


Serviços Municipalizados de Água e Saneamento de Sintra

Plano de Segurança

Edifício Sede

Sintra, 2021

ANEXO I - INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA

	INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA	Data: fev-26
Edifício Sede		
Incêndio		IGS – 01


INCÊNDIO

Prevenção de Incêndios

- ☞ Não aproxime focos de calor intensos de materiais combustíveis (papel, cartão, madeira, têxteis, plásticos, etc.);
- ☞ Nos pontos perigosos não utilize equipamentos elétricos que possuam elementos incandescentes;
- ☞ Nos arrumos, arquivos e também nos locais onde isso é possível, desligue os equipamentos e iluminação, fora do período de ocupação;
- ☞ Nas áreas especialmente destinadas a fumadores, respeite os limites das mesmas e antes de abandonar o local certifique-se que as beatas ficam apagadas;
- ☞ Não sobrecarregue as tomadas da instalação elétrica com ligações múltiplas (fichas triplas);
- ☞ Desligue os aparelhos a seu cargo e inspecione o seu posto de trabalho, ao abandoná-lo no final do dia;
- ☞ Informe o Delegado de Segurança se detetar qualquer deficiência nos equipamentos segurança contra incêndios (extintores, botões manuais de alarme, detetores de incêndio, etc.) e também na sinalização de segurança e emergência;
- ☞ Conheça a localização dos meios de segurança contra incêndios;
- ☞ Mantenha sempre livre os caminhos de evacuação, as saídas de emergência, o acesso ao material de extinção de incêndios e quadros elétricos de todos os objetos que os possam obstruir.

Se descobrir um Incêndio

- ☞ Mantenha a calma. Não grite;
- ☞ Dê ordem de evacuação à área/ zona diretamente afetada pelo sinistro e tente auxiliar aqueles que necessitem de apoio ou tenham dificuldades de movimentação;
- ☞ Pressione o botão manual de alarme mais próximo, ou informe a Receção do Piso 0 pelo ☎ **219119000 / 1090**, indicando o local e área afetada;
- ☞ Tente extinguir o incêndio com os extintores colocados na zona, SEM CORRER RISCOS (se tiver tido formação);

	INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA	Data: fev-26
Edifício Sede		
Incêndio		IGS – 01

- ↻ Localize um colega e peça-lhe que o acompanhe. Sempre que possível um incêndio deve ser combatido por duas pessoas;
- ↻ Tenha em atenção a existência de estruturas que podem ruir/ desabar;
- ↻ Situe-se a uma distância prudente do foco de incêndio. O aparelho de extinção que vai utilizar tem um alcance suficiente para que possa combater o incêndio sem correr riscos desnecessários;
- ↻ Se extinguir o incêndio, informe de imediato a Receção do Piso 0 pelo ☎ **219119000 / 1090**, e aguarde a chegada de Agentes de Segurança da Equipa de Intervenção, em local seguro e transmita toda a informação sobre evolução do sinistro e ações já efetuadas;
- ↻ Se não conseguir dominar o incêndio, abandone o local fechando as portas atrás de si (limitar a propagação do incêndio), aguarde em distância segura e impeça a aproximação de outras pessoas ao local;
- ↻ Se o fumo ou os gases de combustão impedirem a visibilidade ou dificultarem a respiração desloque-se gatinhando;
- ↻ Se tocar numa porta quente não a abra e procure outra saída;
- ↻ Se ficar encurralado numa sala com fumo, permaneça junto ao solo onde o ar é mais respirável e, se possível, abra uma janela.

- ↻ Lembre-se que o Edifício Sede dispõe de uma Equipa de Intervenção com membros devidamente formados e treinados para atuar em situações de emergência.

Conselhos Práticos na Extinção de Incêndios

- ↻ Quando entrar num local que não conheça ou que se encontre às escuras, e no qual se tenha produzido um incêndio, vá sempre acompanhado com, pelo menos, mais uma pessoa;
- ↻ Comprove que o extintor que vai utilizar está de acordo com a classe de fogo;
- ↻ NUNCA utilize ÁGUA ou extintores de água sobre equipamentos em tensão ou equipamentos a temperaturas elevadas;
 - ⇒ Se utilizar extintores de dióxido de carbono (CO₂):
 - *LEMBRE-SE que o agente extintor ao ser descarregado, expande, atingindo temperaturas negativas, da ordem dos - 80°C, o que pode provocar queimaduras graves;*
 - *Utilize o difusor como forma de proteção das mãos;*
 - *NUNCA dirija a descarga na direção de outras pessoas.*

Edifício Sede

Incêndio

IGS – 01

- ↻ Antes de utilizar um extintor, comprove que o extintor funciona efetuando uma curta descarga na direção do pavimento;
- ↻ Tendo sempre uma via de fuga, aproxime-se e inicie a descarga;
- ↻ Dirija o agente extintor para a base das chamas, sem o projetar com demasiada força. Se necessário, lance o agente extintor formando um arco;
- ↻ Não descarregue totalmente o extintor, guardando algum produto para pequenos focos que reacendam;
- ↻ Assegure-se que o fogo ficou totalmente extinto;
- ↻ Os extintores descarregados devem ser deitados no chão, para que não sejam utilizados por engano, colocando a pessoa que os utiliza em perigo.



Imagem 1 – Modo de atuação com os extintores portáteis

Edifício Sede

Incêndio

IGS – 01



Classe A: Fogos de materiais sólidos, geralmente de natureza orgânica, e que ao arder, normalmente deixam brasas.

Exemplo: madeira, tecidos, papel, borracha e plásticos.



Classe B: Fogos de líquidos ou de sólidos liquidificáveis.

Exemplo: gasolina, gasóleo, óleo, gordura, tintas, álcool, acetona, ceras, parafina, etc.



Classe C: Fogos de gases.

Exemplo: gás natural, butano, propano, hidrogénio, acetileno, etileno.

- ↪ Se tiver recebido formação específica sobre a utilização da rede de incêndios, atue, sem correr riscos;
- ↪ Antes de combater um incêndio com água certifique-se que a corrente elétrica foi desligada;
- ↪ Antes de abrir a válvula da água agarre na agulheta. NUNCA deixe a mangueira solta ao abrir a água, devido à pressão, é possível que a mangueira dê golpes laterais o que poderá lesionar alguém, com gravidade;
- ↪ Nunca combata um incêndio sozinho. Procure sempre a ajuda de um colega que tenha recebido formação na utilização de bocas de incêndio.



Desligue a energia elétrica



Desenrole a mangueira na totalidade (no caso de Boca de incêndio de teatro)



Engate as conexões da mangueira na BI e agulheta e abra a válvula de água




Segure bem na agulheta e aponte para o teto para arrefecer ambiente



Atue sempre com um colega. Ventile o local para aumentar a visibilidade




Ataque a base das chamas. Se estiver fora de controle abandone o local

	INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA	Data: fev-26
Edifício Sede		
Explosão		IGS – 02

EXPLOSÃO

- ↵ Mantenha a calma. Não grite, nem corra;
- ↵ Tente acalmar as pessoas presentes no local;
- ↵ Pressione o botão manual de alarme mais próximo, ou informe a Recepção do Piso 0 pelo ☎ **219119000 / 1090**;
- ↵ Se houver incêndio atue de acordo com as Instruções de Segurança de Incêndio;
- ↵ Evacue a instalação com rapidez, mas sem correr, seguindo as instruções recebidas dos Agentes de Segurança;
- ↵ Ajude os ocupantes com eventuais dificuldades de movimentação.

- ↵ Lembre-se que o Edifício Sede dispõe de Agentes de Segurança de uma Equipa de Intervenção com membros devidamente formados e treinados para atuar em situações de emergência.

	INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA	Data: fev-26
Edifício Sede		
Fuga de Gás		IGS – 03

FUGA DE GÁS

Medidas Gerais de Prevenção

- ↪ Verifique regularmente o funcionamento dos equipamentos e das instalações e comunique de imediato qualquer anomalia. Tenha especial atenção às tubagens de gás, aos reguladores e queimadores de gás;
- ↪ Respeite as normas de segurança dos equipamentos de alimentação a gás:
 - *NUNCA deixe um equipamento de queima de gás aceso se tiver de se ausentar (a chama pode apagar mas o gás continua a libertar-se);*
 - *Feche as válvulas de alimentação de gás, sempre que não estejam em uso ou no final do dia de trabalho.*
- ↪ Conheça a localização dos seguintes equipamentos de segurança (e mantenha-os desimpedidos):
 - *Cortes de abastecimento de gás;*
 - *Paragem de emergência de equipamentos;*
 - *Localização dos extintores.*

Se Detetar a Emissão/ Fuga de Gás

- ↪ Informe a Recepção do Piso 0 pelo ☎ **219119000 / 1090**, indicando o local e área afetada, assim como o tipo de fuga;
- ↪ Em caso de uma **FUGA DE GÁS** tente controlar a situação, SEM CORRER RISCOS:
 - *Feche a(s) válvula(s) de alimentação de gás, se possível;*
 - *Nota: o Gás propano/butano é mais pesado que ar. O gás natural é mais leve que o ar.*
- ↪ Dê ordem de evacuação do local e áreas envolventes, se necessário;
- ↪ NÃO provoque faíscas, não fume, não faça lume e apague de imediato todas as chamas;
- ↪ NÃO acenda os interruptores;
- ↪ NÃO ligue nem desligue os aparelhos elétricos das tomadas;
- ↪ Ventile o melhor possível a área onde ocorreu a fuga;
- ↪ Afaste-se do local e impeça a aproximação de pessoas ou quaisquer objetos ou elementos que possam constituir uma potencial fonte de ignição;



INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA


Data: fev-26

Edifício Sede

Fuga de Gás

IGS – 03

- ↪ Aguarde a chegada da Equipa de Intervenção, em local seguro e transmita toda a informação sobre evolução do sinistro e ações já efetuadas.
- ↪ Lembre-se que o Edifício Sede dispõe de uma Equipa de Intervenção com membros devidamente formados e treinados para atuar em situações de emergência.

	INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA	Data: fev-26
Edifício Sede		
Ameaça de Bomba		IGS – 04

AMEAÇA DE BOMBA

Se Receber Telefonicamente um Aviso de Bomba

- ☞ Qualquer pessoa que receba um telefonema de ameaça de bomba deve prestar a máxima atenção à ocorrência;
- ☞ Assim deve ter sempre à mão, a “Ficha de Registo de Ameaça de Bomba” para a receção deste tipo de mensagens

Ao Receber Telefonicamente um Aviso de Bomba

- ☞ Deve manter-se calmo e responder ao interlocutor com a habitual cortesia que utiliza normalmente na receção das chamadas telefónicas;
- ☞ Ouvir com muita atenção e tomar notas, literalmente, de cada palavra que escuta;
- ☞ Solicitar a repetição da mensagem, alegando que não está a ouvir bem;
- ☞ Perguntar ao interlocutor sobre a localização da bomba e o possível momento da sua explosão. Tentar que o interlocutor indique o tipo de bomba, quem a colocou e porquê;
- ☞ Tentar identificar ruídos de fundo, máquinas, música, comboios a passar, viaturas, aviões, ruído de bar, vozes, etc. que possam proporcionar indícios sobre a respetiva localização;
- ☞ Tentar identificar a voz, se é homem ou mulher, qual a idade (velho ou novo), qual o estado de espírito (nervoso, calmo, com raiva).

Após Desligar o Telefone

- ☞ Manter a calma. Informar **UNICAMENTE** a Receção do Piso 0 pelo ☎ **219119000 / 1090** (se possível dirigir-se a este local) ou o Responsável/ Delegado de Segurança;
- ☞ Colaborar com o Responsável de Segurança/ Delegado de Segurança, no preenchimento da Ficha de Registo de Ameaça de Bomba (*Modelo tipo na página seguinte*);
- ☞ Considerar esta informação como confidencial. Não divulgar esta mensagem a outras pessoas;
- ☞ Lembre-se que este tipo de situações potencia o pânico generalizado com as consequências inerentes.
- ☞ Aguarde instruções.



INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA

Data: fev-26

Edifício Sede

Ameaça de Bomba

IGS – 04

Ficha de Registo de Ameaça de Bomba

Instruções:

Mantenha-se calmo.

Escute atentamente a mensagem. Peça para repetir a mensagem.

Obtenha as duas mais importantes informações:

“Hora prevista do rebentamento”

“Exata localização do engenho explosivo”

Mantenha a conversação até ao fim.

Se possível grave a conversação.

Tome nota da mensagem com a maior exatidão possível:

Suposta localização do engenho explosivo:

Suposta hora de rebentamento:

Hora da chamada telefónica:

Número de origem do telefonema (se possível):

De que tipo de engenho é?

Quantas bombas são e onde estão?

Quem as reivindica?

Características da voz (assinale com uma cruz):

Masculina

Feminina

Embragada

Suave

Profunda

Aguda

Agradável

Nervosa

Discurso (assinale com uma cruz):

Rápido

Lento

Distinto

Distorcido

Gaguejante

Nasalado

Desarticulado

Ruído de fundo (assinale com uma cruz):



INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA

Data: fev-26

Edifício Sede

Ameaça de Bomba

IGS – 04


Ficha de Registo de Ameaça de Bomba

Aeroporto		Estridente		Comboios		Automóveis	
Vozes		Música		Cozinha		Animais	
Máquinas		Outros					
Sotaque (assinale com uma cruz):							
Local		Regional		Estrangeiro		Outros	
Outras indicações (assinale com uma cruz):							
Gritado		Zangado		Coerente		Incoerente	
Decidido		Indeciso		Emocionado		Cortês	
Risonho		Obsceno		Culto		Outras	

Nome: _____

Função: _____

Data: _____

	INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA	Data: fev-26
Edifício Sede		
Pacote Suspeito		IGS – 04

PACOTE SUSPEITO

Identificação de Pacotes Suspeitos

- ↪ Não deve tocar em pacotes suspeitos, sendo as seguintes características as que lhe indicam tal suspeita:
- Aparecimento de manchas de gordura no exterior do pacote;
 - Tamanho, volume não habitual, ou que não corresponda com o conteúdo esperado;
 - Peso incoerente com o tamanho ou com o conteúdo provável da carta ou pacote;
 - Robustez nas esquinas do pacote;
 - Bocados de arame, metal ou papel metalizado salientes do pacote ou carta,
 - Odor que induza suspeita de conter algum tipo de explosivo (odor a amêndoa amarga);
 - Objetos soltos (pó) no interior do pacote ou carta;
 - Moradas incorretas ou falta de remetente;
 - Pacote entregue em mão, sem aviso prévio do seu envio, e cujo conteúdo não esteja especificado, ou possa parecer estranho;
 - Local de envio, selos ou remetentes que induzam suspeitas.

Avaliação de Pacotes Suspeitos e Procedimento de Atuação

- ↪ Uma vez detetado o pacote/ embrulho ou carta, ou existindo suspeitas fundamentadas, deve ter-se em conta o seguinte:
- Não deve abrir, pressionar, pegar ou golpear o pacote suspeito.
- ↪ Manter a calma. Informar UNICAMENTE a Receção do Piso 0 pelo ☎ **219119000 / 1090**, sobre a existência de um pacote suspeito;
- ↪ Abrir as portas e as janelas do local, para diminuir os efeitos da onda expansiva;
- ↪ Desligar todos os aparelhos elétricos/ equipamentos, não essenciais, existentes nas proximidades;
- ↪ Evacuar o local e áreas próximas (sempre que se tratem de áreas evacuáveis) para uma zona suficientemente afastada auxiliando aqueles que necessitem de apoio ou tenham dificuldades de movimentação. Não deixe que as pessoas se aproximem do pacote suspeito;
- ↪ Aguarde a chegada da Equipa de Intervenção com membros, em local seguro e transmita toda a informação sobre evolução do sinistro e ações já efetuadas.



INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA

Data: fev-26

Edifício Sede


Inundação

IGS – 05

INUNDAÇÃO

Se detectar uma Inundação

- ↪ Procurar identificar a causa e origem da inundação (observar a proveniência da água);
- ↪ Se a água se acumular no pavimento verificar se nas casas de banho ou ainda em outros locais por onde passam tubagens, se existem torneiras abertas ou o local da rotura/fuga;
- ↪ Se possível, procurar e eliminar a causa da inundação fechando torneiras ou válvulas. Fechar as portas e janelas. Verificar locais por onde se faça o escoamento de águas. Proceder em conformidade por forma a garantir o seu correto escoamento;
- ↪ Informar de imediato a Receção do Piso 0 pelo ☎ **219119000 / 1090**, indicando o local e as possíveis causas;
- ↪ Verificar se a água pode atingir equipamento eléctrico/electrónico em utilização no local, ou ainda os quadros eléctricos;
- ↪ Não tocar em cabos ou equipamentos eléctricos caídos ou que estejam em contacto com a água. Pode ficar electrocutado;
- ↪ Se possível, desligar os equipamentos eléctricos, que possam ser atingidos pela água, recorrendo, se for caso disso, ao corte geral dos respetivos quadros eléctricos, SEM CORRER RISCOS;
- ↪ Se possível deslocar com os meios adequados os equipamentos/materiais que possam ser danificados pela inundação, SEM CORRER RISCOS:
 - Pedir auxílio aos colegas;
 - Iniciar a tarefa pelos equipamentos / materiais mais nevrálgicos ou valiosos;
- ↪ Tentar fazer uma barreira para impedir a entrada de água, com os materiais que eventualmente existam no local onde se encontra;
- ↪ Aguardar instruções da área de manutenção, do Responsável/Delegado de Segurança ou da Equipa de Apoio Técnico;
- ↪ Não abandonar o edifício, por sua iniciativa. Pode correr o risco de ser arrastado pela corrente. Deslocar-se se necessário para um local ou piso mais elevado;
- ↪ Não utilizar a viatura se ocorrer uma inundação. Pode ser arrastado.

	INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA	Data: fev-26
Edifício Sede		
Evacuação		IGS – 06

EVACUAÇÃO

Se for Informado pelo Posto/ Agentes de Segurança que tem de Evacuar o seu Local

- ↵ Mantenha a calma. Interrompa as suas tarefas;
- ↵ Se possível e em segurança, desligue os aparelhos da sua responsabilidade;
- ↵ Evacue o local com rapidez, mas sem correr, seguindo as instruções recebidas dos Agentes de Segurança;
- ↵ Não volte atrás para recolher documentos ou objetos pessoais, nem carregue objetos volumosos;
- ↵ Não permita que os visitantes voltem atrás;
- ↵ Ajude os ocupantes que necessitam de apoio ou tenham dificuldades de movimentação;
- ↵ Siga os caminhos e saídas de emergência estabelecidos, de acordo com a informação contida nas plantas de emergência e seguindo a indicação dos Agentes de Segurança;
- ↵ Em caso de existência de fumo, que dificulte a respiração e a visibilidade, mova-se gatinhando;
- ↵ No caso de incêndio, feche as portas ao sair;
- ↵ Dirija-se para o exterior do edifício, em direção ao Ponto de Encontro atribuído. Em caso de dúvida, pergunte aos Agentes de Segurança;
- ↵ Uma vez no respetivo Ponto de Encontro aguarde por instruções.
 - ⇒ Os visitantes ou prestadores de serviços, devem:
 - ⇒ Estar acompanhados pela pessoa com quem se encontre a visitar ou qualquer funcionário da instalação, até ao Ponto de Encontro;
 - ⇒ Uma vez no Ponto de Encontro, permaneça nele até receber novas instruções;
 - ⇒ Não abandone as instalações sem comunicar a alguém (assim evitará que se perca tempo e que ponha em perigo a vida de outras pessoas na sua busca).
- ↵ Uma evacuação organizada é mais rápida e mais segura, por isso, mantenha a calma e não tome decisões precipitadas.
- ↵ No Ponto de Encontro mantenha-se em grupo, juntamente com os elementos do seu sector de evacuação.

Edifício Sede

Evacuação

IGS – 06

↪ Não se disperse. Assim facilita a verificação/ controlo de pessoas.

↪ Lembre-se que o Edifício Sede dispõe de uma Equipa de Intervenção com membros devidamente formados e treinados para atuar em situações de emergência.

A localização dos Pontos de Encontro é a seguinte:

Ponto de Encontro	Localização
PE	Passeio em frente do Edifício
PE Alternativo	Parque de Estacionamento do Edifício de Urbanismo da Câmara Municipal de Sintra



Figura 1 – Localização dos Pontos de Encontro