



## AÇÃO DE FORMAÇÃO: CARTA DE SEGURANÇA

### OBJETIVOS

No final da ação os formandos deverão ser capazes de:

1. Conhecer os conceitos básicos de segurança e saúde no trabalho;
2. Identificar os riscos profissionais para uma intervenção preventiva;
3. Adotar boas práticas com vista à redução e eliminação do risco.

### QUALIFICAÇÃO

No final da ação os formandos que obtenham aproveitamento recebem a Carta de Segurança, válida por 3 anos.

### DESTINATÁRIOS

Técnicos cuja atividade profissional se encontra exposta a riscos de Segurança e Saúde no Trabalho. Técnicos que desenvolvem atividade laboral (construção, montagem, manutenção, etc.) em instalações industriais.

### PROGRAMA

CONCEITOS BÁSICOS DE SEGURANÇA e SAÚDE NO TRABALHO (SST)

- Introdução à prevenção de riscos profissionais
- Legislação aplicável

RISCOS RELACIONADOS COM AS CONDIÇÕES DE SEGURANÇA EM AMBIENTE DE TRABALHO

- Princípios e domínios da Segurança do Trabalho
  - Causas e consequências dos acidentes de trabalho
  - Máquinas e equipamentos de trabalho:
    - Locais e postos de trabalho
    - Equipamentos de trabalho
    - Atividades e operações perigosas (soldadura, trasfega de líquidos inflamáveis, trabalhos em espaços confinados, trabalhos em altura e em valas, atmosferas explosivas e radiações)
    - Riscos elétricos
    - Risco de incêndio e explosão
  - Substâncias e preparações perigosas:
    - Armazenagem, utilização e eliminação de produtos químicos perigosos
    - Riscos associados à exposição a substâncias e preparações perigosas
  - Movimentação manual e mecânica de cargas:
    - Transporte mecânico de cargas
    - Transporte manual de cargas: posturas e movimentos
  - Ruído e vibrações:
    - Efeitos da exposição ao ruído, valores limite de exposição e nível de ação
    - Efeitos da exposição a vibrações, valores limite de exposição e nível de ação
  - Iluminação e ambiente térmico:
    - Sistemas de iluminação
    - Conforto e stress térmico
- PREVENÇÃO DE RISCOS
- Sinalização de segurança:
    - Critérios de seleção, instalação, manutenção e legislação aplicável
    - Medidas de prevenção e proteção adequadas
  - Equipamentos de proteção individual:
    - Critérios de seleção, utilização, manutenção e conservação dos equipamentos de proteção individual
  - Instruções de segurança

*O CATIM é considerado pela DGERT com "Entidade equiparada a certificada", com atribuições conferidas pela autoridade pública competente para o efeito no âmbito do desenvolvimento de atividades formativas, para a realização de Formação Profissional. A Formação Profissional faz parte do âmbito de Certificação do SGQ de acordo com os requisitos da ISO 9001:2015 (DNV).*

### CONTACTOS

Catim – Centro de Apoio Tecnológico à Indústria Metalomecânica  
Rua dos Plátanos, 197 4100-414 Porto | [formacao@catim.pt](mailto:formacao@catim.pt) | 226 159 000



#### **SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIO**

- Riscos, medidas preventivas e corretivas
- Atuação em caso de emergência
- Evacuação

#### **ACIDENTES DE TRABALHO E DOENÇAS PROFISSIONAIS**

- Definição de acidente de trabalho, incidente e doença profissional
- Comunicação e análise de acidentes de trabalho

#### **METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO**

Avaliação contínua, através de indicadores como participação, interesse demonstrado, capacidade de aprendizagem. Provas e/ou trabalhos propostos pelo formador e realizados no decorrer da formação.

#### **DATAS DA FORMAÇÃO**

13 e 14 de maio de 2019

#### **CARGA HORÁRIA | HORÁRIO | LOCAL**

16 Horas | 9:00 às 18:00 | Porto

#### **PREÇO**

Sócio CATIM – 122€ | Sócio AIMMAP – 135€ | Não Sócio – 150€ | Formação isenta de IVA os termos do nº 10 do art.º 9 do CIVA

*O CATIM é considerado pela DGERT com "Entidade equiparada a certificada", com atribuições conferidas pela autoridade pública competente para o efeito no âmbito do desenvolvimento de atividades formativas, para a realização de Formação Profissional. A Formação Profissional faz parte do âmbito de Certificação do SGQ de acordo com os requisitos da ISO 9001:2015 (DNV).*

#### **CONTACTOS**

Catim – Centro de Apoio Tecnológico à Indústria Metalomecânica  
Rua dos Plátanos, 197 4100-414 Porto | [formacao@catim.pt](mailto:formacao@catim.pt) | 226 159 000