



CASCAIS



**III JORNADAS SEGURANÇA HIGIENE E  
SAÚDE NO TRABALHO**

**CASCAIS, 4 JUNHO 2015**

A photograph of a lighthouse with a white body and blue horizontal stripes, situated on a rocky shore next to the sea. The sky is blue with some clouds. The image is partially obscured by a blue geometric shape on the left side of the slide.

**CASCAIS**



# **A importância da implementação das medidas de autoproteção num incêndio urbano**

**Carlos Estibeira**

**Coordenador do Gabinete de Planeamento e Operações**

# CASCAIS



## A importância da implementação das medidas de autoproteção num incêndio urbano

- Registos de segurança;
- Procedimentos de prevenção;
- Plano de prevenção;
- Plano de emergência interno;
- Procedimentos em caso de emergência;
- Acções de sensibilização e formação;
- Simulacros.



## Procedimentos de prevenção

- Regras de exploração e comportamento, a adoptar pelos ocupantes das condições de segurança:
  - Acessibilidades dos meios de socorro, bem como meios de abastecimento água;
  - A praticabilidade dos caminhos de evacuação.





## Procedimentos em caso de emergência

- A definição e o cumprimento dos procedimentos e as técnicas de actuação a adoptar pelos ocupantes, em situação de emergência:
  - Actuação com os meios de 1ª intervenção;
  - A recepção e encaminhamento dos Bombeiros.



## Plano de emergência interno

- Organização interna em caso de emergência;
- Entidades a contactar em situação de emergência;
- Plano de actuação;
- Plano de evacuação;
- Instruções de segurança;

**INSTRUÇÕES**

**Incêndio:**

- Se descobrir um incêndio, mantenha a calma, não corra. Dê o alarme.
- Alerte o fogo, com os meios ao seu alcance sem causar pânico indeliberado.
- Se não conseguir apagar o fogo, abandone o local, junte-se para não ser atingido pelo fumo.

**Evacuação:**

- Dirija-se para a saída siga a sinalização de segurança (setas ou portas azuis).
- Dirija-se para o ponto de encontro.
- Siga as instruções dadas pela equipa de 1ª intervenção.
- Não volte para trás, não assista.

**Emergências:**

- Hospital  
249 720 140
- Bombas  
249 727 474
- Polícia Segurança Pública  
249 726 276
- Número Nacional de Emergência  
ENEM 112

Elaborado por:

**PLANTA DE EMERGÊNCIA / EVACUAÇÃO**  
**Piso 0**

Você está aqui / Sie sind hier / Vous êtes ici

Local de Concentração

Via de Evacuação Alternativa

Via de Evacuação Normal

Saída de Emergência

Extintor Portátil de Incêndio

CCR

Corte Geral de Energia

Botoneira de Alarme

Quilotelefonário Secundário

**PLANTA DE EMERGÊNCIA**

**Em caso de incêndio**

Se descobrir um incêndio:  
Mantenha a calma, não grite nem corra.  
Comunique à Direcção onde se encontra o fogo.  
Abandone a divisão, fechando a porta.  
Siga a direcção das setas.  
Se houver muito fumo caminhe de galias.

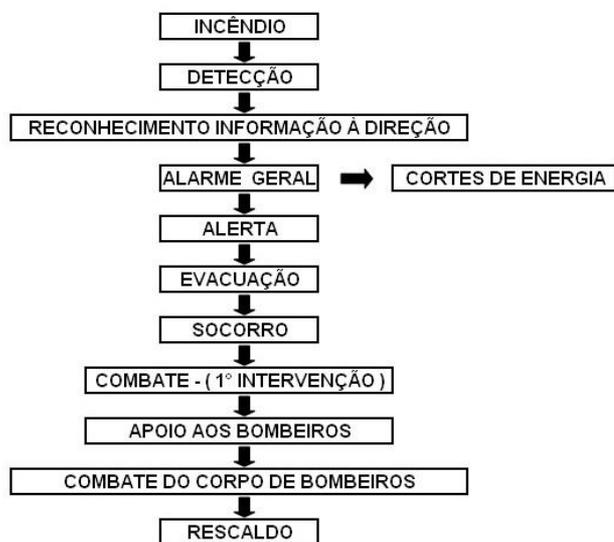
Telefone dos Bombeiros: 233 792 808 ou 112

Localização do observador	Corte local de electricidade
Extintor de Pó A BC de 6 Kg	Corte geral de electricidade
Bacia de incêndio armada	Via de evacuação normal
Botoneira manual de alarme	Via de evacuação alternativa

A importância da implementação das medidas de autoproteção num incêndio urbano | 04 de junho de 2015

## Plano de emergência interno

- Anexos com plantas, organigramas;
  - Quais as missões do responsável e dos delegados de segurança;
  - Quais as suas missões e responsabilidades, em caso de emergência;
  - Procedimentos a adoptar;
  - Quem encaminha os ocupantes para zona segura;
  - Quem faz a 1ª intervenção.



# CASCAIS



## Ações de formação e sensibilização

- Todas as pessoas que exerçam actividades profissionais, por períodos superiores a 30 dias.



# CASCAIS



## Simulacros

- Nos edifícios que possuam plano de emergência interno, é obrigatório a realização de exercícios, por um período máximo de 1 a 2 anos, dependendo do definido na legislação para o tipo de edifício.



# CASCATIS





# CASCAIS



**Obrigado pela atenção,**

**Carlos Estibeira**

Serviço Municipal de Proteção Civil