

Sinalização de procedimentos de segurança

(mm)
400x300





Procedimentos de segurança

Incêndio

 Em caso de cheiro e fumaça suspeitos mantenha a calma e acione o alarme.

Marque o 112 ou _____

e indique o local onde se encontra.

 Combata o fogo com os extintores apropriados, sem correr riscos inúteis.

 Na presença de fumo ou odor elevado, avise imediatamente. O ar respirável está muito suado.

Bombeiros mais próximos: _____

Acidente

 Em caso de acidente avisar:

Posto de socorro: _____

Bombeiros: _____

Hospital: _____

Polícia: _____

Responsável de Segurança: _____

O seu Ponto de Encontro é: _____

Evacuação

 Após ordem de evacuação ou ouvindo sinal sonoro de alarme:

 Siga as indicações dos responsáveis de evacuação.

 Utilize as saídas mais próximas e dirija-se para o Ponto de Encontro

 Nunca volte para trás sem ser autorizado

 Não utilize elevadores nem montacargas

Equipas de intervenção

Responsáveis de evacuação

@Shakazoo

P 10 68

De acordo com a Portaria n.º 1532/2008 de 29 de dezembro, devem-se instalar instruções de segurança em locais bem visíveis (Art. 199º).

(mm)
150x200
200x300
300x400





Telefones de emergência

 Bombeiros

 Centro antiveneno

 Hospital

 Centro de Saúde

 Médico

 Polícia

 GNR

 Táxi

 Câmara Municipal

 Serviços de água

 Serviços de eletricidade

 Serviços de gás

 Proteção civil

@Shakazoo

P 10 70

(mm)
150x200
200x300
300x400





Instruções de segurança

 **Acione o Alarme**

 **Abandone o edifício pelas saídas mais próximas**

 **Dirija-se para a Zona de Concentração em:**

 **Não pare nem perca tempo a recolher os seus pertencentes**

 **Não volte a entrar na área afetada, sem ser autorizado**

@Shakazoo

P 10 71

(mm)
150x200
200x300
300x400





Instruções de segurança

Em caso de Incêndio, Acidente ou Evacuação:

 **Mantenha a calma Informe de imediato:**

Responsável de segurança: _____

Responsável de evacuação: _____

Bombeiros: _____ Polícia: _____

 **Combata o fogo, usando os extintores, sem correr riscos inúteis**

 **Siga as instruções do Responsável de Segurança**

 **Dirija-se para as saídas sem correr nem gritar**

 **Não volte para trás, nem retorne ao edifício sem ser autorizado pelo Responsável de Segurança.**

@Shakazoo

P 10 72

(mm)
150x200
200x300
300x400





Procedimentos de segurança

Em caso de Incêndio

 **Dê o alarme!**

Pressionando o botão de alarme

 **Abandone o edifício**

Siga, com calma e sem correr, para a saída de emergência mais próxima

 **Dirija-se para a zona de concentração**

Ajude os que estiverem em dificuldade

 **Nunca utilize os elevadores**

 **Não pare nem perca tempo a recolher os seus pertencentes**

 **Não volte a entrar no edifício sem ser autorizado**

@Shakazoo

P 10 73

(mm)
150x200
200x300
300x400





Instruções de segurança

Se descobrir um Incêndio

 **Acione o botão de alarme mais próximo**

 **Chame os bombeiros pelos telefones:**

_____ ou _____

 **Combata o fogo usando os meios de primeira intervenção, sem correr riscos inúteis**

 **Abandone as instalações utilizando as saídas mais próximas**

Feche as portas ao sair

 **Dirija-se ao seu Ponto de Encontro:**

 **Não corra riscos desnecessários**

 **Não pare nem perca tempo a recolher os seus pertencentes**

 **Não volte a entrar no edifício sem ser autorizado**

@Shakazoo

P 10 74

! Instruções de segurança

Sinalização de procedimentos de segurança

[mm]
200x300
300x400(1)
400x600(1)(*)

[*] Também
nesta medida

[1] Medida exclusiva



P 10 81



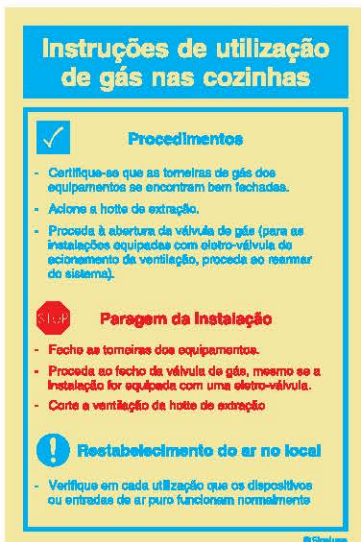
P 10 82



P 10 83



P 10 84



P 10 85



P 10 86

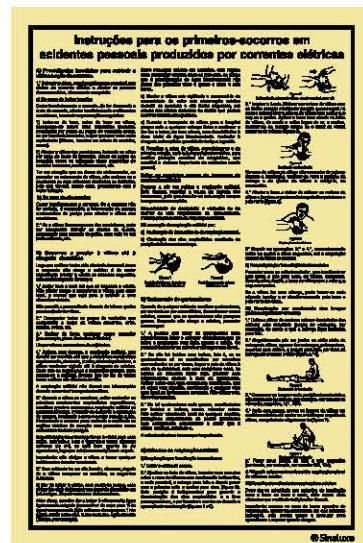
Sinais com procedimentos simples de segurança deverão ser afixados junto dos locais de risco, permitindo um conhecimento prévio dos comportamentos adequados e dos riscos existentes: princípio da prevenção



P 10 87



P 03 69



1 P 10 88

Para sinalização específica para zonas de refúgio, consulte a pág. 24

[*] P 03 69

[1] P 10 88

Sensibilização para a segurança



(mm)
300x400
400x600



P SS 01



P SS 02



P SS 03



P SS 04



P SS 05



P SS 06



P SS 07



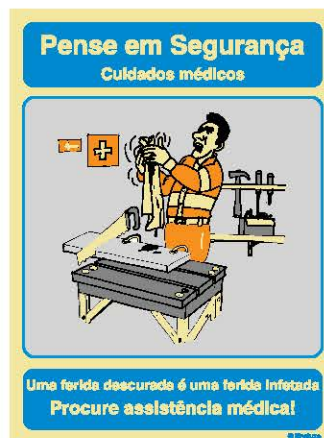
P SS 08



P SS 09



P SS 10

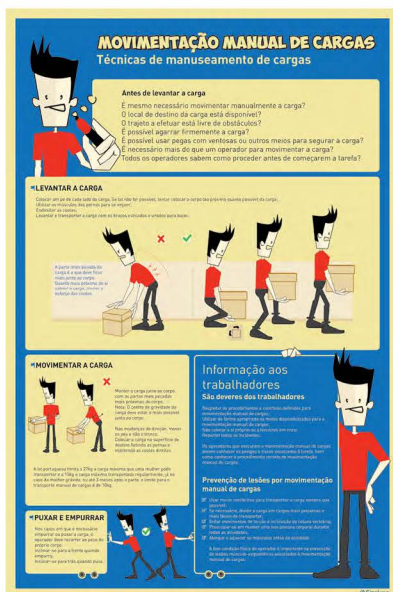


P SS 11



P SS 12

Sensibilização para a segurança



PREVENÇÃO DE ESCORREGÕES, TROPEÇÕES E QUEDAS

▀ CABOS

Os equipamentos devem ser mantidos de modo adequado, para não apresentar um risco para a segurança de todos.

Perigos!

“CONDIÇÕES DO PAVIMENTO”

As condições do pavimento são aquelas que podem causar uma queda, como: piso escorregadio, buracos, irregularidades, etc.

Para evitar riscos, é importante manter o pavimento que se utiliza sempre limpo e livre de qualquer tipo de irregularidade. Quando há alguma irregularidade, como buracos, fendas, etc., é importante que sejam reparadas o mais rápido possível. Além disso, é importante que se tenha cuidado com o uso de produtos químicos que possam causar danos ao pavimento, como: produtos de limpeza, óleos, etc.

“OBSTACULOS DAS VIAS DE CIRCULAÇÃO”

Os obstáculos das vias de circulação são aqueles que podem causar uma queda, como: móveis, equipamentos, etc. Para evitar riscos, é importante que os obstáculos sejam removidos ou que se tenha cuidado ao passar por eles.

“ILUMINAÇÃO INSUFICIENTE”

A iluminação insuficiente é aquela que não permite que se veja os obstáculos das vias de circulação. Para evitar riscos, é importante que a iluminação seja adequada para o ambiente.

“CALÇADO DESDEQUADADO”

O calçamento desadequado é aquele que não permite que se ande com segurança. Para evitar riscos, é importante que o calçamento seja adequado para o ambiente.

“LIMPeza e ABRILHANTAMENTO”

A limpeza e a abrandadura são importantes para evitar quedas. Para evitar riscos, é importante que se tenha cuidado com a limpeza e a abrandadura do pavimento.

MENSAGEM DE PREVENÇÃO

As quedas são a principal causa de acidentes no trabalho. Para evitar quedas, é importante que se tenha cuidado com as condições do pavimento, com os obstáculos das vias de circulação, com a iluminação, com o calçamento, com a limpeza e com a abrandadura.

Para evitar quedas, é importante que se tenha cuidado com as condições do pavimento, com os obstáculos das vias de circulação, com a iluminação, com o calçamento, com a limpeza e com a abrandadura.

Para evitar quedas, é importante que se tenha cuidado com as condições do pavimento, com os obstáculos das vias de circulação, com a iluminação, com o calçamento, com a limpeza e com a abrandadura.

[illegible]

SEGURANÇA EM COZINHAS

Atenção ao ambiente ao cozinhar: ventilação e a circulação de ar sempre!

Perigos e riscos na cozinha - como prevenir

QUEIMADURAS E ESCALOSSES

Quando se cozinha, há uma chama constante, aquece o óleo da frigideira, aquece o leite no leiteira, aquece o vapor da chaleira e, além disso, há o vapor constante de água da pia. Há, portanto, muitos riscos de queimaduras e escaldos. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes.

•EQUIPAMENTO CORTANTE - FASCAS

Quando se cozinha, há uma chama constante, aquece o óleo da frigideira, aquece o leite no leiteira, aquece o vapor da chaleira e, além disso, há o vapor constante de água da pia. Há, portanto, muitos riscos de queimaduras e escaldos. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes.

•ESCORREGÕES, TROPEÇOS E QUEIDAS

Quando se cozinha, há uma chama constante, aquece o óleo da frigideira, aquece o leite no leiteira, aquece o vapor da chaleira e, além disso, há o vapor constante de água da pia. Há, portanto, muitos riscos de queimaduras e escaldos. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes.

•TEMPERATURA AMBIENTE ELEVADA

Quando se cozinha, há uma chama constante, aquece o óleo da frigideira, aquece o leite no leiteira, aquece o vapor da chaleira e, além disso, há o vapor constante de água da pia. Há, portanto, muitos riscos de queimaduras e escaldos. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes.

Boas práticas na cozinha

Quando se cozinha, há uma chama constante, aquece o óleo da frigideira, aquece o leite no leiteira, aquece o vapor da chaleira e, além disso, há o vapor constante de água da pia. Há, portanto, muitos riscos de queimaduras e escaldos. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes.

•GESTÃO DE RESÍDUOS

Quando se cozinha, há uma chama constante, aquece o óleo da frigideira, aquece o leite no leiteira, aquece o vapor da chaleira e, além disso, há o vapor constante de água da pia. Há, portanto, muitos riscos de queimaduras e escaldos. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes.

•RISCO DE INCÊNDIO

Quando se cozinha, há uma chama constante, aquece o óleo da frigideira, aquece o leite no leiteira, aquece o vapor da chaleira e, além disso, há o vapor constante de água da pia. Há, portanto, muitos riscos de queimaduras e escaldos. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes.

•PRODUTOS DE LIMPEZA

Quando se cozinha, há uma chama constante, aquece o óleo da frigideira, aquece o leite no leiteira, aquece o vapor da chaleira e, além disso, há o vapor constante de água da pia. Há, portanto, muitos riscos de queimaduras e escaldos. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes. Há, também, o risco de escaldos com líquidos quentes.

5 REGRAS DE OURO PARA TRABALHOS EM INSTALAÇÕES ELÉTRICAS



Os trabalhos em instalações elétricas ou na sua proximidade devem, sempre que possível, realizar-se na ausência de tensão.

O principal risco na execução dos trabalhos fora de tensão reside na necessidade de verificar e assegurar a manutenção das condições de ausência de tensão na instalação ou no equipamento.

A priorização das atividades em trabalhos elétricos na ausência de tensão é a primeira regra de ouro de tensão, que pode ocorrer para ações de segurança ou por falhas no procedimento de interrupção da tensão.

Para prevenir acidentes é essencial cumprir as 5 regras de ouro para trabalhos em instalações elétricas:

As 5 regras de ouro resumidas em 5 frases memorizáveis para que seja mais fácil a sua adesão ao conteúdo.

- 1 Separar ou isolar a instalação de todos os fontes de tensão**


Isolar a instalação de todos os fontes de tensão antes de iniciar os trabalhos elétricos.
- 2 Impedir a reposição acidental**


Evitar a reposição da tensão antes de finalizar os trabalhos elétricos.
- 3 Ligar à terra e em curto-circuito**


Após a verificação da ausência de tensão, ligar a instalação elétrica à terra e em curto-circuito para evitar a ocorrência de acidentes.
- 4 Sinalizar área de trabalho e delimitar zona de trabalho**


Utilizar sinalização de segurança para delimitar a zona de trabalho e evitar a ocorrência de acidentes.
- 5 Verificar a ausência de tensão**


Verificar a ausência de tensão antes de iniciar os trabalhos elétricos.

Aplicação das 5 Regras de Ouro: Sinalizar e verificar a ausência de tensão antes de iniciar os trabalhos elétricos. Sinalizar a zona de trabalho e delimitar a zona de trabalho.

P SS 41

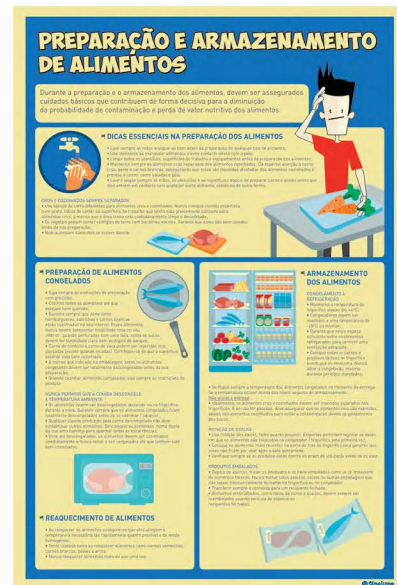
(mm)
400x600



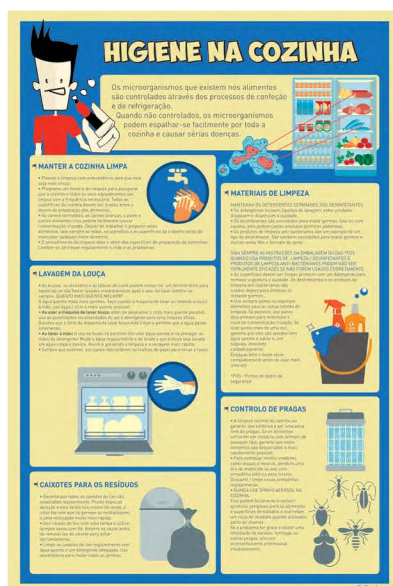
P SS 21



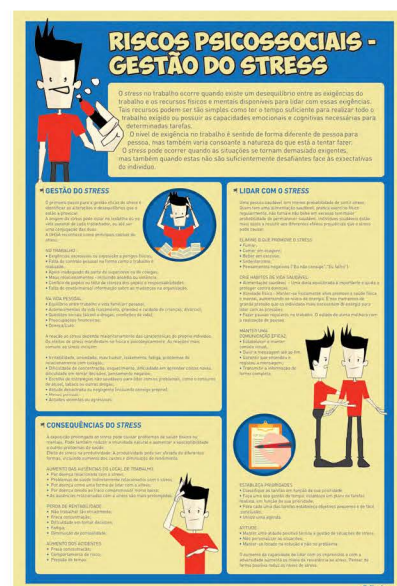
P SS 22



Novo! P SS 55



Novo! P SS 56



Novo! P SS 57