



Plano de Formação 2021 ONLINE

setembro a dezembro



GERIR A SEGURANÇA DENTRO DA EMPRESA

Segurança e Higiene no Trabalho para Representante do Empregador e Trabalhador Designado
ENTIDADE CERTIFICADA PELA ACT

36H

Adquirir os conhecimentos de legislação de Segurança e Higiene no Trabalho e as competências necessárias à identificação de riscos profissionais e as técnicas de prevenção que permitam ao empregador, trabalhador designado na empresa ou ao interlocutor com o prestador de serviços externos, o desenvolvimento da política de prevenção na empresa.

14 set a 19 out

150,00€

Sistemas de Gestão de Segurança e Saúde no Trabalho, Transição para a Nova Norma ISO 45001

7H

Garantir que a gestão de saúde e de segurança esteja alinhada com o planeamento estratégico da organização; Melhorar a integração entre as normas de sistemas de gestão; Aumentar o envolvimento da liderança nos processos internos de SST.

9 set.

50€

Medidas de Auto Protecção (Sensibilização)

7H

Saiba como as medidas de autoproteção protegem o seu património, os recursos humanos, materiais e tecnológicos.

7 out.

50€

Segurança Contra Incêndios, Brigada de Intervenção (2)

12H

Ser capaz de comandar a ação de combate a Incêndios na empresa, em situação de emergência e a articular com meios externos, em caso de necessidade.

18 e 19 out.

57€

Riscos Psicossociais no Trabalho

7H

Conhecer e compreender o que são os riscos psicossociais. Saber como os influenciam fatores individuais e organizacionais e sociais. Desenvolver competências que promovam a redução dos riscos psicossociais e as estratégias para lidar diariamente com os mesmos.

16 nov.

50€

FORMAÇÃO INICIAL/GERAL DE TODOS OS TRABALHADORES

Princípios Gerais de Segurança e Saúde no Trabalho	7H	Conhecer o enquadramento legal nacional, destas matérias. Os direitos e deveres de Empregadores e Trabalhadores. O que são Riscos Profissionais e Prevenção. Conhecer o conceito de Acidente de Trabalho e Reconhecer a Sinalização de Segurança
Combate a Incêndios, 1ª Intervenção(1)	7H	Identificar fatores e situações de risco de incêndio, compreender as fases de desenvolvimento de um incêndio e conhecer e ser capaz de utilizar os meios de primeira intervenção.

DATA	VALOR
------	-------

21 out.	40€
---------	-----

10 nov.	82€
---------	-----

PREVENÇÃO DE RISCOS ESPECIFICOS H

OBJECTIVOS

DE ACORDO COM A ATIVIDADE EXERCIDA

Movimentação Manual de Cargas	4H	Identificar os riscos inerentes à operação de movimentação manual de cargas Reconhecer as consequências de procedimentos incorretos na movimentação de cargas Conhecer e ser capaz de aplicar corretamente e em segurança, os equipamentos auxiliares de movimentação de cargas.
Ergonomia, Lesões Músculo Esqueléticas Relacionadas com o Trabalho	7H	Conhecer os princípios de ergonomia, de funcionamento do corpo humano. Ser capaz de identificar na sua atividade os fatores indutores de maior stress e esforço e que conduzem a cansaço muscular, lesões e com a sua repetição e prolongamento no tempo podem vir a desencadear uma doença profissional. Perceber como realizar o trabalho com menor esforço.

22 nov.	30€
---------	-----

6 dez.	40€
--------	-----

PREVENÇÃO DE RISCOS ESPECIFICOS H		OBJECTIVOS
DE ACORDO COM A ATIVIDADE EXERCIDA		
Prevenção de Riscos em Escritórios 	7H	Conhecer os riscos profissionais presentes nas atividades do tipo administrativo, em ambiente de escritório. Identificar as medidas de prevenção a adotar para realizar as tarefas com maior conforto e menos cansaço físico e prevenir os riscos de acidente e de doença profissional
Segurança Industrial (Riscos Químicos, Ruído e Vibrações)	14H	Conhecer os fatores de risco de exposição a produtos químicos, ruído e vibrações, na atividade industrial.
Riscos Biológicos (em matadouros, serviços de recolha de lixo, empresas de limpeza, ETAR's e ETAR'S)	7H	No final os participantes conhecerão o que são agentes biológicos e as formas de contaminação e serão capazes de adotar medidas de prevenção em vigor na empresa.
Trabalho em Espaços Confinados	11H	Reconhecer os fatores de riscos para a saúde e a integridade física, do trabalho em espaço confinado. Ser capaz de utilizar os meios de respiração autónoma se necessário. Conhecer e garantir o respeito pelas medidas de proteção.
Riscos da Exposição ao Ruído Laboral	11H	Conhecer as fontes de ruído na atividade profissional. Conhecer os prejuízos para a saúde da exposição prolongada. Conhecer as medidas de proteção a adotar.

DATA	VALOR
26 out.	40€
13 e 14 dez.	70€
21 set.	50€
15 set.	55€
11 e 12 nov.	55€

SAÚDE NO TRABALHO	H	OBJECTIVOS
Cursos necessários a todos os trabalhadores		

Implicações do Trabalho por Turnos, na Saúde dos Trabalhadores	4H	Conhecer o conceito e requisitos legais a cumprir pelo empregador e seus representantes, na organização do trabalho por turnos. Conhecer os efeitos do trabalho por turnos e noturno, no organismo.
Trabalho e Saúde Mental	4H	Identificar as repercussões do isolamento na saúde e bem-estar, de todos. Apoiar a promoção do equilíbrio emocional e psíquico de modo a manter e estimular melhores desempenhos profissionais.

NOTAS:

(1) e (2) A componente prática dos cursos realiza-se em Corporação de Bombeiros, Salvaguardando-se as medidas de segurança recomendadas pelas Autoridades de Saúde.

INFORMAÇÕES GERAIS

Inscrição: Para proceder à sua inscrição, proceda ao preenchimento da Ficha de inscrição em anexo, por favor.
 O pagamento deverá ser efetuado por transferência bancária conforme informação constante na ficha de inscrição.
Condições de Participação: A formação será transmitida através de plataforma eletrónica ZOOM. Para participar, efetue o download, ou a instalação no seu computador pelo departamento de IT da sua empresa). O link de acesso à sessão de formação será enviado previamente.
 Informações Particulares, serão fornecidas para cada curso, no momento da inscrição.

INFORMAÇÕES E INSCRIÇÕES	geral@ecosaude.pt		
---------------------------------	--	--	--

DATA	VALOR
------	-------

25 out.	30€
---------	-----

17 set.	30€
---------	-----