



CURSO DE CURTA DURAÇÃO A DISTÂNCIA
em Ambiente, Segurança, Higiene E
Saúde no Trabalho - 4ª Edição

A DISTÂNCIA E PRESENCIAL

Ambiente, Segurança, Higiene E Saúde no Trabalho - 4ª Edição

Este Curso é dirigido a todos os profissionais que pretendam adquirir conhecimentos sobre o meio ambiente e como trabalhar de modo saudável e seguro, evitando acidentes.

Objetivos Específicos

No final do Curso os participantes estarão aptos a:

- Identificar os principais problemas ambientais;
- Promover a aplicação de boas práticas para o meio ambiente;
- Explicar os conceitos relacionados com a segurança, higiene e saúde no trabalho;
- Reconhecer a importância de segurança, higiene e saúde no trabalho;
- Identificar as obrigações do empregador e do trabalhador de acordo com a legislação em vigor;
- Identificar os principais riscos presentes no local de trabalho e na atividade profissional e aplicar as medidas de prevenção e proteção adequadas;
- Reconhecer a sinalização de segurança e saúde;
- Explicar a importância dos equipamentos de proteção coletiva e de proteção individual.

Destinatários

Este curso de curta duração destina-se a todos os profissionais que necessitem conhecer e aplicar as normas de segurança, higiene e saúde no trabalho, bem como o respeito pelo ambiente.

Pré-requisitos

Os pré-requisitos necessários para frequentar este curso são:

- Ter acesso a um computador ou um tablet com ligação à Internet e um browser (programa para navegar na web), como o Chrome, Safari, Firefox ou Internet Explorer.
- Pode aceder ao curso a partir de qualquer computador (por exemplo, em casa e no escritório), tablet ou smartphone.

Conteúdo Programático

Módulo 0 – Apresentação de Plataforma e Método de Utilização

Módulo I - Ambiente

- Principais problemas ambientais da atualidade
- Resíduos:
 - Definição;
 - Produção de resíduos;
- Gestão de resíduos
 - Entidades gestoras de fluxos específicos de resíduos;
 - Estratégias de atuação;

- Boas práticas para o meio ambiente.

Módulo II – Segurança, Higiene E Saúde No Trabalho

- Conceitos Básicos Relacionados com a Shst:
 - Trabalho, saúde, segurança no trabalho, higiene no trabalho, saúde no trabalho, medicina no trabalho, ergonomia, psicossociologia do trabalho, acidentes de trabalho, doença profissional, perigo, risco profissional, avaliação de riscos e prevenção;
- Enquadramento Legislativo Nacional Da SHST:
 - Obrigações gerais do empregador e do trabalhador;
- Acidentes de Trabalho
 - Conceito de acidentes de trabalho
 - Causas dos acidentes de trabalho
 - Consequências dos acidentes de trabalho
 - Custos diretos e indiretos dos acidentes de trabalho
- Doenças Profissionais
 - Conceito;
 - Principais doenças profissionais;
- Principais Riscos Profissionais
 - Riscos biológicos
 - Agentes biológicos
 - Vias de entrada no organismo
 - Medidas de prevenção e proteção
 - Riscos físicos (conceito, efeitos sobre a saúde, medidas de prevenção e proteção)
 - Ambiente térmico
 - Iluminação
 - Radiações (ionizantes e não ionizantes)
 - Ruído
 - Vibrações
 - Riscos químicos
 - Produtos químicos perigosos
 - Classificação dos agentes químicos quanto à sua forma
 - Vias de exposição
 - Efeitos na saúde
 - Classificação, rotulagem e armazenagem
 - Medidas de prevenção e proteção
 - Riscos de incêndio ou explosão
 - O fogo como reação química
 - Fenomenologia da combustão
 - Principais fontes de energia de ativação
 - Classes de Fogos
 - Métodos de extinção
 - Meios de primeira intervenção – extintores

- Classificação dos extintores
- Escolha do agente extintor
- Riscos elétricos
 - Riscos de contacto com a corrente elétrica: contatos diretos e indiretos
 - Efeitos da corrente elétrica sobre o corpo humano
 - Medidas de prevenção e proteção
- Riscos mecânicos
 - Trabalho com máquinas e equipamentos
 - Movimentação mecânica de cargas
- Riscos ergonómicos
 - Movimentação manual de cargas
- Riscos psicossociais

Módulo III - Sinalização de Segurança e Saúde

- Conceito
- Tipos de sinalização

Módulo IV - Equipamentos de Proteção Coletiva e de Proteção Individual

- Principais tipos de proteção coletiva e de proteção individual

Metodologia

Este curso tem sempre presente o formador, que irá mesmo dar a formação presencial através da plataforma.

O Formando pode intervir juntamente com o formador ou com os restantes formandos tal como faz na sala de aula.

As apresentações e exercícios serão sempre disponibilizados pelo formador no final de cada sessão de formação.

No final do curso receberá um Certificado de Formação Profissional caso frequente pelo menos 90% das aulas, realize os trabalhos e os testes propostos, participe nas discussões online e tenha avaliação final positiva.

Esta formação é certificada e reconhecida.

Pré-requisitos

Os pré-requisitos necessários **para frequentar este seminário** são:

- **Ter acesso a um computador ou um tablet com ligação à Internet e um browser (programa para navegar na web), como o Chrome, Safari, Firefox ou Internet Explorer.**
- **Pode aceder ao seminário a partir de qualquer computador (por exemplo, em casa e no escritório), tablet ou smartphone.**

Data de Realização

07 a 14 de outubro de 2024

Duração

18 Horas

Horário

17h00 às 20h00

Valor

350,00 + IVA



Orador Dr. Raúl Santos

Habilitações

Graduado em Direção Hoteleira pelo INFT/EHL
Licenciatura em Gestão Hoteleira (2º Ano) - ISPI
Bacharel em Geografia - UL
Diretor Geral de Hotéis (4 e 5 Estrelas) – Registado na DGT
Diretor Geral de Operações (Grupo Hoteleiro Internacional)
Participação em Feiras Nacionais e Internacionais
Curso de Formação de Formadores



Resumo de Competências

Diretor Hoteleiro com mais de 40 anos de experiência na direção geral de várias unidades, assegurando a gestão de todas as vertentes; Acolhimento, F&B, Comercial, Técnica, RH, Procurement.

Delegado Norte e Centro da ADHP

Vogal na JUNTA DE TURISMO LUSO-BUSSACO

Membro da Comissão da Qualidade da SOC. ÁGUA DE LUSO, SA

Vogal na UNIHSNOR/APHORT

Vice-Presidente da ASSOCIAÇÃO COMERCIAL E INDUSTRIAL DA MEALHADA – ACIM

Cofundador do PPC (Plano de Promoção Conjunta) do Centro

Vogal da C.C.R.C. (Comissão de Coordenação da Região Centro)

Experiência Profissional

Desde 2018: Formador na High Skills Lda. – Formação e Consultoria Lda;

De 2016 a 2017: Diretor Operacional Espaço Gourmet;

De 2013 a 2016: Diretor Geral de Operação para Moçambique – Grupo VIP International;

De 2010 a 2013: Diretor Geral Residente Hotel VIP Grand Maputo;

De 2008 a 2010: Diretor Geral Residente Hotel Turismo Braga;

De 1997 a 2007: Diretor Geral Residente Grande Hotek de Luso & SPA;

De 1995 a 1997: Diretor Geral Residente Hotel Malhoa;

1992 a 1995: Gestor Operacional Sul Gertal, S.A – Catering, Restauração, Banqueting;

1989 a 1992: Diretor Geral Residente Hotel Turismo de Braga.

Condições

Para se inscrever deverá nos contactar através dos seguintes meios

E-mail: geral@highskills.pt | Telefone: +351 217 931 365

Ou enviando a Ficha de Inscrição devidamente preenchida (encontra-se na ultima pagina).

Se tem mais do que uma inscrição, consulte-nos, pois, têm desconto de grupo associado!

High Skills – Formação e Consultoria, LDA.

Avenida de Berna, nº 11, 8º, 1050-040 Lisboa, Portugal

Nº fiscal: 513 084 568

A inscrição só fica confirmada após emissão da fatura final e o pagamento da mesma.

Cancelamentos e Não Comparências

O(s) formando(s) poderão fazer-se substituir por outro(s) participante(s), devendo comunicar a alteração até 2 dias úteis antes do início do seminário.

A sua não comparência do(s) formando(s) no dia de início da formação não dará lugar ao reembolso do valor da inscrição e será cobrada na sua totalidade.

Contactos para mais informações

E-mail: geral@highskills.pt | Telemóvel: 00351 935857339 (tem whatsapp)

Portugal 00351 217 931 365 | Angola 00244 94 112 60 90

Moçambique 00258 858 859 522 | Cabo Verde 00238 924 20 25

São Tomé e Príncipe 00239 999 25 15

Avenida de Berna, nº11, 8º, 1050-040 Lisboa – Portugal

Ficha de Inscrição

Deverá preencher e enviar-nos via e-mail geral@highskills.pt

1. CLIENTE (Preencher quando o Formando não é cliente final)			
Entidade:			
Responsável:			
Morada:			
Código Postal:			
Nº Contribuinte / Fiscal:			
Telefone:			
E-mail:			
2. DADOS FORMANDO(s)			
Nome Completo:			
E-mail:			
CCD:	Curso de Curta Duração a Distância em Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho - 4ª Edição		
Data Nascimento:		Nacionalidade:	
Tipo de Documento		Nº de Doc de Identificação	

HIGH SKILLS - FORMAÇÃO E CONSULTORIA, LDA

ANGOLA: 00244 94 112 60 90

CABO VERDE: 00238 924 20 25

MOÇAMBIQUE: 00258 858 859 522

PORTUGAL: 00351 217 931 365

SÃO TOMÉ E PRÍNCIPE: 00239 999 25 15

geral@highskills.pt

www.highskills.pt