

# REGULAMENTO DE FUNCIONAMENTO

## PAVILHÃO MUNICIPAL DE FREIXIANDA



***Ourém***  
CÂMARA MUNICIPAL

## Índice

<b>1- Nota justificativa</b> .....	2
<b>2- Disposições gerais</b> .....	2
<b>3- Infraestruturas</b> .....	4
<b>3.1 Identificação do recinto desportivo</b> .....	4
<b>3.2 Espaços de acesso público</b> .....	5
<b>3.3 Zonas de paragem e estacionamento de viaturas</b> .....	5
<b>4- Obrigações do Proprietário do Recinto Desportivo</b> .....	6
<b>4.1 Plano de Atuação e Medidas de Segurança</b> .....	6
<b>5- Disposições finais</b> .....	8

# RECINTO DESPORTIVO MUNICIPAL DE FREIXIANDA

## **1- Nota justificativa**

O presente Regulamento de funcionamento, visa responder ao disposto na Lei n.º 39/2009, de 30 de julho, na sua atual redação, que estabelece o regime jurídico da segurança e combate ao racismo, à xenofobia e à intolerância nos espetáculos desportivos, ou atos com eles relacionados, de forma a possibilitar a realização dos mesmos com segurança e de acordo com os princípios éticos inerentes à sua prática.

A Câmara Municipal de Ourém é proprietária do Recinto Desportivo Municipal de Freixianda no mesmo ocorrem com regularidade competições desportivas, as quais podem apresentar risco reduzido ou normal.

## **2- Disposições gerais**

O presente regulamento refere-se ao Recinto Desportivo Municipal de Freixianda, localizado na Rua Padre Feliciano Oliveira, Ourém 2435-284 Freixianda, o mesmo aplica-se a todas as competições desportivas de natureza não profissional, nacional ou internacional, consideradas de reduzido ou normal, que como tal são definidas no n.ºs 1, 2, 3 e 4 do artigo 12.º da Lei n.º 39/2009, de 30 de julho, na sua atual redação.

Para efeitos de aplicação do presente Regulamento, entende-se por:

a) «Agente desportivo» o praticante, treinador, técnico, pessoal de apoio, dirigente, membro da direção, gestor de segurança, coordenador de segurança, oficial de ligação aos adeptos ou qualquer outro elemento que desempenhe funções durante um espetáculo desportivo em favor de um clube, associação ou sociedade desportiva, nomeadamente, o pessoal de segurança privada, incluindo-se ainda neste conceito os árbitros, juizes ou cronometristas;

b) «Anel ou perímetro de segurança» o espaço, definido pelas forças de segurança, adjacente ou exterior ao recinto desportivo, cuja montagem ou instalação é da responsabilidade do promotor do espetáculo desportivo, compreendido entre os limites exteriores do recinto ou construção, dotado quer de vedação permanente ou temporária, quer de vãos de passagem com controlo de entradas e de saídas, destinado a garantir a segurança do espetáculo desportivo;

c) «Área do espetáculo desportivo» a superfície onde se desenrola o espetáculo desportivo, incluindo as zonas de proteção definidas de acordo com os regulamentos da respetiva modalidade;

d) «Assistente de recinto desportivo» o vigilante de segurança privada especializado, direta ou indiretamente contratado pelo promotor do espetáculo desportivo, com as

funções, deveres e formação definidos na legislação aplicável ao exercício da atividade de segurança privada;

e) «Complexo desportivo» o conjunto de terrenos, construções e instalações destinadas à prática de uma ou mais modalidades, compreendendo os espaços reservados ao público e ao estacionamento de viaturas;

f) «Coordenador de segurança» o profissional de segurança privada, com habilitações e formação técnica adequadas, direta ou indiretamente contratado para a prestação de serviços no recinto desportivo, que é o responsável operacional pelos serviços de segurança privada no recinto desportivo e a quem compete chefiar e coordenar a atividade dos assistentes de recinto desportivo, bem como zelar pela segurança no decorrer do espetáculo desportivo, atuando segundo a orientação do gestor de segurança;

g) «Gestor de segurança» a pessoa individual, o representante do promotor do espetáculo desportivo, com formação específica adequada, que integre os seus órgãos sociais ou a este se encontre diretamente vinculado por contrato de trabalho, no caso de entidades participantes em competições desportivas de natureza profissional, ou contrato de trabalho ou contrato de prestação de serviços, nos restantes casos, permanentemente responsável por todas as matérias de segurança do clube, associação ou sociedade desportiva, nomeadamente pela execução dos planos e regulamentos de prevenção e de segurança, ligação e coordenação com as forças de segurança, ANEPC e bombeiros, organizador da competição desportiva, serviços de emergência médica e voluntários, se os houver, bem como pela orientação do coordenador de segurança e orientação e gestão do serviço de segurança privada;

h) «Espetáculo desportivo» o evento que engloba uma ou várias competições individuais ou coletivas;

i) «Grupo organizado de adeptos» o conjunto organizado de adeptos, filiados ou não numa entidade desportiva, que atuam concertadamente, nomeadamente através da utilização de símbolos comuns ou da realização de coreografias e iniciativas de apoio a clubes, a associações ou a sociedades desportivas, com carácter de permanência;

j) «Interdição dos recintos desportivos» a proibição temporária de realizar no recinto desportivo espetáculos desportivos oficiais na modalidade, escalão etário e categorias iguais àqueles em que as faltas tenham ocorrido;

k) «Promotor do espetáculo desportivo» as associações de âmbito territorial, clubes e sociedades desportivas, bem como as próprias federações e ligas, quando sejam simultaneamente organizadores de competições desportivas;

l) «Organizador da competição desportiva» a federação da respetiva modalidade, relativamente às competições não profissionais ou internacionais que se realizem sob a égide das federações internacionais, as ligas profissionais de clubes, bem como as associações de âmbito territorial, relativamente às respetivas competições;

m) «Realização de espetáculos desportivos à porta fechada» a obrigação de o promotor do espetáculo desportivo realizar no recinto desportivo que lhe estiver afeto espetáculos desportivos oficiais na modalidade, escalão etário e categorias iguais àqueles em que as faltas tenham ocorrido, sem a presença de público;

n) «Recinto desportivo» o local destinado à prática do desporto ou onde este tenha lugar, confinado ou delimitado por muros, paredes ou vedações, em regra com acesso controlado e condicionado;

o) «Títulos de ingresso» os bilhetes, cartões, convites e demais documentos que permitam a entrada em recintos desportivos, qualquer que seja o seu suporte;

p) «Ponto Nacional de Informações sobre Desporto» abreviadamente designado como PNID, a entidade nacional designada como ponto de contacto permanente para o intercâmbio de informações relativas aos fenómenos de violência associada ao desporto, nacional e internacional, responsável pelo repositório e tratamento das mesmas;

q) «Zona com condições especiais de acesso e permanência de adeptos» a área específica do recinto desportivo integrado em competições desportivas de natureza profissional ou em espetáculos desportivos integrados nas competições desportivas de natureza não profissional considerados de risco elevado, onde é permitida a utilização de megafones e outros instrumentos produtores de ruídos, por percussão mecânica e de sopro, desde que não amplificados com auxílio de fonte de energia externa, bem como bandeiras, faixas, tarjas e outros acessórios, de qualquer natureza e espécie, de dimensão superior a 1 metro por 1 metro, passíveis de serem utilizados em coreografias de apoio aos clubes e sociedades desportivas;

r) «Oficial de ligação aos adeptos (OLA)» o representante da sociedade desportiva participante em competição desportiva de natureza profissional, responsável por assegurar comunicação eficaz entre os adeptos e a sociedade, os demais clubes e sociedades, os organizadores das competições, as forças de segurança e a segurança privada, com o propósito de facilitar a organização dos jogos, a movimentação dos adeptos e de prevenir comportamentos desviantes.

### **3- Infraestruturas**

O Recinto Desportivo Municipal de Freixianda é composto por um recinto desportivo coberto, uma receção, um gabinete médico, uma casa de caldeira, uma arrecadação, um bar, sete instalações sanitárias, bancadas, um campo de jogos, quatro vestiários, dois balneários, uma galeria, *com a área total de 2104m<sup>2</sup>*. Dispõe ainda de zonas de paragem e estacionamento para as comitativas, associações ou sociedades desportivas em competição, árbitros, juizes ou cronometristas e para as viaturas pertencentes às forças de segurança, autoridade nacional de proteção civil, bombeiros e serviços de emergência no exterior das instalações do recinto. e estes encontram-se plasmados nas plantas em anexo.

#### **3.1 Identificação do recinto desportivo**

1 - Área total coberta ocupada:

- a) Receção é de 5,2 m<sup>2</sup>;
- b) Gabinete médico é de 12.3 m<sup>2</sup>;

- c) Casa da caldeira 11,5m<sup>2</sup>;
- d) Arrecadação é de 45.1m<sup>2</sup>;
- e) Bar é de 81.6m<sup>2</sup>;
- f) Bancada é de 208.7m<sup>2</sup>;
- g) Vestiários é de 134m<sup>2</sup>.
- h) Galeria é de 95m<sup>2</sup>.

2 - Área total ocupada:

- a) Recinto coberto de 1230 m<sup>2</sup>;

### **3.2 Espaços de acesso público**

#### **Bancadas**

1 - A bancada do Recinto Desportivo Municipal de Freixianda tem capacidade para 355 lugares sentados, com entrada e saída pela porta B, C, e 310 lugares em pé com entrada e saída pela porta A.

2- O Recinto Desportivo do Pavilhão Municipal de Freixianda possui 2 lugares para pessoas com mobilidade condicionada, com entrada e saída pela porta C.

<b>BANCADA - Lotação 355 lugares</b>					
<b>Setor</b>	<b>Lotação</b>	<b>Destinatários</b>	<b>Acessos</b>	<b>Controlo de acesso</b>	<b>Delimitação entre setores</b>
1	355+2	-	PORTA B/C	ELEMETOS AFETOS AO PROMOTOR	Coxias
<b>GALERIA- Lotação 310 lugares</b>					
<b>Setor</b>	<b>Lotação</b>	<b>Destinatários</b>	<b>Acessos</b>	<b>Controlo de acesso</b>	<b>Delimitação entre setores</b>
1	310	-	PORTA A	ELEMETOS AFETOS AO PROMOTOR	Coxias

No recinto desportivo são considerados espaços públicos aqueles que assim forem designados, nomeadamente, para acesso ao recinto, bancada, instalações sanitárias e bar.

#### **Zonas de paragem e estacionamento de viaturas**

O Recinto Desportivo dispõe de estacionamento para as comitativas, associações ou sociedades desportivas em competição, árbitros, juízes ou cronometristas e para as

viaturas pertencentes às forças de segurança, autoridade nacional de proteção civil, bombeiros e serviços de emergência no exterior das instalações.

O Recinto Desportivo dispõe de nove zonas de estacionamento:

- 1- 1 lugar destinados a utentes de mobilidade condicionada
- 2- 1 lugar destinados a forças de segurança
- 3- 1 lugar destinados a bombeiros
- 4- 1 lugar destinado à ANEPC
- 5- 1 lugar destinados a serviço de emergência médica
- 6- 1 lugares destinados a Comitiva Visitados
- 7- 1 lugares destinados a comitiva de Visitantes
- 8- 1 lugares destinados a árbitros, juízes e cronometristas
- 9- 1 lugar destinado a Comunicação Social

Os estacionamentos situam - se no exterior das instalações, junto à entrada do edifício, estes encontram-se plasmados nas plantas em anexo, estando reservados e devidamente identificados nos dias der espetáculo.

#### ***4- Obrigações do Proprietário do Recinto Desportivo***

A Câmara Municipal de Ourém fica obrigado, em coordenação com as forças de segurança, serviços de proteção civil, serviços de emergência médica localmente responsável e organizador da competição, a adotar todas as medidas de segurança e de utilização de acesso público em todas as competições desportivas que decorram no Recinto.

##### ***4.1 Plano de Atuação e Medidas de Segurança***

O plano de emergência interno (PEI) e o plano de evacuação (PE) do Recinto Desportivo consta no presente regulamento, do qual faz parte integrante.

As autoridades policiais destacadas para o espetáculo desportivo, sempre que as circunstâncias o justifiquem, podem adotar sistemas de controlo de estados de alcoolémia, de estupefacientes e de substâncias psicotrópicas, nos termos definidos na lei.

Neste recinto desportivo é proibida a venda, consumo e distribuição de bebidas alcoólicas, no interior, é também proibida a venda, consumo e distribuição de substâncias estupefacientes e substâncias psicotrópicas.

Condições de acesso dos espetadores ao recinto desportivo:

- a) A posse de ingresso válido e de documento de identificação com fotografia;
- b) A observância das normas do regulamento de segurança e de utilização dos espaços de acesso público;
- c) Não estar sob a influência de álcool, estupefacientes, substâncias psicotrópicas ou produtos de efeito análogo, aceitando submeter-se a testes de controlo e despistagem, a efetuar sob a direção dos elementos da força de segurança;
- d) Não transportar ou trazer consigo objetos ou substâncias proibidas ou suscetíveis de gerar ou possibilitar atos de violência;
- e) Não ostentar cartazes, bandeiras, símbolos ou outros sinais com mensagens ofensivas, de caráter racista ou xenófobo;
- f) Não praticar atos violentos ou que incitem à violência, ao racismo, à xenofobia, à intolerância nos espetáculos desportivos, a qualquer forma de discriminação ou que traduzam manifestações de ideologia política, incluindo a entoação de cânticos;
- g) Consentir na revista pessoal de prevenção e segurança, com o objetivo de detetar e impedir a entrada de objetos e substâncias proibidos ou suscetíveis de gerar ou possibilitar atos de violência;
- h) Consentir na recolha de imagem e som, nos termos da legislação de proteção de dados pessoais;
- i) Não ostentar ou envergar qualquer utensílio ou apetrecho que oculte, total ou parcialmente, o rosto;
- j) Não se encontrar sujeito a medida de coação ou injunção que impeça o acesso a recintos desportivos;

Condições de permanência dos espetadores no recinto desportivo:

- a) Não ostentar cartazes, bandeiras, símbolos ou outros sinais com mensagens ofensivas, violentas, de caráter racista ou xenófobo, intolerantes nos espetáculos desportivos, que incitem à violência ou a qualquer outra forma de discriminação, ou que traduzam manifestações de ideologia política;
- b) Não obstruir as vias de acesso e evacuação, especialmente as vias de emergência, sem prejuízo do uso das mesmas por pessoas com deficiências e incapacidades;
- c) Não praticar atos violentos, que incitem à violência, ao racismo ou à xenofobia, à intolerância nos espetáculos desportivos, a qualquer outra forma de discriminação, ou que traduzam manifestações de ideologia política;
- d) Não ultrajar ou faltar ao respeito que é devido aos símbolos nacionais, através de qualquer meio de comunicação com o público;
- e) Não entoar cânticos racistas ou xenófobos ou que incitem à violência, à intolerância nos espetáculos desportivos, a qualquer outra forma de discriminação, ou que traduzam manifestações de ideologia política;

- f) Não aceder às áreas de acesso reservado ou não destinadas ao público;
- g) Não circular de um setor para outro;
- h) Não arremessar quaisquer objetos no interior do recinto desportivo;
- i) Não utilizar material produtor de fogo-de-artifício, quaisquer engenhos pirotécnicos, fumígenos ou produtores de efeitos análogos, bem como produtos explosivos, nos termos da lei em vigor;
- j) Usar de correção, moderação e respeito relativamente a promotores dos espetáculos desportivos e organizadores de competições desportivas, associações, clubes, sociedades desportivas, agentes desportivos, adeptos, autoridades públicas, elementos da comunicação social e outros intervenientes no espetáculo desportivo;
- k) Cumprir os regulamentos do recinto desportivo;
- l) Observar as condições de segurança previstas no artigo anterior;
- m) Não ostentar ou envergar qualquer utensílio ou apetrecho que oculte, total ou parcialmente, o rosto;

### ***5- Disposições finais***

O presente regulamento serve para ser adotado e colocado em prática para que assim possa ser controlada a violência no desporto.

Em tudo quanto não estiver expressamente regulado no presente regulamento, aplica-se o disposto na Lei n.º 39/2009, de 30 de julho, na sua atual redação, e demais legislações que ao caso for aplicável.

Ourém, 08 de agosto de 2024

---

(Assinatura dos Responsáveis)













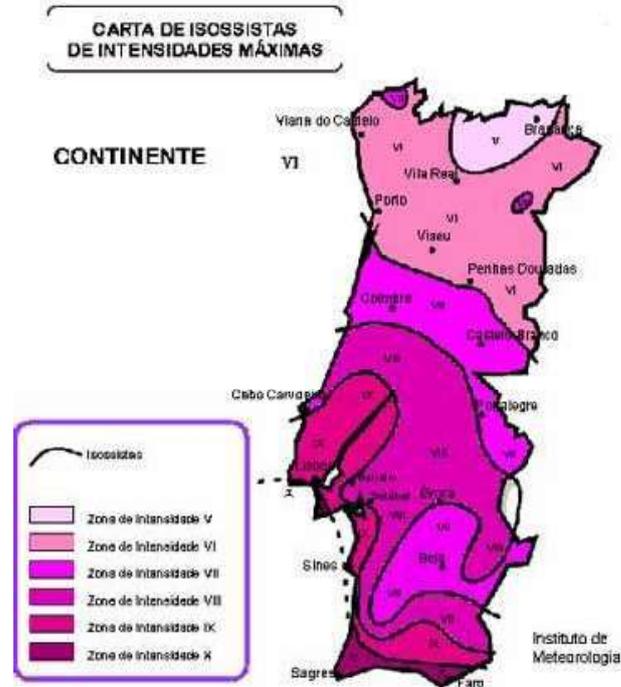
# PLANO DE EMERGÊNCIA

## PAVILHÃO MUNICIPAL DE FREIXIANDA



***Ourém***  
CÂMARA MUNICIPAL





GRAU	EFEITOS
I	Vibrações só registadas por instrumentos
II	Pessoas em repouso em andares altos sentem o tremor
III	Sentido por algumas pessoas no interior das habitações; objectos pendurados baloçam
IV	Perceptível por quase todas as pessoas no interior das habitações; vidros e louças tilintam
V	Perceptível no exterior; pessoas acordam; caem pequenos objectos
VI	As pessoas saem para a rua; os imóveis deslocam-se; caem estuques e as alvenarias de má qualidade fendilham
VII	Transeuntes têm dificuldade em se deslocar; há fendas nos Edifícios, tijolos e mosaicos caem; sinos grandes tocam
VIII	Condução automóvel é afectada; há colapsos parciais de Edifícios de má qualidade e fendas no solo
IX	Danos consideráveis em todo o edificado; areia e lama brotam do solo
X	Destruição da maioria dos Edifícios; grandes desabamentos de terra
XI	Carris ferroviários dobram; estradas abrem fendas; canalizações subterrâneas ficam muito danificadas
XII	Destruição total; topografia alterada

Escala de Mercalli da intensidade sísmica.



ESTRUTURA DE EMERGÊNCIA	TAREFAS	NOME/FUNÇÃO	CONTACTO
<b>Responsável de Segurança</b>	Implementar as Políticas de Segurança contra incêndios do Pavilhão gimnodesportivo municipal da Freixianda e pode delegar as suas funções no Delegado de Segurança.	Sr. Presidente da Câmara	
<b>Delegado de Segurança</b>	Avalia eventuais situações de emergência, coordenando as ações a desenvolver, a implementação das Medidas de Autoproteção e prestar apoio aos meios de socorro externos.	Delegado de Segurança	
		Colaborador afeto ao edifício *	
<b>Alarme e Alerta</b>	Aciona o sistema de alarme acústico que denuncia a ocorrência. Avisa os Bombeiros.	Colaborador da receção	
<b>Brigada de Intervenção</b>	Presta o auxílio possível às vítimas (1 <sup>os</sup> socorros). Utiliza os extintores e/ou rede de incêndio armada. Procede ao corte de energia. Controla a evacuação e encaminha os ocupantes para as saídas.	Colaborador mais próximo da ocorrência	
<b>Concentração e controlo</b>	Procede à conferência da população da Instalação Presta esclarecimento aos socorros externos e regula a circulação de pessoas e viaturas	Colaboradores afetos ao evento	

\* Substituto

 <b>Ourém</b> <small>Município</small>	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA	Mod.MAP.PEI.003 – Alarme e Alerta	Página 1 de 1

ENTIDADES A CONTACTAR EM CASO DE EMERGÊNCIA		MORADAS	CONTACTOS
	RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA	--	
	DELEGADO DE SEGURANÇA	--	
	<b>SOS – NÚMERO EUROPEU DE EMERGÊNCIA</b>	--	<b>112</b>
	<b>BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DE OURÉM</b>	Av. Dom Nuno Álvares Pereira, 2490-488 Ourém	<b>249 540 500</b>
	<b>PSP – POSTO DE SEGURANÇA PÚBLICA</b>	Rua Melvin Jones, s/n 2490-548 OURÉM	<b>249 540 440</b>
	<b>CENTRO HOSPITALAR DO MÉDIO TEJO</b>	Av. Maria de Lourdes de Mello Castro – Ap. 118   2304-909 Tomar	<b>249 810 100</b>
	<b>SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL</b>	Rua Principal (Estaleiro Municipal)– Pinheiro 2490 – 621 Ourém	<b>249 549 064</b> <b>249 591 125</b>
	<b>CIAV – CENTRO DE INFORMAÇÃO ANTIVENENOS</b>	Instituto Nacional de Emergência Médica Rua Almirante Barroso, n.º 36, 1000-013 Lisboa	<b>800 250 250</b>
	<b>ÁGUAS DE VILA NOVA DA BARQUINHA</b>	Praça da República 2260-411 Vila Nova da Barquinha	<b>249 720 357</b>
	<b>AVARIAS ELÉTRICAS</b>	--	<b>800 506 506</b>

IGS.01 – Instruções de Utilização de um Extintor Portátil

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

 Ourém MUNICÍPIO DE OURÉM	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
PAVILHÃO GIMNOESPORATIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA	<b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	Página 2 de 16

## IGS.02 – Procedimentos Gerais de Prevenção

### Procedimentos Gerais de Prevenção

- É proibido fumar fora dos locais definidos para esse efeito.
- Ao abandonar a área destinada a fumadores deve-se apagar devidamente o cigarro nos cinzeiros;
- Não sobrecarregar as tomadas elétricas, ligando vários aparelhos a uma mesma tomada;
- Não colocar recipientes com líquidos sobre computadores, impressoras ou outros aparelhos elétricos;
- Ao terminar as tarefas, inspecionar o seu posto de trabalho, evitando deixar aparelhos elétricos a funcionar;
- Manter sempre o acesso às saídas de emergência e todas as zonas utilizáveis em caso de evacuação desimpedido de obstáculos;
- Manter os acessos desimpedidos a todos os meios de combate a incêndio, nomeadamente mangueiras e extintores;
- Se sentir cheiro a queimado ou detetar qualquer situação que apresente perigo de incêndio, avisar de imediato o Delegado de Segurança.

	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA	<b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	Página 3 de 16

### IGS.03 – Modo de Atuação Perante um Incêndios

#### Suspeita de Incêndio

Se sentir cheiro a queimado ou qualquer outro sinal de perigo, que a(o) faça suspeitar da existência de um fogo, mas não haja fumo, proceda da seguinte forma.

- Mantenha a calma;
- Contacte o Delegado de Segurança;
- Não investigue sozinha(o);
- Siga as instruções.

#### Descoberta de Incêndio

- Mantenha-se calmo e acalme o quem o rodeia;
- Não grite nem corra;
- Faça uma análise pessoal dos acontecimentos, veja os meios de combate a incêndios que tem ao seu alcance e utilize-os com precaução;
- Se concluir que a situação é grave e ultrapassa as suas capacidades, abandone de imediato o local;
- DÊ O ALERTA (comunique ao Delegado de Segurança);
- OBEDEÇA às indicações do Delegado de Segurança;
- Caso a sua integridade física não esteja em causa, AGUARDE que o Delegado de Segurança dê a ordem no sentido de se proceder à evacuação ou para proceder a algum auxílio;
- ENCAMINHE-SE para as saídas mais próximas, de forma controlada, sem empurrar, de acordo com a sinalização existente nos corredores e vias de acesso das instalações;
- PROTEJA-SE de modo a não inalar fumo. FECHÉ a porta ao sair;
- Em caso de corte de energia, GUIE-SE pelos blocos autónomos existentes nas vias de evacuação;
- Nunca volte ao local do sinistro ou ao seu posto de trabalho, sob nenhum pretexto, após iniciada a evacuação;
- AGUARDE em segurança no ponto de encontro estabelecido;
- FORNEÇA apenas as informações CORRETAS e necessárias que lhe forem solicitadas pelos responsáveis;
- NÃO forneça informações a elementos exteriores à organização sem conhecimento prévio do Delegado de Segurança / Delegado de Segurança do Serviço.
- AGUARDE pelo declarar final da ocorrência pelo Delegado de Segurança antes de se ir embora ou regressar ao edifício.

 Ourém MUNICÍPIO DE OURÉM	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA	<b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	Página 4 de 16

## Gestão Ambiental

### Principais consequências ambientais:

- Poluição atmosférica, devido à libertação de fumos.
- Contaminação de solos e águas pluviais devido à utilização de água para extinção do incêndio;
- Produção de resíduos: o Responsável de Ambiente avalia o tipo de resíduos resultantes e inicia o processo de seleção dos Operadores Autorizados de Resíduos, para que estes possam ser enviados posteriormente para tratamento/eliminação adequados.

### Ações de minimização das consequências ambientais:

- Os resíduos produzidos devem ser encaminhados para os contentores adequados (resíduos perigosos, resíduos contaminados).
- As águas residuais contaminadas devem ser encaminhadas para a rede de águas residuais para tratamento no sistema de saneamento.
- Caso ocorra a contaminação de solos, a área deve ser delimitada e proceder à remediação da área contaminada (remoção do solo contaminado para contentores de resíduos perigosos, resíduos contaminados).

 OURÉM MUNICÍPIO DE OURÉM	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
PAVILHÃO GIMNOESPORTIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA	<b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	Página 5 de 16

## IGS.04 – Evacuação

### Evacuação das instalações

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

A evacuação é desencadeada através de alarme verbal.

#### O responsável de cada local deve:

- Transmitir discreta e calmamente a ordem de evacuação do local;
- Impor Ordem, Calma e Rapidez. Não Corra; Não Grite; Não Empurre;
- Dirigir as pessoas para as saídas mais próximas, indicando as vias de evacuação a utilizar.  
“SIGAM OS CAMINHOS INDICADOS POR SETAS LOCALIZADAS NAS OMBREIRAS DAS PORTAS E PAREDES”
- Evitar o pânico acalmando as pessoas descontroladas;
- Se existir fumo, caminhar o mais perto possível do chão;
- Orientar a evacuação sempre para espaços amplos ao ar livre;
- Verificar a desocupação efetiva do local, encerrando a porta atrás de si;
- No exterior, conduzir todos os seus ocupantes até o local de concentração das pessoas, onde será feita a concentração completa da evacuação das pessoas.
- Nunca volte ao local do sinistro ou ao seu posto de trabalho, sob nenhum pretexto, após iniciada a evacuação;
- **CASO NÃO CONSIGA SAIR**, pela existência de chamas ou portas sobreaquecidas, lembre-se que deve sempre assinalar a sua presença (ex: com um lenço branco)
- **AGUARDE** pelo declarar final da ocorrência pelo Responsável de Segurança antes de se ir embora ou regressar ao edifício.

	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
PAVILHÃO GIMNOESPORATIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA	<b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	Página 6 de 16

### IGS.05 – Em caso de Inundação

#### Inundação

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

- Fechar imediatamente a água no contador, o gás e a eletricidade;
- Quem detetar a fuga deverá informar o Delegado de Segurança que tomará as devidas providências de modo a impedir que a fuga se mantenha;
- Efetuar a reparação;
- Efetuar um ensaio, após a reparação, de forma a verificar a conformidade da estanquicidade da tubagem.

#### Gestão Ambiental

##### Principais consequências ambientais:

- Produção de resíduos devido à danificação de materiais ou equipamentos pela água;
- Produção de águas residuais;
- Contaminação de solos e águas pluviais se a água tiver estado em contacto com produtos químicos;
- Desperdício possivelmente significativo de um recurso natural (água).

##### Ações de minimização das consequências ambientais:

- Após a ocorrência, o Responsável de Ambiente avalia os resíduos resultantes da inundação, identificando o tipo de resíduos resultantes e procedendo à seleção dos Operadores Autorizados de Resíduos, para que estes possam ser enviados posteriormente para tratamento/eliminação adequados.
- Os resíduos produzidos devem ser encaminhados para os contentores adequados (resíduos perigosos, resíduos contaminados).

	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
<b>PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA</b>	<b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	<b>Página 7 de 16</b>

## IGS.06 – Em caso de Sismo

### Durante o Sismo

- Mantenha-se afastado de janelas e painéis de vidro, armários, estantes e outros objetos pesados que possam cair;
- Não deve tentar sair pelas janelas;
- Não permaneça no meio das Salas;
- Manter a calma durante o sismo;
- Não corra,
- Evite o pânico e se necessário, acalme as pessoas que o rodeiam;
- Não proceda à saída do edifício enquanto decorrer o sismo;
- Proteja-se num local seguro.

### Em zonas de circulação ou onde não haja possibilidade de se cobrir

- Refugie-se junto de pilares, sob vigas e ombreiras de portas ou junto de uma parede interior, ajoelhe-se, coloque a cabeça junto aos joelhos, aperte as mãos firmemente por trás do pescoço e proteja os lados da cabeça com os cotovelos.

### No exterior

- Não deve reentrar no edifício, mantendo-se no exterior;
- Deve afastar-se de edifícios, muros, chaminés, vedações, árvores, postes e cabos elétricos;
- Deve ir observando o que se passa em redor, mantendo-se alerta a possíveis perigos que o obriguem a movimentar-se.

### Após o Sismo

- Mantenha-se calmo;
- Não se precipite a dirigir-se para as saídas;
- Após o abalo principal, podem ocorrer réplicas que poderão ter uma intensidade superior à do abalo inicial;
- Verifique se há incêndios e tente extingui-los sem correr riscos;
- Não ligue interruptores, podem ocorrer curto-circuitos, se tiver acesso a uma lanterna, use-a;
- Não reocupe áreas destruídas;
- Caso haja feridos e se estiver apto a prestar primeiros socorros, faça-o. Caso contrário, peça ajuda;
- Em caso de pessoas soterradas, se for capaz de os começar a libertar, mantendo-se em segurança, inicie a remoção dos escombros um a um, começando pelos de cima. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos, não se coloque em risco;
- Não se debruce ou apoie em estruturas salientes, estas poderão não suportar o esforço;
- Tenha atenção aos cabos elétricos desprotegidos, evite passar nas suas proximidades;

	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
<b>PAVILHÃO GIMNOESPORATIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA</b>	<b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	<b>Página 8 de 16</b>

- Não tente desligar os quadros elétricos.
- Devem aguardar com calma que o funcionário do edifício lhes dê instruções;
- Não fumar, nem ligar interruptores;
- Não beba água de recipientes abertos;
- Não utilize o sistema de águas residuais, sem primeiro ver se está em condições;
- Não utilize o telefone, se não for de extrema urgência;
- Se ouvir o sinal de evacuação, dirija-se ao ponto de encontro/reunião com calma.

#### Após receber ordem de evacuação

- Abandone o edifício rapidamente, sem correr, seguindo as instruções dadas por um elemento da Equipa de Evacuação;
- No caso de existir muito fumo, que dificulte a respiração, mova-se gatinhando;
- Não volte atrás;
- Saia do edifício pelas saídas indicadas;
- Ao sair para o exterior, proteja a cabeça para reduzir o risco de ferimentos provocados por destroços ou estilhaços que poderão cair;
- Uma vez no exterior do edifício, dirija-se ao Ponto de Encontro e aguarde instruções.

#### No Ponto de Encontro

A equipa de evacuação deve:

- Reunir os utentes, visitante e colaboradores;
- Detetar se existem clientes/colaboradores feridos e prestar os primeiros socorros, se necessário;
- Alertar para a hipótese da ocorrência de réplicas.
- Se o local de reunião não for considerado seguro, devem dirigir os ocupantes para outro espaço aberto situado na proximidade.
- Todas as áreas onde tenha havido derramamento de materiais perigosos devem ser identificadas e seladas.
- Se existirem pessoas bloqueadas nos edifícios ou se deflagrarem incêndios deverão ser chamados os serviços de emergência (use o telefone o mais brevemente possível, a fim de evitar sobrecarga das linhas telefónicas).

#### Colaboradores e visitantes

- Não devem regressar ao edifício;
- Devem manter-se a uma distância de pelo menos 5 m das fachadas, muros e vedações;
- Não devem beber água das torneiras ou de recipientes abertos;
- Todos devem permanecer no local de reunião e aguardar instruções.

 Ourém MUNICÍPIO DE OUREM	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA	<b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	Página 9 de 16

## Gestão Ambiental

### Principais consequências ambientais:

- Produção de resíduos devido à danificação de materiais ou equipamentos;
- Produção de águas residuais.

### Ações de minimização das consequências ambientais:

- Os resíduos produzidos devem ser encaminhados para os contentores adequados (resíduos perigosos, resíduos contaminados e resíduos não contaminados).
- As águas residuais contaminadas devem ser encaminhadas para a rede de águas residuais para tratamento no sistema de saneamento.
- Caso ocorra a contaminação de solos, a área deve ser delimitada e proceder à remediação da área contaminada (remoção do solo contaminado para contentores de resíduos perigosos, resíduos contaminados).
- Caso sejam produzidos resíduos equiparados a hospitalares, estes devem ser acondicionados em contentor apropriado.

 PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>  <b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	<b>Capítulo VII</b>  Página 10 de 16
--	---	--

### IGS.07 – Em caso de Tempestade – Ventos Fortes

#### Durante a aproximação de Ventos Fortes

- Mantenha-se informado sobre o evoluir das condições meteorológicas;
- Abandone locais móveis (ou pré-fabricados) e dirija-se para um abrigo mais substancial;
- Se necessário coloque faixas cruzadas (em forma de X) de fita adesiva nas janelas para evitar a projeção de estilhaços, caso os vidros quebrem;
- Proceda ao corte de gás e desligue todos os equipamentos/utilidades não indispensáveis;
- Recolha objetos que possam ser arremessados pelo vento e arrume-os em local seguro.

#### Durante a Tempestade

- Mantenha-se calmo;
- Mantenha-se em pisos inferiores e afastado de janelas,
- Feche todas as portas interiores e reforce as exteriores;
- Se o vento acalmar, não saia de imediato, é provável que ventos fortes possam voltar a qualquer momento.

#### Depois da Tempestade

- Se o vento acalmar, saia apenas após o Responsável de Segurança confirmar que as condições meteorológicas estão estáveis e seguras;
- Caso haja feridos e se estiver apto a prestar primeiros socorros, faça-o. Caso contrário, peça ajuda;
- Limpe cuidadosamente qualquer derrame de substâncias tóxicas ou inflamáveis;
- Verifique se há risco de colapso de estrutura; se sim informe rapidamente o Responsável de Segurança;
- Cumpra com as instruções dadas pela Equipa de Segurança.

#### Ao receber ordem de evacuação

- Abandone o edifício rapidamente, sem correr, seguindo as instruções dadas por um elemento da Equipa de Evacuação;
- Não volte atrás;
- Evite tocar ou passar sobre elementos dos dispositivos elétricos;
- Uma vez no exterior do edifício, dirija-se ao Ponto de Encontro e aguarde instruções.

	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA	<b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	Página 11 de 16

### IGS.08 – Em caso de Explosão

#### Se ouvir uma explosão

- Mantenha-se calmo;
- Não corra;
- Informe o Delegado de Segurança da ocorrência e siga as instruções que lhe forem dadas;
- Caso haja feridos e se estiver apto a prestar primeiros socorros, faça-o. Caso contrário, peça ajuda.

#### Ao receber ordem de evacuação

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

### Gestão Ambiental

#### **Principais consequências ambientais:**

- Poluição atmosférica, devido à libertação de fumos.
- Contaminação de solos e águas pluviais devido à utilização de água para extinção do incêndio;
- Produção de resíduos: o Responsável de Ambiente avalia o tipo de resíduos resultantes e inicia o processo de seleção dos Operadores Autorizados de Resíduos, para que estes possam ser enviados posteriormente para tratamento/eliminação adequados.

#### **Ações de minimização das consequências ambientais:**

- Os resíduos produzidos devem ser encaminhados para os contentores adequados (resíduos perigosos, resíduos contaminados).
- As águas residuais contaminadas devem ser encaminhadas para a rede de águas residuais para tratamento no sistema de saneamento.
- Caso ocorra a contaminação de solos, a área deve ser delimitada e proceder à remediação da área contaminada (remoção do solo contaminado para contentores de resíduos perigosos, resíduos contaminados).

	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
<b>PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA</b>	<b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	Página 12 de 16

### IGS.09 – Em caso de Ameaça de Bomba

#### Se receber telefonicamente uma ameaça de bomba

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

#### Ao receber ordem de evacuação

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

 <b>Ourém</b> <small>MUNICÍPIO DE OUREM</small>	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
<b>PAVILHÃO GIMNOESPORATIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA</b>	<b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	<b>Página 13 de 16</b>

### **IGS.10 – Em caso de uma Embalagem Suspeita**

#### **Alarme**

- Qualquer pessoa que identifique uma embalagem suspeita informa rapidamente o posto de segurança.

#### **Alarme Restrito**

- O Delegado de Segurança e/ou Responsável de Segurança deslocam-se para o posto de segurança, de forma a serem informadas da situação de emergência. Entre outras ações, os elementos da equipa de intervenção, vestem os respetivos coletes, isolam a área suscetível de se encontrar a bomba e se necessário efetuam os cortes de energia elétrica.
- A equipa de evacuação coloca-se em posição de atuação, efetuando entre outras as seguintes ações: desimpedem os caminhos de evacuação e as saídas.
- O DS pede à equipa de alarme e alerta para chamar a PSP e para receber e encaminhar os agentes até ao local do sinistrado.

#### **Reposição da Normalidade**

- Se o problema for resolvido, o DS determina o fim da emergência (após decisão do comandante operacional da PSP).
- O DS promove ações adequadas de modo a assegurar a reposição da normalidade, sendo executadas entre outras, as seguintes ações:
  - Avaliação de danos (elabora relatório - ver modelo do relatório no mapa de registos de segurança);
  - Reposição de sistemas e redes;
  - Limpeza das instalações, escombros e correto encaminhamento dos resíduos produzidos.

	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
<b>PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA</b>	<b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	<b>Página 14 de 16</b>

## IGS.11 – Em caso de Acidente Grave

### No caso de ocorrência de um Acidente Grave resultando vítimas:

- Ligar para ☎ **112** (Número Nacional de Socorro) e indicar:
  - Local exato do acidente;
  - Nº de vítimas;
  - Idade aproximada da (s) vítima (s);
  - Circunstâncias do acidente (queda, eletrocussão, incêndio, etc.);
  - Natureza das lesões (hemorragia, queimadura, fratura, etc.).
- Não entrar em pânico.
- Proteger o local do acidente.
- Evitar correr riscos inúteis.
- Evitar que outras pessoas tenham outros acidentes;
- Evacuar os acidentados, caso a permanência na zona do acidente, apresente riscos significativos.



### Socorro:



- Estabelecer diálogo com a vítima, se possível.
- Manter-se próximo da vítima.
- Tentar confortar e acalmar a pessoa sinistrada.
- Observar todas as lesões, deformações e alterações morfológicas.

### Exame primário:



- Avaliar o estado de consciência.
- Avaliar a ventilação.
- Avaliar a pulsação.
- Detetar hemorragias externas graves.
- Detetar sinais evidentes de choque.

#### **LEMBRE-SE:**

- ☞ **Proteger sempre a coluna vertebral durante todo o exame.**
- ☞ **Suspeitar sempre de lesões crânio-encefálicas quando a vítima está inconsciente.**
- ☞ **Não efetuar nenhuma ação se sentir que não é capaz.**



**AÇÕES DE SOCORRO EM CASO DE:**

### Asfixia / Paragem Cardíaca:

- Avaliar o estado de consciência;
- Caso se encontre inconsciente, pedir ajuda.
- Verificar se existem corpos estranhos. Caso existam, libertar as vias aéreas, como por exemplo: a boca, a garganta e as fossas nasais;
- Efetuar a hiper extensão da cabeça.
- Pesquisar durante 10 segundos se a vítima ventila. Caso não ventile, ligar para o ☎112 (chamada externa).



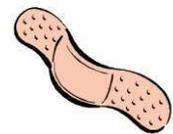
### Acidente com corrente elétrica:



- Desligar imediatamente a corrente elétrica.
- Não tocar na vítima com as mãos.
- Se inconsciente, colocar na posição lateral de segurança.
- Ligar para o ☎ 112 (chamada externa).

### Cortes e Feridas:

- Lavar a ferida com água.
- Desinfetar com betadine.
- Não utilizar álcool, tintura de iodo, algodão e mercurocromo.
- Colocar penso ou ligadura.



### Hemorragias:

- Comprimir com uma compressa esterilizada impedindo a saída de sangue.
- Nunca retirar a 1ª compressa, colocando outras por cima, se necessário.
- Não comprimir, caso a hemorragia esteja associada a uma fatura ou existam objetos estranhos.
- Ligar para o ☎ 112 (chamada externa), caso a hemorragia não estanque. Desinfetar com betadine.
- Não utilizar álcool, tintura de iodo, algodão e mercurocromo.
- Colocar penso ou ligadura.



### Queimaduras:

	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
<b>PAVILHÃO GIMNOESPORATIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA</b>	<b>Mod.MAP.PEI.004 – Instruções Gerais de Segurança</b>	<b>Página 16 de 16</b>

- Lavar com água.
- Não colocar sobre a área queimada gaze ou panos.
- Não aplicar qualquer tipo de gorduras ou outras substâncias.
- Aplicar compressas frias e húmidas.
- Não furar as bolhas.
- Não tocar nas áreas queimadas.
- Se a queimadura atingir os olhos, lavar do canto interno para o externo e evitar fechar as pálpebras.
- Ligar para o ☎ 112 (chamada externa), caso a queimadura apresente bolhas ou extenso vermelhão.



### Intoxicação:

- Recolher informações sobre o tipo de veneno, quantidade, via de administração (digestiva, inalatória, cutânea, ocular), tempo decorrido e características pessoais (peso, idade, doenças, gravidez).
- Contactar o Centro de Informação Antivenenos (CIAV) ☎ 800 250 250 (chamada externa).



### Fratura:

- Não mover a vítima antes de conhecer a lesão.
- Não permitir que a vítima se levante ou sente.
- Não remover a vítima, sem uma prévia imobilização.
- Ligar para o ☎ 112 (chamada externa).



## Gestão Ambiental

### Principais consequências ambientais:

- Produção de resíduos equiparados a hospitalares.

### Ações de minimização das consequências ambientais:

- Caso sejam produzidos resíduos equiparados a hospitalares, estes devem ser acondicionados em contentor apropriado.



### IES.01 – Responsável de Segurança

#### Objetivos

- Implementação das Políticas de Segurança contra Incêndios no edifício;
- Garantir a segurança de todos os ocupantes das instalações;
- Disponibilização de meios logísticos que assegurem um ótimo desempenho das equipas de segurança.
- Pode delegar estas funções ao Delegado de Segurança.

#### Funções

- Implementar os requisitos legais;
- Pode delegar estas funções ao Delegado de Segurança.
- Pelo recrutamento do pessoal que intervirá nesta área.
- Comandar as operações a desenvolver para desencadear as Medidas de Autoproteção.

#### Locais de Atuação

- Todo o edifício

#### Tomada de Conhecimento

Data: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_

	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
<b>PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA</b>	<b>Mod.MAP.PEI.005 – Instruções Especiais de Segurança</b>	Página 2 de 5

## IES.02 – Delegado de Segurança

### Objetivos

- Avalia eventuais situações de emergência, coordenando as ações a desenvolver.

### Funções

- Prestar toda a colaboração com os Corpos de Bombeiros em caso de incêndio;
- Coordenar os serviços de segurança interna e avaliar a sua eficiência e desempenho;
- Motivar o pessoal, através de processos paralelos aos treinos, no sentido de manter operacionais os níveis de interesse nesta matéria;
- Registar todas as ocorrências e incidentes relacionados com fogo, mesmo nas situações de falso alarme;
- Incumbe-se da revisão, atualização das MAP's e também da implementação do mesmo, através de formação/informação e ações de sensibilização aos trabalhadores sobre o modo como estão organizadas as MAP's;
- Coordenar diretamente as ações a desenvolver;
- Manter o Responsável de Segurança Informado;
- Centralizar a recolha de informações necessárias à peritagem, reconstituição ou apuramento de responsabilidades pela ocorrência do sinistro;
- Dirigir-se para a porta de acesso ao estabelecimento e presta todo o apoio e esclarecimentos aos socorros externos sobre o local do acidente e/ou sinistrados.
- Realizar contactos regulares com os meios de apoio exteriores, dando-lhes a conhecer todos os riscos específicos da organização e sensibilizando-os para ações de colaboração.

### Locais de Atuação

- Todo o edifício

### Tomada de Conhecimento

Data: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_



### IES.03 – Alarme e Alerta

#### Objetivos

- Aciona o sistema de alarme que denuncia a ocorrência e contacta os meios de socorro externos.

#### Funções

- À ordem do Delegado de segurança aciona a campainha com 4 toques prolongados que denuncia a ocorrência;
- Alerta os bombeiros da área através do número direto destes ou do 112 e/ou outros contactos telefónicos que estão afixados (um em cada piso).
- Após a indicação do delegado de segurança, deve informar os estabelecimentos vizinhos da ocorrência, quer seja para pedir ajuda, quer seja para informar que devem ser adotadas medidas de autoproteção.

#### Locais de Atuação

- Todo o edifício

#### Tomada de Conhecimento

Data: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_

### **IES.04 – Brigada de Intervenção**

#### **Objetivos**

- Prevenir / Minimizar situações de possível risco.
- Coordenar a atuação no local de emergência

#### **Funções**

- Proceder à triagem dos acidentados por níveis de gravidade e proceder à estabilização das lesões e dos acidentados.
- Prestar todas as informações e se necessário auxilia os elementos externos de socorros (INEM);
- Utilizar os meios de primeira intervenção, nomeadamente: extintores
- Caso não consiga dominar a situação, fechar as portas e janelas do compartimento e aguarda a chegada dos Bombeiros, acautelando a segurança pessoal.
- Informar o delegado de segurança sobre a evolução da situação.
- Após ordem do Delegado de segurança, efetuar o corte da energia elétrica.
- Coordenar e Controlar a evacuação ordenada após o alarme, de forma a conseguir uma evacuação rápida e eficaz;
- Certificar-se da saída de todos os ocupantes;
- Não permitir o regresso ao local evacuado de qualquer pessoa.

#### **Locais de Atuação**

- Todo o edifício

#### **Tomada de Conhecimento**

Data: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_

**IES.05 – Concentração e controlo**

**Objetivos**

- Assegurar o controlo dos evacuados.

**Funções**

- Reunir no ponto de reunião as pessoas dispersas pelas instalações.
- Proceder à conferência de toda a população que abandonou o edifício.
- Em caso de se verificarem desaparecimento, avisar o Delegado de Segurança e os Bombeiros.

**Locais de Atuação**

- Ponto de encontro

**Tomada de Conhecimento**

Data: \_\_\_\_\_

Assinatura: \_\_\_\_\_

 Ourém MUNICÍPIO	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
PAVILHÃO GIMNOESPORTIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA	<b>Mod.MAP.PEI.006 – Instruções Particulares de Segurança</b>	Página 1 de 2

## IPS.01 – Quadros Elétricos

### Medidas Preventivas

- A instalação, reparação ou ações de manutenção deste tipo de equipamentos deve ser realizada por técnicos qualificados para o efeito;
- Não fumar nem foguear;
- Manter as instalações em perfeito estado de limpeza e arrumação;
- Inspeccionar regularmente as instalações, promovendo as reparações necessárias por pessoal habilitado;
- Verificar periodicamente o bom estado de conservação e desobstrução dos equipamentos e sistemas de segurança;
- Manter desobstruído o acesso aos quadros não permitindo a acumulação de objetos combustíveis nas suas proximidades;
- Proceder à substituição das chapas de identificação dos disjuntores sempre que necessário;
- Não permitir instalações elétricas provisórias;
- Respeitar as normas de boas práticas na instalação e manutenção do equipamento.

### Se ocorrer um Incêndio

- Manter a calma. Não gritar;
- Avisar a Organização de Segurança ou em alternativa, acionar o botão de alarme mais próximo;
- Atuar 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 de Intervenção ou dos elementos da Equipa do Serviço de Segurança contra Incêndio;
- Evitar utilizar água ou outros extintores à base de água sobre a instalação elétrica mesmo se a corrente estiver cortada. Utilizar preferencialmente extintores CO<sub>2</sub> ou de pó químico;
- Se não conseguir apagar o fogo, abandone o local, fechando a porta do compartimento;
- Aguardar a chegada da equipa de intervenção em local seguro.

**ATENÇÃO: Nunca utilizar água no Quadro Elétrico!**

	<b>MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO</b>	<b>Capítulo VII</b>
<b>PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO MUNICIPAL DA FREIXIANDA</b>	<b>Mod.MAP.PEI.006 – Instruções Particulares de Segurança</b>	Página 2 de 2

## IPS.02 – Área Técnica

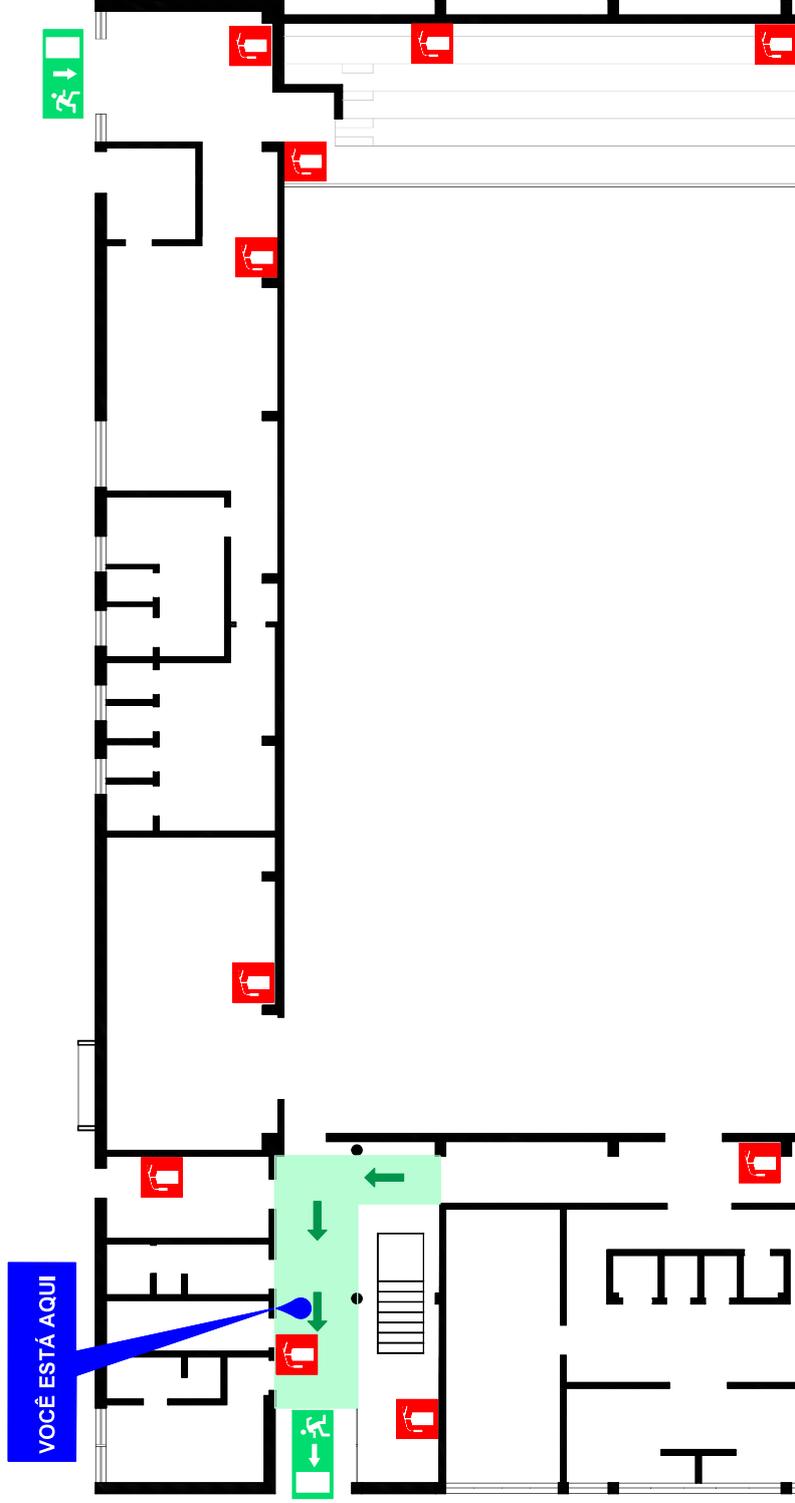
### Medidas Preventivas

- Não fumar nem foguear neste local;
- Manter as instalações permanentemente limpas, arrumadas e assegurar a eficácia das suas condições de ventilação.
- Não utilizar este espaço para armazenamento de materiais combustíveis ou inflamáveis.
- Não fazer nem utilizar, instalações elétricas improvisadas, sem o conhecimento do Delegado de Segurança.
- Verificar, regularmente, o funcionamento dos equipamentos e o estado das instalações, e comunicar de imediato qualquer anomalia.
- A revisão/ inspeção/ manutenção deste local deve ser efetuada por técnicos habilitados.
- Informar o Delegado de Segurança se detetar qualquer deficiência nos equipamentos e sistemas de proteção contra incêndios (extintores, bocas de incêndio, ou outros).
- Ao instalar equipamentos, verificar se estes não impedem a acessibilidade aos meios de proteção contra incêndio e se a evacuação não fica impedida ou prejudicada.
- Os equipamentos devem ser colocados sobre o suporte estável, ao abrigo da humidade, em locais bem adaptados e com instalação elétrica adequada.
- Manter as portas resistentes ao fogo fechadas.
- Manter desobstruídos os acessos a este local, não permitindo a acumulação de objetos combustíveis na sua proximidade.

### Se ocorrer um Incêndio

- Avise a pessoa mais próxima;
- Feche o gás na válvula de corte geral;
- Utilize o extintor instalado, de acordo com as instruções de atuação;
- Corte a corrente elétrica no quadro parcial e relativo a esta área;
- Caso não consiga dominar esta situação, feche as portas e janelas à sua saída;
- Comunique imediatamente o sucedido ao Delegado de Segurança.

# PLANTA DE EMERGÊNCIA



PE 0.0

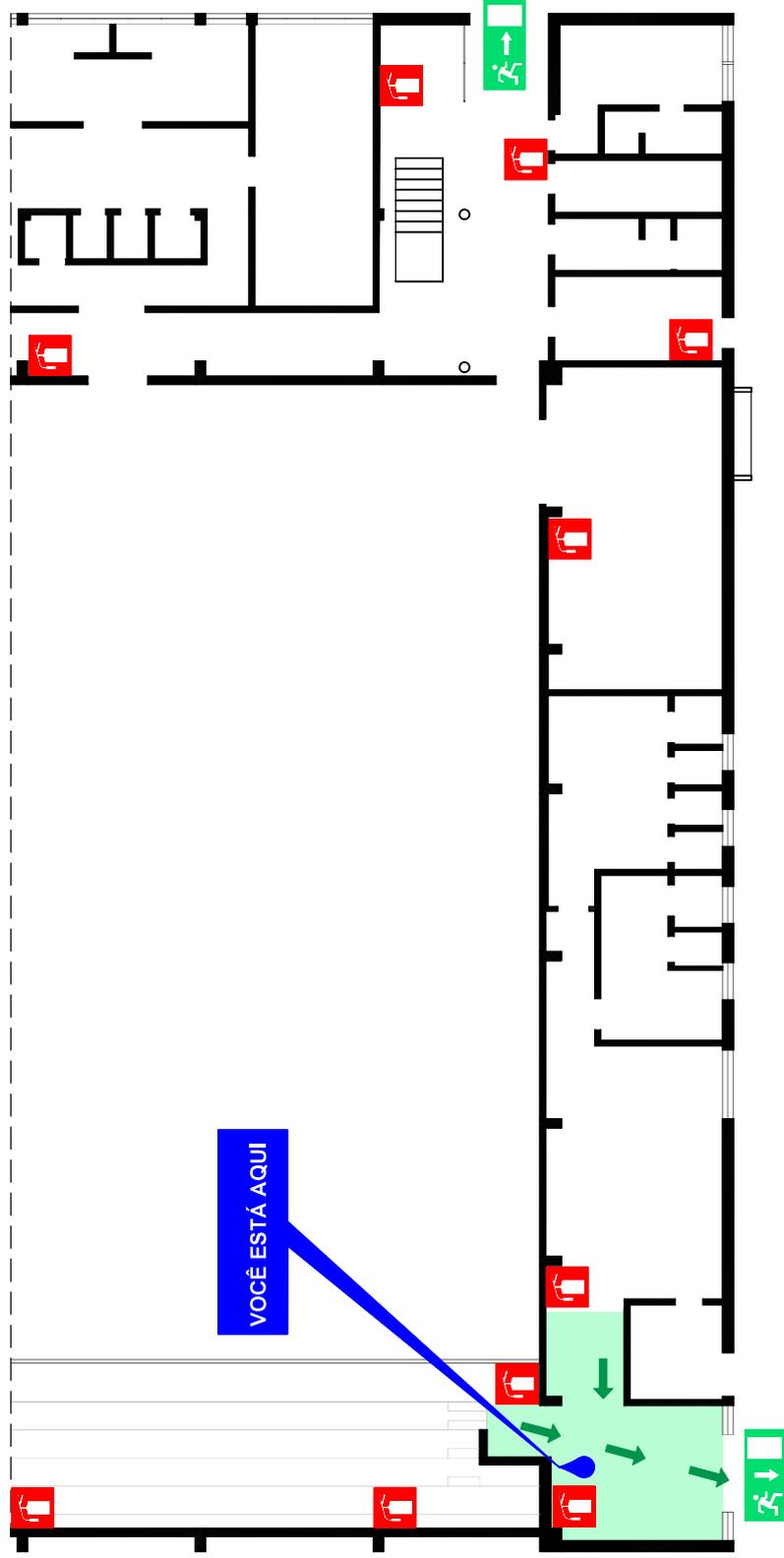
## INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA

- 
**MANTENHASE CALMO NÃO GRITE, NEM CORRA**  
 DE O ALARME NO BOTÃO, MAS PRÓXIMO  
 COMBATA O FOGO COM O EXTINTOR, SEM  
 CORRER PERIGO
- 
**ABANDONE O LOCAL**  
 DIRIJA-SE PARA A SAÍDA SEGUINDO A  
 SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA
- 
**CAMINHE BAXADO PARA NÃO**  
 RESPIRAR O FUMO
- 
**DIRIJA-SE PARA O PONTO DE ENCONTRO E**  
 AGUARDE AS INSTRUÇÕES  
 NÃO VOLTE ATRAS SEM AUTORIZAÇÃO
- 
**SE OUVIR O SINAL DE ALARME:**  
 DIRIJA-SE PARA A SAÍDA  
 FECHAS AS PORTAS AO SAIR  
 NUNCA UTILIZE OS ELEVADORES
- 
 emergência

## LEGENDA

- 
**EXTINTOR DE INCÊNDIO**
- 
**VOCÊ ESTÁ AQUI**
- 
**PERCURSO DE EVACUAÇÃO**
- 
**SAÍDA DE EMERGÊNCIA**  
 PARA ÁREA SEGURA
- 
**PONTO DE ENCONTRO**

# PLANTA DE EMERGÊNCIA



PE 01

## INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA

MANTENHA-SE CALMO, NÃO GRITE, NEM CORRA DE O ALARME NO BOTÃO MAIS PRÓXIMO. COMBATA O FOGO COM O EXTINTOR, SEM CORRER PERIGO.

ABANDONE O LOCAL. DIRIJA-SE PARA A SAÍDA SEGUINDO A SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA.

CAMINHE BAIXADO PARA NÃO RESPIRAR O FUMO.

DIRIJA-SE PARA O PONTO DE ENCONTRO E AGUARDE AS INSTRUÇÕES. NÃO VOLTE ATRÁS SEM AUTORIZAÇÃO.

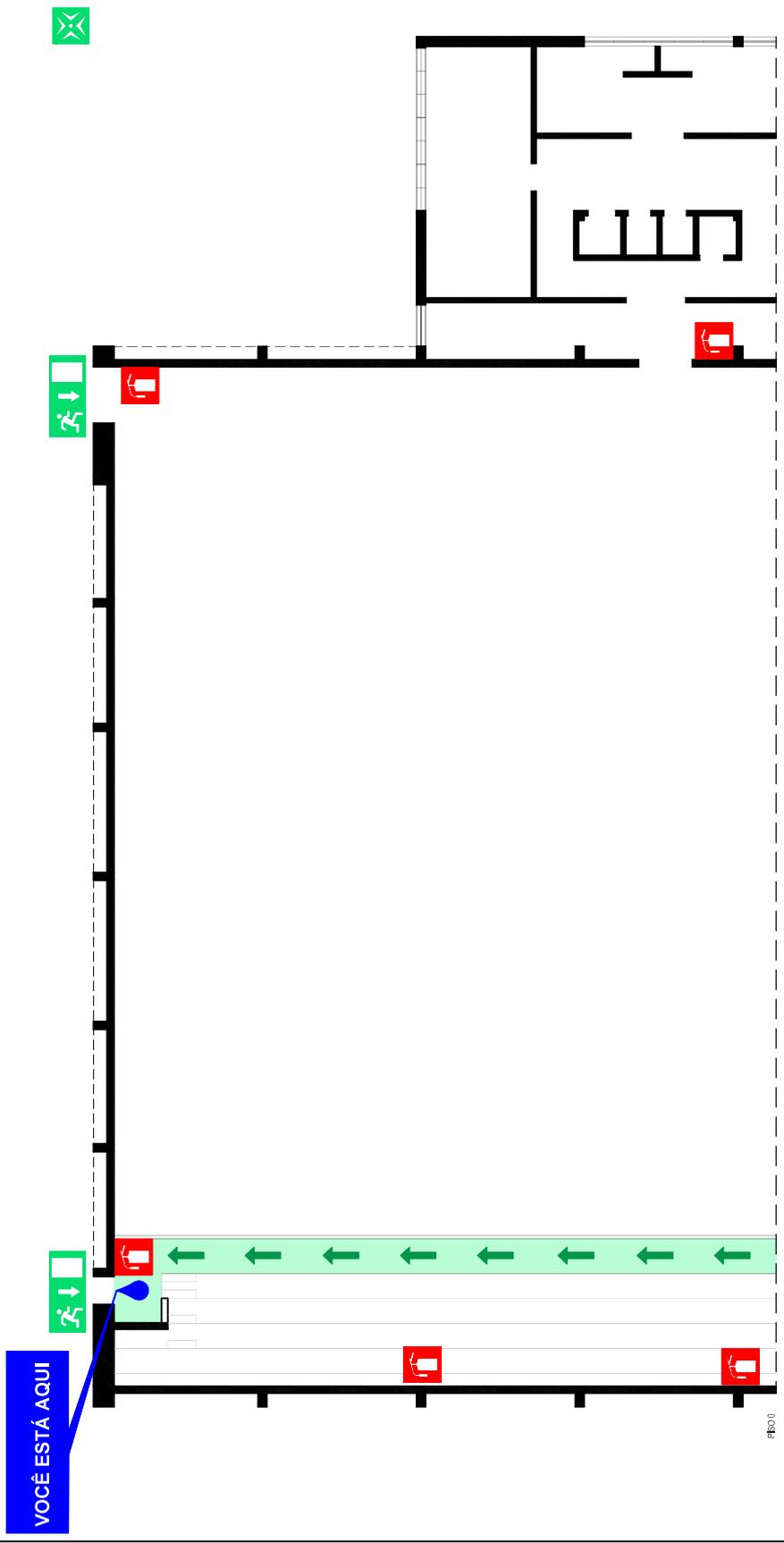
SE OUVIR O SINAL DE ALARME: DIRIJA-SE PARA A SAÍDA. FECHAS AS PORTAS AO SAIR. NUNCA UTILIZE OS ELEVADORES.

EMERGENÇA 112

## LEGENDA

- EXTINTOR DE INCÊNDIO
- VOCÊ ESTÁ AQUI
- PERCURSO DE EVACUAÇÃO
- SAÍDA DE EMERGÊNCIA PARA ÁREA SEGURA
- PONTO DE ENCONTRO

# PLANTA DE EMERGÊNCIA



PE 01

## INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA

- MANTENHA-SE CALMO NÃO GRITE. NEM CORRA DE O ALARME NO BOTÃO MAIS PRÓXIMO COMBATA O FOGO COM O EXTINTOR, SEM CORRER PERIGO
- ABANDONE O LOCAL DIRIJA-SE PARA A SAÍDA SEGUINDO A SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA
- CAMINHE BAIXADO PARA NÃO RESPIRAR O FUMO
- DIRIJA-SE PARA O PONTO DE ENCONTRO E AGUARDE AS INSTRUÇÕES NÃO VOLTE ATRAS SEM AUTORIZAÇÃO
- SE OUVIR O SINAL DE ALARME: DIRIJA-SE PARA A SAÍDA FECHÉ AS PORTAS AO SAIR NUNCA UTILIZE OS ELEVADORES
- Emergência 112

## LEGENDA

- EXTINTOR DE INCÊNDIO
- VOCÊ ESTÁ AQUI
- PERCURSO DE EVACUAÇÃO
- SAÍDA DE EMERGÊNCIA PARA ÁREA SEGURA
- PONTO DE ENCONTRO

# PLANTA DE EMERGÊNCIA

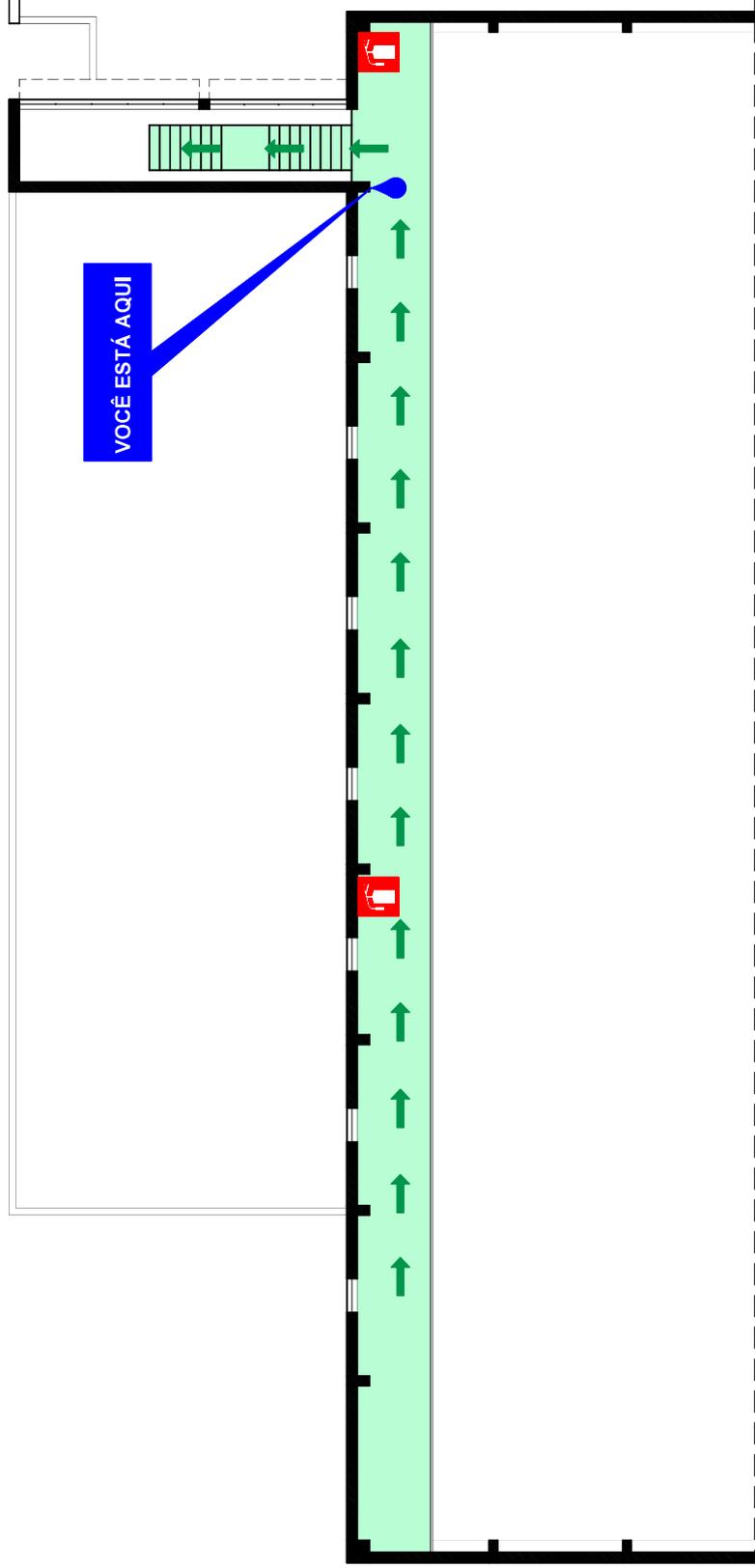


FIG. 1

## INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA

 MANTENHA-SE CALMO, NÃO GRITE, NEM CORRA  
DE O ALARME NO BOTÃO MAIS PRÓXIMO  
COMBATA O FOGO COM O EXTINTOR, SEM  
CORRER PERIGO

 ABANDONE O LOCAL  
DIRIJA-SE PARA A SAÍDA SEGUINDO A  
SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA

 CAMINHE BAIIXO PARA NÃO  
RESPIRAR O FUMO

 DIRIJA-SE PARA O PONTO DE ENCONTRO E  
AGUARDE AS INSTRUÇÕES  
NÃO VOLTE ATRÁS SEM AUTORIZAÇÃO

 SE OUVIR O SINAL DE ALARME:  
DIRIJA-SE PARA A SAÍDA  
FECHE AS PORTAS AO SAIR  
NUNCA UTILIZE OS ELEVADORES

 EMERGENÇA  
112

## LEGENDA

 EXTINTOR DE INCÊNDIO

 VOCÊ ESTÁ AQUI

 PERCURSO DE EVACUAÇÃO

 SAÍDA DE EMERGÊNCIA  
PARA ÁREA SEGURA

 PONTO DE ENCONTRO