

# Formação Básica em Segurança

14horas



Rev. 00.03082017



### Objetivos Pedagógicos (Gerais e Específicos)

- Aquisição de competências necessárias ao processo de consciencialização de atitudes de segurança e minimização de riscos.
- Conhecer e aplicar os princípios de Segurança;
- Tomar medidas de prevenção e proteção;
- Respeitar e cumprir as Regras e os Princípios de Segurança;
- Manusear eficazmente os equipamentos de trabalho;
- Utilizar corretamente os Equipamentos de Proteção Individual e Coletiva;
- Sensibilizar os formandos para os riscos da área da Segurança e Saúde no Trabalho, decorrentes do meio envolvente onde realizam as suas atividades.

### Conteúdo Programático

#### 1. Atitudes proativas da segurança – 1h

- Aspetos comportamentais face à segurança

#### 2. Princípios gerais da segurança - 2h

- Análise de risco
- Equipamentos de proteção individual e coletiva
- Sinalização de Segurança

#### 3. Práticas de Trabalho Seguro 3h

- Autorizações de trabalho
- Espaços confinados
- Atmosferas explosivas

#### 4. Regras Gerais de Segurança no Trabalho 4h

- Soldadura e corte
- Trabalhos na proximidade de eletricidade e em quadros elétricos
- Trabalhos em altura

- Trabalhos em túneis e galerias

- Trabalhos na via pública

- Escavações e trabalhos em valas

- Máquinas e equipamentos de trabalho

- Substâncias e preparações perigosas

- Ruídos e Vibrações

#### 5. Segurança contra incêndios e primeiros socorros - 3h

- Segurança contra incêndios e explosões

- Primeiros socorros (noções gerais)

#### 6. Acidentes de Trabalho e Doenças Profissionais

- 1h

- Acidentes de Trabalho

- Doenças Profissionais

# Formação Básica em Segurança

14horas



Rev. 00.03082017

### Forma de Organização da Formação

Presencial.

### Metodologias de Formação

A metodologia da formação é predominantemente participativa e assenta na realização de situações práticas, análise de situações concretas, assim como na troca de experiências entre participante e o formador.

Os métodos a utilizar serão o expositivo, demonstrativo e participativo/ativo.

### Metodologias de Avaliação das Aprendizagens

A avaliação da formação é realizada a partir de um exercício de avaliação. São também considerados para avaliação os parâmetros relativos: assiduidade e pontualidade; interesse e empenho; participação e a capacidade de aplicar os conhecimentos adquiridos.

Para o formando obter aprovação ao curso e ter acesso ao certificado e cartão de Formação Básica em Segurança, no teste tem de ter no mínimo 14valores, numa escala de 0-20.

### Recursos pedagógicos/Espaços e equipamentos

Material audiovisual e técnico a disponibilizar em cada ação: sala com mobiliário adequado; videoprojector; quadro e outros.

A cada formando será entregue um Manual de apoio à formação.

De acordo com as necessidades detetadas ao nível de recursos específicos a utilizar pelos formadores estas serão solicitadas pelo mesmo

### Público-alvo:

Trabalhadores que realizem trabalhos de construção, manutenção ou demolição nas infraestruturas de produção e distribuição de energia elétrica, e a todos os interessados.

**Duração Total do Curso:** 14 horas