

SINTIMEX TRAINING ACADEMY



GARANTA O SUCESSO DA SUA EQUIPA, INVESTINDO NA SUA FORMAÇÃO



Adquira novos conhecimentos e competências, de forma a diminuir os riscos e a garantir a segurança no trabalho da sua empresa.

As sessões de formação da SINTIMEX, são **interativas** e tem uma **forte componente prática** que permite aproximar a formação à realidade de cada empresa, contando com especialistas de excelência em diferentes áreas, disponíveis para dar resposta a todas as suas necessidades!

SINTIMEX TRAINING ACADEMY

SEGURANÇA NOS TRABALHOS EM ALTURA

OBJETIVOS

- ✓ Dotar os participantes de conhecimentos sobre os cuidados específicos nos Trabalhos em altura e no acesso a estruturas;
- ✓ Organização do trabalho e riscos associados aos trabalhos em altura;
- ✓ Conhecer e identificar os sistemas e componentes anti queda;
- ✓ Colocação e ajuste do arnês anti queda e respetivos acessórios;
- ✓ Efetuar a 1.ª intervenção e evacuação da vítima.

CONTEÚDOS

- ▶ Legislação, Regulamentos e Diretivas;
- ▶ Cuidados específicos nos Trabalhos em Altura e no acesso a estruturas;
- ▶ Equipamento de Proteção Individual e componentes individuais anti-queda;
- ▶ Equipamentos de Proteção Coletiva;
- ▶ Resgate e Salvamento;
- ▶ Exercícios práticos de aplicação.

DESTINATÁRIOS

Colaboradores que no âmbito da sua atividade executem trabalhos em altura onde haja risco de queda.

DURAÇÃO

14 Horas (componente teórica 7 horas + componente prática 7 horas)

ENTRADA E RESGATE EM ESPAÇOS CONFINADOS

OBJETIVOS

- ✓ Identificar Perigos e Riscos relacionados com as tarefas dentro de um qualquer espaço confinado.
- ✓ Identificar, analisar e selecionar os equipamentos adequados à função.
- ✓ Identificar e executar metodologias e técnicas de Identificação dos perigos e riscos.
- ✓ Saber agir em caso de acidentes.

CONTEÚDOS

- ▶ Caracterização de um Espaço Confinado;
- ▶ Riscos Inerentes aos Trabalhos em Espaços Confinados;
- ▶ Caracterização de Atmosferas:
 - Controlo do Ambiente e Equipamentos de Medição;
 - Ficha de autorização de entrada e trabalho;
 - Planeamento das operações de resgate;
 - Evacuação de Vítima Consciente;
 - Resgate de vítima inconsciente;
 - Práticas de resgate e salvamento.

DESTINATÁRIOS

Colaboradores que no âmbito da sua atividade tenham que realizar tarefas no interior de espaços confinados, bem como responsáveis pelo respectivo planeamento e controlo dos trabalhos.

DURAÇÃO

8 Horas (componente teórica 4 horas + componente prática 4 horas)

TRABALHOS EM ALTURA - ACESSO POR CORDAS NÍVEL I

OBJETIVOS

- ✓ Dotar os participantes de conhecimentos sobre os cuidados específicos nos Trabalhos em altura e no acesso por cordas;
- ✓ Organização do trabalho e riscos associados aos trabalhos em altura;
- ✓ Dotar os participantes de conhecimentos técnicos relativos à utilização, colocação e ajuste do arnês anti queda e respetivos acessórios.

CONTEÚDOS

- ▶ Legislação, Regulamentação e Diretivas;
- ▶ Responsabilidades da Empresa e do Técnico;
- ▶ Procedimentos de Trabalho em Acesso Vertical por cordas;
- ▶ EPI's, Sistemas e Componentes Anti queda;
- ▶ Inspeção e Manutenção dos EPI's Anti-Queda;
- ▶ Rapel Industrial através de uma estrutura;
- ▶ Uso de EPI's Anti-queda;
- ▶ Nós fundamentais;
- ▶ Exercícios práticos.

DESTINATÁRIOS

Colaboradores que no âmbito da sua atividade executem trabalhos em altura, com acesso por cordas, onde haja risco de queda.

DURAÇÃO

14 Horas (componente teórica 7 horas + componente prática 7 horas)



SEGURANÇA EM ATMOSFERAS POTENCIALMENTE EXPLOSIVAS

OBJETIVOS

- ✓ Identificar o enquadramento Legal e regulamentar no âmbito da aplicação da Diretiva ATEX;
- ✓ Identificar os locais onde existe o perigo potencial de ocorrência de atmosferas explosivas;
- ✓ Adequar o comportamento face ao risco existente em áreas classificadas.

CONTEÚDOS

- ▶ Diplomas Nacionais (DL 236/2003) e Comunitários aplicáveis;
- ▶ Conceitos relativos ao risco de explosão;
- ▶ Classificação de áreas perigosas provenientes de líquidos, gases inflamáveis e poeiras combustíveis;
- ▶ Medidas gerais de prevenção e proteção contra explosões;
- ▶ Requisitos de segurança para a manutenção de equipamentos elétricos e não elétricos em áreas classificadas;

DESTINATÁRIOS

Responsáveis de Instalações; Trabalhadores que tenham de efetuar intervenções em áreas classificadas.

DURAÇÃO

4 Horas



SEGURANÇA NA CONDUÇÃO DE EMPILHADORES

OBJETIVOS

- ✓ Enquadramento legal do Operador de equipamentos de elevação de cargas;
- ✓ Características e princípios de funcionamento dos principais órgãos dos empilhadores Higiene e Segurança na Condução;
- ✓ Manutenção primária de empilhadores Movimentação e elevação de cargas;
- ✓ Técnicas defensivas de Condução e Operação;
- ✓ Certificar Condutores de Empilhadores.

CONTEÚDOS

- ▶ Enquadramento legal do operador de equipamentos de elevação de cargas;
- ▶ Características dos empilhadores;
- ▶ Manutenção primária;
- ▶ Higiene e segurança na condução;
- ▶ Movimentação e elevação de cargas;
- ▶ Exercícios práticos de condução e operação;
- ▶ Exame para obtenção do certificado de condução de empilhadores;

DESTINATÁRIOS

Condutores de empilhadores que pretendam obter certificação.

DURAÇÃO

8 Horas (componente teórica 4 horas + componente prática 4 horas)

CURSO BRIGADAS DE INCÊNDIO

OBJETIVOS

- ✓ Os participantes terminam esta ação a conhecer a mecânica do fogo, a ignição, a propagação e a extinção prática dos diversos tipos de fogos e meios extintores.

CONTEÚDOS

- ▶ O Fogo;
- ▶ Meios de 1ª Intervenção;
- ▶ Prática de Combate a Incêndios.

DESTINATÁRIOS

Responsáveis de higiene e segurança no trabalho, membros de equipas de 1.ª intervenção.

DURAÇÃO

8 Horas



PRIMEIROS SOCORROS

OBJETIVOS

- ✓ Conhecer as diversas componentes de funcionamento e organização de um sistema de emergência médica.
- ✓ Avaliar e corrigir os fatores de risco de vida, imediato ou não, através dos procedimentos corretos de exame da vítima.
- ✓ Efetuar eficientemente a reanimação e a desobstrução das vias aéreas.
- ✓ Prevenir o Choque Hipovolémico.
- ✓ Reconhecer e combater as hemorragias.
- ✓ Reconhecer os vários tipos de traumas e os cuidados de emergência a aplicar em cada situação

CONTEÚDOS

- ▶ SIEM - Sistema Integrado de Emergência Médica:
- ▶ Primeira Abordagem à Vítima - Como Proceder?
- ▶ Emergências Médicas;
- ▶ Intoxicações;
- ▶ Choque Elétrico;
- ▶ Emergências Cirúrgicas;
- ▶ Técnicas de Socorrismo a Praticar;

DESTINATÁRIOS

Colaboradores em geral.

DURAÇÃO

14 Horas



APOSTE NO FUTURO DA SUA EMPRESA

Informações e inscrições: secretariado@sintimex.pt

Sintimex, Lda

Sede: Av. Infante D. Henrique, Lote 9B 1849-034 Lisboa | Tel: 217 577 212 | 912 002 021

Norte: Rua Eng. Frederico Ulrich nº 2025, 4470-605 Maia | Tel: 229 419 084 | sintimex@sintimex.pt

**Formação profissional certificada via parceria.
Emissão de certificados de formação pela plataforma SIGO.**