridos (antes da chegada dos meios externos), decida a localização do Ponto de Concentração de Feridos em função do tipo e características da situação de emergência;
	Mobilize os Elementos do SSI para o ponto de concentração de feridos e prestem os primeiros socorros.
	Verifique com os Elementos do SSI se os feridos apresentam gravidade e, em

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
	caso afirmativo, efetue o alerta aos Meios de Socorro Externos.
Em caso de ameaça de bomba	Solicite a ficha de ameaça de bomba devidamente preenchida;
	Decida, em função da informação fornecida pelo RI e da Ficha de Ameaça de Bomba preenchida, acerca da necessidade de dar o alerta para os Meios de Socorro Externos (Brigada de Minas e Armadilhas);
	Informe o RS .
Em caso de objeto suspeito (sem ameaça de bomba)	Solicite o alerta aos Meios de Socorro Externos (Brigada de Minas e Armadilhas) para que seja avaliada a perigosidade do objeto;
	Avalie em conjunto com a Brigada de Minas e Armadilhas a necessidade de proceder à evacuação parcial ou total do edifício;
	Informe o RS .
Em caso de ameaça de bomba com objeto suspeito	Proceda à evacuação parcial do edifício, por forma a criar um perímetro de segurança;
	Solicite o alerta aos Meios de Socorro Externos (Brigada de Minas e Armadilhas) para que seja avaliada a perigosidade do objeto;
	Informe o RS ;
	Após a avaliação do objeto por parte da Brigada de Minas e Armadilhas e do RI , decida, em conjunto com os meios de socorro externos e o RI , acerca da evacuação total do edifício.
Alerta para os meios de socorro externos	Telefone para os Meios de Socorro Externos e informe o seguinte: • O seu nome e identifique a entidade de onde está a ligar; • O tipo de emergência (incêndio, ameaça de bomba, emergência médica, etc.); • O local exato da emergência; • Quantas pessoas feridas, se conhecido; • O local de receção dos meios de socorro externos.
Fim da Emergência	Elabore o documento, se possível com reportagem fotográfica, com os esclarecimentos a fornecer à Comunicação Social e aos familiares dos sinistrados;
	Decrete o final da emergência assim que o acidente seja considerado controlado. Todos os intervenientes deverão ser avisados com clareza.

IES 2 - POSTO DE SEGURANÇA (PS)

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Ao ser avisado de uma ocorrência via telefone ou pessoalmente	Contacte o Elemento do SSI da zona para que averigue a veracidade e dimensão da emergência. Se necessário, deve intervir com os meios disponíveis;
	Informe o RI para que se dirija ao local.
Em caso de alarme de incêndio – por deteção automática	Contacte o Elemento do SSI da zona para que averigue a veracidade e dimensão da emergência. Se necessário, deve intervir com os meios disponíveis;
	Informe o RI para que se dirija ao local;
	Monitorize o alarme de incêndio através da Central de Deteção de Incêndios.
Se existir incêndio	Mantenha-se em contacto com o Elemento do SSI presente no local.
	O Elemento do SSI presente no local deve transmitir o ponto de situação ao Posto de Segurança, efetuando o reconhecimento e fornecendo as seguintes informações:
	• Onde se encontra e qual a localização exata do incêndio; • Tipo de combustível, e proporções do mesmo; • Condições de acesso ao local, com indicação da melhor entrada.
	Informe o DS da existência de incêndio;
	Informe a EI para que auxiliem na primeira intervenção ao incêndio;
	Informe a EE para que se preparem para uma eventual evacuação do edifício;
	Coordene as ações necessárias para garantir a proteção das pessoas e dos locais de maior risco, nomeadamente:
Em caso de evacuação	• A abertura das portas exteriores; • A proteção dos locais de risco.
	Active o Plano de Evacuação, acionando as sirenes;
Em caso de necessidade de prestação de primeiros socorros	Mantenha o Responsável pela Intervenção informado;
	Se for avisado da existência de pessoas feridas ou da necessidade de prestar os primeiros socorros, contacte o Elemento do SSI com formação em primeiros socorros mais próximo do local;
	Mantenha-se em contacto com o Elemento do SSI por forma a perceber se é

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
	necessário conduzir a vítima para o posto médico ou para uma unidade hospitalar;
	No caso de a vítima precisar de ser conduzida até uma unidade hospitalar, solicite a comparência de uma ambulância.
Fim da Emergência	Auxilie o DS na elaboração do relatório sobre o incidente/ acidente.

IES 3 - EQUIPA DE INTERVENÇÃO (EI)

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO	
Ao ser avisado de uma situação de emergência pelo PS	Dirija-se, de imediato, ao local indicado pelo PS ;	
	Auxilie o RI e o Elemento do SSI presente no local da ocorrência nas ações a desenvolver.	
Ao ser contactado pelo PS para a prestação de primeiros socorros	Dirija-se ao PS , recolha a mala de primeiros socorros e desloque-se para o local onde se encontra a vítima;	
	Realize o exame primário à vítima;	
	Informe o PS caso a vítima necessite ser transportada para o posto médico ou unidade hospitalar;	
	Estabilize a vítima e aguarde a chegada dos meios de socorro externos;	
	No caso de a vítima apresentar um estado de lucidez e não quiser ser transportada para o posto médico ou unidade hospitalar, deve declarar e assinar o documento respetivo.	
Em caso de necessidade de prestação de primeiros socorros	Na presença de uma vítima certifique-se das condições de segurança para si e para a vítima.	
	Paragem cardiorrespiratória	Verifique o estado de consciência chamando e tocando na vítima;
		Encoste a face junto da boca da vítima para ouvir se respira. Faça-o durante 10 segundos;
		Verifique se a vítima possui pulsação premindo o pulso ou o pescoço;
		Se a vítima não possui pulsação e/ ou não respira, ligue 112 e explique a situação;

17

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO	
Em caso de necessidade de prestação de primeiros socorros		Inicie as manobras de suporte básico de vida: • Coloque as duas mãos no tórax fazendo 30 compressões; • Ponha a mão na testa da vítima, incline-lhe a cabeça para trás, tape-lhe o nariz e efetue duas insuflações.
		Efetue as manobras até à chegada dos meios de socorro.
	Ferimento/ Hemorragia	O que deve fazer: • Elevar a parte do corpo que sangra; • Estancar a hemorragia colocando um pano limpo e comprimindo sobre a ferida; • Se o pano ficar ensopado, colocar outro por cima; • Proteger a zona com uma ligadura, sem apertar.
		O que não deve fazer: • Aplicar um garrote; • Aplicar ligaduras apertadas.
	Fratura	O que deve fazer: • Movimentar a vítima o mínimo indispensável; • Instalá-la confortavelmente; • Cortar a roupa, se necessário; • Imobilizar a articulação; • Se a fratura for exposta, colocar uma compressa.
		O que não deve fazer: • Pegar na vítima.
	Queimadura	O que deve fazer: • No caso de queimaduras do 1º e 2º Grau, imergir a zona afetada em água fria, até que a vítima não sinta dor e aplicar uma pomada hidratante, tendo o cuidado de não rebentar as bolhas; • Nos casos de queimaduras do 3º Grau, aplicar uma

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
	compressa a cobrir a zona afetada e transportar imediatamente a vítima para uma unidade hospitalar.
	O que não deve fazer: • Rebentar as bolhas.

IES 4 - EQUIPA DE EVACUAÇÃO (EE)

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO
Ao ser avisado pelo PS da possibilidade de evacuação	Chefe de fila, cerra-fila e apoio
	Vista o colete de identificação de EE; Avisar os ocupantes da sua área para se prepararem para uma eventual evacuação.
Em caso de evacuação (toque das sirenes ou ao receber a ordem de evacuação pelo PS)	Chefe de fila
	Dirija-se para a saída de emergência do local aguardando que todos os ocupantes sejam encaminhados para este ponto pelo Apoio e Cerra-fila;
	Proceda à contagem do grupo e prepare-o para a evacuação;
	Coloque-se no início da fila e guie os ocupantes para o ponto de encontro;
	Não permita o retorno às zonas evacuadas;
	Durante o percurso deverá transmitir tranquilidade ao grupo e evitar que alguém o ultrapasse;
	No exterior, dirija-se ao Ponto de Encontro e proceda a nova contagem do grupo, por forma a garantir que todos os ocupantes efetuaram a evacuação;
	Informe o DS acerca da conclusão da evacuação do edifício e da necessidade ou não de proceder ao resgate de alguma pessoa.
	Cerra-fila
	Dirija-se ao ponto mais desfavorável do compartimento de modo a indicar a todos os ocupantes que se devem deslocar até à saída de emergência do local;
	<u>Em caso de incêndio:</u>

SITUAÇÃO	PROCEDIMENTO	
		Não permita a recolha de objetos pessoais;
		<u>Em caso de ameaça de bomba:</u>
		Informe os ocupantes para levarem consigo os seus objetos pessoais;
		Não permita o regresso aos locais evacuados;
		Uma vez finalizada a evacuação da zona, efetue o varrimento comprovando que não se encontra ninguém na área afetada.
		Posicione-se no final da fila, garantindo que ninguém fica para trás.
		Tranquilize as pessoas durante a evacuação, mas atue com firmeza de forma a que consiga uma evacuação rápida e ordenada.
Em caso de evacuação (toque das sirenes ou ao receber a ordem de evacuação pelo PS)	Apoio	No Ponto de Encontro, mantenha o grupo unido evitando dispersões até que o Chefe de Fila proceda à segunda contagem.
		Auxilie o cerra-fila no varrimento e agrupamento dos ocupantes da sua área de intervenção;
		Durante o percurso até ao Ponto de Encontro, mantenha-se no meio da fila de modo a prestar auxílio aos ocupantes que apresentem mobilidade condicionada;
		Substitua o chefe de fila ou o cerra-fila no caso de não estarem presentes.

III. / INSTRUÇÕES PARTICULARES DE SEGURANÇA

As Instruções Particulares de Segurança são destinadas aos locais, equipamentos ou atividades que pelas suas características apresentam riscos específicos ou tenham ação relevante em caso de sinistro e definem, de forma pormenorizada, os procedimentos a adotar em caso de emergência.

Devem ser afixadas junto da porta de acesso aos locais e equipamentos por elas abrangidos.

As Instruções Particulares de Segurança são as seguintes:

LISTA DAS INSTRUÇÕES PARTICULARES DE SEGURANÇA	REFERÊNCIA
Instruções Simplificadas de Segurança	ISS.1
Posto de Segurança	IPS.1
Quadro Elétrico	IPS.2
Arquivo/Arrumos	IPS.3
Sala de Direção / Auditório	IPS.4
Bar	IPS.5
Termoacumulador	IPS.6
Lavandaria	IPS.7
Zonas Técnicas	IPS.8
Central de Detecção de Incêndio	IPS.9
Local de risco B	IPS.10
Local de risco C	IPS.11



ISS 1 - INSTRUÇÕES SIMPLIFICADAS DE SEGURANÇA

PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO		TÉCNICAS DE UTILIZAÇÃO DOS MEIOS DE 1ª INTERVENÇÃO
AO DESCOBRIR UM INCÊNDIO	AO OUVIR A ORDEM DE EVACUAÇÃO	
Mantenha a calma. Não grite.	Prepare-se para iniciar a evacuação.	Verifique se o agente extintor é adequado e se o manómetro assinala a pressão correta.
Ajude a acalmar os outros.		Transporte o extintor na posição vertical, segurando no manípulo.
Transmita o alarme:	Em caso de existência de fumo que dificulte a respiração desloque-se rente ao chão e proteja as vias respiratórias com um pano humedecido.	Retire o selo ou cavilha de segurança.
• Para o telefone;		Teste o extintor no local onde se encontra.
Em alternativa:	Não corra. Não retroceda.	Extintor de pó químico ABC e de Água: Coloque-se à distância de 2 a 4 metros da chama, sempre no sentido do vento. 
• Acione o botão de alarme mais próximo.	Não carregue objetos volumosos.	
Se conseguir combater o incêndio com os meios à disposição, atue.	No exterior do edifício dirija-se ao Ponto de Encontro e espere instruções. Não o abandone.	Extintor de CO2: - Coloque-se à distância de 1 metro da chama, no sentido do vento. - Segure o manípulo em frente à face para se proteger. 
Não utilize os meios manuais de combate a incêndio se não tiver formação paratal.	Regresse ao interior do edifício somente quando o Responsável pela Segurança o permitir.	
TRANSMISSÃO DO ALERTA		Aponte o bocal à base das chamas.
Caso não seja possível controlar o incêndio, deve:	Está demonstrado que uma evacuação disciplinada é mais rápida e segura.	Acione o gatilho até à extinção completa, cobrindo, devagar, toda a superfície das chamas.
• Contactar os meios de socorro externos.		Após a sua utilização, deverá ser colocado ao nível do pavimento na posição horizontal em local que não obstrua a evacuação.
• Ligar para o Responsável de Segurança (911 567 253).		



IPS 1 - INSTRUÇÃO PARTICULAR DE SEGURANÇA

POSTO DE SEGURANÇA

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO	PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO
NÃO FUMAR, NEM FAZER LUME.	MANTENHA A CALMA. NÃO GRITE.
MANTER AS INSTALAÇÕES EM PERFEITO ESTADO DE LIMPEZA E ARRUMAÇÃO E ASSEGURAR AS CONDIÇÕES DE VENTILAÇÃO.	AVISE O RESPONSÁVEL PELA INTERVENÇÃO OU ACIONE O BOTÃO DE ALARME.
INSPECIONAR REGULARMENTE AS INSTALAÇÕES, PROMOVEDO AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS POR PESSOAL HABILITADO.	ATUE SOBRE O FOCO DE INCÊNDIO, USANDO O EXTINTOR PORTÁTIL QUE SE ENCONTRA NO LOCAL PARA O EFEITO, SEM CORRER RISCOS, ATÉ À CHEGADA DO RESPONSÁVEL PELA INTERVENÇÃO.
VERIFICAR PERIODICAMENTE O BOM ESTADO DE CONSERVAÇÃO E DESOBSTRUÇÃO DO EQUIPAMENTO DE COMBATE A INCÊNDIOS EXISTENTE.	EVITE UTILIZAR ÁGUA OU OUTROS AGENTES EXTINTORES À BASE DE ÁGUA SOBRE A INSTALAÇÃO ELÉTRICA MESMO SE A CORRENTE ESTIVER CORTADA.
RELATAR PRONTAMENTE QUALQUER ANOMALIA NOS EQUIPAMENTOS E INSTALAÇÃO ELÉTRICA.	UTILIZE ANTES EXTINTORES DE CO ₂ OU PÓ QUÍMICO.
MANTER OS CAMINHOS DE EVACUAÇÃO DESOBSTRUÍDOS.	SE NÃO CONSEGUIR APAGAR O FOGO, ABANDONE O LOCAL, FECHANDO A PORTA.
NÃO UTILIZAR O ESPAÇO PARA ARMAZENAMENTO DE MATERIAIS COMBUSTÍVEIS, INFLAMÁVEIS OU OUTROS.	APÓS A UTILIZAÇÃO DO EXTINTOR, DEVERÁ SER COLOCADO AO NÍVEL DO PAVIMENTO NA POSIÇÃO HORIZONTAL EM LOCAL QUE NÃO OBSTRUA A EVACUAÇÃO.
MANTER DESOBSTRUÍDOS OS PAINÉIS DE COMANDO.	



IPS 2 - INSTRUÇÃO PARTICULAR DE SEGURANÇA

QUADRO ELÉTRICO

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO	PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO
NÃO FUMAR, NEM FAZER LUME.	MANTENHA A CALMA. NÃO GRITE.
MANTER DESOBSTRUÍDO O ACESSO AO QUADRO ELÉTRICO.	
VERIFICAR PERIODICAMENTE O BOM ESTADO DE CONSERVAÇÃO E A DESOBSTRUÇÃO DO EQUIPAMENTO DE COMBATE A INCÊNDIOS EXISTENTE.	AVISE O RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA (RS) OU ACIONE O BOTÃO DE ALARME
MANTER AS INSTALAÇÕES EM PERFEITO ESTADO DE LIMPEZA E ARRUMAÇÃO E ASSEGURAR AS CONDIÇÕES DE VENTILAÇÃO.	
INSPECIONAR REGULARMENTE AS INSTALAÇÕES, PROMOVEDO AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS POR PESSOAS HABILITADAS.	ATUE SOBRE O FOCO DE INCÊNDIO, USANDO O EXTINTOR PORTÁTIL QUE SE ENCONTRA NO LOCAL PARA O EFEITO, SEM CORRER RISCOS, ATÉ À CHEGADA DO RESPONSÁVEL PELA INTERVENÇÃO.
PROCEDER À SUBSTITUIÇÃO DAS CHAPAS DE IDENTIFICAÇÃO DOS DISJUNTORES SEMPRE QUE NECESSÁRIO.	
NÃO PERMITIR A ACUMULAÇÃO DE OBJETOS COMBUSTÍVEIS NAS PROXIMIDADES DO QUADRO ELÉTRICO.	EVITE UTILIZAR ÁGUA OU OUTROS AGENTES EXTINTORES À BASE DE ÁGUA SOBRE A INSTALAÇÃO ELÉTRICA MESMO SE A CORRENTE ESTIVER CORTADA; UTILIZE ANTES EXTINTORES DE CO ₂ OU PÓ QUÍMICO.
NÃO PERMITIR INSTALAÇÕES ELÉTRICAS PROVISÓRIAS.	
RESPEITE AS NORMAS DE BOAS PRÁTICAS NA INSTALAÇÃO E MANUTENÇÃO DO EQUIPAMENTO.	SE NÃO CONSEGUIR APAGAR O FOGO, ABANDONE O LOCAL, FECHANDO A PORTA.
	APÓS A UTILIZAÇÃO DO EXTINTOR, DEVERÁ SER COLOCADO AO NÍVEL DO PAVIMENTO NA POSIÇÃO HORIZONTAL EM LOCAL QUE NÃO OBSTRUA A EVACUAÇÃO.



IPS 3 - INSTRUÇÃO PARTICULAR DE SEGURANÇA

ARQUIVO/ARRUMOS

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO	PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO
NÃO FUMAR, NEM FAZER LUME.	MANTENHA A CALMA. NÃO GRITE.
MANTER AS INSTALAÇÕES EM PERFEITO ESTADO DE LIMPEZA E ARRUMAÇÃO E ASSEGURAR AS CONDIÇÕES DE VENTILAÇÃO.	
VERIFICAR PERIODICAMENTE O BOM ESTADO DE CONSERVAÇÃO E A DESOBSTRUÇÃO DO EQUIPAMENTO DE COMBATE A INCÊNDIOS EXISTENTE.	
MANTER OS CAMINHOS DE EVACUAÇÃO DESOBSTRUÍDOS.	AVISE O RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA (RS) OU ACIONE O BOTÃO DE ALARME.
EVITAR A DEPOSIÇÃO DE MATERIAIS DIRETAMENTE SOBRE O PAVIMENTO E/OU EM ALTURA, NOMEADAMENTE EM CONTACTO COM FONTES DE CALOR (POR EXEMPLO LUMINÁRIAS).	ATUE SOBRE O FOCO DE INCÊNDIO, USANDO O EXTINTOR PORTÁTIL QUE SE ENCONTRA NO LOCAL PARA O EFEITO, SEM CORRER RISCOS, ATÉ À CHEGADA DO RESPONSÁVEL PELA INTERVENÇÃO.
RELATAR PRONTAMENTE QUALQUER ANOMALIA NA INSTALAÇÃO ELÉTRICA.	
NÃO SOBRECARRREGAR AS TOMADAS DE CORRENTE ELÉTRICA, LIGANDO VÁRIOS APARELHOS NA MESMA TOMADA.	SE NÃO CONSEGUIR APAGAR O FOGO, ABANDONE O LOCAL, FECHANDO A PORTA.
VERIFICAR O ARMAZENAMENTO, GARANTINDO QUE NÃO OBSTRUI OS DETETORES DE INCÊNDIO.	APÓS A UTILIZAÇÃO DO EXTINTOR, DEVERÁ SER COLOCADO AO NÍVEL DO PAVIMENTO NA POSIÇÃO HORIZONTAL EM LOCAL QUE NÃO OBSTRUA A EVACUAÇÃO.



IPS 4 - INSTRUÇÃO PARTICULAR DE SEGURANÇA

SALA DE DIREÇÃO / AUDITÓRIO

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO	PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO
NÃO FUMAR, NEM FAZER LUME.	MANTENHA A CALMA. NÃO GRITE.
MANTER O ESPAÇO EM PERFEITO ESTADO DE LIMPEZA E ARRUMAÇÃO E ASSEGURAR AS CONDIÇÕES DE VENTILAÇÃO.	AVISE O RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA (RS) OU ACIONE O BOTÃO DE ALARME.
VERIFICAR PERIODICAMENTE O BOM ESTADO DE CONSERVAÇÃO E A DESOBSTRUÇÃO DO EQUIPAMENTO DE COMBATE A INCÊNDIOS EXISTENTE.	EM CASO DE INCÊNDIO PROCEDA IMEDIATAMENTE AOS CORTES DE ENERGIA ELÉTRICA.
MANTER OS CAMINHOS DE EVACUAÇÃO DESOBSTRUÍDOS.	ATUE SOBRE O FOCO DE INCÊNDIO, USANDO O EXTINTOR PORTÁTIL QUE SE ENCONTRA NO LOCAL PARA O EFEITO, SEM CORRER RISCOS, ATÉ À CHEGADA DO RESPONSÁVEL PELA INTERVENÇÃO.
EVITAR A DEPOSIÇÃO DE MATERIAIS DIRETAMENTE SOBRE O PAVIMENTO E/OU EM ALTURA, NOMEADAMENTE EM CONTACTO COM FONTES DE CALOR (POR EXEMPLO LUMINÁRIAS).	NUNCA USAR ÁGUA SOBRE A INSTALAÇÃO ELÉTRICA MESMO SE A CORRENTE ESTIVER DESLIGADA, UTILIZE EXTINTORES DE CO ₂ OU PÓ QUÍMICO.
RELATAR PRONTAMENTE QUALQUER ANOMALIA NA INSTALAÇÃO ELÉTRICA.	SE NÃO CONSEGUIR APAGAR O FOGO, ABANDONE O LOCAL, FECHANDO A PORTA.
NÃO SOBRECARRREGAR AS TOMADAS DE CORRENTE ELÉTRICA, LIGANDO VÁRIOS APARELHOS NA MESMA TOMADA.	APÓS A UTILIZAÇÃO DO EXTINTOR, DEVERÁ SER COLOCADO AO NÍVEL DO PAVIMENTO NA POSIÇÃO HORIZONTAL EM LOCAL QUE NÃO OBSTRUA A EVACUAÇÃO.
AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS DEVERÃO SER EXECUTADAS RÁPIDA E DEFINITIVAMENTE E POR TÉCNICOS QUALIFICADOS.	



IPS 5 - INSTRUÇÃO PARTICULAR DE SEGURANÇA

BAR

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO	PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO
NÃO FUMAR, NEM FAZER LUME.	
MANTER O ESPAÇO EM PERFEITO ESTADO DE LIMPEZA E ARRUMAÇÃO E ASSEGURAR AS CONDIÇÕES DE VENTILAÇÃO.	MANTENHA A CALMA. NÃO GRITE.
VERIFICAR PERIODICAMENTE O BOM ESTADO DE CONSERVAÇÃO E A DESOBSTRUÇÃO DO EQUIPAMENTO DE COMBATE A INCÊNDIOS EXISTENTE.	AVISE O RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA (RS) OU ACIONE O BOTÃO DE ALARME.
SEMPRE QUE DETETAR UMA AVARIA, COMUNIQUE DE IMEDIATO AO RESPONSÁVEL DE MODO A QUE SEJAM REALIZADAS IMEDIATAMENTE AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS.	EM CASO DE INCÊNDIO PROCEDA IMEDIATAMENTE AOS CORTES DE ENERGIA ELÉTRICA.
MANTER OS PRODUTOS INFLAMÁVEIS (DETERGENTES) LONGE DAS ZONAS DE CHAMA E DE CONFEÇÃO, DEVIDAMENTE ARRUMADOS E ETIQUETADOS.	ATUE SOBRE O FOCO DE INCÊNDIO, USANDO O EXTINTOR PORTÁTIL QUE SE ENCONTRA NO LOCAL PARA O EFEITO, SEM CORRER RISCOS, ATÉ À CHEGADA DO RESPONSÁVEL PELA INTERVENÇÃO.
VERIFICAR, REGULARMENTE, O FUNCIONAMENTO DOS EQUIPAMENTOS E DAS INSTALAÇÕES E COMUNICAR PRONTAMENTE QUALQUER ANOMALIA NO ESPAÇO AO DELEGADO DE SEGURANÇA.	NUNCA USAR ÁGUA SOBRE A INSTALAÇÃO ELÉTRICA MESMO SE A CORRENTE ESTIVER DESLIGADA, UTILIZE EXTINTORES DE CO ₂ OU PÓ QUÍMICO.
NÃO SOBRECARRREGAR AS TOMADAS DE CORRENTE ELÉTRICA, LIGANDO VÁRIOS APARELHOS NA MESMA TOMADA.	SE NÃO CONSEGUIR APAGAR O FOGO, ABANDONE O LOCAL, FECHANDO A PORTA.
GARANTIR QUE OS DETETORES DE INCÊNDIO SE ENCONTRAM DESOBSTRUÍDOS.	APÓS A UTILIZAÇÃO DO EXTINTOR, DEVERÁ SER COLOCADO AO NÍVEL DO PAVIMENTO NA POSIÇÃO HORIZONTAL EM LOCAL QUE NÃO OBSTRUA A EVACUAÇÃO.



IPS 6- INSTRUÇÃO PARTICULAR DE SEGURANÇA

TERMOACUMULADOR

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO	PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO
NÃO FUMAR, NEM FAZER LUME.	MANTENHA A CALMA. NÃO GRITE.
MANTER DESOBSTRUÍDO O ACESSO AO TERMOACUMULADOR.	
VERIFICAR PERIODICAMENTE O BOM ESTADO DE CONSERVAÇÃO E A DESOBSTRUÇÃO DO EQUIPAMENTO DE COMBATE A INCÊNDIOS EXISTENTE.	ABANDONE O LOCAL E AVISE O RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA (RS) ATRAVÉS DO 911567253 OU ACIONE O BOTÃO DE ALARME
MANTER AS INSTALAÇÕES EM PERFEITO ESTADO DE LIMPEZA E ARRUMAÇÃO E ASSEGURAR AS CONDIÇÕES DE VENTILAÇÃO.	
INSPECIONAR REGULARMENTE AS INSTALAÇÕES, PROMOVEDO AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS POR PESSOAS HABILITADAS.	ATUE SOBRE O FOCO DE INCÊNDIO, USANDO O EXTINTOR PORTÁTIL QUE SE ENCONTRA NO LOCAL PARA O EFEITO, SEM CORRER RISCOS, ATÉ À CHEGADA DO RESPONSÁVEL PELA INTERVENÇÃO.
NÃO PERMITIR A ACUMULAÇÃO DE OBJETOS COMBUSTÍVEIS NAS PROXIMIDADES DO TERMOACUMULADOR.	
SEMPRE QUE DETETAR UMA AVARIA, COMUNICAR DE IMEDIATO AO RESPONSÁVEL DE MODO A QUE SEJAM REALIZADAS IMEDIATAMENTE AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS.	EVITE UTILIZAR ÁGUA OU OUTROS AGENTES EXTINTORES À BASE DE ÁGUA SOBRE A INSTALAÇÃO ELÉTRICA MESMO SE A CORRENTE ESTIVER CORTADA; UTILIZE ANTES EXTINTORES DE CO ₂ OU PÓ QUÍMICO.
NÃO PERMITIR INSTALAÇÕES ELÉTRICAS PROVISÓRIAS.	SE NÃO CONSEGUIR APAGAR O FOGO, ABANDONE O LOCAL, FECHANDO A PORTA.
RESPEITE AS NORMAS DE BOAS PRÁTICAS NA INSTALAÇÃO E MANUTENÇÃO DO EQUIPAMENTO.	APÓS A UTILIZAÇÃO DO EXTINTOR, DEVERÁ SER COLOCADO AO NÍVEL DO PAVIMENTO NA POSIÇÃO HORIZONTAL EM LOCAL QUE NÃO OBSTRUA A EVACUAÇÃO.



IPS 7- INSTRUÇÃO PARTICULAR DE SEGURANÇA

LAVANDARIA

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO	PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO
NÃO FUMAR, NEM FAZER LUME.	MANTENHA A CALMA. NÃO GRITE.
MANTER DESOBSTRUÍDO O ACESSO À LAVANDARIA.	
VERIFICAR PERIODICAMENTE O BOM ESTADO DE CONSERVAÇÃO E A DESOBSTRUÇÃO DO EQUIPAMENTO DE COMBATE A INCÊNDIOS EXISTENTE.	
MANTER AS INSTALAÇÕES EM PERFEITO ESTADO DE LIMPEZA E ARRUMAÇÃO E ASSEGURAR AS CONDIÇÕES DE VENTILAÇÃO.	AVISE O RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA (RS) OU ACIONE O BOTÃO DE ALARME.
INSPECIONAR REGULARMENTE AS INSTALAÇÕES, PROMOVEDO AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS POR PESSOAS HABILITADAS.	ATUE SOBRE O FOCO DE INCÊNDIO, USANDO O EXTINTOR PORTÁTIL QUE SE ENCONTRA NO LOCAL PARA O EFEITO, SEM CORRER RISCOS, ATÉ À CHEGADA DO RESPONSÁVEL PELA INTERVENÇÃO.
NÃO PERMITIR A ACUMULAÇÃO DE OBJETOS COMBUSTÍVEIS NA LAVANDARIA.	
SEMPRE QUE DETETAR UMA AVARIA, COMUNICAR DE IMEDIATO AO RESPONSÁVEL DE MODO A QUE SEJAM REALIZADAS IMEDIATAMENTE AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS.	EVITE UTILIZAR ÁGUA OU OUTROS AGENTES EXTINTORES À BASE DE ÁGUA SOBRE A INSTALAÇÃO ELÉTRICA MESMO SE A CORRENTE ESTIVER CORTADA; UTILIZE ANTES EXTINTORES DE CO ₂ OU PÓ QUÍMICO.
NÃO PERMITIR INSTALAÇÕES ELÉTRICAS PROVISÓRIAS.	
RESPEITE AS NORMAS DE BOAS PRÁTICAS NA INSTALAÇÃO E MANUTENÇÃO DO EQUIPAMENTO.	SE NÃO CONSEGUIR APAGAR O FOGO, ABANDONE O LOCAL, FECHANDO A PORTA.
	APÓS A UTILIZAÇÃO DO EXTINTOR, DEVERÁ SER COLOCADO AO NÍVEL DO PAVIMENTO NA POSIÇÃO HORIZONTAL EM LOCAL QUE NÃO OBSTRUA A EVACUAÇÃO.



IPS 8- INSTRUÇÃO PARTICULAR DE SEGURANÇA

ZONAS TÉCNICAS

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO	PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO
NÃO FUMAR, NEM FAZER LUME.	MANTENHA A CALMA. NÃO GRITE.
MANTER DESOBSTRUÍDO O ACESSO ÀS ZONAS TÉCNICAS	
VERIFICAR PERIODICAMENTE O BOM ESTADO DE CONSERVAÇÃO E A DESOBSTRUÇÃO DO EQUIPAMENTO DE COMBATE A INCÊNDIOS EXISTENTE.	
MANTER AS INSTALAÇÕES EM PERFEITO ESTADO DE LIMPEZA E ARRUMAÇÃO E ASSEGURAR AS CONDIÇÕES DE VENTILAÇÃO.	AVISE O RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA (RS) OU ACIONE O BOTÃO DE ALARME.
INSPECIONAR REGULARMENTE AS INSTALAÇÕES, PROMOVEDO AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS POR PESSOAS HABILITADAS.	ATUE SOBRE O FOCO DE INCÊNDIO, USANDO O EXTINTOR PORTÁTIL QUE SE ENCONTRA NO LOCAL PARA O EFEITO, SEM CORRER RISCOS, ATÉ À CHEGADA DO RESPONSÁVEL PELA INTERVENÇÃO.
NÃO PERMITIR A ACUMULAÇÃO DE OBJETOS COMBUSTÍVEIS NAS ZONAS TÉCNICAS.	
SEMPRE QUE DETETAR UMA AVARIA, COMUNICAR DE IMEDIATO AO RESPONSÁVEL DE MODO A QUE SEJAM REALIZADAS IMEDIATAMENTE AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS.	EVITE UTILIZAR ÁGUA OU OUTROS AGENTES EXTINTORES À BASE DE ÁGUA SOBRE A INSTALAÇÃO ELÉTRICA MESMO SE A CORRENTE ESTIVER CORTADA; UTILIZE ANTES EXTINTORES DE CO ₂ OU PÓ QUÍMICO.
NÃO PERMITIR INSTALAÇÕES ELÉTRICAS PROVISÓRIAS.	
RESPEITE AS NORMAS DE BOAS PRÁTICAS NA INSTALAÇÃO E MANUTENÇÃO DO EQUIPAMENTO.	SE NÃO CONSEGUIR APAGAR O FOGO, ABANDONE O LOCAL, FECHANDO A PORTA.
	APÓS A UTILIZAÇÃO DO EXTINTOR, DEVERÁ SER COLOCADO AO NÍVEL DO PAVIMENTO NA POSIÇÃO HORIZONTAL EM LOCAL QUE NÃO OBSTRUA A EVACUAÇÃO.



IPS 9 - INSTRUÇÃO PARTICULAR DE SEGURANÇA CENTRAL DE DETEÇÃO DE INCÊNDIO

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO	PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO
NÃO FUMAR, NEM FAZER LUME.	MANTENHA A CALMA. NÃO GRITE.
MANTER DESOBSTRUÍDO O ACESSO À CENTRAL DE DETEÇÃO DE INCÊNDIO.	
VERIFICAR PERIODICAMENTE O BOM ESTADO DE CONSERVAÇÃO E A DESOBSTRUÇÃO DO EQUIPAMENTO DE COMBATE A INCÊNDIOS EXISTENTE.	AVISE O RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA (RS) OU ACIONE O BOTÃO DE ALARME.
MANTER AS INSTALAÇÕES EM PERFEITO ESTADO DE LIMPEZA E ARRUMAÇÃO E ASSEGURAR AS CONDIÇÕES DE VENTILAÇÃO.	
INSPECIONAR REGULARMENTE AS INSTALAÇÕES, PROMOVENDO AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS POR PESSOAS HABILITADAS.	ATUE SOBRE O FOCO DE INCÊNDIO, USANDO O EXTINTOR PORTÁTIL QUE SE ENCONTRA NO LOCAL PARA O EFEITO, SEM CORRER RISCOS, ATÉ À CHEGADA DO RESPONSÁVEL PELA INTERVENÇÃO.
NÃO PERMITIR A ACUMULAÇÃO DE OBJETOS COMBUSTÍVEIS NAS PROXIMIDADES DA CENTRAL DE DETEÇÃO DE INCÊNDIO.	
SEMPRE QUE DETETAR UMA AVARIA, COMUNICAR DE IMEDIATO AO RESPONSÁVEL DE MODO A QUE SEJAM REALIZADAS IMEDIATAMENTE AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS.	EVITE UTILIZAR ÁGUA OU OUTROS AGENTES EXTINTORES À BASE DE ÁGUA SOBRE A INSTALAÇÃO ELÉTRICA MESMO SE A CORRENTE ESTIVER CORTADA; UTILIZE ANTES EXTINTORES DE CO ₂ OU PÓ QUÍMICO.
NÃO PERMITIR INSTALAÇÕES ELÉTRICAS PROVISÓRIAS.	
RESPEITE AS NORMAS DE BOAS PRÁTICAS NA INSTALAÇÃO E MANUTENÇÃO DO EQUIPAMENTO.	SE NÃO CONSEGUIR APAGAR O FOGO, ABANDONE O LOCAL, FECHANDO A PORTA. APÓS A UTILIZAÇÃO DO EXTINTOR, DEVERÁ SER COLOCADO AO NÍVEL DO PAVIMENTO NA POSIÇÃO HORIZONTAL EM LOCAL QUE NÃO OBSTRUA A EVACUAÇÃO.



IPS 10 - INSTRUÇÃO PARTICULAR DE SEGURANÇA

LOCAL DE RISCO B

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO	PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO
NÃO FUMAR, NEM FAZER LUME.	MANTENHA A CALMA. NÃO GRITE.
VERIFICAR PERIODICAMENTE O BOM ESTADO DE CONSERVAÇÃO E A DESOBSTRUÇÃO DO EQUIPAMENTO DE COMBATE A INCÊNDIOS EXISTENTE.	AVISE O RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA (RS) OU ACIONE O BOTÃO DE ALARME
MANTER AS INSTALAÇÕES EM PERFEITO ESTADO DE LIMPEZA E ARRUMAÇÃO E ASSEGURAR AS CONDIÇÕES DE VENTILAÇÃO.	ATUE SOBRE O FOCO DE INCÊNDIO, USANDO O EXTINTOR PORTÁTIL QUE SE ENCONTRA NO LOCAL PARA O EFEITO, SEM CORRER RISCOS, ATÉ À CHEGADA DO RESPONSÁVEL PELA INTERVENÇÃO.
INSPECIONAR REGULARMENTE AS INSTALAÇÕES, PROMOVEDO AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS POR PESSOAS HABILITADAS.	EVITE UTILIZAR ÁGUA OU OUTROS AGENTES EXTINTORES À BASE DE ÁGUA SOBRE A INSTALAÇÃO ELÉTRICA MESMO SE A CORRENTE ESTIVER CORTADA; UTILIZE ANTES EXTINTORES DE CO ₂ OU PÓ QUÍMICO.
MANTER OS CAMINHOS DE EVACUAÇÃO DESOBSTRUÍDOS.	SE NÃO CONSEGUIR APAGAR O FOGO, ABANDONE O LOCAL, FECHANDO A PORTA.
SEMPRE QUE DETETAR UMA AVARIA, COMUNICAR DE IMEDIATO AO RESPONSÁVEL DE MODO A QUE SEJAM REALIZADAS IMEDIATAMENTE AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS.	APÓS A UTILIZAÇÃO DO EXTINTOR, DEVERÁ SER COLOCADO AO NÍVEL DO PAVIMENTO NA POSIÇÃO HORIZONTAL EM LOCAL QUE NÃO OBSTRUA A EVACUAÇÃO.
NÃO PERMITIR INSTALAÇÕES ELÉTRICAS PROVISÓRIAS.	
EVITAR A DEPOSIÇÃO DE MATERIAIS DIRETAMENTE SOBRE O PAVIMENTO E/OU EM ALTURA, NOMEADAMENTE EM CONTACTO COM FONTES DE CALOR (POR EXEMPLO LUMINÁRIAS).	
RESPEITE AS NORMAS DE BOAS PRÁTICAS NA INSTALAÇÃO E MANUTENÇÃO DO EQUIPAMENTO.	



IPS 11 - INSTRUÇÃO PARTICULAR DE SEGURANÇA

LOCAL DE RISCO C

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO	PROCEDIMENTOS EM CASO DE INCÊNDIO
NÃO FUMAR, NEM FAZER LUME.	MANTENHA A CALMA. NÃO GRITE.
VERIFICAR PERIODICAMENTE O BOM ESTADO DE CONSERVAÇÃO E A DESOBSTRUÇÃO DO EQUIPAMENTO DE COMBATE A INCÊNDIOS EXISTENTE.	AVISE O RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA (RS) OU ACIONE O BOTÃO DE ALARME
MANTER AS INSTALAÇÕES EM PERFEITO ESTADO DE LIMPEZA E ARRUMAÇÃO E ASSEGURAR AS CONDIÇÕES DE VENTILAÇÃO.	ATUE SOBRE O FOCO DE INCÊNDIO, USANDO O EXTINTOR PORTÁTIL QUE SE ENCONTRA NO LOCAL PARA O EFEITO, SEM CORRER RISCOS, ATÉ À CHEGADA DO RESPONSÁVEL PELA INTERVENÇÃO.
INSPECIONAR REGULARMENTE AS INSTALAÇÕES, PROMOVEDO AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS POR PESSOAS HABILITADAS.	EVITE UTILIZAR ÁGUA OU OUTROS AGENTES EXTINTORES À BASE DE ÁGUA SOBRE A INSTALAÇÃO ELÉTRICA MESMO SE A CORRENTE ESTIVER CORTADA; UTILIZE ANTES EXTINTORES DE CO ₂ OU PÓ QUÍMICO.
MANTER OS CAMINHOS DE EVACUAÇÃO DESOBSTRUÍDOS.	SE NÃO CONSEGUIR APAGAR O FOGO, ABANDONE O LOCAL, FECHANDO A PORTA.
SEMPRE QUE DETETAR UMA AVARIA, COMUNICAR DE IMEDIATO AO RESPONSÁVEL DE MODO A QUE SEJAM REALIZADAS IMEDIATAMENTE AS REPARAÇÕES NECESSÁRIAS.	APÓS A UTILIZAÇÃO DO EXTINTOR, DEVERÁ SER COLOCADO AO NÍVEL DO PAVIMENTO NA POSIÇÃO HORIZONTAL EM LOCAL QUE NÃO OBSTRUA A EVACUAÇÃO.
NÃO PERMITIR INSTALAÇÕES ELÉTRICAS PROVISÓRIAS.	
EVITAR A DEPOSIÇÃO DE MATERIAIS DIRETAMENTE SOBRE O PAVIMENTO E/OU EM ALTURA, NOMEADAMENTE EM CONTACTO COM FONTES DE CALOR (POR EXEMPLO LUMINÁRIAS).	
RESPEITE AS NORMAS DE BOAS PRÁTICAS NA INSTALAÇÃO E MANUTENÇÃO DO EQUIPAMENTO.	

/ ANEXO B

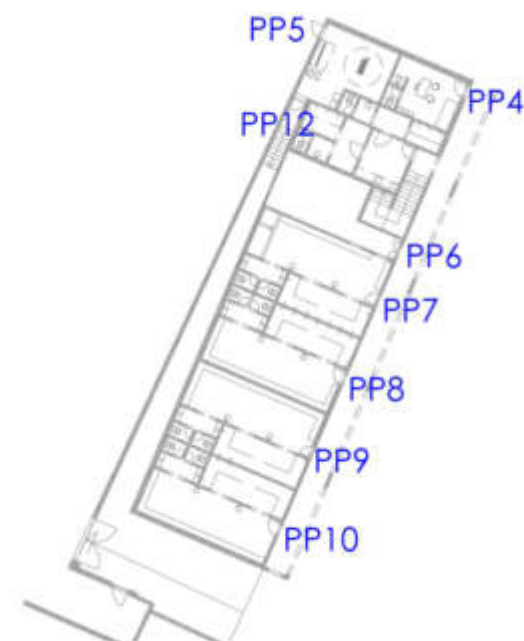
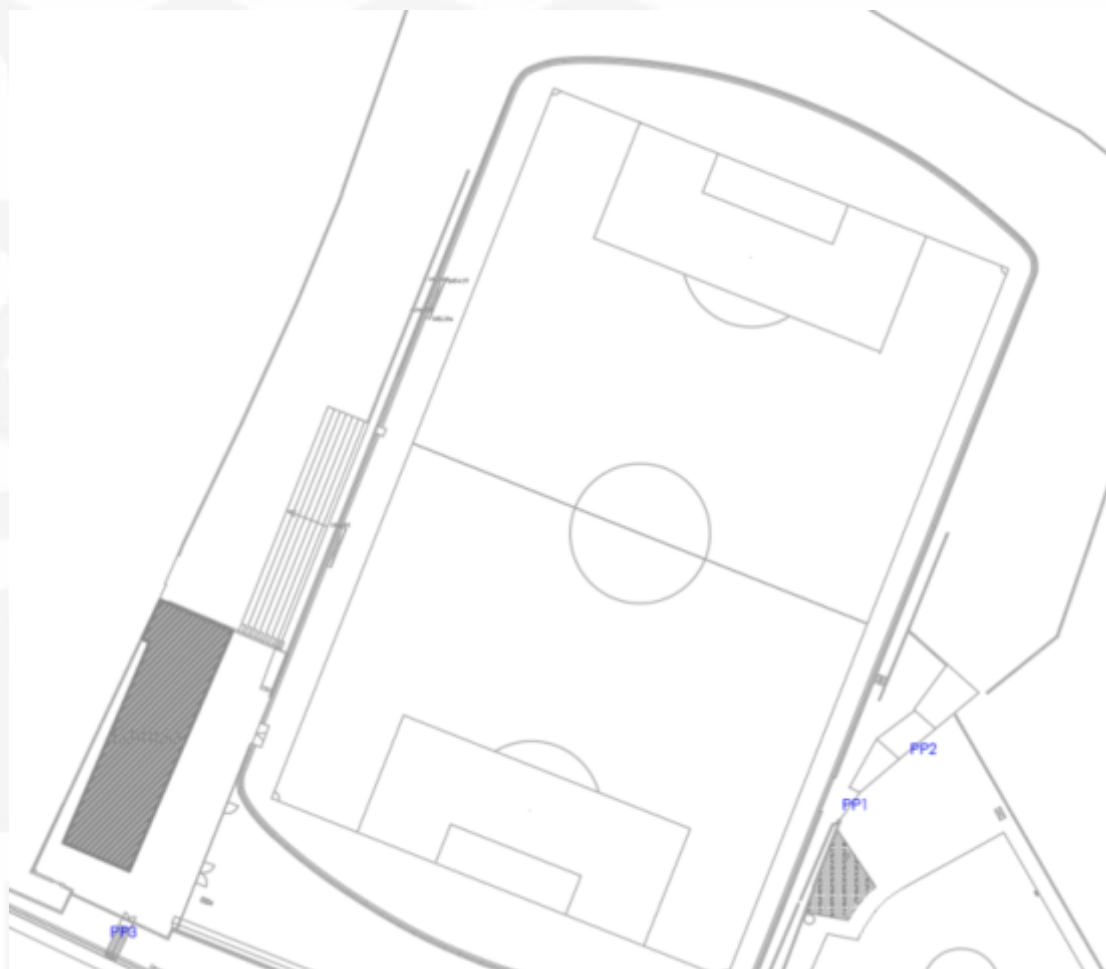
/ PEÇAS DESENHADAS

/ ÍNDICE

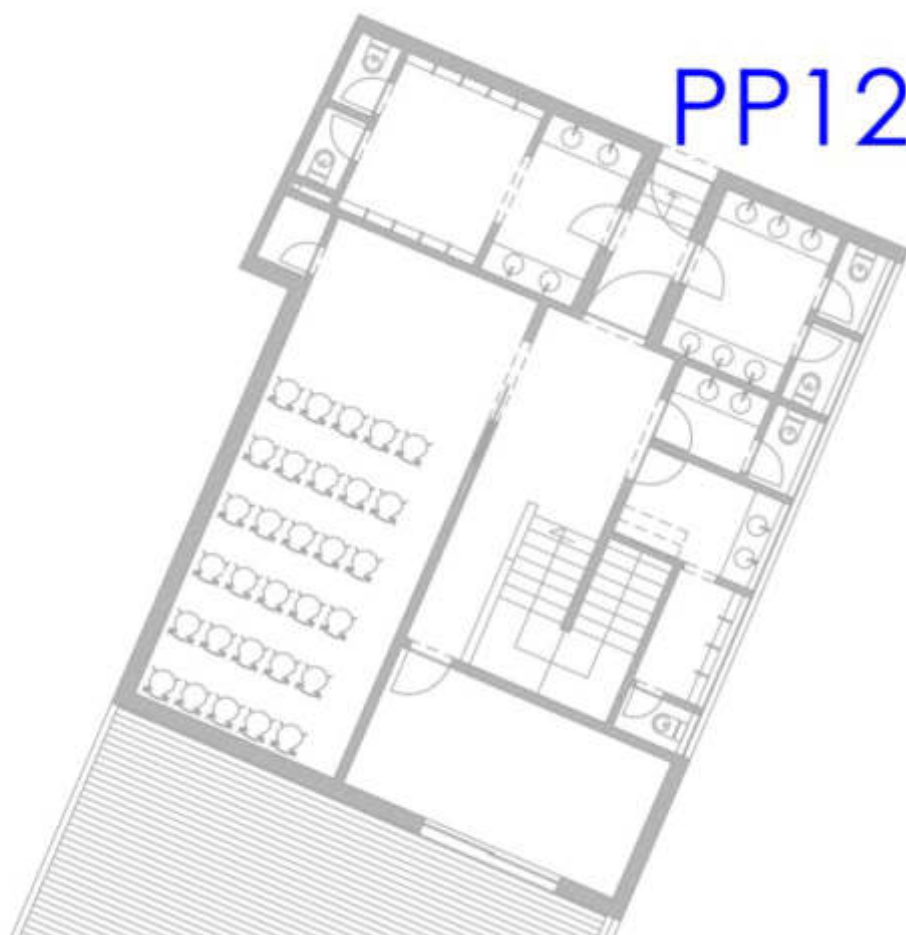
I. /PLANTAS ESQUEMÁTICAS	3
1. PONTOS DE PENETRAÇÃO PARA ACESSO DE BOMBEIROS – PISO 0	3
2. PONTOS DE PENETRAÇÃO PARA ACESSO DE BOMBEIROS – PISO 1	4
3. SAÍDAS PARA O EXTERIOR – PISO 0	5
4. ÁREAS E SENTIDOS DE EVACUAÇÃO – PISO 0	6
5. ÁREAS E SENTIDOS DE EVACUAÇÃO – PISO 0	8
II. /PLANTAS DO PLANO DE PREVENÇÃO	9

I. / PLANTAS ESQUEMÁTICAS

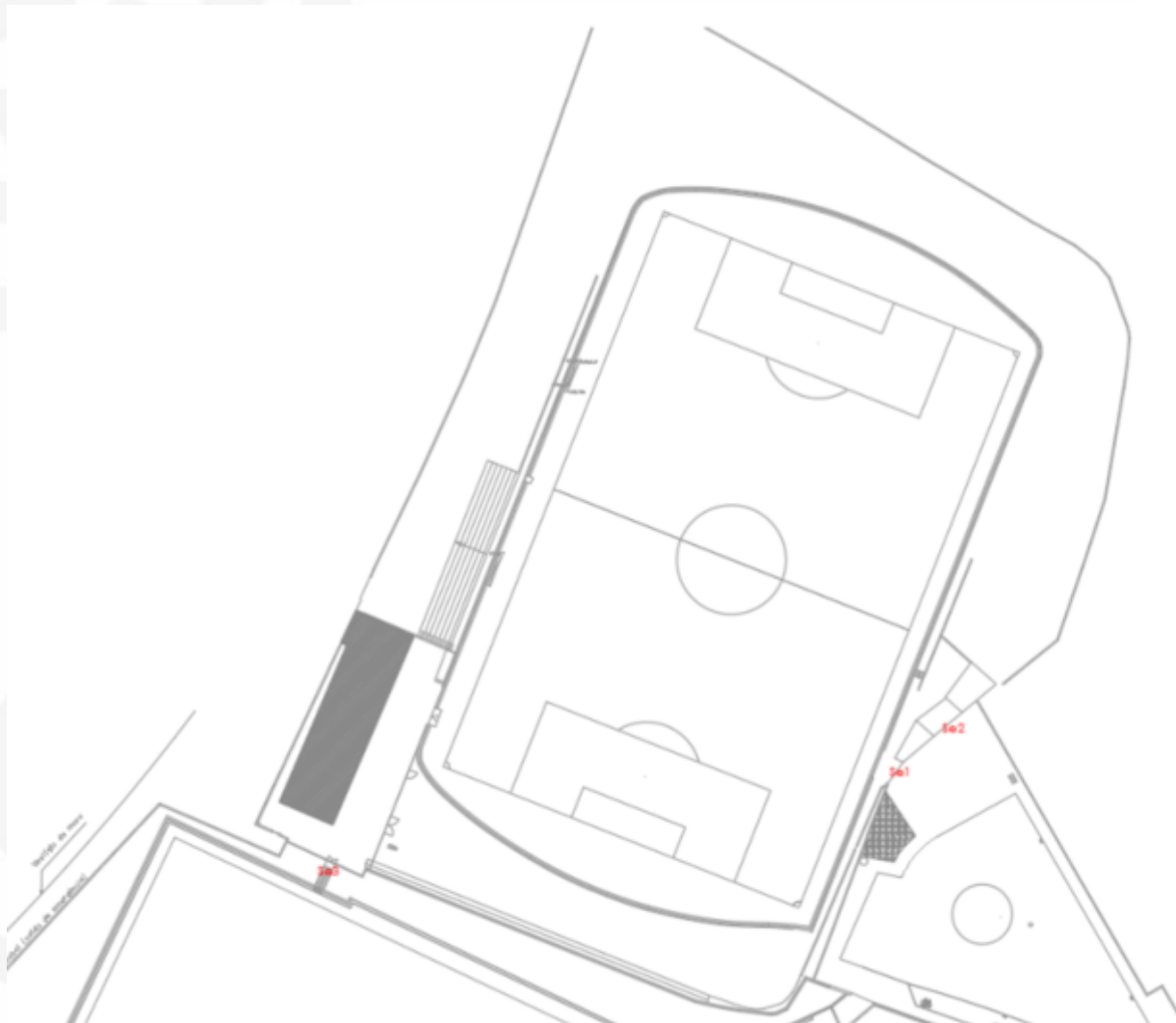
1. PONTOS DE PENETRAÇÃO PARA ACESSO DE BOMBEIROS – PISO 0



2. PONTOS DE PENETRAÇÃO PARA ACESSO DE BOMBEIROS – PISO 1

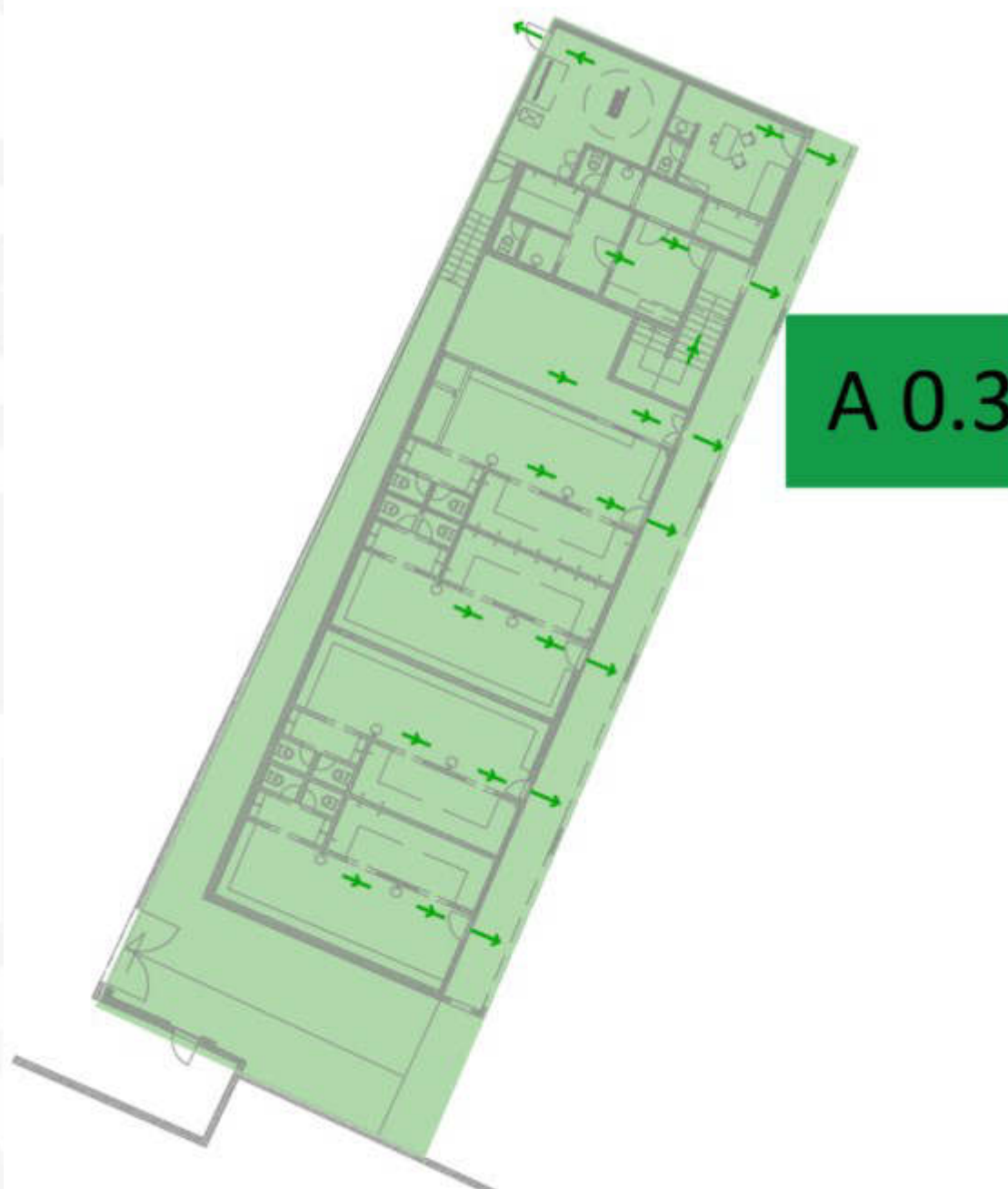


3. SAÍDAS PARA O EXTERIOR – PISO 0

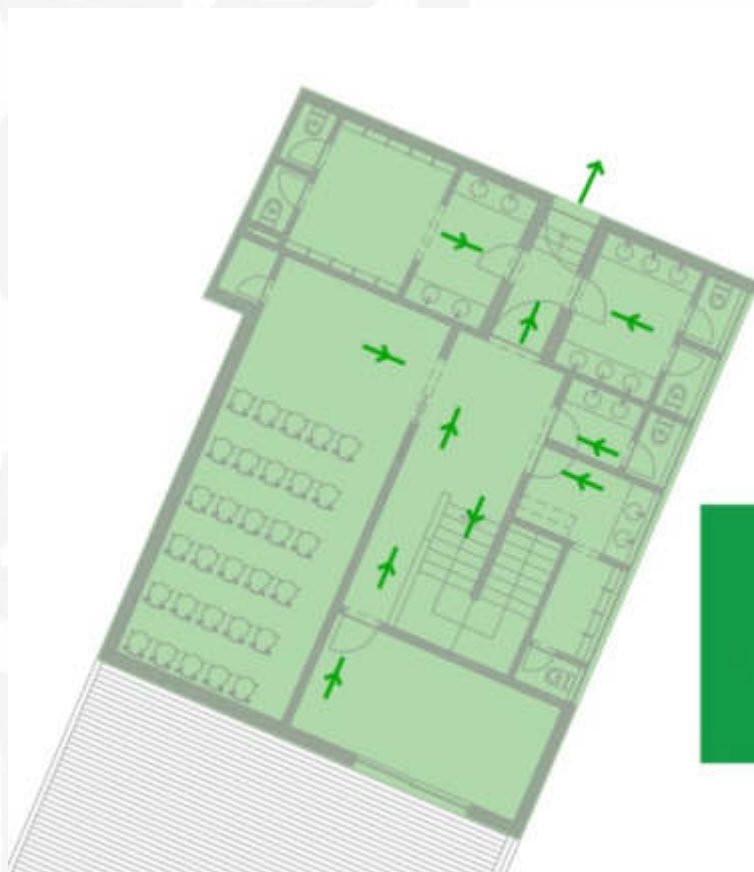


4. ÁREAS E SENTIDOS DE EVACUAÇÃO – PISO 0





5. ÁREAS E SENTIDOS DE EVACUAÇÃO – PISO 0



A 1.3

II. / PLANTAS DO PLANO DE PREVENÇÃO

- 4.01 – Planta de implantação – Localização do hidrante e ponto de encontro;
- 4.02 – Equipamentos de SCIE e de evacuação – Estádio;
- 4.03 – Equipamentos de SCIE e de evacuação – Piso 0;
- 4.04 – Equipamentos de SCIE e de evacuação – Piso 1;

/ANEXO C

/CONTACTOS

I. / LISTA DE IDENTIFICAÇÃO E CONTACTOS DOS INTERVENIENTES NO PCE

FUNÇÃO		ÁREA	NOME	CONTACTOS*	ENDEREÇO ELETRÓNICO*
Responsável pela Segurança		-	José Manuel Pereira Ribeiro	224 227 900	presidencia@cm-valongo.pt
Delegado de Segurança	Efetivo	-	Abílio Moreira da Silva	935497506	abiliosilva510@hotmail.com
	Substituto				
Equipa de Intervenção					
Equipa de Intervenção					
Equipa de Evacuação – Chefe de fila					
Equipa de Evacuação – Cerra-fila					
Equipa de Evacuação – Chefe de fila					
Equipa de Evacuação – Cerra-fila					
Equipa de Evacuação – Apoio					

* A equipa será definida pelo DS.

II. / LISTA DE IDENTIFICAÇÃO DE CONTACTOS EXTERNOS

ENTIDADE		CONTACTO
Número Europeu de Emergência		112
Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil - Sede		214 247 100
Comando Distrital de Operações de Socorro do Porto		226 197 650
Proteção Civil Valongo		800 202 099 220 179 216
Bombeiros Voluntários de Valongo		22 422 0002
GNR Valongo		22 411 9280
Centro Hospitalar Universitário de São João - Pólo de Valongo		22 422 0019
Intoxicações		808 250 143
SOS Criança		116 000
Saúde 24		808 242 424
Be Water – Águas de Valongo		224 222 423
EDP Redes	Assistência técnica	808 535 353
	Avarias eletricidade	800 506 506

/ANEXO D

/MAPA DE REGISTOS DE EVACUAÇÃO

/ MAPA DE REGISTO DE EVACUAÇÃO

1. INFORMAÇÃO GERAL

Situação (assinalar com cruz)	Real		Treino		
Tipo de ocorrência (assinalar com cruz)	Incêndio		Sismo		
	Ameaça de bomba/ objeto suspeito		Outro Qual: _____		
Data da ocorrência	/...../.....	Início da evacuação	hh.mm	Fim da evacuação	hh.mm
Pessoa Responsável (Assinatura)	_____				

2. MAPA DE REGISTO

Piso	Zona	Áreas de Evacuação (assinalar com cruz)			
Piso 0	A0.1			-	
	A0.2			-	
	A0.3				
Piso 1	A1.1				

1

/ ANEXO E

/ FICHA DE AMEAÇA DE BOMBA

Escolha um item.

PROCEDIMENTOS EM CASO DE EMERGÊNCIA – TIPO III

Anexo E – Ficha de Ameaça de Bomba

/ FICHA DE AMEAÇA DE BOMBA

Esta ficha deve ser colocada perto do seu telefone.

ATENÇÃO:

Permaneça tranquilo. Tente estimular a conversa para conseguir o maior número de dados. Anote as respostas e as suas impressões de acordo com a seguinte ficha. Comunique de imediato ao RS.

PERGUNTAR		IMPRESSÕES SOBRE O INTERLOCUTOR	
Quando haverá explosão? _____	Sexo: _____	Idade estimada: _____	
Onde haverá explosão? _____	Características da voz (assinalar com cruzes)		
Como será? _____	☐ Calma	☐	☐ Incoerente
Que tipo de bomba é? _____	☐ Enfadada	☐	☐ Séria
O que ativará a bomba? _____	☐ Excitada	☐	☐ Sarcástica
Outras perguntas possíveis	☐ Depreciativa	☐	☐ Trocista
Como se chama? _____	☐ De alcoolizado	☐	☐ Alegre
De onde fala? _____	☐ Autoritária	☐	☐ Zombativa
Foi você que pôs a bomba? _____	☐ Nervosa	☐	☐ Dolorosa
Porque a pôs? _____	☐ Medrosa	☐	☐ Nasal
Porque está a telefonar? _____	☐ Confusa	☐	☐ Gaga
Como nos podemos livrar da ameaça? _____	☐ Vacilante	☐	☐ Cansada
Palavras exatas da ameaça:	☐ Monótona	☐	☐ Com sotaque Qual? _____
	☐ Sussurrante	☐	
	☐ Hesitante	☐	☐ Entrecortada
	☐ Familiar	☐	☐ Parecia-se com _____
Contra quem é a ameaça? _____	☐ Triste	☐	
RUIDOS DE FUNDO (ASSINALAR COM CRUZES)		Modo de falar (assinalar com cruzes)	
☐ Silencioso	☐ Rua	☐ Uso de modismos	☐ Vulgar
☐ Ventiladores	☐ Cabine telefónica	☐ Palavras regionais	☐ Educada
☐ Buzinas, apitos	☐ Chuva	☐ Boa pronúncia	☐ Rápida
☐ Música	☐ Passos	☐ Má pronúncia	☐ Lenta
☐ Normais de casa	☐ Animais	☐	☐ Normal
☐ Ar condicionado	☐ Veículos. Quais? _____	Palavras que mais emprega: _____	
☐ De multidões	_____		
☐ Construção	☐ Máquinas	DADOS GERAIS DA CHAMADA	
☐ Ecos	☐ Pancadas	Nome do recetor: _____	
☐ Trovoada	☐ Vento	Data: __/__/__	Hora: _____ Duração: _____
☐ Outros ruídos: _____	Número de receção da chamada: _____		
Notas: _____			

/ PLANO DE SEGURANÇA INTERNO

AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO E FORMAÇÃO EM SCIE

/ ESTÁDIO MUNICIPAL DE SOBRADO

/ RUA DE FIJÓS 335, 4440-334 SOBRADO

/ NOVEMBRO 2022

REQUERENTE:

CÂMARA MUNICIPAL DE VALONGO

COORDENADOR DE PROJETO:

Susan Cabeceiras, (Arq.^a)

AUTOR DE PROJETO:

Susan Cabeceiras, (Arq.^a)

COLABORAÇÃO:

Diogo Rosa, (Eng.^o)

Telma Sousa, (Eng.^a)

/ÍNDICE

I. /FORMAÇÃO EM SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIO EM EDIFÍCIOS	1
1. CONTEÚDO E OBJETIVOS DA FORMAÇÃO EM SCIE	2

I. / FORMAÇÃO EM SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIO EM EDIFÍCIOS

A formação deverá ter como intuito que os colaboradores tenham sempre presentes os procedimentos de prevenção e emergência a observar nas instalações.

Assim, de acordo com o artigo nº 206 da Portaria 1532/2008, deverão ter ações de sensibilização no domínio da segurança contra incêndio as seguintes pessoas:

- Os funcionários e colaboradores da entidade exploradora;
- Todos as pessoas que exerçam atividades profissionais nos espaços mencionados, por períodos superiores a 30 dias por ano;
- Todos os elementos com atribuições previstas nas equipas de segurança e estrutura de emergência.

As ações de sensibilização têm o objetivo de:

- Familiarização com os espaços da utilização-tipo e identificação dos respetivos riscos;
- Cumprimento dos procedimentos gerais de prevenção;
- Cumprimento dos procedimentos de alarme;
- Cumprimento dos procedimentos de atuação em caso de emergência, nomeadamente de evacuação;
- Instruções técnicas básicas de utilização dos meios de primeira intervenção, nomeadamente extintores portáteis.

1

Deverá ainda ser dada formação específica aos elementos que, na sua atividade profissional normal, lidam com situações de maior risco de incêndio, nomeadamente os que a exercem em locais de risco C ou F.

Os elementos que fazem parte da Equipa de Segurança deverão ainda ter ações de formação relacionadas com os seguintes conteúdos:

- Conteúdo do Plano de Segurança Interno;
- Procedimentos de alerta;
- Procedimentos de evacuação;
- Utilização dos comandos de meios de atuação em caso de incêndio (controlo de fumo, extinção automática, etc.);
- Receção e encaminhamento dos bombeiros;
- Atuação com meios de primeira intervenção (extintores);

- Instruções específicas e normas de atuação em caso de emergência;
- Outras atividades previstas no plano de emergência.

1. CONTEÚDO E OBJETIVOS DA FORMAÇÃO EM SCIE

O programa de ações de sensibilização para os ocupantes das instalações deve ser a seguinte:

Formação	Sensibilização para a Segurança Contra Incêndios
Objetivos a Atingir	• Entender o fenómeno do fogo; • Conhecer os meios de segurança instalados e modo de funcionamento; • Saber quem são o Responsável e Delegado de Segurança; • Instruções gerais e normas de atuação em caso de sinistro; • Identificar os respetivos riscos de incêndio; • Cumprir os respetivos procedimentos genéricos de prevenção contra incêndios ou, caso exista, do plano de prevenção; • Cumprir os procedimentos de alarme; • Cumprir os procedimentos gerais em caso de emergência.
Conteúdo Programático	1) Apresentação sucinta do Plano de Segurança Interno; 2) Fenomenologia da combustão; 3) Meios de extinção de incêndios; 4) Características das instalações; 5) Procedimentos em caso de emergência; 6) Instruções gerais de segurança.

2

O programa de formação para os elementos da estrutura de segurança das instalações deve ser a seguinte:

Formação	Sensibilização para as Equipas de emergência
Objetivos a Atingir	• Entender o fenómeno do fogo; • Identificar os espaços da utilização-tipo; • Conhecer os meios de segurança instalados e modo de funcionamento; • Constituição das equipas de autoproteção; • Atribuição e perfis dos membros da estrutura de segurança; • Instruções específicas e normas de atuação em caso de sinistro; • Saber manusear um extintor; • Aplicação prática dos procedimentos definidos de atuação e evacuação do Plano de Segurança.
Conteúdo	1) Fenomenologia da combustão;

Formação	Sensibilização para as Equipas de emergência
Programático	2) Meios de segurança instalados no edifício; 3) Características das instalações; 4) Meios de 1ª intervenção e respetiva atuação em caso de emergência (prática), manuseamento de combate a incêndio com meios de 1ª Intervenção; 5) Instruções específicas de segurança.

/ PLANO DE SEGURANÇA INTERNO

SIMULACROS

/ ESTÁDIO MUNICIPAL DE SOBRADO

/ RUA DE FIJÓS 335, 4440-334 SOBRADO

/ NOVEMBRO 2022

REQUERENTE:

CÂMARA MUNICIPAL DE VALONGO

COORDENADOR DE PROJETO:

Susan Cabeceiras, (Arq.^ª)

AUTOR DE PROJETO:

Susan Cabeceiras, (Arq.^ª)

COLABORAÇÃO:

Diogo Rosa, (Eng.^º)

Telma Sousa, (Eng.^ª)

/ÍNDICE

I. /SIMULACROS	1
----------------------	---

I. / SIMULACROS

Os simulacros servem para avaliar e testar as medidas que o Plano de Emergência Interno apresenta, com o objetivo de criar rotinas de comportamentos e de atuação, bem como ao aperfeiçoamento dos procedimentos em causa.

Os simulacros devem ser realizados com a periodicidade exigida no artigo 207.º da Portaria n.º 1532/2008, de 29 de dezembro. No presente caso, os simulacros devem ser realizados de 2 em 2 anos, uma vez que se trata de uma UT IX de 2ª categoria de risco, no entanto, face às insuficiências de segurança existentes, os simulacros serão realizados com uma periodicidade anual.

Os simulacros devem ser antecipadamente planeados, este planeamento deverá definir os objetivos a atingir, bem como a determinação de comportamentos a observar durante o exercício.

O simulacro deverá envolver toda a estrutura interna da empresa, bem como a colaboração eventual do corpo de bombeiros de atuação, que intervirá em caso de situação real de emergência.

A execução do simulacro deve ser acompanhada por observadores que colaborarão na avaliação dos mesmos. Após a realização de um simulacro, será essencial recorrer à análise do cumprimento dos objetivos propostos, da eficácia de atuação das equipas internas e externas, da capacidade de coordenação dos comandos operacionais e do comportamento dos intervenientes.

Com base no registo das falhas observadas no decorrer do exercício, deve ser elaborado um relatório final, onde constem os dados mais relevantes e eventualmente as propostas de ações corretivas adequadas. Os resultados devem ser comunicados a todos os envolvidos no simulacro.