



**SABER TRANSMITIR**  
ESCOLA DE NEGÓCIOS E DAS PROFISSÕES GLOBAIS



# **Programa do Curso de Boas Práticas de Higiene e Segurança no Trabalho – 5H**





### ÁREA DE FORMAÇÃO E EDUCAÇÃO

341 - Comércio

Formação profissional não inserida no Catálogo Nacional de Qualificações.

### DESTINATÁRIOS

Descrição das características gerais do público-alvo:

- Elementos das equipas de primeira intervenção
- Responsáveis pela Higiene e Segurança no Trabalho de empresas;
- Todos os que pretendam desenvolverem competências na área

O perfil de entrada previsto:

- 9ºano de escolaridade completo;
- Mais de 18 anos

### OBJECTIVOS DE APRENDIZAGEM

Objetivos gerais:

No final do curso, os formandos ficarão aptos a:

- Relevar a importância da Higiene e Segurança no Trabalho como fator redutor de acidentes de trabalho
- Adotar comportamentos seguros visando a prevenção de acidentes;
- Identificar as situações de risco relativas ao local de trabalho, características dos equipamentos e operações/tarefas profissionais a desenvolver, tomando as medidas de prevenção e de proteção adequadas.

### CONTEUDOS PROGRAMÁTICOS

Curso boas práticas de higiene e segurança no trabalho	Carga Horária
1. princípios gerais de segurança	5h
2. identificação de situações de riscos e medidas preventivas	
3. movimentação manual de cargas	
4. utilização de equipamentos de proteção individual	
5. atuação em caso de emergência	
Carga horária total	5h



### **METODOLOGIA DA FORMAÇÃO**

Métodos pedagógicos a utilizar pelo formador:

- Expositivo nas apresentações teóricas;
- Interrogativo, para criar momentos de discussão e exploração de ideias e ativo, nas práticas simuladas.
- Ativos no desenvolvimento de trabalhos de grupo.

### **MODALIDADES DA FORMAÇÃO**

O curso de especialização tecnológica, de nível pós-secundário não superior que visam conferir uma qualificação com base em formação técnica especializada;

### **CRITÉRIOS E METODOLOGIAS DE AVALIAÇÃO**

Sem avaliação de aprendizagem

### **RECURSOS AUDIOVISUAIS E PEDAGÓGICOS**

De forma a assegurar a eficácia da intervenção formativa, estarão disponíveis para utilização os seguintes recursos audiovisuais e pedagógicos:

1. Recursos Utilizados nas Aulas Teóricas
  - a. Computador Portátil
  - b. Projetor multimédia e tela
  - c. Quadro branco, marcadores e apagador
  - d. Acesso á internet
  - e. Manual de formação
  - f. Plataforma colaborativa – [www.box.com](http://www.box.com)

Na execução da ação de formação, será facultada aos formandos documentação de apoio com o desenvolvimento de todos os temas abordados durante a formação, de forma a permitir-lhes um acompanhamento mais rigoroso sobre os assuntos abordados, bem como a sua consulta posterior.

### **ESPAÇOS E EQUIPAMENTOS**

A Sala de formação com área útil mínima por formando = 3m<sup>2</sup>; condições ambientais adequadas nomeadamente: luz, temperatura, ventilação, insonorização. Por outro lado as condições de higiene e segurança também serão adequadas. Sala equipada com ligações em rede local e acesso à Internet. Mesas e cadeiras adequadas ao desenvolvimento da formação.