

Aprender é a única coisa
de que a mente nunca se cansa,
nunca tem medo e
nunca se arrepende.

Leonardo da Vinci

CATÁLOGO DE FORMAÇÃO

FORMAÇÃO EM SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO



DESTINADO A

- EMPRESAS (Grupos, Intraempresa)

COM POSSIBILIDADE DE INSCRIÇÃO INDIVIDUAL (INTEREMPRESAS)

- PROFISSIONAIS DE SEGURANÇA NO TRABALHO (Interempresas)

1

*A mente que se abre a uma nova ideia
jamais voltará ao seu tamanho original.*

Albert Einstein

INDICE

Áreas de intervenção formativa	4
Enquadramento legal	4
Oferta Formativa	
Segurança no Trabalho	6
Ergonomia	18
Saúde	20
Segurança no Trabalho para Profissionais de Segurança	25
Informações gerais	30
Regulamento de Formação (Condições gerais de funcionamento da formação)	31
Portefólio de formação	38

ÁREAS DE INTERVENÇÃO FORMATIVA

A Ecosaúde desenvolve actividade formativa nos domínios da sua competência nuclear: Segurança e Saúde do Trabalho.

ENQUADRAMENTO LEGAL

As obrigações do empregador no que se refere à Formação encontram-se estabelecidas na legislação nacional, a vários níveis, nomeadamente:

4

- A Lei 23 de 2012, de 25 de Julho que, 3ª revisão do **Código do Trabalho**, que mantém no seu artigo 127.º, nº 1, - **Deveres do empregador**, alínea i), a redacção dada na Lei 7/2009, de 12 de Fevereiro, refere:

« (...) Fornecer ao trabalhador a informação e a formação adequadas à prevenção de riscos de acidente ou doença (...)»

E no art. 131.º - Formação contínua, nº 2:

« (...) O trabalhador tem direito, em cada ano, a um número mínimo de trinta e cinco horas de formação contínua ou, sendo contratado a termo por período igual ou superior a três meses, um número mínimo de horas proporcional (...)»

- **O Regime Jurídico da Promoção de Segurança e Saúde no Trabalho**, Lei 3/2014, de 28 de Janeiro que actualiza a Lei 102/2009, de 10 de Setembro, e que no art. 20º mantém a redacção dada, determina as obrigatoriedades da entidade empregadora, ao nível da formação dos trabalhadores, nomeadamente:
 - 1- «(...) formação adequada no domínio da segurança e saúde no trabalho, tendo em atenção o posto de trabalho (...)»;
 - 2- «Aos trabalhadores designados (...) deve ser assegurada a formação permanente para o exercício das funções.»;
 - 3- «(...) o empregador deve formar o número suficiente (...) os trabalhadores responsáveis pela aplicação das medidas de primeiros socorros, de combate a incêndios e de evacuação(...)»;

4 - O artº 77º, determina que:

1- «(...) se a empresa ou estabelecimento (...) adoptar serviço externo, o empregador deve designar em cada estabelecimento (...) um trabalhador com formação adequada (...) que o represente para acompanhar e coadjuvar a execução das actividades de prevenção».

2 -«(...) Para efeitos do número anterior, entende –se por formação adequada a que permita a aquisição de competências básicas em matéria de segurança, saúde, ergonomia, ambiente e organização do trabalho».

5 - O DL 50/2005 de 25 de Fevereiro que regula as prescrições mínimas de segurança e saúde dos trabalhadores na utilização de equipamentos de trabalho, no seu art. 8º, determina:

1 - O empregador deve prestar aos trabalhadores e seus representantes para a segurança, higiene e saúde no trabalho a informação adequada sobre os equipamentos de trabalho utilizados.

OBSERVAÇÕES:

Toda a oferta formativa, a seguir apresentada, foi concebida e planeada tendo em vista a realização em empresas, para os seus colaboradores internos.

No entanto, sabemos que nem sempre é fácil realizar um curso para um grupo de colaboradores e a frequência individual e distribuída no tempo, pode ser a solução. Por isto incluímos a possibilidade de “Inscrição Individual” para a qual indicamos o respectivo valor.

Se pretender realizar qualquer um dos cursos apresentados, na sua empresa, consulte-nos e apresentaremos as condições.

A Ecosaúde está preparada para conceber novos cursos, de acordo com as necessidades de cada Cliente.

SEGURANÇA NO TRABALHO





SEGURANÇA E HIGIENE NO TRABALHO REPRESENTANTE DO EMPREGADOR E TRABALHADOR DESIGNADO.

Quem deve frequentar: Interlocutor da empresa com a prestadora de serviços externos de Segurança e Higiene no Trabalho, empregador de micro e pequenas empresas (sem actividade de risco elevado) quando assume as actividades de Segurança e Saúde no Trabalho, trabalhadores designados pelo Empregador para as matérias de Segurança e Saúde no Trabalho.

Objectivos gerais: Adquirir os conhecimentos de legislação de Segurança e Higiene no Trabalho e as competências necessárias à identificação de riscos profissionais e as técnicas de prevenção que permitam ao empregador, trabalhador designado na empresa ou ao interlocutor com o prestador de serviços externos, a optimização dos meios envolvidos e o desenvolvimento da política de prevenção na empresa.

Resumo de Conteúdo Programático: Conceitos Básicos de Segurança e Higiene no Trabalho. Identificação de Riscos Gerais e Técnicas de Prevenção. Sistemas elementares de controlo de riscos. Elementos Básicos da Gestão da Prevenção de Riscos Profissionais.

Duração: 36h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30), 3ª e 4ª f.. **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 240,00€ + Iva.

7

SEGURANÇA NO TRABALHO PARA REPRESENTANTES DOS TRABALHADORES

Quem deve frequentar: Trabalhadores nomeados para representação dos trabalhadores de uma empresa. Comissões de Trabalhadores.

Objectivos gerais: Adquirir os conhecimentos de legislação de Segurança e Higiene no Trabalho e as competências necessárias à identificação de riscos profissionais e as técnicas de prevenção que permitam aos Representantes dos Trabalhadores a optimização dos meios envolvidos e o apoio ao desenvolvimento da política de prevenção na empresa.

Resumo de Conteúdo Programático: Conceitos Básicos de Segurança e Higiene no Trabalho. A participação dos Representantes dos Trabalhadores na identificação de Riscos Gerais e Técnicas de Prevenção. Sistemas elementares de controlo de riscos. Elementos Básicos da Gestão da Prevenção de Riscos Profissionais. Liderança em Segurança no Trabalho.

Duração: 35h

Curso realizado apenas para Grupos, em empresas. Preço sob consulta.

PRINCÍPIOS DE SEGURANÇA E SAÚDE NO TRABALHO

Quem deve frequentar: Trabalhadores em geral de qualquer sector de actividade, directores de recursos humanos, chefias intermédias.

Objectivos gerais: Conhecer o enquadramento legal nacional, destas matérias. Os direitos e deveres de Empregadores e Trabalhadores. O que são Riscos Profissionais, Controlo e Prevenção. Conhecer o conceito de Acidente de Trabalho e Reconhecer a Sinalização de Segurança.

Resumo de Conteúdo Programático: O que é e para que serve a Segurança e Saúde nas empresas. Legislação nacional na área de Segurança e Saúde no Trabalho. O conceito de Acidentes de Trabalho e Doenças Profissionais. O controlo e a prevenção de Riscos Profissionais. Sinalização de Segurança.

Duração: 7h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30) **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 80,00€ + Iva.

8

SEGURANÇA NO TRABALHO, PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS

Quem deve frequentar: Trabalhadores de uma dada empresa, directores de recursos humanos, chefias intermédias.

Objectivos gerais: Conhecer o enquadramento legal da Segurança no Trabalho, direitos e deveres do empregador e dos trabalhadores. Adquirir competências para identificação de riscos presentes na actividade da empresa e adopção das medidas de prevenção recomendadas pelo serviço de SST.

Resumo de Conteúdo Programático: Breve abordagem da Legislação na área de Segurança e Saúde no Trabalho. Identificação dos riscos profissionais a que os trabalhadores estão expostos na empresa.

Medidas de controlo e prevenção previstas para os mesmos. Acidentes de Trabalho e Doenças Profissionais. Sinalização de Segurança. Equipamentos de Protecção Colectiva. Equipamentos de Protecção Individual. Procedimentos de Emergência.

Duração: 7h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30) **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 80,00€ + Iva.

PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS NO TRABALHO EM ESCRITÓRIOS

Quem deve frequentar: Funcionários de empresas e outras instituições com actividade em ambiente de escritório.

Objectivos gerais: Identificar os riscos associados às actividades características de escritório e ser capaz de adoptar medidas preventivas.

Resumo de Conteúdo Programático: Tipos de risco mais frequentes e seu controlo e prevenção. Posturas de trabalho a evitar e escolha das mais adequadas e confortáveis. Ginástica laboral na prevenção de lesões músculo-esqueléticas. Procedimentos de emergência. Componente prática: medidas de correcção/prevenção a adoptar no meu posto de trabalho.

Duração: 4h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30). **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 50,00€ + Iva.

9

SEGURANÇA INDUSTRIAL - PREVENÇÃO DE RISCOS QUÍMICOS, RUÍDO E VIBRAÇÕES

Quem deve frequentar: Trabalhadores do sector da indústria.

Objectivos gerais: Ser capaz de identificar nos locais de trabalho e nas suas actividades, os factores de risco de contaminação por produtos químicos, as fontes de ruído e de vibrações.

Identificar as acções de controlo e minimização dos seus efeitos no organismo.

Identificar acções de prevenção aplicáveis pelo trabalhador.

Resumo de Conteúdo Programático: Legislação na área de Segurança e Saúde no Trabalho. Acidentes de Trabalho e Doenças Profissionais. A prevenção de Riscos Profissionais. Identificação e controlo de riscos químicos, ruído e Vibrações. Medidas de controlo e mitigação dos efeitos sobre o organismo humano. Acções de Prevenção a desenvolver.

Duração: 21h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30). **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 180,00€ + Iva.

COMBATE A INCÊNDIOS, 1ª INTERVENÇÃO

Quem deve frequentar: Trabalhadores em geral.

Objectivos gerais: Identificar factores e situações de risco de incêndio, compreender as fases de desenvolvimento de um incêndio e conhecer e ser capaz de utilizar os meios de primeira intervenção.

Resumo de Conteúdo Programático: Como e porquê, surge um incêndio. Prevenir incêndios nos locais de trabalho. O que fazer quando o fogo surge/Actuação em caso de Incêndio. Combate e controlo de incêndios. Actuação em caso de descontrolo do incêndio.

Componente Prática: Treino de combate a incêndios com utilização de extintores portáteis.

Duração: 7h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30). **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 130,00€ + Iva.

10

COMBATE A INCÊNDIOS, 2ª INTERVENÇÃO

Quem deve frequentar: Funcionários de empresas e outras instituições que integram a Brigada de Incêndios.

Objectivos gerais: Adquirir conhecimentos teóricos e práticos de combate a incêndios utilizando meios de 1ª e 2ª intervenção.

Resumo de Conteúdo Programático: Fenomenologia da combustão. Métodos de extinção. Agentes extintores. Classes de Fogos. Extintores portáteis. Técnica de combate a incêndios com extintores. Redes de incêndio. Aparelhos respiratórios. Protecção individual. Sistema automático de detecção de incêndios. Sistemas fixos automáticos de extinção. Organização da segurança. Prevenção de incêndios. Plano de emergência. Técnica de combate a incêndios com linhas de água. Exercícios práticos de combate a incêndios em casa de fumos. Exercícios práticos com: Extintores portáteis; Manta abafa-fogo; Carretéis de primeira intervenção; Mangueiras flexíveis; Aparelhos respiratórios; Busca e salvamento; Práticas de busca e salvamento.

Duração: 14h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30) **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 240,00€ + Iva.

PROCEDIMENTOS DE GERAIS DE EVACUAÇÃO DE EDIFÍCIOS

Quem deve frequentar: Trabalhadores em geral. Funcionários de empresas e outras instituições que integram a Brigada de Intervenção em Emergência.

Objectivos gerais: Adquirir conhecimentos teóricos e práticos para proceder à evacuação de trabalhadores e visitantes salvaguardando as condições de segurança previstas no plano de emergência ou de evacuação.

Resumo de Conteúdo Programático: Activação de um Plano de Emergência. As funções da Brigada de Intervenção. A evacuação de pessoas para o "ponto de encontro". Critério de selecção se não estiver determinado. A activação de Meios de Socorro Externo.

Duração: 4h

Taxa de inscrição individual: 50,00€ + Iva.

11

SEGURANÇA NA OPERAÇÃO DE EQUIPAMENTOS MÓVEIS (EMPILHADORES; GRUAS; PONTES ROLANTES...)

Quem deve frequentar: Funcionários de empresa e outras instituições que na sua actividade profissional necessitem de manobrar equipamentos móveis de movimentação de cargas.

Objectivos gerais: Identificar os riscos associados à manobra de equipamentos móveis de movimentação de cargas em condições de segurança para o próprio e para terceiros.

Resumo de Conteúdo Programático: Enquadramento legal – Directiva Máquinas e Equipamentos de Trabalho. Requisitos mínimos dos Equipamentos Móveis de Trabalho e com transporte de trabalhadores. Definição e requisitos de segurança de vias de circulação e interferências com outras actividades da empresa. Exigências de segurança e de saúde nas operações de elevação de cargas.

Manobras em circuito apertado. Paragem de emergência.

Componente prática de condução e manobra dos equipamentos.

Curso realizado apenas para Grupos, em empresas. Preço sob consulta.

SENSIBILIZAÇÃO PARA AS MEDIDAS DE AUTO PROTECÇÃO EM EDIFÍCIOS

Quem deve frequentar: Responsáveis pela segurança no trabalho na empresa, responsáveis por instalações, pela manutenção, pelos equipamentos de primeira intervenção, intervenientes envolvidos na aplicação das medidas de Autoprotecção em Edifícios, Consultores. Empregadores e outros técnicos com responsabilidades e interesse na matéria.

Objectivos gerais: Conhecer as obrigações em matéria de medidas de organização e gestão da segurança, adaptadas às condições reais de exploração e proporcionais à categoria de risco de cada empresa e actividade.

Resumo de Conteúdo Programático: O que são e para que servem as Medidas de Autoprotecção. Enquadramento Legal das Medidas de Autoprotecção. A quem compete elaborá-las e a quem compete acompanhar a sua implementação; Documentos que integram as Medidas de Autoprotecção.

Duração: 7h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30) **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 80,00€ + Iva.

INTERVENÇÃO EM RISCOS PSICOSSOCIAIS

Quem deve frequentar: Técnicos de segurança no trabalho, representantes dos trabalhadores, representantes do empregador, consultores e auditores de SST, formadores de SST, médicos do trabalho, sociólogos, psicólogos, enfermeiros, técnicos de saúde, responsáveis e técnicos de gestão de recursos humanos, gestores, supervisores e colaboradores de diversas áreas.

Objectivos gerais: Saber identificar riscos psicossociais; Conhecer e compreender a análise e avaliação dos riscos psicossociais; Desenvolver competências que facilitem o processo de implementação do um programa de intervenção; Conhecer alguns indicadores de monitorização da gestão em riscos psicossociais.

Resumo de Conteúdo Programático: Conceito e factores de riscos psicossociais. Efeitos individuais e organizacionais dos riscos psicossociais. Os vários fenómenos psicossociais. Análise de riscos psicossociais. Modelo PRE de intervenção em riscos psicossociais. Indicadores de gestão de riscos psicossociais.

Duração: 14h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30). **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 120,00€+IVA

SEGURANÇA E PREVENÇÃO DE RISCOS PROFISSIONAIS NA UTILIZAÇÃO DE MATERIAL CORTO PERFORANTE

Quem deve frequentar: Trabalhadores que utilizam material corto-perfurante na sua actividade profissional. Responsáveis pela segurança no trabalho na empresa, Consultores. Empregadores e outros técnicos com responsabilidades e interesse na matéria.

Objectivos gerais: No final do curso, os participantes conhecerão os riscos inerentes à manipulação de material corto perfurante e estarão aptos a adoptar medidas que promovam a segurança no trabalho e previnam acidentes.

Resumo de Conteúdo Programático:

Enquadramento legal: Directiva Eu 2010/32/EU e Decreto-Lei n.º 121/2013, de 22 de Agosto; A exposição ocupacional a agentes patogénicos transmitidos pelo sangue; Identificação e redução dos riscos de acidente; Recomendações de boas práticas para a prevenção de acidentes por picada ou corte; Preparação e organização do ambiente de trabalho; Medidas de controlo ambiental: higiene e limpeza do ambiente; Eliminação dos objectos corto perfurantes; Triagem e acondicionamento dos resíduos hospitalares; Registo e participação do acidente; O que fazer se se verificar um ferimento com objecto corto perfurante.

Duração: 4h

Horário: Laboral

Local: Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 60,00€ + Iva.

TRABALHO EM ESPAÇOS CONFINADOS

Quem deve frequentar: Trabalhadores com intervenção operacional em espaços confinados (túneis, esgotos, silos,.....)

Objectivos gerais: Reconhecer os factores de riscos para a saúde e a integridade física, do trabalho em espaço confinado. Ser capaz de utilizar os meios de respiração autónoma se necessário. Conhecer e garantir o respeito pelas medidas de protecção.

Resumo de Conteúdo Programático: Definições e classificações dos diversos tipos de espaços confinados; Competências profissionais adequadas para o trabalho em espaços confinados; Principais cenários de perigo e condições perigosas de um espaço confinado; Avaliação do risco, medidas de prevenção e de protecção adequadas; Equipamentos de protecção individual e coletiva; Procedimentos

de trabalho seguro: responsabilidades, consignação, permissão de entrada; Ventilação e avaliação técnica da qualidade do ar em espaços confinados; Introdução às técnicas e procedimentos de emergência para resgate e salvamento.

Duração: 12h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30). **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 110,00€ + Iva.

TRABALHOS EM ALTURA E RESGATE EM SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA

14

Quem deve frequentar: Trabalhadores portuários, membros da equipa de segurança.

Objectivos gerais: Conhecer as técnicas para a realização de trabalhos em altura em condições de segurança e de resgate de colegas em situação de emergência.

Resumo de Conteúdo Programático: Conceitos e princípios gerais dos trabalhos em altura; Observar e cumprir a legislação aplicável; Objectivos da Segurança no Trabalho; Características do trabalho em estruturas elevadas; A técnica dos trabalhos em altura:

Componente Prática – Exercícios práticos de acesso a estruturas; Aplicação prática de resgate à vítima suspensa; Avaliação de conhecimentos teóricos e práticos.

Em colaboração

com:



Duração: 21h **Horário:** Laboral . **Local:** Lisboa e Porto

Curso realizado apenas para Grupos, em empresas. Preço sob consulta.

SEGURANÇA NO MANUSEAMENTO DE MATÉRIAS PERIGOSAS - REMOÇÃO DE AMIANTO

Quem deve frequentar: Trabalhadores com intervenção operacional remoção de amianto em estruturas físicas, na manutenção e reparação de materiais que contenham amianto.

Trabalhadores envolvidos no transporte, eliminação e aterro de resíduos de amianto.

Objectivos gerais: Reconhecer os riscos específicos para a saúde do trabalhador, presentes na actividade de remoção do amianto e as medidas de protecção a adoptar.

Resumo de Conteúdo Programático: Legislação aplicável; Propriedades do amianto e seus efeitos na saúde; Tipos de Produtos e materiais susceptíveis de conterem amianto; Operações que podem provocar a exposição a amianto; Avaliação de Riscos de Exposição; Plano de Trabalhos para demolição ou remoção de amianto ou materiais que o contenham; Medidas de minimização da exposição; Práticas profissionais seguras, controlos e equipamentos de protecção das vias respiratórias; Procedimentos de Emergência; eliminação de resíduos, Vigilância Médica; Formação dos Trabalhadores expostos.

15

Duração: 8h **Horário:** Laboral (9h00 – 18h00). **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 110,00€ + Iva.

SEGURANÇA NO TRABALHO PORTUÁRIO

Quem deve frequentar: Trabalhadores portuários e de manutenção. Operacionais, chefes de equipa, encarregados, chefias directas.

Objectivos gerais: Identificar os riscos profissionais na actividade portuária. A prevenção de lesões músculo esqueléticas. Vibrações. Riscos para a saúde e a segurança, na actividade por turnos.

Resumo de Conteúdo Programático: - Princípios básicos de legislação na área de Segurança e Saúde no Trabalho; Riscos profissionais mais frequentes na actividade portuária, controlo e prevenção; Risco de LMERT – Lesões Músculo Esqueléticas Relacionadas com o Trabalho, na Movimentação de Cargas; Manipulação ou contacto com substâncias perigosas; Riscos presentes no trabalho no exterior; Equipamentos de Protecção; Sinalização de Segurança; Acidentes de Trabalho e Doenças Profissionais

Duração: 16h **Horário:** Laboral . **Local:** Lisboa e Porto

Curso realizado apenas para Grupos, em empresas. Preço sob consulta.

OPERAÇÃO PORTUÁRIA DE MERCADORIAS PERIGOSAS, CÓDIGO IMDG

Quem deve frequentar: Todos os intervenientes na cadeia de logística e transporte que envolva a carga perigosa

Objectivos gerais Conhecer o código IMDG (de International Maritime Dangerous Goods Code) e reconhecer a importância de actuar diariamente em conformidade com o mesmo.

Resumo de Conteúdo Programático: Enquadramento regulamentar e sua aplicabilidade; Outros regulamentos, convenções e códigos aplicados; Classificação para transporte; Formas de acondicionamento, material de transporte e requisitos técnicos aplicados; Regras aplicadas às Unidades de transporte de carga (CTU); Sinalização; Documentação; Declarações, aceitações e responsabilidades; Procedimentos e boas práticas de prevenção e segurança no trabalho, na actividade de manipulação de mercadorias perigosas. **Componente Prática.**

Duração: 14h **Horário:** Laboral . **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 150,00 + IVA

16

ACTIVIDADES QUE IMPLIQUEM A EXPOSIÇÃO A RADIAÇÕES IONIZANTES

Quem deve frequentar: Trabalhadores expostos a radiações ionizantes, Técnicos de segurança no trabalho, representantes dos trabalhadores, representantes do empregador, consultores e auditores de SST, formadores de SST, médicos do trabalho, enfermeiros do Trabalho, técnicos de saúde,

Objectivos gerais: Adquirir os conhecimentos fundamentais sobre radiações ionizantes que permitam identificar os riscos para a saúde humana resultantes da exposição. Conhecer as medidas de prevenção e de protecção mais adequadas.

Ficar sensível para a realidade das radiações não ionizantes e não as descurar no âmbito das avaliações de riscos a realizar.

Resumo de Conteúdo Programático: Introdução às radiações Ionizantes; radiação ionizante, radiação não ionizante; Risco biológico nas radiações ionizantes; Risco biológico nas radiações não ionizantes Medidas preventivas e de protecção; Avaliação da exposição dos trabalhadores; Dosimetrias; O futuro das radiações ionizantes

Duração: 7h **Horário:** Pós Laboral. **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 80,00€ + Iva.

RISCOS DA EXPOSIÇÃO AO RUÍDO LABORAL

Quem deve frequentar: Trabalhadores expostos Ao ruído, Técnicos de segurança no trabalho, representantes dos trabalhadores, representantes do empregador, consultores e auditores de SST, formadores de SST, médicos do trabalho, enfermeiros do Trabalho, técnicos de saúde.

Objectivos gerais: Adquirir os conhecimentos fundamentais sobre radiações ionizantes que permitam identificar os riscos para a saúde humana resultantes da exposição. Conhecer as medidas de prevenção e de protecção mais adequadas.

Ficar sensível para a realidade das radiações não ionizantes e não as descurar no âmbito das avaliações de riscos a realizar.

Resumo de Conteúdo Programático: Caracterização do conceito de ruído laboral; Legislação aplicável; Anatomia do ouvido; Pressão Sonora; Tipos de ruído; Efeitos da exposição ao ruído no trabalhador; A avaliação de ruído; Medidas de controlo e protecção da exposição.

Duração: 14h

Horário: Pós Laboral.

Local: Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 120,00€ + Iva.

ERGONOMIA



PREVENÇÃO DE LESÕES MÚSCULO ESQUELÉTICAS NA MOVIMENTAÇÃO MANUAL DE CARGAS

Quem deve frequentar: Trabalhadores em geral.

Objectivos gerais: Reconhecer os riscos e os comportamentos ou posturas que originam Lesões Musculo Esqueléticas. Saber como actuar preventivamente aplicando as boas práticas para a movimentação manual de cargas.

Resumo de Conteúdo Programático: O que são lesões músculo esqueléticas. Noções básicas de fisiologia muscular (noções fundamentais de funcionamento do esqueleto e músculos) *versus* esforço postural. Factores de risco – causas da doença. Sintomas da doença músculo esqueléticas. Prevenção e Controlo de Riscos Profissionais no Transporte manual de cargas. Procedimentos correctos no manuseamento de cargas. Impacto na Saúde do trabalhador, na Segurança no Trabalho e na produtividade da empresa. A importância e obrigatoriedade de Informação sobre os riscos e formação sobre a utilização de equipamentos.

Duração: 7h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30) **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 80,00€ + Iva.

19

ERGONOMIA NO POSTO DE TRABALHO E EQUIPAMENTOS DOTADOS DE VISOR

Quem deve frequentar: Trabalhadores em geral.

Objectivos gerais: Conhecer os princípios de ergonomia aplicáveis aos locais de trabalho administrativos e na utilização de equipamentos dotados de visor nestes locais e em oficina.

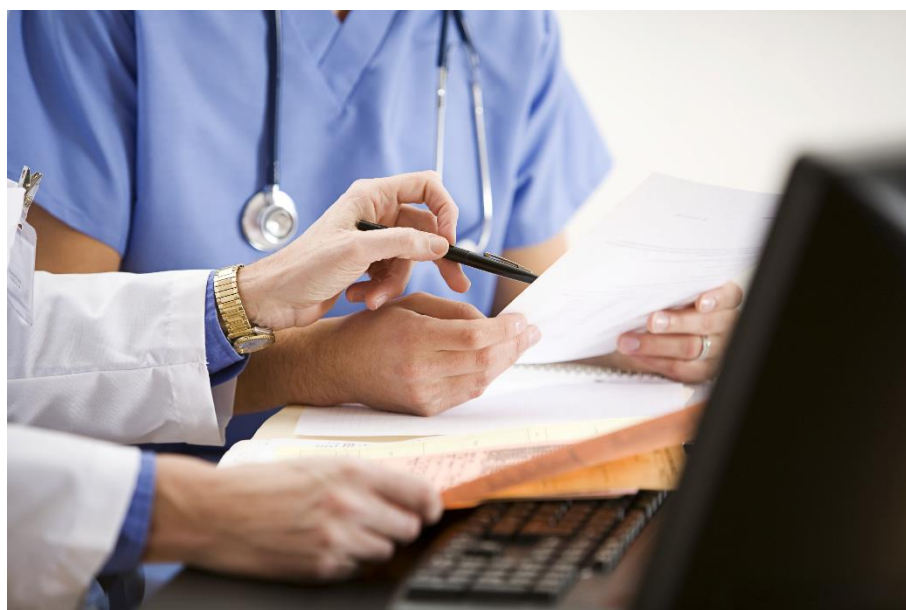
Decidir sobre medidas de prevenção, nomeadamente na adopção de atitudes proactivas.

Resumo de Conteúdo Programático: Legislação aplicável. Tipos de risco mais frequentes e seu controlo e prevenção. Posturas de trabalho a evitar e escolha das mais adequadas e confortáveis. Organização e dimensionamento do posto de trabalho. Trabalhos com equipamentos dotados de visor no escritório em oficina ou outros locais.

Duração: 4h **Horário:** Laboral (9h00 – 13h00) **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 50,00€ + Iva.

SAÚDE



PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL

Quem deve frequentar: Técnicos de segurança no trabalho, representantes dos trabalhadores, representantes do empregador, consultores e auditores de SST, formadores de SST, médicos do trabalho, sociólogos, psicólogos, enfermeiros, técnicos de saúde, responsáveis e técnicos de gestão de recursos humanos, gestores, supervisores e colaboradores de diversas áreas com interesse no tema.

Objectivos gerais: Reconhecer que a o ambiente de trabalho e a forma como o mesmo é organizado, influencia a saúde mental do indivíduo.

Reconhecer os factores individuais, organizacionais e sociais de risco para a saúde mental no trabalho e identificar estratégias para um maior envolvimento na construção de um ambiente de trabalho saudável.

Resumo de Conteúdo Programático: Saúde mental e trabalho. Que relação? A função psicológica do trabalho. Os riscos psicológicos no trabalho. Enquadramento nacional e europeu da saúde mental no trabalho. Trabalhar como chefia intermédia: que implicações? Desafios e dificuldades. A importância do papel das chefias intermédias na promoção da saúde mental.

Duração: 14h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30). **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 120,00€ + Iva.

21

PRIMEIROS SOCORROS, FORMAÇÃO BASE (INCLUI SBV)

Quem deve frequentar: Trabalhadores em geral. Funcionários de empresas e outras instituições que integram a Brigada de Emergência.

Objectivos gerais: Responder a situações de doença súbita ou vítimas de acidentes até à chegada de socorro especializado.

Resumo de Conteúdo Programático: O sistema integrado de emergência médica (SIEM). Segurança do Socorrista. Como avaliar uma situação de acidente ou doença súbita. Como efectuar correctamente o contacto com o 112. Exame à vítima e Plano de acção na prestação de cuidados de Primeiros Socorros. Socorro prioritário e não prioritário. Ortotraumatologia. A caixa de primeiros socorros. Componente prática: Suporte básico de vida, Obstrução da Via Aérea; Posição lateral de segurança, imobilizações.

Duração: 14h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30) **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 110,00€ + Iva.

Nos termos do definido em Informação Técnica da DGS, o curso tem duração de 14h e validade por 3 anos, após o que deverá ser efectuada a sua renovação.

PRIMEIROS SOCORROS, ACTUALIZAÇÃO

Quem deve frequentar: Trabalhadores em geral. Funcionários de empresas e outras instituições que integram a Equipa de Segurança, ou Brigada de Emergência.

Objectivos gerais: Refrescar conhecimentos e competências adquiridas no curso de formação base. Responder a situações de doença súbita ou vítimas de acidentes até à chegada de socorro especializado.

Resumo de Conteúdo Programático: Relembrar o sistema integrado de emergência médica (SIEM). Segurança do Socorrista. Como avaliar uma situação de acidente ou doença súbita. Como efectuar correctamente o contacto com o 112. Exame à vítima e Plano de acção na prestação de cuidados de Primeiros Socorros. Socorro prioritário e não prioritário. Ortopneumologia. A caixa de primeiros socorros. Componente prática: Suporte básico de vida, Obstrução da Via Aérea; Posição lateral de segurança, imobilizações.

Duração: 7h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30) **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 80,00€ + Iva.

Nos termos do definido em Informação Técnica da DGS, o curso tem duração de 14h e validade por 3 anos, após o que deverá ser efectuada a sua renovação.

PRIMEIROS SOCORROS PEDIÁTRICOS

Quem deve frequentar: Trabalhadores de empresas e outras instituições que cuidem de crianças. Professores, Educadores de infância, pais, mães, avós.

Objectivos gerais: Ser capaz de avaliar a situação, em função da existência de perigo de vida de uma criança acometida de doença súbita ou vítima de acidente e agir eficazmente.

Resumo de Conteúdo Programático: O sistema integrado de emergência médica (SIEM). Segurança do Socorrista. Como avaliar uma situação de acidente ou doença súbita. Como efectuar correctamente o contacto com o 112. Exame à vítima e Plano de acção na prestação de cuidados de Primeiros Socorros. Queimaduras. Dificuldades Respiratórias, Sufocamento, Asma, Afogamento. Hemorragias. Lesões da

Pele. Feridas. Febre. Vômitos. Diarreia. Convulsões. Intoxicação Alimentar. Introdução de corpos estranhos. Mordedura de animal. Desidratação.

Duração: 14h **Horário:** Laboral (9h30 – 17h30) **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 110,00€ + Iva.

VIVER SAUDÁVEL, TRABALHAR MELHOR

Quem deve frequentar: Trabalhadores em geral.

Objectivos gerais: Sensibilizar os participantes para a necessidade de adopção de comportamentos saudáveis (alimentação e nutrição, exercício físico, controlo de stress) que proporcionem melhor qualidade de vida.

Resumo de Conteúdo Programático: Importância da adopção de um “Estilo de Vida Saudável”. Estilos de Vida pouco saudáveis. Consequências e propostas de alteração. Viver Melhor, Modificação Comportamental.

Curso realizado apenas para Grupos, em empresas. Preço sob consulta.

PREVENÇÃO DO CONSUMO DE ÁLCOOL E DROGAS EM MEIO LABORAL

Quem deve frequentar: Trabalhadores em geral.

Objectivos gerais: Dar a conhecer o regulamento de controlo de álcool e drogas da empresa. Sensibilizar os participantes para a necessidade de implementação de estratégias de prevenção, dissuasão, controlo e combate ao consumo de álcool e drogas na empresa.

Resumo de Conteúdo Programático: Identificação de contextos propícios ao consumo. Obrigações, direitos e responsabilidades gerais no âmbito do controlo de dependências. Quando o álcool se transforma num problema. Alterações físicas e psíquicas do consumo de álcool. Taxa de alcoolémia. O alcoolismo é uma doença. Consumo de substâncias Psicoactivas e Acidentes. Controlo de Álcool e Drogas em Meio laboral na empresa (regulamento).

Curso realizado apenas para Grupos, em empresas. Preço sob consulta.

REQUISITOS LEGAIS DE SAÚDE OCUPACIONAL

Quem deve frequentar: Técnicos de recursos humanos, Técnicos de segurança no Trabalho, Representantes do Empregador, Enfermeiros.

Objectivos gerais: Reconhecer a importância da vigilância da saúde dos trabalhadores, conhecer os requisitos legais a cumprir pelo empregador e seus representantes, no domínio da Medicina do Trabalho. Saber distinguir e aplicar, as diferentes tipologias de exames de medicina do trabalho de acordo com as variáveis de periodicidade.

Reconhecer o conceito de restrição e cumprir as determinações do médico de trabalho, nesta matéria.

Resumo de Conteúdo Programático: Conceito de Saúde Ocupacional. Requisitos legais gerais e específicos em Medicina do Trabalho. A vigilância da Saúde dos Trabalhadores, tipos de exames médicos. O conceito de restrição para as tarefas habituais. Processo clínico. O Resultado do exame – Ficha de Aptidão. Visitas Médicas a locais de trabalho.

Duração: 4h **Horário:** Laboral (9h30 – 12h30). **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 50,00€ + Iva.

24

PREVENÇÃO DA SAÚDE NO TRABALHO POR TURNOS

Quem deve frequentar: Técnicos de recursos humanos, Técnicos de segurança no trabalho, Chefias.

Objectivos gerais: Conhecer o conceito e requisitos legais a cumprir pelo empregador e seus representantes, na organização do trabalho por turnos. Conhecer os efeitos do trabalho por turnos e nocturno, no organismo.

Conteúdo Programático: Conceito de organização do trabalho - Trabalho por turnos na legislação nacional. Trabalho por turnos: Rotativo, alternado, contínuo, permanente. Especificidades do trabalho nocturno. Protecção em matéria de Segurança e Saúde no Trabalho por turnos e nocturno. Distúrbios decorrentes do trabalho por turnos e nocturno. Os efeitos dos turnos na saúde dos trabalhadores (físicos, psíquicos e sociais). Medidas de Prevenção e minimização do impacto do trabalho por turnos e nocturno, no trabalhador.

Duração: 4h **Horário:** Laboral (14h30 – 17h30) **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 50,00€ + Iva.

SEGURANÇA NO TRABALHO Para Profissionais de Segurança no Trabalho



SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIOS EM EDIFÍCIOS



Curso destinado à actualização científica e técnica de TSST e TST.

Quem deve frequentar: Técnicos Superiores de Segurança no Trabalho e Técnicos de Segurança no Trabalho, Consultores, Formadores de SST, empregadores e outros interessados no tema.

Pré – Requisitos: Para efeitos de manutenção do CAP, o candidato deverá ter frequentado formação inicial de Técnico Superior ou de Técnico de Segurança.

26

Objectivos gerais: Ser capaz de aplicar o RGSCIE, cumprindo os requisitos legais no domínio dos incêndios em edifícios.

Conteúdo Programático: O REGIME JURÍDICO DE SCIE: conceitos fundamentais. Enquadramento legal da SCIE. Orientações para a SCI em Edifícios. Implementação da regulamentação aplicável. Utilizações tipo de edifícios e recintos. Categorias e factores de risco. Classificação dos locais de risco. Inspeções. Responsável e delegado de segurança. Medidas de autoprotecção. Fiscalização, processo contra-ordenacional.

REGULAMENTO TÉCNICO DE SCIE (RT SCIE): Condições gerais de acessibilidade. Vias de acesso aos edifícios. Acessibilidade às fachadas. Limitações à propagação do incêndio pelo exterior. Abastecimento e prontidão dos meios de socorro. Resistência e reacção ao fogo. Evacuação e respectivos critérios. Instalações técnicas. Instalações de segurança. Medidas de autoprotecção, Plano de prevenção e procedimento de prevenção. Plano de emergência Interno e procedimentos de emergência. Plano de evacuação, simulacros.

Duração: 30h **Horário:** Pós laboral (19h00 – 22h00) de 2ª a 5ªf. **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 230,00€ + Iva.



SEGURANÇA DE MÁQUINAS E EQUIPAMENTOS, DIRECTIVAS CE

Curso destinado à actualização científica e técnica de TSST e TST.

Quem deve frequentar: Técnicos de Superiores de Segurança no Trabalho e Técnicos de Segurança no Trabalho, Consultores, Formadores de SST, empregadores e outros profissionais interessados no tema.

Pré – Requisitos: Para efeitos de manutenção do CAP, o candidato deverá ter frequentado formação inicial de Técnico Superior ou de Técnico de Segurança.

Objectivos gerais: Aplicar os princípios de avaliação de uma máquina ou equipamento de acordo com a legislação em vigor; de identificar e controlar os riscos associados à actividade com máquinas e equipamentos.

Conteúdo Programático: Introdução às Directivas Comunitárias. Directiva Máquinas e equipamentos de Trabalho (D.L. 103/2008 e DL 50/2005, de 25 Fev.). A actividade de máquinas e equipamentos de trabalho em ambiente com características de “Atmosfera Explosiva”. Requisitos mínimos de segurança. Riscos e medidas preventivas dos equipamentos de trabalho. Segurança na manutenção de equipamentos de trabalho. Verificação dos equipamentos de trabalho. Análise de riscos. Tratamento de não conformidades e definição do plano de acções

Duração: 30h **Horário:** Pós laboral (19h00 – 22h00) de 2ª a 5ªf.

Local: Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 230,00€ + Iva.

GESTÃO DE EMERGÊNCIA – PLANEAMENTO E CONDUÇÃO DE EXERCÍCIOS

Quem deve frequentar: Técnicos Superiores de Segurança no Trabalho e Técnicos de Segurança no Trabalho, Representante do Empregador e Trabalhador Designado, Consultores, Formadores de SST, empregadores e outros interessados no tema.

Objectivos gerais: No final os formandos estarão aptos a:

- Reconhecer o Ciclo de Gestão da Emergência e normativo associado;

- Enunciar e implementar as orientações para a emergência decorrentes do actual enquadramento legal em Segurança Contra Incêndios em Edifícios;
- Desenvolver o Planeamento, Condução e avaliação de diversos tipos de exercício para validação da Gestão da Emergência;
- Elaborar vários tipos de Documentação de Exercícios (Planos, Grelhas de Avaliação, Narrativas, Guiões, Mensagens, Directivas, etc);
- Realizar relatórios de avaliação de exercícios.

Conteúdo Programático: Enquadramento legal; Norma NFPA 1600; Protecção Civil – Nova Lei de Bases e a ANPC. Princípios gerais da gestão de emergência (crise, emergência, contingência, sistemas de gestão; O ciclo da gestão da emergência; Planos de emergência e respectiva implementação pelas organizações; Falhas mais comuns; Programação e Planeamento (Concepção e Desenvolvimento) de Exercícios; Condução e Avaliação de Exercícios; Tipos de Exercícios; Potenciação de Exercícios; Documentação de Exercícios; Planeamento de um Exercício Funcional; Documentação de Controlo; Elaboração de Guião e de Grelhas de Avaliação e preparação de Relatórios (“Hot Debriefing” e Final).

Prática de Planeamento e Condução de um Exercício Funcional, Documentação de Controlo, Elaboração de Guião e de Grelhas de Avaliação e Relatório (Técnicas de “Hot Debriefing”).

Duração: 30h **Horário:** Pós laboral (19h00 – 22h00) de 2ª a 5ªf.. **Local:** Lisboa

Taxa de inscrição individual: 370,00€ + Iva.

LIDERANÇA EM SEGURANÇA NO TRABALHO

Quem deve frequentar: Técnicos de Superiores de Segurança no Trabalho e Técnicos de Segurança no Trabalho. Representantes dos Empregadores e dos Trabalhadores, outras chefias intermédias com interesse no tema.

Objectivos gerais: Compreender a importância do desenvolvimento de atitudes que conduzam ao reconhecimento do Técnico de Segurança como líder.

Reconhecer a liderança como motor de implementação e consolidação das políticas de Segurança e Saúde no Trabalho.

Conteúdo Programático: A necessidade de mudança de atitudes (organizacionais e individuais). A liderança como ferramenta de prevenção. Liderança em Segurança e Saúde no Trabalho)

estratégica)..versus Gestão da SST (operacional) para uma força de trabalho motivada. Envolvimento das partes interessadas na prevenção dos riscos. A função de negociação na representação de trabalhadores. Negociar situações difíceis (investimentos, conflitos, greve, plano de emergência...).

Duração: 7h **Horário:** Pós laboral (19h00 – 22h30). **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 60,00€ + Iva.

METODOLOGIAS DE AVALIAÇÃO DE RISCOS

Quem deve frequentar: Técnicos de Superiores de Segurança no Trabalho e Técnicos de Segurança no Trabalho. Representantes dos Empregadores e dos Trabalhadores, outras chefias intermédias com interesse no tema.

Objectivos gerais: Seleccionar corretamente a metodologia a aplicar para a avaliação dos riscos identificados, desenvolver de forma capaz e consistente a avaliação de riscos

Conteúdo Programático: Avaliação de riscos, o que é, como se faz normalmente e erros usualmente cometidos; Aplicação da metodologia de Avaliação de Riscos em Ambiente de Trabalho (MARAT); Metodologia de Avaliação de riscos Ergonómicos Rula, Ruba a equação Niosh; Metodologia de Avaliação do Risco Químico – INSHT; Metodologia de avaliação de Risco Biológico – INSHT; Metodologias de avaliação de Risco de Incêndio em particular o Método de Gretener; Metodologia de avaliação de Riscos Psicossociais; Metodologias de avaliação de riscos organizacionais (MOSLER) com análise SWOT (Método Brasileiro).

Duração: 30h **Horário:** Pós laboral (19h00 – 22h30). **Local:** Lisboa e Porto

Taxa de inscrição individual: 230,00€ + Iva.

WORKSHOP'S (NOVO)	Duração	Grupos 20 Pessoas
Soluções para Viver Saudável	2h	Para Grupos
Aprenda a Fazer uma Alimentação Correcta	2h	Para Grupos
Prevenir o Tabagismo	2h	Para Grupos
Utilização e manutenção de EPI's	2h	Para Grupos
Líderes na Gestão de Segurança no Trabalho	2h	Para Grupos

INFORMAÇÕES GERAIS

QUEM SOMOS

A **ecosaúde, S.A.**, presta serviços de medicina do trabalho e de segurança no trabalho, contribuindo para o estabelecimento e manutenção das condições de trabalho, nomeadamente, através de uma tomada de atitude proactiva e preventiva, que assegure o bem estar dos trabalhadores, segundo os padrões profissionais definidos, em observância da legislação em vigor, e concorrendo para a melhoria da performance das organizações suas Clientes.

O controlo de riscos profissionais tem na formação um privilegiado instrumento de prevenção.

Com a actividade formativa nas áreas de Segurança e Saúde do Trabalho, pretendemos estimular a cultura de segurança e a melhoria das condições de trabalho, apoiando o crescimento da produtividade das organizações, prevenir as doenças profissionais e os acidentes de trabalho.

30

RECONHECIMENTO DE QUALIDADE DA ACTIVIDADE



A Ecosaúde, S.A., é uma empresa autorizada a prestar Serviços Externos de Segurança no Trabalho e de Saúde do Trabalho, pelos organismos competentes – Autoridade para as Condições de Trabalho (ACT) e Direcção – Geral de Saúde (DGS), em conformidade com o estipulado na Lei nº 102/2009.

No domínio da Formação somos:

- Entidade formadora Certificada pela **DGERT** (Processo 2522).
- Entidade Formadora Certificada pela **ACT** para o curso de Formação para o Desenvolvimento de Actividades de Segurança e Saúde no Trabalho por Representante do Empregador/Empregador/Trabalhador Designado.
- Entidade Formadora Acreditada pelo **INEM** na valência “Suporte Básico de Vida”.

ONDE ESTAMOS

Estamos presentes em Lisboa, Porto, Entroncamento, Barreiro, Faro e Figueira da Foz. Formação de inscrição individual realiza-se em Lisboa e no Porto. Estamos disponíveis para assegurar formação em empresas, em qualquer parte do país, de acordo com a necessidade das mesmas.

METODOLOGIA

O enfoque da formação na Ecosaúde está na utilidade dos conhecimentos transmitidos e no treino de competências que potenciem a alteração efectiva de comportamentos.

Na formação à medida (em empresas), privilegamos a proximidade às empresas no sentido de identificar as suas necessidades e caracterizar os grupos propostos para formação, para personalização de cada curso. Disponibilizamos ao mercado em geral, cursos formatados destinados à inscrição individual e que se aplicam transversalmente a empresas de todos os sectores de actividade.

Concebemos novos cursos de acordo com as necessidades de cada Cliente.

31

REGULAMENTO DE FUNCIONAMENTO DA FORMAÇÃO

Artº 1º

Objecto

O presente documento constitui um referencial de actuação da Direcções de Formação da Ecosaúde S.A., garantindo deste modo a homogeneidade de actuação dos colaboradores desta área actuais ou aqueles que possam dela vir a fazer parte.

Artº 2º

Âmbito de Aplicação

O Regulamento de Funcionamento de Formação define os procedimentos que devem orientar a actuação durante o processo formativo.

O presente Regulamento de Funcionamento pode sofrer adaptações aquando da realização de formação sectorial, cujas regras de funcionamento são definidas pela respectiva entidade reguladora da actividade em causa.

O presente Regulamento não dispensa a consulta dos respectivos programas de formação.

O presente Regulamento pode sofrer alterações decorrentes de alterações de procedimentos, introduções de melhorias nos processos, ou outros.

As alterações serão sempre da responsabilidade da Gestora de Formação.

POLÍTICA E ESTRATÉGIA DE ACTUAÇÃO

Artº 3º

Missão da Actividade de Formação

Contribuir para a melhoria das condições de trabalho nas empresas e outras organizações.

Artº 4º

Objectivos da Formação

- Manter o alinhamento desta área com as restantes áreas de negócio da empresa, dirigindo a oferta formativa, nos domínios da Segurança e Saúde no Trabalho ao mercado empresarial;
- Disponibilizar formação para actualização científica e técnica de Técnicos Superiores e Técnicos de Segurança no Trabalho;
- Disponibilizar formação de “obrigatoriedade legal” apoiando as empresas no cumprimento da legislação em vigor em matéria de Segurança e Saúde no Trabalho;
- Disponibilizar formação contínua, concebida à medida das necessidades das empresas.
- Disponibilizar formação no domínio da Prevenção e Controlo de Dependências.

32

Artº 5º

Público-Alvo

A formação promovida pela Ecosaúde destina-se a empresas e seus activos, independentemente do tipo de actividade ou dimensão.

A formação em segurança e saúde no trabalho é obrigatória e transversal a todos os sectores de actividade.

São elegíveis as empresas e os indivíduos de qualquer sector de actividade.

CONDIÇÕES DE FUNCIONAMENTO DA ACTIVIDADE FORMATIVA

Artº 6º

Organização

1. As ações, organizadas presencialmente, podem ser desenvolvidas na empresa (intra-empresa) ou caso a dimensão da empresa seja reduzida, nas instalações da Ecosaúde com a presença de outras empresas (interempresa).
2. Os formandos podem inscrever-se individualmente ou através da empresa.

3. As ações desenvolvidas interempresas, estão sujeitas a um nº máximo de inscrições – 14 formandos. Nas ações de “Prevenção e Combate a Incêndios” e “Primeiros Socorros” têm um limite máximo de 12. Em situação de excesso de candidaturas será respeitada a ordem de recepção das inscrições na Ecosaúde.

Artº 7º

Modalidade de formação

1. A Ecosaúde está habilitada a realizar a seguinte formação certificada pela DGERT:

- Formação Inicial e de qualificação de Técnicos Superiores e Técnicos de Segurança no Trabalho certificada pela ACT;
- Formação em Segurança e Higiene para empregadores e Representantes do Empregador, certificada pela ACT;
- Formação contínua para aperfeiçoamento de competências e melhoria de conhecimentos;
- Formação de Primeiros Socorros e de Suporte Básico de Vida acreditada pelo INEM

33

Artº 8º

Definição de horários, locais e cronograma

1. O formando tem direito a ser informado pela empresa sobre os horários, locais de realização da ação e cronograma. A Ecosaúde aconselha a que tal seja feito com a afixação de uma convocatória no posto de trabalho, não obstante a comunicação feita diretamente ao formando. Caso haja alguma alteração ao inicialmente previsto, cabe à empresa avisar o formando da mesma alteração.

2. A empresa compromete-se a comunicar atempadamente a Ecosaúde caso por motivo de força maior não puder ser realizada a formação no local e cronograma combinado.

Artº 9º

Direito de Adiar ou Cancelar Ações de Formação

1. A Ecosaúde reserva-se o direito de cancelar ou adiar a realização das ações de formação, sempre que não haja participantes suficientes, ou seja, quando estiverem inscritos menos de 80% participantes da capacidade máxima da prevista para a ação de formação;

Em caso de cancelamento de uma ação a Ecosaúde contactará, com a antecedência possível, todos os participantes, informando-os desse facto e justificando a situação.

Artº 10º

Interrupções e possibilidade de repetição de cursos

1. Sempre que haja necessidade por parte da empresa ou da Ecosaúde de cancelar alguma acção programada, todas as partes deverão ser informadas atempadamente no sentido de ser reagendada nova acção sem que se imputem quaisquer custos adicionais.
- 1 2. Sempre que qualquer sessão seja interrompida pela empresa, por motivos alheios à Ecosaúde, será averiguada a causa no sentido de decidir a imputação de custos de acordo com o impacto dessa mesma interrupção.
- 2 A sessão será repostada de acordo com a disponibilidade das partes.
3. A Ecosaúde compromete-se a aplicar recursos e a repetir acções, ou aplicar estratégias de remediação sempre que se tenha constatado que os formandos (funcionários da empresa) não atingiram os objetivos da formação.

O formando tem direito a:

- a) Receber os ensinamentos de harmonia com os programas estabelecidos;
- b) Obter gratuitamente, no final da acção, um certificado comprovativo da frequência do curso.

Artº 11º

Pagamentos

1. Na formação intraempresa, os pagamentos serão efetuados de acordo com o orçamento previamente enviado à empresa e aprovado pela mesma.
2. Na formação interempresa, os pagamentos são efectuados por transferência bancária à Ecosaúde que posteriormente emite um recibo.

Artº 12º

Condições de Frequência: Assiduidade

O regime de frequência dos cursos é presencial e fixado para cada curso.

Genericamente a frequência obrigatória é de 95% nos cursos de curta e média duração (até 60h). Nos cursos de longa duração a frequência obrigatória é de 90% na globalidade do curso.

A ultrapassagem do limite de faltas em curso de curta duração implica a sua reprovação.

METODOLOGIAS DE AVALIAÇÃO

Artº 12º

Critérios e Métodos de Avaliação da Formação

A avaliação é um processo que permite aferir a aquisição de conhecimentos e aptidões e o grau de cumprimento dos objectivos:

Os critérios particulares de cada curso encontram-se definidos em cada programa, sendo passível de isentar um determinado momento de avaliação.

Genericamente, a avaliação da aprendizagem segue a seguinte metodologia:

- Avaliação Diagnóstica
- Avaliação Contínua
- Avaliação Sumativa

A Ecosaúde realiza cursos sem avaliação formal, nomeadamente em formação de muito curta duração. Em cursos, cujas competências práticas são críticas, é aplicada avaliação. O curso está sujeito a aproveitamento na classificação para que seja emitido certificado.

A estratégia de avaliação é definida pelo formador e coordenação pedagógica na fase de planeamento do curso.

O formando deve colaborar em todos os momentos de avaliação que o formador julgue necessários.

A classificação pode ser expressa qualitativa ou quantitativamente.

Em alguns cursos certificados pela entidade reguladora da área, a metodologia de avaliação está definida pela mesma.

Artº 13º

Avaliação da qualidade da formação

1. Em cursos de curta duração ou média duração, será aplicado no final, um questionário de avaliação de reação, que mede o grau de satisfação do formando com a formação que acabou de frequentar.
2. Em cursos de longa duração será aplicado em cada módulo um questionário de avaliação de reação, que mede o grau de satisfação do formando com a formação que acabou de frequentar.

3. No final do curso é aplicado um questionário escrito que mede o grau de qualidade geral do curso.

DIREITOS E DEVERES DAS PARTES

14º

Deveres da Entidade Formadora

São deveres da Ecosaúde:

- Ministrando a formação programada;
- Respeitar e fazer respeitar as condições de segurança e higiene no trabalho;
- Emitir gratuitamente ao formando um documento comprovativo de frequência da acção de formação, ou uma Declaração caso não tenha frequentado o curso na íntegra;
- Emitir gratuitamente ao formando certificado emitido na plataforma SIGO caso tenha obtido aproveitamento.

36

Artº 14º

Direitos e Deveres dos Formandos

São direitos do Formando:

- Participar na acção de formação de acordo com o programa e metodologia indicadas;
- Receber gratuitamente um certificado no final da acção;
- Reclamar ou sugerir sempre que entenda;

São deveres do Formando:

- Acatar e respeitar as instruções dos responsáveis pela formação;
- Usar de cortesia no trato com quem se relacione durante o processo formativo;
- Utilizar cuidadosamente e zelar pela boa conservação dos materiais e equipamentos;
- Ser assíduo e pontual.

Artº 15º

Certificado

A Ecosaúde emitirá a cada formando que termine o curso com sucesso, um certificado de formação Profissional, ou de Frequência de formação, de acordo com a natureza do curso, respeitando o definido na Portaria 474/201, de 8 de Julho.

Os formandos que frequentem parcialmente o curso terão direito a uma Declaração que indique os módulos frequentados e respectiva carga horária do curso.

A emissão de 3ª vias de certificado dará lugar a pagamento pelo formado de 30,00€ (trinta euros).

PROCEDIMENTOS RELATIVOS A QUEIXAS E RECLAMAÇÕES

Artº 16º

Procedimento Relativo a Reclamações

As empresas e formandos podem apresentar a sua queixa ou reclamação de forma escrita e dirigida à Gestora da Formação, no prazo máximo de 48 h em relação à ocorrência. A apreciação da reclamação é da responsabilidade da Coordenação Pedagógica da Ecosaúde e do Responsável pela empresa. Será efectuado um levantamento de informações relativas à situação que originou a queixa ou reclamação e ouvidas as partes interessadas.

A resposta será dada num prazo de 72 h após a recepção.

Artº 17º

Protecção de Dados

De acordo com o Regulamento Geral de Protecção de Dados (RGPD), de 25 Maio de 2018, os dados fornecidos na ficha de inscrição são considerados confidenciais.

A Ecosaúde trata os dados no estrito cumprimento da legislação nacional e comunitária aplicável à protecção de dados pessoais, implementando as medias técnicas e organizativas adequadas a garantir a confidencialidade, integridade e disponibilidade dos dados pessoais, de forma a evitar a perda, mau uso, alteração e acesso não autorizado dos mesmos.

DESCRIÇÃO GENÉRICA DAS PRINCIPAIS FUNÇÕES E RESPONSABILIDADES

Artº 18º

Principais Funções e Responsabilidades dos Intervenientes

Gestora da Formação e Coordenadora Pedagógica

Compete à responsável, nomeadamente:

- O planeamento, execução, acompanhamento, controlo e avaliação do plano de actividades;
- A gestão dos recursos humanos afectos à formação;
- As relações externas relativas à mesma;
- A articulação com os responsáveis máximos da entidade e com os destinatários da formação;
- A promoção das acções de revisão e melhoria contínua e a implementação dos mecanismos de qualidade da formação;
- Interlocutora com o Sistema de Certificação, garantindo que as práticas formativas implementadas vão de encontro aos requisitos prévios e do referencial de qualidade da certificação;
- A articulação com a equipa de formadores na fase de concepção dos programas;
- O acompanhamento pedagógico dos formandos e dos formadores na fase de execução da acção;
- Coordenar a avaliação periódica do desempenho pedagógico da formação;
- A resolução de questões pedagógicas e organizativas das acções;
- Acautelar que as práticas formativas implementadas são desenvolvidas de acordo com os requisitos prévios e do referencial de qualidade da certificação.

Formador

-
- Procurar atingir os objectivos da acção, tendo em consideração os destinatários da mesma;
- Cooperar com a Ecosáude e com a empresa no processo formativo, no sentido de assegurar a eficácia da acção de formação;
- Preparar e planear, de forma adequada e prévia, cada acção de formação, prevendo diferentes hipóteses do seu desenvolvimento, a documentação pedagógica, os métodos e meios utilizados, bem como os momentos de avaliação;
- Desenvolver acções de formação, através da aplicação dos métodos pedagógicos adequados aos destinatários e objectivos da formação;
- Assumir padrões de comportamento que favoreçam a criação de um clima de confiança e compreensão mútua entre os intervenientes no processo formativo;
- Assegurar a reserva sobre dados e acontecimentos relacionados com o processo de formação e seus intervenientes;
- Zelar pelos meios materiais e técnicos postos à sua disposição;
- Ser assíduo e pontual;

- Cumprir a legislação e os regulamentos aplicáveis à formação.
- Avaliar os formandos e a ação aplicando métodos e instrumentos de avaliação adequados.

SERVIÇO DE ATENDIMENTO:

- Prestar as informações necessárias quando solicitadas sobre a formação;
- Receber, registar e arquivar a documentação entregue pelos formandos e formadores;
- Entregar o material didático e de apoio à formação.

PORTEFÓLIO - A nossa actividade de formação desde 1997

Portefólio de Formação:

A Ecosaúde, S.A desenvolve formação de qualificação regulada pela

De Qualificação Inicial –

- Pós Graduação de Enfermagem do Trabalho (em parceria com a Escola de Superior Saúde da Cruz Vermelha)
- Formação de Técnicos Superiores de Segurança no Trabalho, (nível VI) 600h
- Formação de Técnicos de Segurança no Trabalho (nível IV), 1240h

40

Formação de Actualização Científica e Técnica

(Formação contínua de Técnicos Superiores e Técnicos de Segurança no Trabalho)

- Regulamento Geral de Segurança Contra Incêndios em Edifícios (30h);
- Segurança de Máquinas e Equipamentos, Directiva CE (30h).

Formação Certificada

- Segurança e Higiene no Trabalho para Empregador e Trabalhador Designado (36h).

FORMAÇÃO CONTINUA:

SEGURANÇA NO TRABALHO

- Segurança e Saúde no Trabalho para Representantes dos Trabalhadores;
- Organização dos Serviços de Segurança no Trabalho;
- Legislação e Regulamentação de Segurança no Trabalho;
- Acidentes de Trabalho (Legislação e Regulamentação);
- Acidentes de Trabalho (Perspectiva Médica e Jurídica)
- Princípios de Segurança no Trabalho;
- Gestão e Análise de Riscos;
- Avaliação de Riscos Profissionais;
- Avaliação da Exposição a Riscos Biológicos;
- Riscos Biológicos em Laboratório;
- Riscos Profissionais na Recolha de Resíduos Sólidos;

- Riscos Químicos e Biológicos na Jardinagem;
- Segurança no Trabalho de Remoção de Resíduos Sólidos (cantoneiros);
- Organização da Resposta a Emergência;
- Prevenção e Combate a Incêndios, 1ª intervenção;
- Prevenção e Combate a Incêndios, 2ª intervenção;
- Procedimentos de Evacuação;
- Auditorias Internas de Segurança;
- Sistemas de Gestão de Segurança;
- Sistemas Integrados de Gestão da Segurança, Qualidade, Ambiente;
- Coordenadores de Segurança e Saúde na Construção Civil;
- Coordenadores de Segurança e Saúde na Construção Civil de Infra estruturas de Transportes;
- Segurança nos Trabalhos de Construção e Manutenção de Via Férrea;
- Perigos e Riscos na Actividade Extrativa;
- Riscos Profissionais na Indústria Siderúrgica e construção Naval;
- Fabrico, Transporte e Utilização de explosivos e Pirotecnia
- Riscos da Exposição a Sílica
- Segurança nos Trabalhos de Escavação;
- Segurança nos Trabalhos de Aterro;
- Segurança nos Trabalhos em Altura;
- Segurança na Utilização de Equipamentos (Máquinas e Ferramentas);
- Segurança na Condução de Equipamentos Móveis (Empilhadores, Gruas, Pontes Mecânicas...);
- Sensibilização para o uso de Equipamentos de Protecção Individual;
- Transporte Manual e Mecânico de Cargas;
- Prevenção de Lesões Músculo Esqueléticas Relacionadas com o Trabalho;
- Prevenção de riscos Profissionais em Escritório;
- Prevenção de Riscos Químicos, Ruído e Vibrações;
- Segurança nos Trabalhos de Soldadura;
- Segurança nos Trabalhos de Manutenção;
- Organização da Manutenção (Preventiva e de correcção);
- Segurança e Higiene no Trabalho para Operadores Portuários;
- Segurança no Transporte Rodoviário de Mercadorias Perigosas;
- Segurança na Operação Portuária de Mercadorias Perigosas, Código I.M.D.G.

- Ergonomia;
- Instrumentação;
- Segurança Alimentar;
- Programa HACCP e outras...

AMBIENTE

- Sistemas de Gestão Ambiental;
- Gestão de Resíduos;
- Gestão de Resíduos Hospitalares;
- Tratamento de Águas Residuais.

SAÚDE

- Primeiros Socorros, formação base;
- Primeiros Socorros, formação de actualização;
- Suporte Básico de Vida;
- Primeiros Socorros Pediátricos;
- Requisitos Legais de Saúde Ocupacional;
- Prevenção da Saúde no trabalho por Turnos;
- Prevenção de Álcool e Drogas em Meio Laboral;
- Diversas acções de sensibilização no domínio de estilos de vida saudável;
- Agentes Cancerígenos, Mutagénicos e/ou Tóxicos para a Reprodução.