


MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

PLANO DE SEGURANÇA INTERNO

marl

**Mercado Abastecedor
da Região de Lisboa**



 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	Índice
ÍNDICE		Página:	1/3

CAPÍTULO I – DISPOSIÇÕES ADMINISTRATIVAS (DA)

Introdução

1. Promulgação do Plano de Segurança
2. Gestão do Documento
 - 2.1. Revisão e Alteração
 - 2.2. Lista de Distribuição
 - 2.3. Glossário de Termos
 - 2.4. Lista de Abreviaturas

CAPÍTULO II – CADERNO DE REGISTOS DE SEGURANÇA (CRS)

3. Caderno de Registos de Segurança

CAPÍTULO III – PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO (PP)

4. Procedimentos de Prevenção
 - 4.1. Procedimentos de Exploração e Utilização dos Espaços
 - 4.2. Procedimentos de Exploração e Utilização das Instalações Técnicas
 - 4.3. Procedimentos de Operação dos Equipamentos e Sistemas de Segurança
 - 4.4. Programa de Conservação e Manutenção

CAPÍTULO IV – PLANO DE PREVENÇÃO (PP)

5. Informações Gerais Relativas ao Edifício
 - 5.1. Identificação das Utilizações Tipo
 - 5.2. Categoria de Risco
 - 5.3. Data de Entrada em Funcionamento do Edifício
 - 5.4. Identificação do Responsável de Segurança e dos Delegados de Segurança e Caracterização da Composição da Equipa de Segurança
 - 5.5. Descrição das Instalações
 - 5.5.1. Implantação dos Edifícios
 - 5.5.2. Implantação Viária
 - 5.5.3. Acessibilidades
 - 5.6. Ocupação e horário de funcionamento
 - 5.7. Infraestrutura
 - 5.7.1. Sistema automático de deteção de incêndios
 - 5.7.2. Rede de abastecimento de água
 - 5.7.3. Rede de esgotos
 - 5.7.4. Rede elétrica
 - 5.7.5. Sistemas de Desenfumagem/Ventilação
 - 5.7.6. Rede de Comunicações
 - 5.7.7. Rede de Gases Combustíveis
 - 5.8. Caminhos de Evacuação
 - 5.9. Revestimentos, Mobiliário e Elementos Decorativos
 - 5.10. Sinalética e Segurança
 - 5.11. Acessibilidades

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	Índice
ÍNDICE		Página:	I/4

- 5.11.1. Acessibilidades dos meios de socorro aos espaços da utilização-tipo
- 5.11.2. Acessibilidades dos meios de socorro à Rede de Água do Serviço de Incêndio
- 5.11.3. Acessibilidades dos meios de alarme e de Intervenção
- 5.12. Locais de Maior Risco
- 5.13. Posto de Segurança
- 6. Plantas e Instruções de Segurança
- 7. Instrução do Pessoal e Exercícios de Segurança

CAPÍTULO V – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO (PEI)

- 8. Pressupostos de Planeamento
 - 8.1. Pressupostos dos Incidentes
 - 8.2. Pressupostos de Planeamento
- 9. Fatores de Risco
 - 9.1. Riscos Tecnológicos
 - 9.2. Riscos Naturais
 - 9.3. Riscos Sociais
 - 9.4. Níveis de Gravidade
 - 9.5. Pontos Perigosos
 - 9.6. Pontos Nevrálgicos
 - 9.7. Locais de Corte dos Dispositivos de Segurança
- 10. Organização da Segurança em Emergência
 - 10.1. Organização Interna dos Meios Humanos
 - 10.1.1. Estrutura orgânica e organograma funcional
 - 10.2. Responsáveis pela Segurança em Emergência (Composição e Missões)
 - 10.2.1. Diretor do PEI
 - 10.2.2. Grupo de apoio
 - 10.2.3. Coordenador geral da emergência
 - 10.2.4. Coordenador local de emergência
 - 10.2.5. Central de segurança (COE)
 - 10.2.6. Equipa de intervenção (EI)
 - 10.2.7. Equipa de evacuação (EE)
 - 10.2.8. Equipa de primeiros socorros
 - 10.2.9. Equipa de manutenção
 - 10.3. Organização Interna dos Meios Materiais
 - 10.4. Intervenção das Entidades Externas
- 11. Gestão das Emergências
 - 11.1. Classificação das Emergências
 - 11.2. Hipóteses de Emergências
 - 11.3. Plano de Atuação
 - 11.3.1. Ativação do PEI
 - 11.3.2. Direção do COE
 - 11.3.3. Instruções de segurança
 - 11.3.4. Plano de intervenção interno

 mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	<i>Índice</i>
		Página:	1/5

ÍNDICE

- 11.3.5. Fim de emergência
- 11.4. Plano de Evacuação
- 11.4.1. Informação transmitida aos ocupantes do edifício
- 11.4.2. Procedimentos de evacuação
- 11.4.3. Ponto de encontro
- 11.5. Prestação de Primeiros Socorros
- 11.6. Reposição da Normalidade
- 12. Alarme, Alerta e Comunicações
- 12.1. Rotinas de Alarme e Alerta
- 12.2. Alerta
- 12.3. Comunicações
- 12.4. Comunicação às Entidades Oficiais
- 13. Informação Pública

CAPÍTULO VI – ANEXOS

- A Lista de alterações e revisões do Plano de Segurança
- B Lista de distribuição
- C Glossário de termos
- D Lista de abreviaturas
- E Substâncias perigosas
- F Plantas do plano de prevenção
- G Contactos em emergência
- H Instruções de segurança
- H.1 Instruções gerais de segurança
- H.2 Instruções particulares de segurança
- H.3 Instruções particulares de segurança
- I Meios humanos
- J Recursos materiais
- K Fichas de prevenção
- L Instruções de funcionamento
- M Lista de entidades autorizadas a entrar nas instalações em emergência
- N Plano de conservação e manutenção
- O Caderno de registos
- P Fluxogramas de intervenção
- Q Mensagem de evacuação – Sistema de som
- R Plano de comunicações
- R.1 Procedimentos com Rádios / Recetores
- R.2 Definições
- R.3 Transmissão e recepção de mensagens em fonia
- R.4 Chamada e estabelecimento de comunicação
- R.5 Regras
- S Caderno de registos de segurança

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	1
CAPÍTULO 1 – DISPOSIÇÕES ADMINISTRATIVAS		Página:	1/3

INTRODUÇÃO

O presente Plano de Emergência Interno (PEI), contém o conjunto de medidas, designadas por “Medidas de Autoproteção”, tem como objetivo, diminuir a probabilidade de ocorrência de acidentes e limitar as suas consequências, caso ocorram, a fim de evitar a perda de vidas humanas ou de bens, a diminuição da capacidade de resposta do estabelecimento ou pôr em causa a continuidade da atividade, resultantes de uma situação de emergência, designadamente incêndios e outras situações que possam afetar significativamente as instalações do Mercado Abastecedor da Região de Lisboa (MARL), bem como definir nas responsabilidades e estabelecer as instruções adequadas em situação de emergência.

O presente documento foi elaborado de acordo com os requisitos e estrutura de modo a dar cumprimento aos requisitos legais em vigor, nomeadamente o Decreto – Lei nº 220/2008, de 12 de Novembro, que aprova o Regime Jurídico de Segurança contra Incêndios e a Portaria nº 1532/2008, de 29 Dezembro que institui o Regulamento Técnico de Segurança contra Incêndios em Edifícios.

O presente documento integra as seguintes secções:

1. Gestão Administrativa do Plano de Segurança Contra Incêndios
2. Registos de Segurança
3. Procedimentos de Prevenção
4. Plano de Prevenção
5. Procedimentos em caso de Emergência
6. Anexos

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	1
CAPÍTULO 1 – DISPOSIÇÕES ADMINISTRATIVAS		Página:	2/3

1. PROMULGAÇÃO DAS MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO.

Os principais objetivos da Administração do MARL, no âmbito da segurança deste empreendimento, são a prevenção de todo o tipo de acidentes e, caso ocorra um acidente enviar todos os esforços no sentido de minimizar as respetivas consequências para as pessoas, infra-estruturas, ambiente, tão pronto quanto possível, a retomadas operações.


As Medidas de Autoproteção (MAP) é uma peça fundamental para atingir esse objetivo.

Nas MAP, estão contempladas as diversas normas e procedimentos para garantir a funcionalidade dos equipamentos e sistemas de segurança existentes bem como a forma de proceder para responder às situações de emergência possíveis de ocorrerem, bem como os respetivos planos de atuação e procedimentos de intervenção

Todos os funcionários do MARL e funcionários das empresas contratadas para prestação de serviços, Vigilância, Manutenção, Limpeza, etc., serão informados destes procedimentos e todos terão o dever de os cumprir, sempre que necessário.

O presente Plano é promulgado e posto em execução na data abaixo indicada.

Loures, julho de 2024



 A COMISSÃO EXECUTIVA DA MARL, S.A.

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	1
CAPÍTULO 1 – DISPOSIÇÕES ADMINISTRATIVAS		Página:	3/3

2. GESTÃO DO DOCUMENTO.

2.1. Revisão e Alteração.

Qualquer elemento ou órgão da estrutura tem o dever de sugerir ao Diretor de Operações as alterações a efetuar a este documento, sempre que julgue conveniente. Essas sugestões deverão incluir o capítulo sobre o qual incidem as razões subjacentes às alterações a efetuar e as correções a introduzir.

As propostas de revisão a efetuar ao presente plano devem ser analisadas e comentadas pelo Diretor de Operações que as submete, para aprovação, à Comissão Executiva.

Sem prejuízo das alterações a introduzir em qualquer momento, será efetuada uma revisão anual a partir da data da sua promulgação e anos seguintes.

Por princípio, o plano deverá igualmente ser reavaliado sempre que se realizem exercícios no âmbito do presente plano, ou ocorram situações de cuja análise se retirem as ilações correspondentes que devam subsidiar eventuais propostas de ajustamento do plano.

As revisões deste documento são da responsabilidade do Diretor de Operações.

Qualquer revisão/alteração do presente Plano de Segurança constará do quadro que se apresenta em **Anexo A**.

2.2. Lista de Distribuição.

A lista de distribuição da informação constante no presente plano encontra-se no **Anexo B**.

2.3. Glossário de Termos.

O **Anexo C** contém o glossário de termos técnicos utilizados no presente documento.

2.4. Lista de Abreviaturas.

A lista de abreviaturas utilizadas no presente documento consta do **Anexo D**.

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data :	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo :	2
CAPÍTULO 2 – CADERNO DE REGISTOS DE SEGURANÇA		Página	1/2

3. CADERNO DE REGISTOS DE SEGURANÇA.

O Responsável pela Segurança deve garantir a existência de registos de segurança, destinados à inscrição de ocorrências relevantes e à guarda de relatórios relacionados com a segurança contra incêndio, devendo compreender as seguintes secções (ou separadores):

- Relatórios de anomalias relacionadas com os equipamentos e sistemas de segurança.

No presente caso devem ser considerados os seguintes equipamentos e sistemas de segurança:

- Dispositivos de fecho, de retenção de portas e portinholas resistentes ao fogo;
- Sinalização;
- Iluminação de emergência;
- Deteção, alarme e alerta (SADI);
- Meios de intervenção (extintores).

- Relação das ações de manutenção efetuadas nas instalações técnicas.

No presente caso devem ser consideradas as seguintes instalações técnicas:

- Instalações de energia elétrica;
- Ventilação e condicionamento de ar;
- UPS;
- Redes de águas e esgotos;
- Ascensores.

- Relação das ações de manutenção efetuadas nos equipamentos e sistemas de segurança.

Ver lista acima.

- Descrição das modificações, alterações e trabalhos perigosos efetuados.

Indicar datas de início e conclusão dos trabalhos.

- Relatórios de ocorrências relacionadas com segurança contra incêndios.

Listar alarmes falsos, alarmes intempestivos, princípios de incêndio.

- Cópias dos relatórios de intervenção dos bombeiros.

Intervenção quer para incêndio quer para outras situações.

- Relatórios das ações de formação.

Ações de sensibilização de todos os colaboradores intervenientes nas ações de autoproteção.

- Relatórios dos exercícios de simulação.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data :	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo :	2
CAPÍTULO 2 – CADERNO DE REGISTOS DE SEGURANÇA		Página	2/2

Os exercícios de simulação devem ser realizados com uma periodicidade bianual, devidamente planeados, executados e avaliados, acompanhados por observadores, com a colaboração dos bombeiros locais. Deve ser dada informação prévia aos ocupantes, eventualmente, sem precisar o dia e a hora (numa fase mais avançada de implementação do plano).

Os registos de segurança devem ser arquivados do modo a facilitar futuras auditorias pelo **período de 10 anos**, havendo, contudo, todo o interesse em guardá-los ao longo de toda a vida útil do edifício.

O **Anexo R** contém os diferentes relatórios relacionados com a segurança contra incêndio.

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	3
CAPÍTULO 3 – PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO		Página:	1/3

4. PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO.

4.1. Procedimentos de Exploração e Utilização dos Espaços.

Foram desenvolvidos e implementados os procedimentos de Exploração e Utilização dos Espaços sob a forma de **Procedimentos de Prevenção (PPREV)**.

Os Procedimentos de Prevenção que são aplicáveis ao MARL são os que se encontram listadas na **Tabela 1**. O **Anexo J** contém uma cópia de cada um dos Procedimentos de Prevenção aplicáveis.

Código	Denominação
PPREV 1	Acessibilidade dos meios de socorro ao edifício
PPREV 2	Acessibilidade dos meios de socorro aos meios de abastecimento de água, designadamente hidrantes exteriores.
PPREV 3	Praticabilidade dos caminhos de evacuação;
PPREV 4	Eficácia da estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação, isolamento e proteção;
PPREV 5	Acessibilidade aos meios de alarme e de intervenção em caso de emergência;
PPREV 6	Vigilância dos espaços, em especial os de maior risco de incêndio e os que estão normalmente desocupados;
PPREV 7	Conservação dos espaços em condições de limpeza e arrumação adequadas;
PPREV 8	Segurança na manipulação e no armazenamento de matérias e substâncias perigosas;
PPREV 9	Segurança em todos os trabalhos de manutenção, recuperação, beneficiação, alteração ou remodelação de sistemas ou das instalações, que impliquem um risco agravado de incêndio, introduzam limitações em sistemas de segurança instalados ou que possam afetar a evacuação dos ocupantes.
PPREV 10	Gestão das alterações

Tabela 1 - Procedimentos de Prevenção Aplicáveis

4.2. Procedimentos de Exploração e Utilização das Instalações Técnicas.

Para os principais dispositivos e equipamentos técnicos foram elaboradas Instruções Operacionais as quais se encontram disponíveis junto de cada um dos dispositivos ou equipamentos a que dizem respeito ou no Posto de Segurança.

Estas instruções incluem ainda os procedimentos a adotar para retificação das anomalias previsíveis durante a operação normal destes equipamentos/sistemas.

As Instruções Operacionais que são aplicáveis ao MARL são as que se encontram listadas na **Tabela 2** e encontram-se no **Anexo L**.

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	3
CAPÍTULO 3 – PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO		Página:	2/3

Código	Denominação
IO.IT.01	Instalações de Energia Elétrica
IO.IT.02	Instalações de Aquecimento
IO.IT.03	Câmaras de Conservação de Géneros Alimentícios
IO.IT.04	Evacuação de Efluentes de Combustão
IO.IT.05	Ventilação e Condicionamento de Ar
IO.IT.06	Ascensores
IO.IT.07	Instalações de Armazenamento e Utilização de Líquidos e Gases Combustíveis

Tabela 2 - Instruções Operacionais Aplicáveis ao MARL

4.3. Procedimentos de Operação dos Equipamentos e Sistemas de Segurança.

Para os principais dispositivos e equipamentos técnicos sob o ponto de vista da segurança contra incêndios existem Instruções Operacionais as quais se encontram disponíveis junto de cada um dos dispositivos ou equipamentos a que dizem respeito ou no Posto de Segurança.

Estas instruções incluem ainda os procedimentos a adotar para retificação das anomalias previsíveis durante a operação normal destes equipamentos/sistemas.

As Instruções Operacionais que são aplicáveis ao MARL são as que se encontram listadas na Tabela 3 e encontram-se no Anexo L.

Código	Denominação
IO.ESS.01	Sinalização (Sinais de segurança)
IO.ESS.02	Iluminação de Emergência
IO.ESS.03	Sistema de Detecção, Alarme e Alerta
IO.ESS.04	Sistema de Controlo de Fumos
IO.ESS.05	Meios de Intervenção
IO.ESS.06	Posto de Segurança

Tabela 3 - Instruções de Operação dos Equipamentos e Sistemas de Segurança

 marl <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	3
CAPÍTULO 3 – PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO		Página:	3/3

4.4. Programa de Conservação e Manutenção.

A manutenção de equipamentos e sistemas instalados é efetuada por recurso a empresas especializadas, com base em contratos de prestação de serviços, ou através dos técnicos de manutenção, procedendo-se ao registo de todas as intervenções efetuadas, quer sob o ponto de vista da manutenção preventiva quer sob o ponto de vista da manutenção corretiva.

Os Escritórios asseguram diretamente ou por entidade contratada para o efeito as ações de inspeção ao nível do utilizador de acordo com o programa de inspeções definido para cada sistema, órgão e equipamento definido no plano de manutenção.

No que se refere à manutenção programada, os Prestadores de Serviços procedem de acordo com a filosofia das ações de manutenção incluindo inspeções e testes, a efetuar de forma planeada a todos os equipamentos e sistemas de segurança.

 mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	1/19

5. INFORMAÇÕES GERAIS RELATIVAS AO EDIFÍCIO.

Os âmbitos de aplicação das presentes medidas de autoproteção referem-se ao recinto do mercado abastecedor da região de Lisboa, localizado no Lugar do Quintanilho, em São Julião do Tojal, Concelho de Loures e abrange:

- Parques de estacionamento;
- Edifícios hortofrutícolas (A01, A03, A04, A05, A06, A07, A08, A09, A10);
- Edifício das flores (R02);
- Edifício polivalente (R04);
- Edifício do pescado (R07);
- Zonas técnicas;
- Pórtico
- Núcleo Administrativo e Comercial do MARL (NAC).
- Entrepostos (A02.1; A02.2; A11; A12; CC1; V5; R01; R03.1; R03.2; R06-Entreposto Frigorífico e R06);
- Painéis Fotovoltaicos;
- Eco Área
- Edifício Prestadores de Serviços

A área sob responsabilidade da Administração do MARL, enquanto entidade exploradora, inclui:

- Zonas comuns e circulações dos edifícios A01, A03, A04, A05, A06, A07, A08, A09, A10, R02, R04 e R07;
- Parques de Estacionamento;
- Zonas técnicas;
- Escritórios da Administração do MARL (NAC) Piso 2
- Eco Área
- Edifício Prestadores de Serviços

5.1. Identificação da Utilização Tipo (UT).

Estamos perante um recinto de **utilização mista**, que integra as seguintes **utilizações-tipo (UT)**:

- UT II - «estacionamentos»
- UT III - «administrativos»
- UT VIII - «comerciais»

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	2/19

Os recintos ou edifícios que integram mais do que uma Utilização Tipo, como é o caso do MARL, são denominados edifícios de utilização mista, sendo classificados na categoria de risco mais elevada das Utilizações Tipo que o constituem sendo, no entanto, cada uma das Utilizações **Tipo** tratada de acordo com a categoria de risco que lhe for devida.

Os espaços de arquivo documental e armazenamento consideram-se integrados na Utilização-Tipo III – «Administrativos». As áreas técnicas de utilização comum do edifício, consideram-se integradas na Utilização-tipo VIII - «comerciais»:

- a) São indispensáveis ao funcionamento do edifício;
- b) São geridos pela mesma entidade;
- c) Não estão normalmente acessíveis ao público;
- d) A área bruta ocupada pelos espaços destinados ao arquivo documental e armazenamento não ultrapassa 20% da área bruta afectada à Utilização-Tipo VIII;
- e) As áreas técnicas não ultrapassam individualmente o valor de 200m².

5.2. Categoria de Risco.

No caso da **Utilização Tipo II**—«estacionamentos», a classificação da categoria de risco será a mais baixa que satisfaça integralmente os critérios indicados na **Tabela 4**.

Critério	1 ^a	2 ^a	3 ^a	4 ^a
Ao ar livre	Sim	Não	Não	Não

Tabela 4 - Categorias de Risco - UT II

No caso do MARL consideraram-se os seguintes valores para os critérios indicados na **Tabela 5**.

Critério	Valor	Categoria	Obs.
Ao ar livre	Sim	1 ^a	

Tabela 5 - Aplicação dos critérios de classificação da categoria de risco II

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	3/19

No caso da **Utilização Tipo III – Administrativos**, a classificação da categoria de risco será a mais baixa que satisfaça integralmente os critérios indicados na **Tabela 6**.

Critério	1ª	2ª	3ª	4ª
Altura (m)	≤ 9	≤ 28	≤ 50	>50
Efetivo	≤ 100	≤ 1 000	≤ 5 000	>5 000

Tabela 6 - Categorias de Risco - UT III

No caso do Edifício da administração do MARL (NAC) consideraram-se os seguintes valores para os critérios indicados na **Tabela 7**.

Critério	Valor	Categoria	Obs.
Altura (m)	≤ 28	2ª	
Efetivo	≤1000	2ª	

Tabela 7 - Aplicação dos critérios de classificação da categoria de risco III

Neste sentido, a classificação da categoria de risco será a mais baixa que satisfaça integralmente os critérios indicados na **Tabela 7**.

Quanto à categoria de risco dos edifícios que pertencem à **Utilização Tipo VIII - Comerciais**, esta é definida por três critérios, nomeadamente: a altura do edifício, o número de pisos abaixo do plano de referência e o efetivo do edifício, calculado com base nos índices de ocupação, medidos em pessoas por metro quadrado de área útil, constantes no artigo 51º da Portaria 1532/2008, de 29 de Dezembro.

Neste sentido, a classificação da categoria de risco será a mais baixa que satisfaça integralmente os critérios indicados na **Tabela 8**.

Critério	1ª	2ª	3ª	4ª
Altura (m)	≤ 9	≤ 28	≤ 28	>28
Número de pisos abaixo do plano de referência	0	≤ 1	≤ 2	>2
Efetivo	≤ 100	≤ 1000	≤ 5000	>5000

Tabela 8 - Categorias de Risco – UT VIII

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	4/19

No caso do MARL consideraram-se os seguintes valores para os critérios indicados na **Tabela 9**.

Critério	Valor	Categoria	Obs.
Altura (m)	≤ 9	1ª	
Número de pisos abaixo do plano de referência	0	1ª	
Efetivo	5398	4ª	a) b)

Tabela 9 - Aplicação dos critérios de classificação da categoria de risco- UT VIII

- a) O efetivo dos edifícios nas circulações horizontais, foram calculados com base no índice de ocupação definidos na Portaria N. °1532/2008. Estes índices referem-se ao número de pessoas por metro quadrado de área útil. No caso dos espaços ocupados pelos operadores, o efetivo foi calculado com base no número atual de funcionários que cada operador possui.
- b) A **Tabela 10** apresenta o resumo do cálculo do efetivo para os diversos edifícios existentes dentro do recinto e sob a gestão do MARL.

Edifício	Circulações Horizontais			Boxes			Lugares centrais			Efetivo total (edifício)
	Área m ²	Índice ¹	Efetivo ²	n. ^{o3}	Efetivo ⁴	Total	n. ^{o5}	Efetivo ⁶	Total	
A01	1152	0.2	231	36	2	72	36	1	36	339
A02	1934	0.2	387	0	0	0	642	1	642	1029
A03	1152	0.2	231	36	2	72	36	1	36	339
A04	825	0.2	165	36	2	72	0	0	0	237
A05	1152	0.2	231	36	2	72	36	1	36	339
A06	433	0.2	87	18	2	36	0	0	0	123
A07	1152	0.2	231	36	2	72	36	1	36	339
A09	825	0.2	165	36	2	72	0	0	0	237
A10	1824	0.2	365	0	0	0	188	1	188	553
R02	1303	0.2	261	35	2	70	56	1	56	387
R04	1390	0.2	278	60	2	120	0	0	0	398
R07	4186	0.2	838	60	2	120	60	2	120	1078
TOTAL	17328		3470	389	20	778	1090	9	1150	5398

Tabela 10 - Resumo do cálculo do efetivo.

¹ Número de ocupantes por unidade de área em função do uso dos espaços.

² Valor arredondado para o inteiro superior.

³ Número total de boxes individuais existentes no edifício

⁴ Número de funcionários por box individual

⁵ Número total de lugares centrais existentes no edifício

⁶ Número de funcionários por lugar central

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa		Versão:	5
			Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO			Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO			Página:	5/19

Na sequência da aplicação dos critérios acima, o recinto do Mercado Abastecedor da Região de Lisboa é classificado na 4ª Categoria de Risco, aplicando-se à Utilização **Tipo VIII** (objeto do presente documento) os requisitos referentes igualmente à **4ª Categoria de Risco**.

5.3. Data de Entrada em Funcionamento do Edifício.

O MARL entrou em funcionamento em julho de 2000 após a construção de raiz.

5.4. Identificação do Responsável de Segurança e dos Delegados de Segurança e Caracterização da Composição da Equipa de Segurança.

Nos termos da regulamentação aplicável, o **Responsável de Segurança** é o elemento da organização com competência de gestão ao mais elevado nível na estrutura. No MARL o Responsável de Segurança é a **Comissão Executiva do MARL**.

Entre outras funções, compete ao Responsável de Segurança:

- Implementar o sistema de gestão de segurança e de autoproteção;
- Garantir a permanente atualização dos registos;
- Criar a Equipa de Segurança e responsabilizar os seus elementos, relativamente ao cumprimento das atribuições que lhe forem cometidas;
- Regularizar, nos prazos estipulados, as desconformidades detetadas nas inspeções de segurança;
- Acionar o Plano de Emergência Interno;
- Prestar toda a colaboração solicitada, durante a intervenção dos bombeiros.

O Responsável de Segurança delega competências no Delegado de Segurança por si designado que age em sua representação.

No MARL, o Delegado de Segurança, que é o Diretor Comercial da MARL, na sua ausência é substituído pelo Diretor de Manutenção da SIMAB, S.A.

O Delegado de Segurança delega competências da parte operacional na intervenção no Encarregado de Segurança.

Com vista a garantir a permanente disponibilidade de um elemento responsável na estrutura de segurança é instituído o seguinte esquema de substituição:

- O Responsável de Segurança é substituído nas suas ausências e impedimentos pelo Delegado de Segurança;

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	6/19

- O Delegado de Segurança é substituído nas suas ausências e impedimentos pelo elemento de Permanência à Direcção;
- O elemento de Permanência à Direcção é substituído nas suas ausências e impedimentos pelo Chefe de Operações;
- O Chefe de Operações é substituído nas suas ausências e impedimentos pelo Vigilante Chefe.

Sempre que seja acionada a cadeia de substituição deverá ocorrer a transferência ascendente das funções à medida que um dos elementos de nível superior passe a estar presente e disponível. A transferência das funções de direcção é um ato formal e deverá sempre ser efetuada de modo presencial.

De forma a constituir uma capacidade credível para implementar as medidas de autoproteção encontra-se constituída, durante todo o período de funcionamento do estabelecimento, uma **Equipa de Segurança denominada Serviço de Segurança Incêndio (SSI)** de, no mínimo, 2 elementos (**Agentes de Segurança**) com a seguinte composição:

1 Delegado de Segurança

2 Elementos da Equipa de Segurança;

Os elementos que compõem esta equipa exercem funções de rotina no recinto, integram as equipas de intervenção do MARL que atuam quando ocorre uma emergência (assegurando o alarme e o alerta, a 1.ª intervenção, a coordenação da evacuação, os primeiros socorros e o apoio aos Bombeiros (2.ª intervenção).

Esta equipa é chefiada pelo Delegado de Segurança, aplicando-se os princípios das delegações de competências e de substituições acima definidos.

O Plano de Emergência Interno, integra o presente documento, contendo os organogramas hierárquicos e funcionais, contemplando as diversas fases de uma situação de emergência e a identificação dos elementos da equipa de segurança, respetivas missões e responsabilidades a concretizar durante a mesma.

O **Posto de Segurança** que é constituído na Central de Segurança do recinto, tem permanentemente disponíveis as listagens atualizadas de todos os intervenientes assim como os seus contactos. O **Anexo I** inclui uma listagem tipo de composição desta equipa.

5.5. Descrição das Instalações.

O Mercado Abastecedor da Região de Lisboa trata-se um centro de abastecimento grossista de produtos agroalimentares, onde os diversos segmentos de retalhistas podem encontrar tudo o que necessitam. Caracteriza-se por uma enorme concentração e diversidade de produtos alimentares, pela

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	7/19

existência de atividades complementares e de serviços de apoio à atividade grossista, pelas adequadas condições técnicas e comerciais existentes nos vários pavilhões e por um conjunto de ótimas acessibilidades para que o transporte dos produtos seja efetuado dum modo rápido e eficiente.

Com 101 hectares de área de terreno, 17,1 hectares de área de construção e com uma taxa de ocupação total de 97% o MARL afirma-se como a principal plataforma logística agroalimentar em Portugal. Dos 3% disponíveis para comercialização.

No interior do MARL existem mercados, com um ou vários pavilhões de acordo com o tipo de produto e a dimensão do operador. O empreendimento compreende um total de 18 km de avenidas, 9.000 lugares de estacionamento com bolsas para viaturas de média e grande dimensão. Há igualmente uma subestação para o fornecimento de energia elétrica, um reservatório de água com uma capacidade de 10.000 m³, uma rede própria em fibra óptica de telecomunicações e dados, uma rede de gestão técnica centralizada, bares e restaurantes dispersos pelo recinto e um conjunto de atividades complementares à comercialização grossista - Área de Serviço e Entrepostos, bem como um conjunto de serviços de apoio às empresas instaladas, nomeadamente: segurança, limpeza, recolha de resíduos sólidos e manutenção.

Com a exceção do NAC, em que toda a construção é em estrutura de betão armado, com paredes de alvenaria, e a separação dos pisos é em lajes de betão armado. Os edifícios tipo I e II com escritórios no piso 1, a sua construção é em estrutura mista de betão armado e metálica, e a separação dos pisos é em laje de betão armado. O acesso aos escritórios é feito por uma galeria exterior. Os edifícios atípicos A03 e A10, a sua estrutura é constituída por pilares de betão armado e paredes em painéis sandwich. Os núcleos de acesso ao edifício bem como as comunicações verticais, são betão armado. Todas as coberturas são constituídas por vigas de treliças metálicas.

Os espaços reservados para as Instalações Técnicas: caracterizam-se por albergar instalações gerais do edifício como são salas de quadros elétricos, salas de bombas, sistemas de climatização, grupos eletrógenos, entre outras:

- Postos de Transformação (gestão E-REDES);
- Q.G.B.T.;
- Gerador de Emergência;
- Zonas Técnicas com equipamento de Ventilação (Quadros de Comando)
- Central de Detecção de Incêndio.

O risco gerado em cada uma das boxes, lugares centrais e escritórios que constituem cada edifício, assim como dos Entrepostos não será objeto de análise do presente trabalho, mas sim, da

responsabilidade dos manuais de Autoproteção de cada lojista. Cada lojista terá a responsabilidade de submeter à ANPC as respetivas medidas de Autoproteção, bem como à entidade gestora do MARL.

5.5.1. Implantação do MARL.

O Mercado Abastecedor da Região de Lisboa, localiza-se no Lugar do Quintanilho, na freguesia de São Julião do Tojal, no concelho de Loures, a 24 km do centro da cidade de Lisboa.



Imagem 1 – Ortofotomapa: Planta de Enquadramento Atualizar

5.5.2. Implantação Viária.

O Mercado Abastecedor da Região de Lisboa, encontra-se na confluência dos principais eixos rodoviários do país. Localizado junto à CREL, é possível chegar rapidamente ao MARL através de ligações:

- A1 (auto estrada do Norte);
- A08 (Lisboa -Torres Vedras);
- CRIL;
- A10 (Bucelas – Carregado);
- A2 (auto estrada do Sul);
- Ponte Vasco da Gama

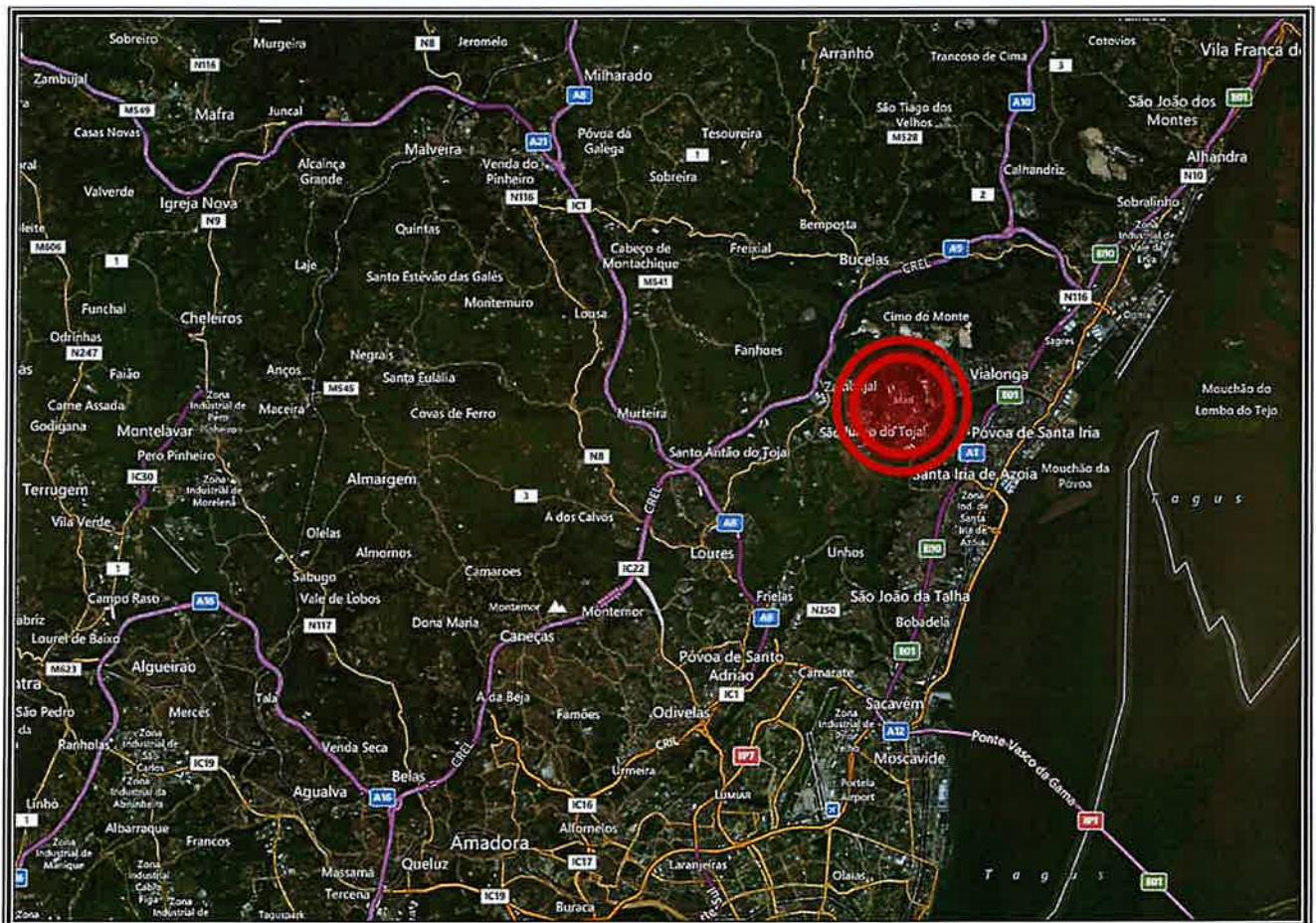


Imagem 2 – Ortofotomapa: Planta dos Principais Eixos Viários

5.5.3. Acessibilidades.

O acesso de viaturas de Bombeiros ao interior do Recinto é feito pelo Pórtico que está situado na Avenida S. João.



Imagem 3 – Percurso dos Bombeiros Voluntários do Zambujal às instalações do MARL

Verifica-se que não existe qualquer impedimento no acesso às fachadas dos vários edifícios.

Este Recinto localiza-se a cerca de 3.6 km do Quartel da Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários do Zambujal, situado na Rua dos Bombeiros Voluntários n.º 9 - 2660-358 São Julião do Tojal – LOURES, estimando-se um tempo de 7 minutos para a sua intervenção.

Existe em torno do empreendimento uma rede de hidrantes exteriores alimentados pela rede interna MARL que permite, em caso de necessidade, a alimentação de viaturas de Bombeiros (pressão de 4kg/cm²).

5.6. Ocupação e Horário de Funcionamento.

Destacam-se como principais atividades e/ou ocupações no Recinto as seguintes:

- Edifícios Hortofrutícolas para grandes grossistas (A05 e A07)

- Grossistas Edifícios Hortofrutícolas para médios grossistas (A01, A04, A06 e A08);
- Edifícios Hortofrutícolas para produtores (A03 e A10);
- Mercado de Segunda Venda de Pescado (R07);
- Mercado de Flores e Plantas Ornamentais (R02);
- Pavilhão Polivalente (R04)
- Entrepasto de Congelados;
- Entrepastos da Plataforma dos Álamos e Plataforma do Rouco
- ÉCO ÁREA
- Serviços de apoio às empresas instaladas, nomeadamente: segurança, limpeza, recolha de resíduos sólidos e manutenção.

Horário de funcionamento:

PAVILHÕES	DIAS DA SEMANA	HORÁRIO
Hortofrutícolas	Segunda a Sexta-Feira	Das 16:30 às 22:00 horas
Flores e Plantas Ornamentais	Segunda a Sexta-Feira	das 15:00 às 18:00 horas
2ª Venda de Pescado	Terça a Sábado	01:00 às 03:00 horas
Núcleo Administrativo e Comercial	Segunda a Sexta-Feira	Escritório das 9:00 às 19:00 horas Comercial das 8:00 às 20:00 horas

Definem-se as seguintes situações em termos de ocupação do edifício:

SITUAÇÃO 1 – Ocupação Normal	9:00 – 18:00 (TDU)
SITUAÇÃO 2 – Ocupação Sábados, Domingos e Feriados	0:00 – 24:00 (SDF)
SITUAÇÃO 3 – Ocupação Noite	18:00 – 09:00 (TDU)

5.7. Infraestruturas.

Existem sistemas e equipamentos de proteção e intervenção que se revelam fundamentais em situação de emergência, nomeadamente:

- Extintores portáteis;
- Rede de Incêndios Armada;
- Saídas de coluna húmida de 2ª. Intervenção;
- Sistema Automático de Detecção de Incêndios;
- Sistema de controlo de fumos (Desenfumagem);
- Sistema de CCTV;

 marl <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	12/19

- Sinalização de Segurança;
- Energia e Iluminação de Emergência.

O Mercado dispõe de uma série de dispositivos e sistemas de segurança de modo a garantir as melhores condições de resposta e mitigação dos efeitos, em caso de ocorrência de um incidente, nomeadamente:

- Um sistema de deteção automática de incêndios em cada Edifício, incluindo botões manuais de alarme.
- Como meios de primeira intervenção existem também em todos os Edifícios, extintores portáteis do tipo adequado ao local.
- Para emissão de mensagens de segurança existe um sistema de som que cobre todas as zonas de público. O sistema permitir ainda colocar mensagens previamente gravadas, que serão difundidas no caso de ser ordenada a evacuação geral do edifício.
- Todos os vigilantes do recinto estão equipados com rádios portáteis de modo a assegurar o contacto permanente entre eles e o Posto de Segurança.
- De modo a garantir o funcionamento de todos os sistemas de segurança em caso de falha de energia da rede pública, existe 1 grupo gerador em cada plataforma e outro grupo gerador para o edifício do NAC, adicionalmente existe 1 gerador no edifício dos CTT, que fornecerá a energia elétrica necessária ao funcionamento dos equipamentos e sistemas essenciais.
- Para indicação dos percursos de saída em caso de evacuação encontram-se criteriosamente distribuídos pelos edifícios, diversos aparelhos luminosos de sinalização de saída, assim como plantas de emergência afixadas nas proximidades das saídas de emergência.
- Os equipamentos e sistemas existentes relevantes sob o ponto de vista da segurança são os mencionados nos pontos seguintes que incluem igualmente as características básicas de funcionamento e desempenho de cada um deles.

 <small>Mercado Abastecedor do Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	13/19

5.7.1. Sistema Automático de Detecção de Incêndios.

- Detecção Automática de Incêndio:

O Sistema de deteção automática de incêndios visa a deteção de qualquer princípio de incêndio e o desencadeamento de uma série de procedimentos que deverão ocorrer em caso de incêndio:

- Comando de elevadores (paragem no piso de referência e abertura de portas)
- Comando de ventiladores de desenfumagem;
- Comando de sirenes.

A Central de Detecção de Incêndio do MARL, está localizada no Posto de Segurança – Piso 0 do edifício NAC. A instalação de deteção é constituída por detetores de fumos (óticos e lineares), botões de alarme manual, interfaces de comandos, interfaces de zonas, indicadores de ação e as centrais de comando.

Os detetores são endereçáveis, do tipo analógico, e quando em alarme ou avaria, indicam na Central de deteção de Incêndio, este seu estado e a sua localização, em texto claro. Os escritórios são protegidos por detetores de tipo endereçáveis ligados à Central interligadas a um interface de zona correspondente a cada escritório. De modo a facilitar o reconhecimento de locais alarmados, existem sinalizadores de ação.

Existem botões de alarme manual em todos os edifícios, localizados junto das saídas de emergência, ou nos caminhos de evacuação.

5.7.2. Rede de Águas.

O MARL dispõe de um reservatório de água com uma capacidade de cerca 10.000 m³ dos quais 30% da sua capacidade é destinada ao combate a incêndios.

5.7.3. Rede de Incêndio Armada.

O abastecimento de água ao empreendimento é efetuado a partir de depósitos em que a rede de incêndio armada (RIA) é constituída por:

Dois depósitos de água de incêndio, com capacidade de cerca de 5.000 m³ cada.

Carretéis de Calibre Reduzido (C.C.R.), implantados em pontos estratégicos, de modo a cobrir eficazmente qualquer ponto do empreendimento, constituídos por armários metálicos embebidos nas paredes ou murais, que abrigam um lanço de 20 ou 25 metros de mangueira semirrígida de 5mm, enrolada num carretel e dotado de uma válvula de seccionamento e uma agulheta de 3 posições (fechada/jacto/nevoeiro);

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	14/19

A Rede de hidrantes exteriores abastecida pela rede interna do MARL que inclui:

- Uma rede de tubagens não inferior a DN 100;
- Marcos de água de 4" de coluna seca equipados com 3 saídas, duas de 52 e uma de 75 e de ligação Storz, com tampa e respetiva corrente;
- Localizados a menos de 30 metros das entradas dos edifícios nas zonas de estacionamento exterior;

5.7.4. Rede de Esgotos.

A rede de esgotos afeta ao Recinto é constituída por duas redes de drenagem, uma para efluentes domésticos e outra para águas pluviais.

Os efluentes domésticos são constituídos pelas águas provenientes das instalações sanitárias e balneários. A drenagem destas águas é feita utilizando ramais de descarga, coletores de fraca pendente e tubos de queda que conduzirão os efluentes, por gravidade à infraestrutura camarária.

5.7.5. Rede Elétrica.

5.7.5.1. Energia Elétrica Normal.

O Recinto é alimentado a partir da rede subterrânea pública de média tensão (MT), sendo em seguida rececionada nos postos de transformação do recinto (630,800,1000,1250 kVA) .

Os postos localizam-se nos topos dos edifícios, nas áreas técnicas, cada um deles associado ao Quadro Geral de Baixa Tensão, localizado nas plantas anexas ao plano de prevenção.

O Quadro Geral de Baixa Tensão (QGBT) distribui a energia para os quadros parciais distribuídos pelas diferentes zonas do empreendimento e que garantem a alimentação da corrente, em baixa tensão aos equipamentos e sistemas instalados.

Os cortes de energia elétrica só podem ser efetuados manualmente nas botoneiras de emergência. Os cortes parciais podem ser automaticamente desencadeadas pelo Quadro Geral de Baixa Tensão (QGBT) ou pelos Quadros Parciais.

5.7.5.2. Energia Elétrica de Emergência.

Como fonte de energia elétrica de socorro, em caso de falha da rede pública, existe no empreendimento dois Grupos Gerador de Emergência (400 kVA) da CATERPILLAR, do qual se encontra em anexo as características do modelo.

Este grupo Gerador garante a alimentação de:

 marl <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	15/19

- Todos os equipamentos inerentes à segurança do edifício;
- Elevadores;
- Sistemas de incêndio;
- Desenfumagem;
- Iluminação de emergência.

Os pontos de corte de energia encontram-se indicados nas plantas de prevenção que se incluem no **Anexo F**.

5.7.6. Sistemas de Desenfumagem/Ventilação.

A ventilação/ar condicionado está genericamente afeta a toda a área do recinto. Assim sendo, os vários Edifícios são providos de um sistema mecânico de ventilação de ar poluído e de desenfumagem.

5.7.7. Rede de Comunicações.

No empreendimento existem as seguintes redes de comunicações relevantes sob o ponto de vista da segurança e gestão de uma situação de emergência.

5.7.7.1. Instalações Telefónicas.

Rede telefónica de acordo com o regulamento RITA para todas os lojistas e telefones públicos.

5.7.7.2. Instalações de Som.

Existe uma central de som em sala própria, onde são controlados todos os sinais acústicos e mensagens áudio sonoras a difundir, nomeadamente as mensagens de aviso e de alerta (**Anexo Q**).

Na Central de Segurança existe um terminal de operação do sistema a partir do qual é possível difundir as mensagens de emergência.

5.7.7.3. Redes de Rádios Portáteis.

O Centro dispõe de uma rede rádio própria que é utilizada pelas equipas de vigilância, limpeza e manutenção e entre estas equipas e a Central de Segurança.

Os procedimentos de utilização das redes de comunicações rádio no Centro encontram-se no **Anexo R**.

5.8. Caminhos de Evacuação.

Existe afixada sinalização de emergência com a indicação dos caminhos de evacuação de modo a encaminhar em segurança os ocupantes até aos Pontos de Encontro no exterior.

Adicionalmente encontram-se criteriosamente distribuídos nos edifícios, pelos corredores de emergência, plantas de emergência, orientadas em relação à posição do observador com indicação

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	16/19

dos percursos de evacuação a partir de qualquer ponto. Nestas plantas encontra-se ainda a localização dos botões manuais de alarme e os meios de 1ª intervenção bem como a localização do ponto de encontro.

Nas peças desenhadas incluídas no **Anexo F**, encontram-se assinalados os caminhos de evacuação definidos no edifício.

5.9. Sinalética de Segurança.

Os equipamentos relevantes sob o ponto de vista da segurança e os órgãos de comando dos sistemas de segurança encontram-se devidamente sinalizados com recurso a sinais normalizados e/ou regulamentares.

Os locais onde existam riscos específicos, nomeadamente energia elétrica, substâncias perigosas, ruído, entre outras situações, encontram-se igualmente sinalizados com base nos mesmos princípios.

A integridade e visibilidade da sinalização aplicada são verificadas regularmente pelas rondas efetuadas pelos elementos da vigilância e das operações do Centro que comunicam qualquer anomalia detetada com vista à sua resolução.

5.10. Acessibilidades.

5.10.1. Acessibilidade dos Meios de Socorro aos Espaços da Utilização Tipo.

Os meios de socorro externos acedem às instalações do MARL diretamente a partir da via pública. O estabelecimento é circundado em todo o seu perímetro por vias com características dimensionais e de resistência suficientes para garantir o acesso, manobra e estacionamento sem restrições dos diversos veículos e outros meios utilizados pelas equipas de socorro externo.

Existe uma política de vigilância permanente dos espaços envolventes ao estabelecimento cuja implementação, em articulação com as forças de segurança, responsáveis pela gestão do trânsito, garante a permanente disponibilidade destas vias para utilização pelos meios de socorro externos.

Esta política é implementada através do Procedimento PPREV 01.09 – Gestão dos Acessos e do Estacionamento.

5.10.2. Acessibilidade dos Meios de Socorro à Rede de Água do S.I.

O acesso dos meios de socorro à rede de água assente na rede pública através dos hidrantes instalados em todo o recinto do MARL, é garantido através de uma política de vigilância permanente dos espaços envolventes ao estabelecimento cuja implementação, em articulação com as forças de

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	17/19

segurança, responsáveis pela gestão do trânsito, garante a permanente disponibilidade destes meios para utilização pelos meios de socorro externos.

Esta política é implementada através do Procedimento PPREV 01.09 – Gestão dos Acessos e do Estacionamento.

O acesso dos meios de socorro à rede de água assente na Rede de Incêndio Armada que serve todo o recinto é garantido através de uma política de vigilância permanente dos espaços do estabelecimento cuja implementação é efetuada pelos elementos das equipas de vigilantes internos e pelos elementos afetos às áreas das operações e da manutenção do Mercado de modo a garantir a permanente disponibilidade destes meios para utilização pelos meios de socorro externos.

Esta política é implementada através do Procedimento PPREV 02.09 – Gestão dos Acessos aos Abastecimentos de Água.

5.10.3. Acessibilidade aos Meios de Alarme e de Intervenção.

O acesso aos meios de alarme e de intervenção que servem o empreendimento é garantido através de uma política de vigilância permanente dos espaços do estabelecimento cuja implementação é efetuada pelos elementos das equipas de vigilantes internos e pelos elementos afetos às áreas das operações e da manutenção do MARL de modo a garantir a permanente acessibilidade e disponibilidade destes meios.

Esta política é implementada através do Procedimento PPREV 05.09 – Acessos aos Meios de Alarme e de Intervenção.

5.11. Locais de Maior Risco.

Todos os locais do edifício, com exceção das vias de evacuação (horizontais e verticais) são classificados de acordo com a natureza do risco numa das cinco categorias seguintes: A, B, C, C+ e F. O critério para a classificação dos locais quanto ao risco tem em conta os seguintes aspetos:

- Efetivo do local;
- Efetivo de público no local;
- Número de ocupantes limitados na mobilidade ou nas capacidades de perceção e reação a um alarme;
- Risco agravado de incêndio;
- Existência de meios e sistemas essenciais à continuidade de atividades sociais relevantes.

Os critérios de classificação encontram-se resumidos na **Tabela 11**.

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	18/19

		A	B	C	C+	F
Efetivo	Total	≤100	>100	---		
	Público	≤50	>50	---		
	Incapacitados e crianças até 6 anos	≤10%		---		
	Locais de dormida	---				
Risco agravado de incêndio		Não		Sim		---
Continuidade de atividades socialmente relevantes		---				Sim

Tabela 11 - Classificação dos Locais de Risco

A classificação dos diversos locais quanto ao risco, decorrente da aplicação do critério acima, encontra-se nas plantas que se incluem no **Anexo F**.

5.12. Posto de Segurança.

O Posto de Segurança, destinado a centralizar toda a informação e coordenação dos meios logísticos em caso de emergência, bem como os meios principais de receção e difusão de alarmes e de transmissão do alerta, localiza-se na Central de Segurança, local ocupado em permanência, de acesso reservado e protegido do fogo.

O Delegado de Segurança assegura durante 24 h/dia a operacionalidade do Posto de Segurança.

No Posto de Segurança existe:

- O chaveiro de segurança que permitirá aceder a todos os espaços da instalação;
- Um exemplar das Medidas de Autoproteção.

Existe comunicação entre o Posto de Segurança e todos os edifícios do recinto, bem como, casas de máquinas de elevadores, compartimentos dos geradores de energia elétrica de emergência, central de bombagem para serviço de incêndios, ascensores e seu átrio de acesso no nível dos planos de referência, garantida por rede rádio.

6. PLANTAS E INSTRUÇÕES DE SEGURANÇA.

As Plantas de prevenção foram elaboradas à escala 1:200 e possuem os seguintes elementos gráficos (ver **Anexo F**):

- Classificação de risco e efetivo previsto para cada local, de acordo com o disposto no regulamento;
- Localização de todos os dispositivos e equipamentos ligados à segurança contra incêndio;

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	4
CAPÍTULO 4 – PLANO DE PREVENÇÃO		Página:	19/19

- Vias horizontais e verticais de evacuação, incluindo os eventuais percursos em comunicações comuns;
- Localização dos cortes de energia.

7. INSTRUÇÃO DO PESSOAL E EXERCÍCIOS DE SEGURANÇA.

O pessoal que trabalha nas instalações está familiarizado com as instalações e esclarecido sobre as suas regras de exploração.

Para este efeito são realizadas sessões informativas e de prática do pessoal para:

- Esclarecimento das regras de comportamento estipuladas no plano de prevenção;
- Instrução de técnicas básicas de manipulação dos meios de primeira intervenção, nomeadamente extintores portáteis e sistemas fixos de extinção.

Para além destas ações, são ainda efetuadas ações de formação e de treino destinadas ao pessoal com participação ativa no Plano de Emergência Interno existente, as quais incidem sobre os seguintes aspetos:

- Utilização de Meios de Intervenção;
- Utilização de Equipamentos de Proteção Individual em Emergência;
- Condução e Coordenação da Evacuação;
- Contenção de Derrames;
- Primeiros Socorros.

O Plano de Formação é definido periodicamente com base nas necessidades de formação identificadas. Os registos da sua execução serão registados nos relatórios das ações de formação.

O Plano de Emergência Interno é testado periodicamente, com recurso a simulacros, servindo para treino na Gestão da Emergência, com envolvimento de todos os ocupantes, com vista à criação de rotinas de comportamento e de atuação e ainda ao aperfeiçoamento do referido plano. Os registos referentes aos simulacros são efetuados e registados com os respetivos relatórios anexados a esses registos.

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	1/26

8. PRESSUPOSTOS DE PLANEAMENTO.

O presente plano foi elaborado com base nos seguintes pressupostos:

8.1. Pressupostos dos Incidentes.

- Um incidente que afete uma qualquer área ou sector do Mercado Abastecedor da Região de Lisboa (MARL) tem o potencial para afetar as áreas envolventes à da sua origem e requer uma resposta imediata. Neste sentido, o MARL deve planear para gerir autonomamente todos os incidentes com os recursos existentes na generalidade dos incidentes credíveis;
- As operações e interesses específicos do MARL permanecerão sob a coordenação e gestão dos responsáveis do MARL, devendo as diversas áreas e espaços comerciais instalados ter planos/procedimentos sectoriais de resposta a situações de emergência que se subordinarão, em termos operacionais aos responsáveis do MARL;
- Um incidente com o potencial para constituir uma situação de emergência pode ocorrer em qualquer ocasião, sem aviso ou com um aviso limitado no tempo, independentemente da hora do dia ou do dia da semana;
- O encadeamento de eventos durante um cenário de emergência é imprevisível. Neste sentido, o presente plano deve ser encarado como um documento orientador e ser adaptado de acordo com as necessidades específicas de cada situação em que seja ativado;
- Apesar das instalações serem mais vulneráveis à ocorrência de alguns eventos, como seja o incêndio, o plano de emergência deverá prever uma estrutura e organização que permita uma resposta comum a todos os riscos credíveis, suscetíveis de afetar os espaços afetos ao MARL;
- As prioridades do MARL durante um Incidente ou Situação de Emergência são:
 1. A preservação de vidas humanas e a proteção das pessoas;
 2. A proteção e recuperação do património e infraestruturas;
 3. A proteção do ambiente;
 4. A garantia da continuidade das operações/atividades;
 5. A estabilização da situação de emergência;
 6. A completa recuperação para as condições anteriores ao incidente.

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	2/26

- A segurança do pessoal envolvido nas ações de resposta a um incidente ou situação de emergência terá sempre a prioridade mais elevada sobre qualquer outra circunstância ou evento;
- Durante uma situação de emergência todas as operações serão coordenadas a partir de um Centro de Operações de Emergência (COE) que atribui missões e tarefas às equipas no terreno, tendo em atenção as prioridades definidas; o COE será estabelecido no Posto de Segurança - Central de Segurança.
- Os responsáveis do MARL articularão com as entidades oficiais as decisões que envolvam o recurso a meios externos ou quando os efeitos/consequências dos eventos tenham o potencial para atingir áreas externas ao perímetro do estabelecimento ou quando tenham o potencial para produzir danos extensos e/ou persistentes no ambiente.

8.2. Pressupostos de Planeamento.

- O MARL deverá manter atualizado e divulgar o **Plano de Emergência Interno (PEI)**. Adicionalmente, o MARL promoverá ações de divulgação em todas as áreas e sectores do estabelecimento de modo que toda a população interna, incluindo colaboradores externos, prestadores de serviços, operadores externos e fornecedores, conheça em termos gerais a estrutura de resposta a situações de emergência e as Instruções Gerais de Atuação em caso de incidente;
- O pessoal envolvido nas ações de resposta a incidentes ou situações de emergência recebeu a formação e treino adequados e está dotado dos equipamentos (incluindo os de proteção), meios e outros materiais mínimos necessários antes de ser envolvido em qualquer atividade de resposta a emergência;
- Todas as áreas e zonas do MARL, incluindo os espaços comerciais instalados, estarão familiarizados com o **Plano de Emergência Interno** e com as suas responsabilidades específicas no âmbito do plano;
- Todos os espaços comerciais instalados devem elaborar e manter os planos/procedimentos de resposta relevantes para a sua área. Para além da estrutura constante no plano de emergência, estes planos por área/sector/departamento devem lidar com os aspetos específicos que podem afetar o departamento, área ou sector. Como mínimo, estes planos devem incluir:
 1. Codificação dos alarmes;
 2. Procedimentos de paragem em emergência de equipamentos e sistemas;

 mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa		Versão:	5
			Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO			Capítulo:	5
			CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO	

3. Procedimentos de evacuação;
4. Procedimentos de comunicação quer no que se refere à disseminação de informação quer no que diz respeito à comunicação com o Centro de Operações de Emergência;
5. Método para assegurar que todo o pessoal tem conhecimento do plano e que o mesmo é revisto periodicamente.
 - O **Plano de Emergência Interno** será revisto e atualizado pelo menos uma vez por ano e será mantido um registo destas revisões/atualizações;
 - O **Plano de Emergência Interno** será testado com recurso a um simulacro pelo menos uma vez por ano. Das conclusões obtidas resultarão relatórios, serão registados nos respetivos relatórios para apresentar pelo Diretor de Operações, e eventualmente com propostas de melhorias a introduzir ao PEI.

9. FACTORES DE RISCO.

9.1. Riscos Tecnológicos.

9.1.1. Fontes de Risco Internas.

No empreendimento existem locais cujas atividades/ocupações estão associadas a um agravamento dos riscos, na perspetiva do incêndio, dos quais se destacam os seguintes:

- Áreas comuns onde o número de pessoas presentes pode ser considerável;
- As áreas técnicas localizadas nos diferentes pisos, onde existem equipamentos, instalações e cablagens elétricas consideradas, de um modo geral, como fontes potenciais de risco. Têm particular importância as centrais de bombagem, os postos de transformação, as centrais de AVAC, as casas das máquinas de elevadores e o grupo de geradores;
- As áreas de recolha de lixos, devido à acumulação eventual de matérias, potencialmente inflamáveis/combustíveis;
- As cozinhas e sistemas de exaustão dos restaurantes;

Os vários estabelecimentos comerciais, bem como todas as zonas comuns, as zonas de restauração e o estacionamento, são espaços que se destinam a receber público que, numa perspetiva de incêndio, são zonas de risco agravado. São também fontes potenciais de risco as áreas técnicas, localizadas nos diferentes pisos, que englobam diversos tipos de equipamentos, instalações e cablagens elétricas.

Consideram-se ainda como potenciais fontes de risco internas as áreas de armazenamento por possuírem cargas térmicas elevadas, não só devido aos produtos armazenados, mas também pelos

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	4/26

vários tipos de materiais que constituem as embalagens e a Eco Área (espaço ao ar livre), onde temporariamente é armazenado cartão e plástico.

9.1.2. Produtos Perigosos.

Os produtos perigosos presentes nestas instalações são:

- Gasóleo, nos 4 Geradores de Emergência, Piso 0 NAC. Pavilhão A09, R04 e CTT;
- Gasóleo nos tanques da Estação de Serviço (ES Repsol)
- Gasolina nos tanques da Estação de Serviço (ES Repsol)
- Gasóleo nos tanques da Estação de Serviço (Torrestir)

Encontram-se no **Anexo E** as Fichas de Dados de Segurança, as quais se encontram também disponíveis nos locais de armazenagem/manuseamento.

9.1.3. Fontes de Risco Externas.

Em termos da envolvente do MARL, verificam-se as seguintes distâncias em relação a outras edificações e a vias principais de circulação rodoviária:

- **Distâncias a outros edifícios:** Não existem edificações que ponham em perigo a segurança do MARL.
- **Distâncias a vias de circulação rodoviária:** no MARL verifica-se uma concentração muito elevada de viaturas que se dirigirão para as saídas normais no caso de se desenvolver uma situação de pânico. Dada a incapacidade do pórtico para garantir o escoamento de centenas de viaturas que afluirão às saídas, num intervalo de tempo muito curto, o MARL possui uma saída de emergência de forma a minimizar situações de conflito. Referenciada em Planta.

Atendendo a estas distâncias, considera-se remota a probabilidade de um incêndio em edifícios vizinhos afetar o empreendimento.

No que se refere a um acidente rodoviário com um veículo que transporte mercadorias perigosas cujos efeitos afetem de forma significativa o MARL, nomeadamente um dos seus acessos principais, constitui um cenário possível, ainda que a probabilidade dos efeitos do acidente serem significativos para o MARL seja reduzida.

9.2. Riscos Naturais.

9.2.1. Risco de Cheias e Inundações.

Não é de considerar como cenário credível o risco de uma situação de cheia que possa afetar o MARL

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	5/26

Considera-se, no entanto, possível que, na sequência de um período de chuva intensa e prolongada em que o sistema de drenagem seja insuficiente para escoar todo o caudal gerado, possam existir áreas/sectores do MARL afetados, nomeadamente os locais ao nível do piso de referência

9.2.2. Tempestades.

Para além das chuvas intensas e prolongadas, referidas, subsiste ainda a possibilidade do MARL ser afetado por tempestades a que se podem encontrar associados ventos fortes, queda de granizo e queda de raios.

Quanto a estes fenómenos, o MARL foi construído assente numa estrutura resistente e dimensionada para suportar, sem danos relevantes, as ações mecânicas de ventos fortes e/ou queda de granizo. As superfícies exteriores são, regra geral, suficientemente resistentes e dimensionadas para suportar estes efeitos. Admite-se, em situações extremas, que possam ocorrer danos ligeiros ao nível de estruturas ligeiras não se prevendo no entanto que estes efeitos possam constituir um risco relevante para o MARL.

No que se refere à queda de raios, situação possível, o MARL encontra-se protegido por um sistema contra descargas atmosféricas.

9.2.3. Riscos Sísmicos.

Todos os edifícios estão construídos de acordo com as normas mais exigentes, no entanto, para intensidades superiores, todos os edifícios podem ser considerados zonas de risco.

Em caso de sismo, a queda de objetos, estruturas, ocorrência de incêndios, inundações, falha de energia e o possível bloqueamento das passagens fundamentais para o socorro, podem causar danos significativos aos ocupantes do empreendimento.

Com efeito, tendo em atenção o *Regulamento de Segurança e Ações para Estruturas de Edifícios e Pontes – RSAEEP*, o MARL encontra-se inserido na zona sísmica A (de maior risco sísmico) sendo que com base no *Mapa de Intensidades Sísmicas máximas observadas em Portugal, durante os anos de 1902 e 1972*, o valor da intensidade dos danos correspondente a esta zona é de grau IX da Escala de Mercalli Modificada.

No que diz respeito aos 3 taludes chama-se especial atenção para a monitorização da estabilidade dos mesmos.

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	6/26

9.3. Riscos Sociais.

Numa zona onde a presença de muitas pessoas é uma constante, os riscos deste tipo podem ser importantes. Referem-se de seguida os mais relevantes.

9.3.1: Ameaça de Bomba/Pacote Suspeito

A concretização de uma ameaça de bomba e de ações de sabotagem constituirão sempre uma situação grave, dado que podem causar danos pessoais e materiais significativos.

Nesta categoria, consideram-se como zonas principais de risco todas as zonas que recebem público, nomeadamente os edifícios A01 Médios Grossistas, Edifício A03 Produtores, Edifício A04, A06, A08 Médios Grossistas, Edifício A05, A07 e A09 Grandes Grossistas, Edifício A10 Pequenos Grossistas, Edifício A11, Entrepostos, CTT, Edifício R02 Flores, Edifício R04 Polivalente e Edifício R07 Pescado. O Núcleo Administrativo e Comercial representa igualmente uma zona de risco, este risco, no entanto, abrange todo o empreendimento.

O número de pessoas é igualmente importante quando se pretende fazer uma evacuação total do empreendimento. É fundamental que se reúnam condições para que não ocorram situações de pânico, que em muito iriam prejudicar o processo.

9.3.2. Tumultos/Distúrbios Sociais.

Consideram-se ainda como relevantes os aspetos associados a distúrbios sociais e ao vandalismo. Devido ao elevado número de pessoas que se pode encontrar no empreendimento, uma situação deste tipo pode ter consequências graves.

Consideram-se como zonas de risco, todas as zonas que recebem público.

9.3.3. Intrusão e Roubo.

Associado às ações anteriormente descritas, aponta-se como fator relevante a intrusão no perímetro da instalação. Referem-se como principais vulnerabilidades, no âmbito da intrusão, diretamente possível a partir da periferia:

- Todas as entradas;
- A saída de emergência para o exterior do MARL;
- Nos edifícios e parques de estacionamento poderão ocorrer situações de furto.

A ocorrência deste tipo de situações poderá criar constrangimentos na atividade do estabelecimento, nomeadamente ao nível da circulação de pessoas. Ao mesmo tempo, a concentração de grande número de pessoas impõe necessariamente maior vigilância às instalações e particular cuidado nos procedimentos de evacuação em situação de emergência.

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	7/26

Referem-se como principais pontos vulneráveis, no âmbito da intrusão, diretamente possível a partir da periferia:

- Toda a estrutura envidraçada, os cais e as portas com acesso direto para o exterior;
- Toda a estrutura envidraçada dos jardins interiores, incluindo as portas;

Poderão ainda ocorrer situações de furto a clientes e por clientes.

9.3.4. Urgência Médica.

Este tipo de emergência, derivada de acidentes pessoais ou doença súbita, pode ser consequência de algum dos acontecimentos anteriores ou constituir uma ocorrência isolada.

Consideram-se com locais de risco todas as zonas do edifício.

- Nas zonas comuns, especialmente para o público;
- Nas lojas para os funcionários das mesmas;
- Nas zonas técnicas para os funcionários do MARL e prestadores de serviço.

9.4. Níveis de Gravidade.

São considerados 3 níveis de gravidade para cada hipótese, correspondentes a etapas diferenciadas da intervenção no âmbito do PEI. Assim tem-se:

Os níveis de gravidade são definidos de acordo com os seguintes parâmetros:

NÍVEL 1 - É o nível de menos gravidade de um acidente.

Corresponde a uma situação em que o acidente, por ser de dimensões tão reduzidas, ou por estar confinado, não constitui ameaça para além do local onde se produziu.

Não é necessária a ativação do PEI.

NÍVEL 2 - Corresponde a uma situação em que o acidente não é suscetível de extravasar o compartimento onde teve origem, não ameaçando áreas contíguas ou locais nas suas proximidades.

Possível ativação do PEI.

NÍVEL 3 - É o nível mais grave no presente plano.

Corresponde a uma situação em que o acidente assume proporções de grande dimensão, está fora do controlo ou ameaça áreas vizinhas, ou que entretanto, tenha causado graves consequências.

Ativação do PEI.

 mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	8/26

Os níveis atrás referidos foram, por uniformidade de critério, igualmente atribuídos aos acidentes de carácter natural e social.

9.5. Pontos Perigosos.

Indicam-se na **Tabela 12** os pontos suscetíveis de estarem na origem de acidentes, quer numa perspetiva da probabilidade de ocorrência, quer da gravidade das suas consequências.

DESIGNAÇÃO	CÓDIGO	LOCAL
Estação de Serviço	PP01	
Postos de transformação	PP02	
Áreas de quadros elétricos	PP03	
Restaurantes	PP04	
Chillers, bombas de calor e UTA'S	PP05	
Rede de Gás (existe posto abastecimento)	PP06	
Casa de máquinas – elevadores	PP07	
Zona de Compactadores	PP08	

Tabela 12 - Pontos Perigosos

A localização dos pontos perigosos encontra-se representada nas plantas constantes no **Anexo F**.

9.6. Pontos Nevrálgicos.

Referem-se na **Tabela 13** os pontos considerados essenciais a preservar em caso de sinistro, por razões humanas, económicas e técnicas:

DESIGNAÇÃO	CÓDIGO	LOCAL
Grupo Gerador	PN01	
Estação Elevatória	PN02	
Ventiladores de extração	PN03	
Posto de Segurança - Central de Segurança	PN04	
Acesso público	PN05	

Tabela 13 - Pontos Nevrálgicos

A representação destes locais encontra-se representada nas plantas constantes no **Anexo F**.

9.7. Locais de Corte dos Dispositivos de Segurança.

Os locais de corte, parcial e geral, de energia, água e de gás encontram-se representados nas plantas de prevenção, constantes no **Anexo F**.

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	9/26

10. ORGANIZAÇÃO DA SEGURANÇA EM EMERGÊNCIA.

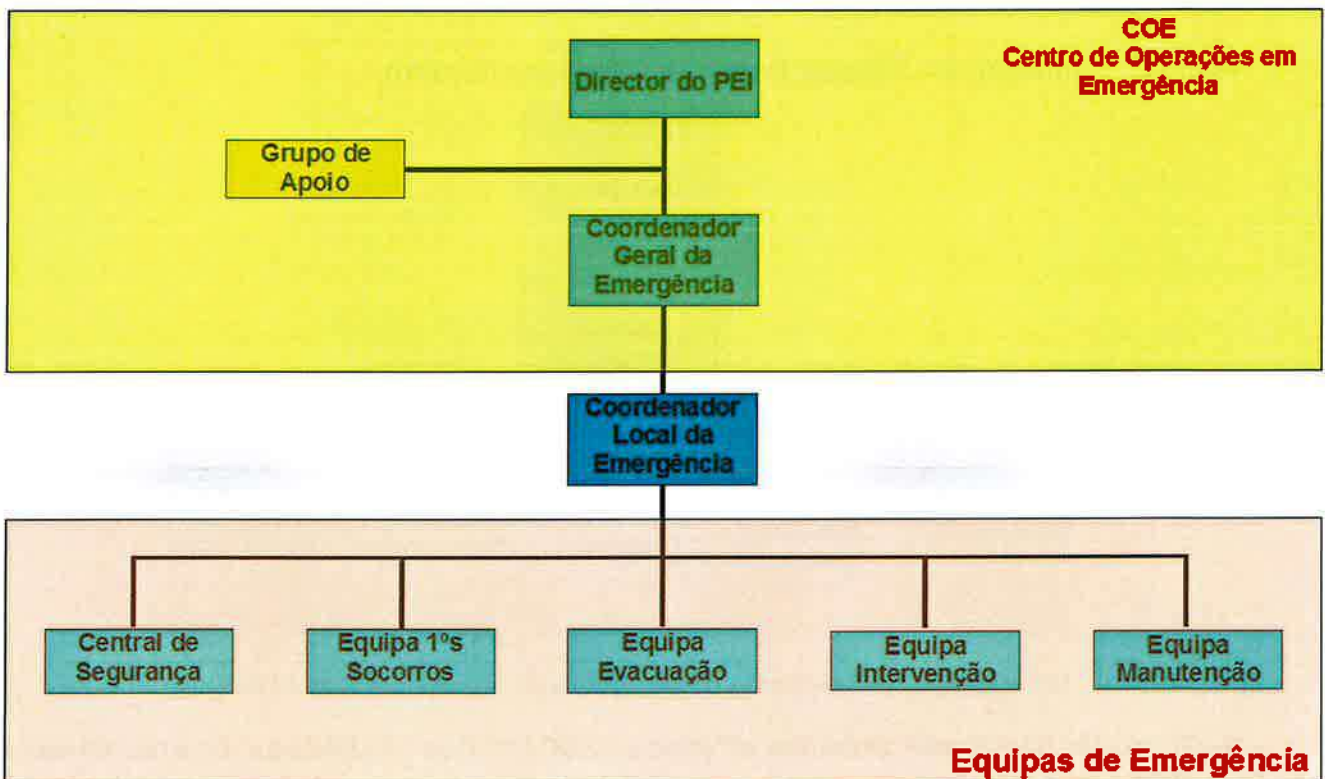
Sempre que é activado o PEI, a organização definida para a emergência, constituída por uma direcção centralizada e pela formação de equipas de emergência com missões definidas para fazer face às eventuais situações de emergência, passam ao estado de prontidão.

10.1. Organização Interna dos Meios Humanos.

10.1.1. Estrutura Orgânica e Organograma Funcional.

Em situação de sinistro, os meios humanos afectos ao edifício são organizados de acordo com a seguinte organigrama.

10.1.1.1. Situação 1 – Ocupação Normal (9h-18h TDU).



Organograma 1 – Organização da Emergência (Ocupação Normal)

Durante o período de **Ocupação Normal** encontram-se presentes nas instalações:

- COE
- Director do PEI
- Grupo de Apoio
- Coordenador Geral da Emergência

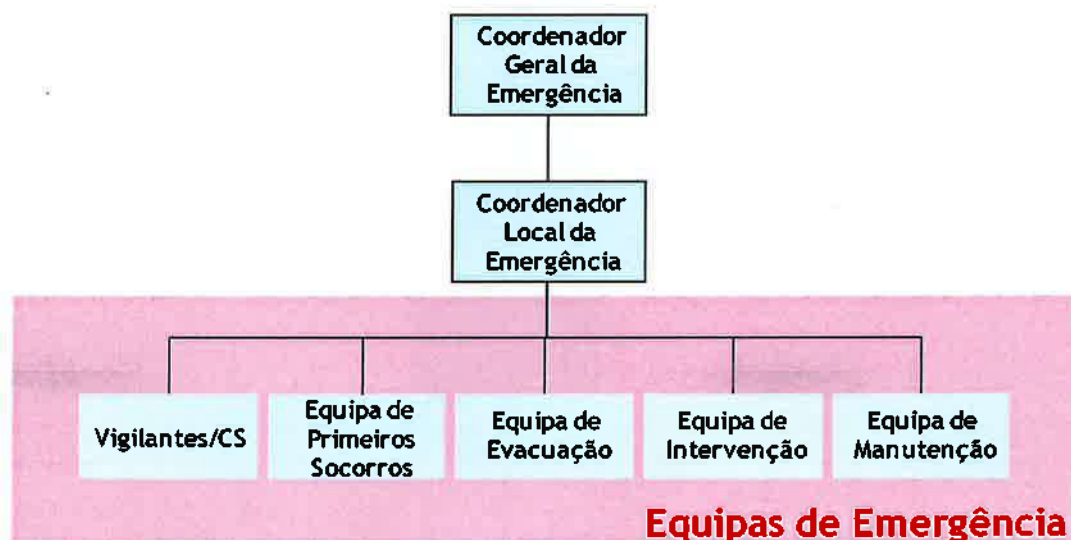
	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	10/26

- Supervisor de Operações
- Núcleo de Suporte
 - Coordenador Local da Emergência
 - Elementos que integram as diversas equipas de emergência
- Vigilantes
- Manutenção

E ainda:

- Público
- Operadores
- Prestadores de Serviços

10.1.1.2. Situação 2 – Sábado, Domingo e Feriados (0h-24h).



Organograma 2 – Organização da Emergência (Sábados, Domingos e Feriados)

Na **Ocupação de Sábado, Domingo e Feriado – SDF** (0h00 às 24h00) assume-se que da estrutura operacional definida, se encontram nas instalações:

- COE
- Chefe de Grupo da Empresa de Vigilância que assume a Coordenação Geral da Emergência:
- Elementos que integram as diversas equipas de emergência
- Vigilantes
- Manutenção

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página:	11/26

10.1.1.3. Situação 3 – Ocupação Noite (18h-09h TDU).

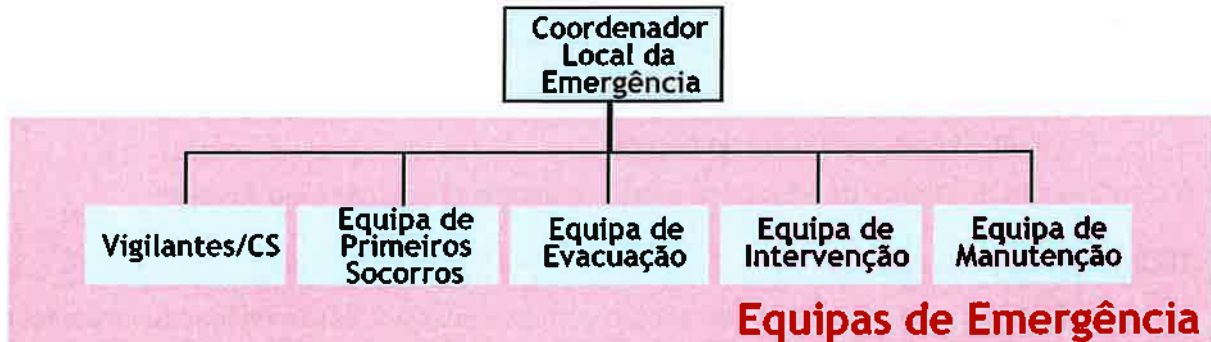


Figura 1 - Organização da Emergência (Ocupação Noite)

Na **Ocupação Noite** (dias úteis das 18h00 às 09h00) assume-se que da estrutura operacional definida, apenas se encontram nas instalações:

- Coordenador Local de Emergência
- Elementos que integram as diversas equipas de emergência
- Vigilantes
- Manutenção

10.2. Responsáveis pela Segurança em Emergência (Composição e Missões).

O Centro de Operações em Emergência (COE) é chefiado pelo Diretor do PEI e dispõe de um grupo de assessoria (Grupo de Apoio) e de um elemento que atua no local de emergência em ligação permanente com o COE (Coordenador Geral da Emergência ou Coordenador Local da Emergência).

10.2.1. Director do PEI.

O Diretor do PEI é a Comissão Executiva da MARL, S.A.

Em situação de emergência, as suas funções são:

- Decidir sobre a ativação do PEI, de acordo com a informação recebida do CGE/CLE;
- Dirigir as operações inerentes à gestão da situação de emergência;
- Garantir as ligações aos organismos de apoio e com as entidades externas;
- Garantir a divulgação da informação pública através de contactos com os órgãos de comunicação social;
- Fora do horário normal de funcionamento, manter-se permanentemente contactável e deslocar-se para a CS/COE, se necessário.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	12/26

Após a emergência, o Diretor do PEI juntamente com o Diretor de Operações elabora um relatório da ocorrência:

- Imediatos: transmitida pela via de comunicação mais rápida e disponível;
- Final: até 7 dias após o fim da missão.

A identificação do Diretor do PEI e dos seus substitutos encontra-se no **Anexo I**.

10.2.2. Grupo de Apoio.

O Grupo de Apoio será constituído de acordo com as necessidades reveladas pela situação.

Assim, para cada situação o Diretor do PEI convoca os elementos necessários e define o local onde devem reunir.

O Grupo de Apoio tem como missão prestar apoio logístico ao Diretor do PEI, elaborar a informação para divulgar à Comunicação Social, avaliar e tratar a informação relacionada com a situação de emergência bem como de garantir o contacto com os familiares das eventuais vítimas.

Em termos gerais essas tarefas são:

- Preparar os comunicados e informações a divulgar à comunicação social e entidades oficiais, após consulta com o Diretor do PEI;
- Avaliar os impactes ambientais do sinistro e tomada de decisão para minimizar os seus efeitos (ex. encaminhamento de resíduos, contenção de águas, etc.);
- Garantir as relações externas com as autoridades locais, a comunidade e as famílias das pessoas diretamente envolvidas na emergência;
- Garantir o apoio logístico;
- Outros que se revelem pertinentes.

A identificação dos elementos constituintes do Grupo de Apoio e seus substitutos encontra-se no **Anexo I**.

10.2.3. Coordenador Geral da Emergência.

Em emergência as suas funções são:

- Avaliar a situação de acordo com as informações recebidas do CLE ou da CS;
- Coordenar todas as operações de intervenção necessárias;
- Manter o DPEI informado da situação;
- Garantir a ligação com as equipas de Socorro Exteriores;

 mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	13/26

- Gerir os recursos disponíveis. Informar o DPEI da necessidade de contactar entidades externas que disponham de meios/recursos complementares;
- Efetuar uma estimativa das potenciais consequências do acidente e implementar as ações de recuperação necessárias;
- Assegurar a minimização dos impactes ambientais no decorrer das operações;
- Coordenar a operação dos Sistemas de Segurança (Bombas de incêndio, cortes de energia, cortes de gás, etc.);
- Fora do horário normal de funcionamento, manter-se permanentemente contactável e deslocar-se para as instalações, se necessário.

A identificação do Coordenador Geral da Emergência e do seu substituto encontra-se no **Anexo I**.

10.2.4. Coordenador Local de Emergência.

Em emergência as suas funções são:

- Dirigir-se ao local em emergência e avaliar a situação de acordo com as informações recebidas do PS e/ou as constatações que tenha feito no local;
- Coordenar no terreno todas as operações de intervenção e de evacuação necessárias;
- Dar as instruções necessárias no sentido de garantir a execução de ações que se revelem necessárias, nomeadamente as relacionadas com cortes locais de energia e de fluidos e paragem/arranque locais de equipamentos e sistemas;
- Manter o DPEI/CGE informado da situação;
- Gerir os recursos disponíveis;
- Informar o DPEI/CGE da necessidade de contactar entidades externas que disponham de meios/recursos complementares.

A identificação do Coordenador Local de Emergência e seus substitutos encontra-se em **Anexo I**.

10.2.5. Posto de Segurança - Central de Segurança/COE.

O Centro de Operações em Emergência - COE é o órgão que tem por missão coordenar as ações de socorro a desenvolver quando se verificarem situações de emergência.

O COE funciona no espaço correspondente ao Posto de segurança - Central de Segurança do MARL.

A constituição detalhada do COE encontra-se no **Anexo I**.

Após contacto relativo à existência de uma situação de emergência os Vigilantes presentes no PS/COE devem:

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	14/26

- Centralizar os alarmes e operar as Centrais SADI;
- Transmitir o alarme ao DPEI, CGE/CLE e às Equipas de Emergência, após receber instruções para este efeito;
- Informar o pessoal das Equipas de Emergência e o CLE sobre o local do sinistro;
- Se receber instruções para esse efeito do DPEI ou CGE, acionar o alarme geral;
- Confirmar o alerta quando receber instruções para o efeito do DPEI ou CGE;
- Centralizar toda a informação em situação de sinistro, de forma a poder transmiti-la sempre que solicitada;
- Efetuar e manter atualizados os registos cronológicos dos eventos e das ações tomadas;

Assegurar as comunicações internas e externas.

10.2.6. Equipa de Intervenção (EI).

Em situação de emergência os elementos que integram esta equipa têm as seguintes funções:

- Contactar com a CS/COE no sentido de obter informação sobre o local onde ocorreu a situação de emergência;
- Dirigir-se para o local do sinistro e iniciar as operações de intervenção utilizando os meios disponíveis;
- Cumprir as instruções do CLE/CGE;
- Executar as instruções especiais de atuação estabelecidas no Anexo H;
- Manter o CLE informado da evolução da situação.

A identificação dos elementos pertencentes às Equipas de Intervenção encontra-se no **Anexo I**.

10.2.7. Equipa de Evacuação (EE).

A EE é composta por elementos responsáveis pela evacuação das diversas áreas e sectores dos edifícios.

Esta equipa tem por missão assegurar a realização da evacuação total dos espaços onde esta tenha sido decidida.

Em emergência as suas funções são:

- Proceder à evacuação das áreas da sua responsabilidade de acordo com as instruções especiais de atuação estabelecidas no Anexo I e assegurar que a evacuação foi total. Caso contrário informar o CI e/ou o CE correspondente à sua área de atuação;
- Compilar todas as informações relevantes para a evacuação e informar o CLE/COE, sobre:
 - áreas/pisos totalmente evacuadas ou não;

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	15/26

- pessoas em falta, feridas, sua presumível localização e estado;
- estado dos caminhos de evacuação nas diversas áreas/pisos;
- outras informações relevantes.
 - Pedir ou dar apoio de Primeiros Socorros de modo a assistir os elementos eventualmente doentes ou feridos em dificuldades durante a evacuação, através do CLE/COE;
 - Colaborar na evacuação do pessoal sinistrado;

A constituição da EE encontra-se no **Anexo I**.

10.2.8. Equipa de Primeiros Socorros.

A Equipa de Primeiros Socorros tem como função prestar assistência às pessoas que tenham sofrido lesões ou ferimentos durante o processo de evacuação e intervenção e ainda colaborar na rápida evacuação do pessoal sinistrado, sempre que lhes seja solicitado.

Os elementos desta equipa são pessoas com formação específica em socorrismo básico (Curso Suporte Básico de Vida).

Esta equipa é mobilizada, a pedido do CLE ou através do COE.

10.2.9. Equipa de Manutenção.

Em situação de emergência os elementos desta equipa têm as seguintes funções:

- Cumprir as instruções do CLE ou COE;
- Garantir a realização das operações necessárias à funcionalidade em segurança, do edifício;
- Arrancar, conduzir e operar os equipamentos e sistemas de segurança necessários nomeadamente geradores, grupos de bombagem e ventiladores;
- Garantir a remoção de toda a documentação e equipamento essenciais ao rápido e normal restabelecimento da situação e o seu transporte para o Ponto de Encontro, quando tal for decidido;
- Garantir a execução dos cortes de energia e outros que se afigurem necessários;
- Manter o CLE e/ou o COE informado sobre as ações executadas.

10.3. Organização Interna dos Meios Materiais.

Apresenta-se no **Anexo J**, a relação dos recursos materiais disponíveis para gerir uma situação de emergência, nomeadamente:

- Equipamentos de 1.^a intervenção em caso de incêndio;

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	16/26

- Equipamentos de alarme e alerta;

Nas plantas de prevenção constante do **Anexo F**, encontra-se a representação da localização dos meios de intervenção disponíveis.

10.4. Intervenção das Entidades Externas.

Até à chegada dos bombeiros é o Diretor do PEI/Coordenador Geral de Emergência que dirige as operações de socorro e a evacuação, em situação de emergência.

Aquando da chegada dos bombeiros ao local essa direção é passada para o respetivo comandante, devendo o Diretor do PEI/Coordenador Geral de Emergência prestar toda a colaboração solicitada, fornecendo informações sobre a situação em causa.

As equipas de socorro exteriores (Bombeiros, INEM, Forças de Segurança, etc.) atuam de acordo com as técnicas e hierarquias próprias em ligação com o Diretor do Plano de Emergência/Coordenador Geral da Emergência que articularão a utilização dos recursos humanos e materiais disponíveis nas instalações.

De modo a facilitar esta articulação, cada entidade envolvida deverá destacar para o COE um oficial de ligação.

As entidades, públicas ou privadas, a contactar em caso de emergência encontram-se listadas no **Anexo G**.

11. GESTÃO DAS EMERGÊNCIAS.

11.1. Classificação das Emergências.

Atendo às características do MARL, sua ocupação, tipologia e atividades considera-se que as incidências suscetíveis de gerar uma emergência são as que em seguida se descrevem.

- Incêndio;
- Explosão;
- Derrame de produto perigoso;
- Sismo;
- Inundação;
- Ameaça de bomba / Pacote suspeito;
- Manifestações e Distúrbios sociais
- Intrusão/roubo;
- Acidente pessoal;

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	17/26

- Acidente exterior.

11.2. Hipóteses de Emergência.

Na **Tabela 14**, são sistematizados e classificados os vários incidentes que, em função do resultado da análise efetuada, se considerou serem de maior risco. É assinalado na linha correspondente a cada uma das situações de emergência os **níveis** que deverão ser considerados aquando do conhecimento inicial, qualquer que seja a magnitude do sinistro, tendo em conta o risco potencial e as suas possíveis consequências.

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	18/26

Tipo de Emergência	Nível 1 (Incidente) (verde)	Nível 2 (Parcial) (amarelo)	Nível 3 (Geral) (vermelho)
Incêndio:			
▪ Áreas comerciais	X	X	X
▪ Zonas técnicas	X	X	
▪ Áreas administrativas	X	X	
▪ Áreas de arquivo/armazenagem	X	X	X
▪ Área de Contentores do Resíduos	X	X	
▪ Postos de Transformação/QGBT	X	X	
▪ Cozinhas de Restaurante	X	X	X
▪ Terreno envolvente	X		
▪ Parque de Estacionamento	X	X	X
Explosão		X	X
Derrame de produto perigoso			
▪ Grupo gerador	X	X	
▪ Parque de estacionamento	X	X	
Emissão de gás inflamável	X	X	X
Interrupção súbita do fornecimento de energia elétrica	X	X	X
Inundação	X	X	
Ameaça credível de bomba / pacote suspeito			
▪ Localizada		X	X
Ameaça credível de bomba / pacote suspeito			
▪ Não localizada			X
Sismo	X	X	X
Intrusão/roubo	X	X	
Contaminação (água, ar ou alimentos)	X	X	
Acidentes pessoais com colaboradores, prestadores de serviços, Operadores	X		
Acidentes pessoais com público			
▪ Urgência médica	X		
Acidente rodoviário no parque de estacionamento	X	X	
Emergência Externa	X	X	

Tabela 14 – Hipóteses de Emergências

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	19/26

11.3. Plano de Atuação.

11.3.1. Ativação do PEI.

Compete ao Diretor do PEI, ou seu substituto, a decisão sobre a ativação do PEI.

Com a ativação do PEI, constitui-se o Centro de Operações para a Emergência (COE) que garante a gestão da situação de emergência.

No **Anexo H** encontram-se as instruções especiais de atuação que deverão ser seguidas.

O PEI é ainda ativado nas situações de treino e preparação dos elementos com funções atribuídas.

11.3.2. Direção do COE.

Em situação de emergência, o Diretor do PEI assume, pessoalmente ou por delegação no Delegado de Segurança, a direção do COE.

- O COE localiza-se no Posto de Segurança - Central de Segurança.

11.3.3. Instruções de Segurança.

As Instruções de Segurança dividem-se em três tipos:

- Instruções Gerais.

Instruções destinadas à totalidade dos ocupantes, com o objetivo de orientar e condicionar os seus comportamentos perante uma situação de emergência.

Estas instruções fazem parte do **Anexo H**.

- Instruções Particulares.

Instruções destinadas a locais que apresentem riscos particulares, com o objetivo de prevenir eventuais situações de emergência e definição de modos de atuação específicos, em caso de emergência, para estes locais. Estas instruções são específicas dos locais onde se encontram afixadas.

Estas instruções fazem parte do **Anexo H**.

- Instruções Especiais.

Instruções destinadas aos elementos da estrutura operacional para a emergência, após a ativação do PEI.

Estas instruções fazem parte do **Anexo H**.

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	20/26

11.3.4. Plano de Intervenção Interno.

Foram desenvolvidos esquemas de atuação para os cenários de emergência mais representativos que podem afetar o MARL:

- Emergências do Tipo Incêndio, Explosão, Derrame/Emissão, Acidente Pessoal/Urgência Médica;
- Emergências do Tipo Sismo;
- Emergências do Tipo Ameaça de Bomba ou Pacote Suspeito.

Os fluxogramas relativos a estes procedimentos encontram-se em **Anexo L**.

11.3.5. Fim da Emergência.

Quando o sinistro tenha sido completamente dominado e não existir risco de se produzirem novos incidentes que afetem o pessoal ou as instalações, não sendo necessária a presença de nenhuma das Equipas de Emergência, o Diretor do PEI declara o Fim da Emergência.

O Diretor do PEI deve providenciar a comunicação do Fim da Emergência, aos organismos ou pessoas, que tenham sido informadas da mesma (Proteção Civil, familiares, etc.).

11.4. Plano de Evacuação.

O Plano de Evacuação é parte integrante do PEI e tem por objetivo estabelecer os procedimentos a adotar, de forma a promover a evacuação rápida e segura de todos os ocupantes dos espaços do MARL, no caso de ocorrência de uma situação de emergência.

Assim o plano de evacuação assenta nos seguintes princípios:

- O Diretor do PEI decide sobre a evacuação geral;
- O Diretor do PEI ou o Delegado de Segurança decidem sobre a evacuação parcial;
- A difusão da informação de evacuação local é efetuada por comunicação verbal entre o Diretor de Operações e os elementos responsáveis pela evacuação;
- A difusão do alarme de evacuação geral é efetuada por difusão sonora.
- Existe um dispositivo de apoio às pessoas presentes nos sectores a evacuar, a cargo dos vigilantes e assistentes em ligação com o Posto de Segurança - Central de Segurança e com as equipas de socorro exteriores, que garante a realização da evacuação em ordem e sem atropelos, encaminhando as pessoas para os Pontos de Encontro adequados;
- Os elementos da Equipa de Evacuação designados coordenam a evacuação das pessoas presentes no edifício, encaminhando-as para os Pontos de Encontro, de acordo com as instruções de evacuação apresentadas no Anexo I;

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	21/26

- Existem Plantas de Emergência, colocadas em locais estratégicos para serem facilmente visualizadas, contendo informações importantes relativas à emergência, nomeadamente:
- Identificação das saídas e percursos de emergência;
- Localização dos meios de intervenção, extintores e bocas-de-incêndio; as instruções gerais de atuação respeitantes à totalidade dos ocupantes;

11.4.1. Informação Transmitida aos Ocupantes dos Edifícios.

Quando for decidida a evacuação dos edifícios, ou de parte dele, será transmitido aos elementos das equipas de emergência e de evacuação o **CÓDIGO ARCO-ÍRIS**.

11.4.2. Procedimentos de Evacuação.

É importante que todos os colaboradores do MARL conheçam bem o espaço do seu sector, nomeadamente no que se refere aos caminhos de evacuação.

Os elementos que integram as equipas de evacuação mantêm informado o COE do estado da evacuação da área/sector por que são responsáveis, em particular no caso da mesma não ter sido completa. Neste caso, indicam expressamente:

- O número de pessoas que **presumivelmente** ficou para trás;
- O local onde **presumivelmente** se podem encontrar;
- Se estão ou não acompanhadas por elementos da estrutura de segurança e, neste caso, a forma de os contactar;
- O estado em que se encontram (feridos, incapacitados, etc.).

11.4.3. Pontos de Encontro.

A Tabela 15 indica os locais de concentração para onde, numa primeira fase, se devem dirigir de as pessoas provenientes da evacuação das áreas afetadas por um sinistro. Cada Edifício deverá ter um elemento responsável por verificar a presença de todos os funcionários e dar conta disso ao elemento designado pelo Diretor do PEI ou pelo Coordenador Geral ou Local da Emergência para o efeito que se encontre no local.

Local de Evacuação	Ponto de Encontro (Zona de Concentração no exterior)
NAC	No Parque estacionamento junto saída Edifício

 mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
			Data:
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	22/26

Espaços de Operadores	No parque estacionamento junto saída edifício NAC
Pavilhões Alamos/ Edifícios/Entrepósitos Logísticos	Junto saídas Norte de cada Edifício
Pavilhões Rouco/ Edifícios/Entrepósitos Logísticos	Junto ao Restaurante B01 701

Tabela 15 - Pontos de Encontro da Evacuação

Encontra-se no **Anexo F** a representação dos Pontos de Encontro.

11.5. Prestação de Primeiros Socorros.

Integram a estrutura da organização para a emergência equipas de colaboradores com formação e treino adequado para integrarem as **Equipas de Primeiros Socorros**.

A localização dos locais disponíveis para reunir as eventuais vítimas provenientes da área sinistrada, onde serão efetuadas as primeiras ações de triagem e de socorro são definidas caso a caso durante a ocorrência.

11.6. Reposição da Normalidade.

O Diretor do PEI/Coordenador Geral de Emergência, após controlo da situação, deve elaborar um relatório com a descrição da ocorrência, medidas tendentes a repor a normalidade (como por exemplo a reconstrução de instalações), prazos para estarem finalizadas e correspondentes intervenientes nessas ações.

Na reposição da normalidade deve evitar-se a repetição dos erros que deram origem à situação de emergência (deficiências de construção ou manutenção de instalações e equipamentos por exemplo), atuando de forma preventiva na melhoria das condições de segurança.

Após a emergência o Coordenador Geral de Emergência, juntamente com o Coordenador Local de Emergência, garante o restabelecimento da normalidade:

- A desobstrução e reparação das áreas afetadas;
- O fornecimento de eletricidade e água;
- A quantificação dos danos pessoais e materiais;
- A adoção das medidas de segurança na ótica da prevenção de situações similares;
- A adoção de medidas de minimização dos impactes ambientais causados, nomeadamente os relativos à gestão e destino dos resíduos gerados pela emergência de acordo com os procedimentos em vigor;

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	23/26

- O relato interno da ocorrência e o respetivo ponto de situação destinado à Comissão Executiva;
- Os relatórios de ocorrência.

12. ALARME, ALERTA E COMUNICAÇÕES.

12.1. Rotinas de Alarme e Alerta.

- Situação 1.

As rotinas de alarme e alerta para esta Situação estão representadas no **Diagrama 1**.

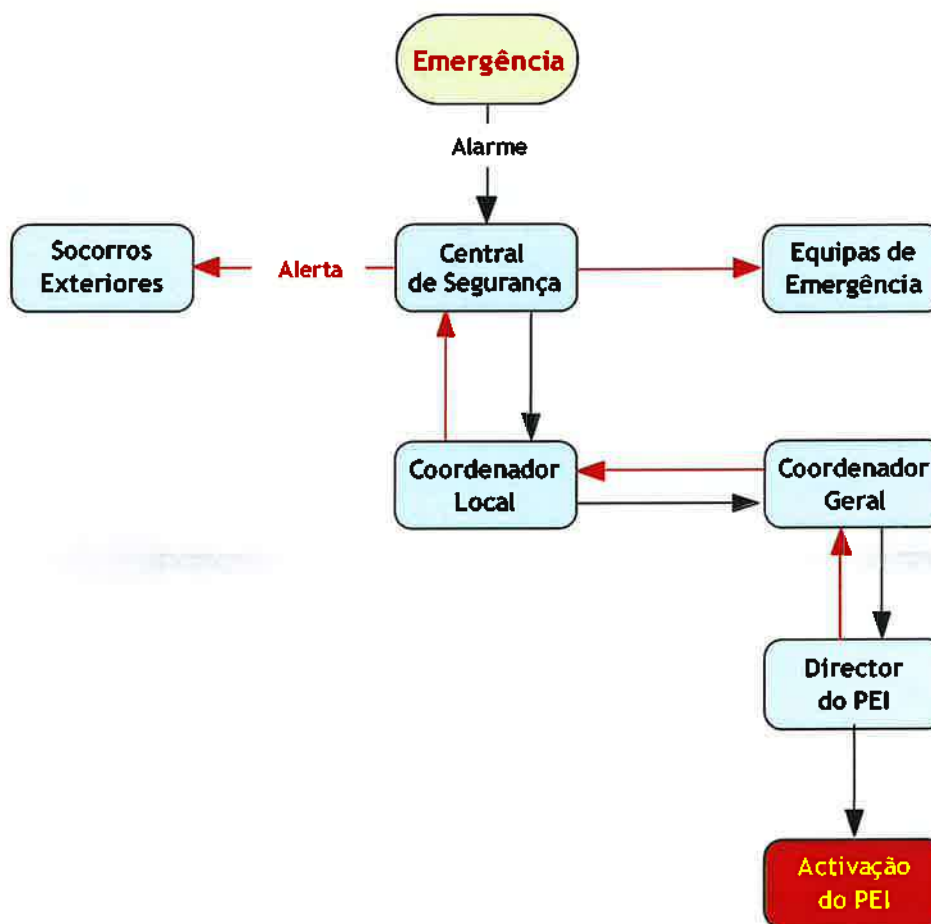


Diagrama 1 – Rotina de Alarme e Alerta – Situação 1

Perante uma emergência, qualquer informação é recebida na Posto de Segurança/Central de Segurança (COE); o pessoal em serviço neste local contacta o CLE e, caso receba instruções para esse efeito, dá o alerta para os socorros exteriores e transmite o alarme aos elementos das equipas de emergência.

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página:	24/26

Caso o CLE não consiga controlo da emergência, contacta o CGE. Se o entendimento for no sentido da ativação do PEI, CGE contacta o DPEI que decide a ativação do PEI.

As instruções de atuação correspondentes encontram-se no **Anexo H** e a identificação dos elementos intervenientes numa situação de emergência encontra-se no **Anexo I**.

- Situação 2 (Sábado, Domingo e Feriados: das 0h-24h).

As rotinas de alarme e alerta para esta Situação estão representadas no **Diagrama 2**.

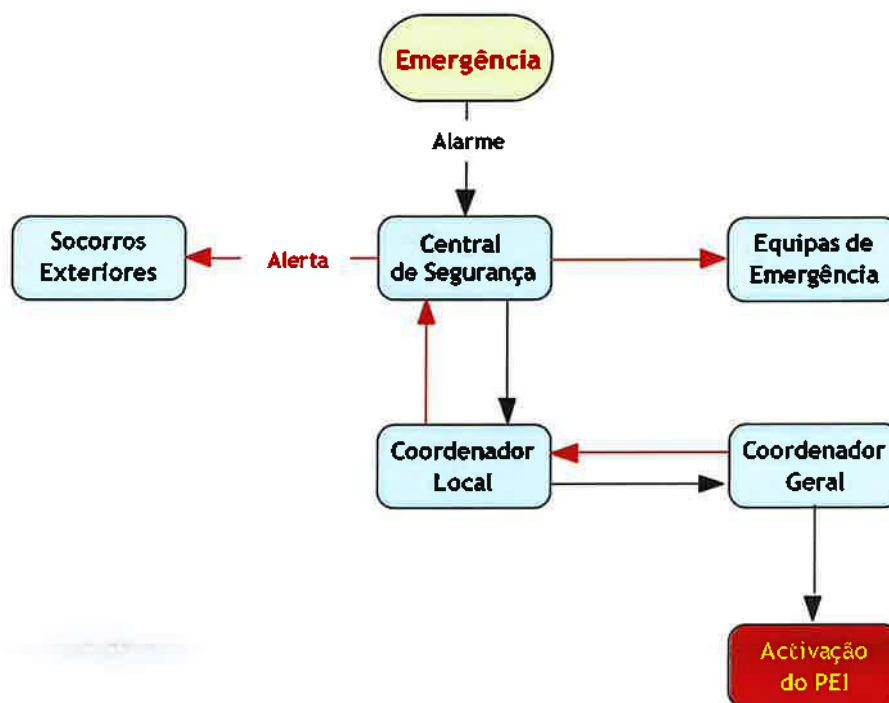


Diagrama 2 – Rotina de Alarme e Alerta - Sábado, Domingo e Feriados (0/24)

Perante uma emergência, qualquer informação é recebida no PS; o pessoal de serviço contacta o CLE e, caso receba instruções para esse efeito, dá o alerta para os socorros exteriores e transmite aos elementos das equipas de emergência.

Caso o CLE não consiga o controlo da emergência, contacta o CGE (se estiver no período de Permanência à Direção); se o entendimento for no sentido da ativação do PEI o CGE dará essa indicação (deverá sempre tentar contacto com DPEI, para a tomada de decisão).

As instruções de atuação correspondentes encontram-se no **Anexo H** e a identificação dos elementos intervenientes numa situação de emergência encontra-se no **Anexo I**.

- Situação: 3, 4 e 5 (Ocupação: Noite).

As rotinas de alarme e alerta para esta Situação estão representadas no **Diagrama 3**.

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página:	25/26

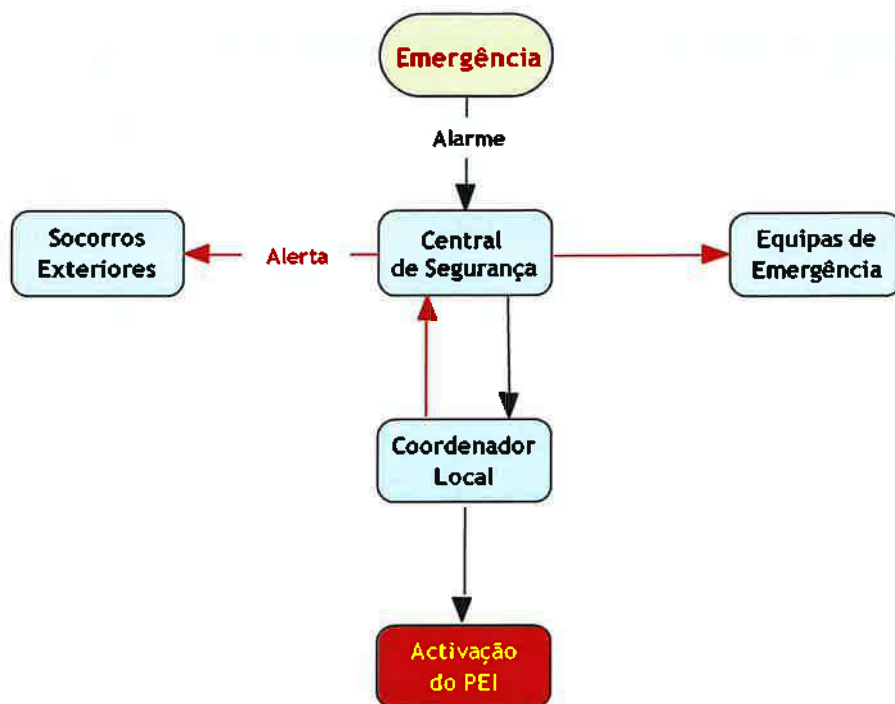


Diagrama 3 – Rotina de Alarme e Alerta – Ocupação Noite

Perante uma emergência, qualquer informação é recebida no COE; o pessoal de serviço contacta o CLE e, caso receba instruções para esse efeito, dá o alerta para os socorros exteriores e transmite aos elementos das equipas de emergência.

Caso o CLE não consiga o controlo da emergência dá indicação para ativação do PEI indicação (deverá sempre tentar contacto com DPEI, para a tomada de decisão).

As instruções de atuação correspondentes encontram-se no **Anexo H** e a identificação dos elementos intervenientes numa situação de emergência encontra-se no **Anexo I**.

12.2. Alerta.

O alerta aos bombeiros é efetuado por telefone. Para entidades externas são utilizados os telefones da rede fixa a partir da Central de Segurança.

12.3. Comunicações.

Na **Tabela 16** encontram-se sistematizados os meios disponíveis para, em situação de emergência, a estrutura operacional afeta ao MARL, comunicar com todos os seus elementos, com as equipas de socorro, assim como com as entidades externas envolvidas.

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	5
CAPÍTULO 5 – PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO		Página	26/26

Componentes da estrutura (de)	Componentes da estrutura (para)	Meios de comunicação
Central de Segurança	Corpo de Bombeiros	Telefone (rede fixa)
	Posto GNR	Telefone (rede fixa)
	Director Geral	Telefone (rede fixa e móvel)
	Director de Operações Coordenador Manutenção	Telefone (rede fixa e móvel) e rádio portátil
	Vigilantes	Rádio portátil
Director de Operações	Director	Telefone (rede fixa/móvel) Rádio (emissor/recetor)

Tabela 16 – Meios de Comunicação Disponíveis

Os contactos encontram-se no **Anexo I**.

No **Anexo M** encontram-se procedimentos para a comunicação via rádio, a distribuir por todos os intervenientes que utilizem este meio de comunicação.

12.4. Comunicação às Entidades Oficiais.

No caso de se verificar a ocorrência de feridos graves ou de mortes deve ser feita a comunicação referente à notificação em caso de acidente às Autoridades Oficiais.

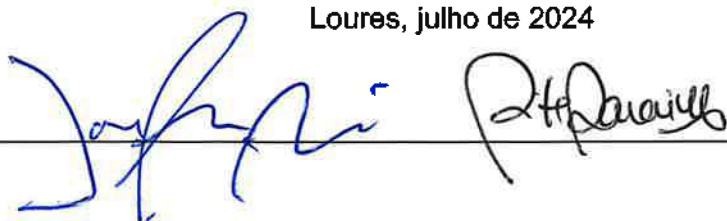
A notificação deverá incluir a data e a hora da ocorrência, a identificação da sua origem, detalhes das circunstâncias que a ocasionaram e os passos tomados para minimizar os impactes e evitar a sua repetição.

13. INFORMAÇÃO PÚBLICA.

Durante a emergência, a informação ao Público destina-se essencialmente a missões de divulgação de informação sobre a evolução da situação de emergência e das respetivas medidas de autoproteção.

Por princípio a divulgação de informação relativa a emergências para a comunicação social é da exclusiva responsabilidade do Diretor do PEI (Comissão Executiva da MARL, S.A.)

Loures, julho de 2024



 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	B - 1 1

B. Lista de Distribuição

- Distribuição integral do Plano de Emergência:

NOME/ FUNÇÃO	NÚMERO DO EXEMPLAR	VERSÃO	DATA DA ENTREGA	OBSERVAÇÕES
Director do MARL				(entrega documento integral)
Director de Operações				(entrega documento integral)
Chefe de Manutenção				(entrega documento integral)
Central de Segurança				(entrega documento integral)
Operacionais/Operadores/ Clientes				(procedimentos de prevenção aplicáveis)

- Entidades Externas

NOME/ FUNÇÃO	NÚMERO DO EXEMPLAR	VERSÃO	DATA DA ENTREGA	OBSERVAÇÕES
ANPC		1		
Bombeiros Zambujal		1		
PSP/GNR				
SMPC de Loures				

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
		CAPÍTULO 6 – ANEXOS	

C. Glossário de Termos

TERMO	DESCRIÇÃO
Acidente	Acontecimento repentino e imprevisto com efeitos relativamente limitados no tempo e no espaço, susceptíveis de atingirem pessoas, os bens e o ambiente.
Acidente Grave	Acidente de cujas consequências resultem mortes ou incapacidade permanente, grande impacto ambiental ou perdas materiais significativas (da empresa e/ou de terceiros)
Actualização	Correcção circunstancial de elementos ou dados relativos à funcionalidade do PEI. Considerada a modificação dos nomes dos colaboradores, números de telefone, plantas de gestão, etc.
Agente Extintor	Qualquer matéria utilizável no combate eficaz de um foco de incêndio.
Agulheta	Equipamento que permite a projecção de um agente extintor, normalmente água, em jacto ou pulverizada.
Alarme	Sinalização acústica, fónica ou verbal acompanhada ou não de sinalização luminosa que declara uma emergência. A transmissão limita-se apenas à organização interna.
Alarme geral	Sinal sonoro, eventualmente acompanhado de sinais ópticos, emitido para difundir o aviso de evacuação aos ocupantes do edifício;
Alerta	Sinalização dirigida para obtenção dos Apoios Externos.
Ambiente	Conjunto dos sistemas físicos, ecológicos, económicos e socioculturais com efeito directo ou indirecto sobre a qualidade de vida do homem.
Ameaça de Bomba	Situação caracterizada pela possibilidade de existência de um engenho explosivo nas instalações.
Aprovação	Ação atribuída ao responsável que declara a aceitação dos procedimentos e pressupostos estabelecidos na documentação da organização.
Boca-de-incêndio	Dispositivo de uma rede de incêndio, constituído por uma união e válvula, que permite a ligação da mangueira de combate a incêndios.
Botão Manual de Alarme	Dispositivo de ação manual destinado a transmitir o alarme a uma central de controlo.
Calamidade	Acidente extensivo a um elevado número de pessoas.
Caminho de evacuação	Percurso total de qualquer ponto do edifício susceptível de ocupação até ao seu exterior, compreendendo, em geral, um percurso inicial num local de permanência e outro nas vias de evacuação.
Compartimento de Incêndio	Área limitada por paredes, pavimentos, tectos e elementos de fecho de vãos de abertura que impeçam, durante um determinado intervalo de tempo, a propagação de um eventual incêndio a outros locais.
Corta Fogo	Elemento de construção que satisfaça simultaneamente o critério de resistência mecânica, estanqueidade às chamas e aos gases quentes e isolamento térmico.
Derrame	Acumulação de produtos perigosos no solo, libertados por acidente.
Director do PEI	Máximo responsável para a segurança em emergência, competindo a decisão sobre a activação do PEI.
Edifícios de Média Altura	Edifícios com altura superior a 9 metros e não superior a 28 metros.
Edifícios de pequena altura	Edifícios com altura não superior a 9 metros.
Emergência	Evento não planeado que pode causar a morte ou ferimentos graves em empregados, clientes ou público ou que pode provocar a paragem da instalação, a interrupção de operações, provocar danos físicos ou ambientais, ameaçar a solidez económica da empresa ou por em causa a sua imagem pública.
Emergência Parcial	Situação cujas consequências não se prevê que venham a afetar as pessoas, equipamentos/instalações ou a continuidade do funcionamento do

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO
CAPÍTULO 6 – ANEXOS

TERMO	DESCRIÇÃO
	estabelecimento. Nesta situação não é expectável o concurso de mais elementos do que aqueles que estão afectos ao local onde ocorreu o incidente.
Emissão	Libertação para a atmosfera de produtos (sólidos, líquidos ou gasosos), durante as diferentes fases do processo tecnológico da instalação ou que ocorram na sequência de uma avaria ou acidente.
Epicentro	Ponto à superfície da terra situado na vertical do foco.
Equipa de 1ª Intervenção	Equipa por um determinado número elementos que reforçam a intervenção inicial do(s) elemento(s) que detectou/detetaram o sinistro, de forma coordenada.
Equipa de Evacuação	Elementos que garantem a evacuação das pessoas no momento em que é determinada uma incapacidade de controlo do acontecimento, susceptível de provocar danos extensos e de gravidade elevada.
Escala de Mercalli Modificada (MM 1956)	É uma escala qualitativa utilizada para descrever os efeitos de um sismo tendo em conta os efeitos nas estruturas, em consequência da aceleração máxima do solo. A escala é composta por 12 graus de intensidade que variam entre I (imperceptível) até XII (danos quase totais), em que a cada número se associa um grupo descritivo de efeitos. Resultou da necessidade de uniformizar várias escalas existentes considerando nos seus critérios de avaliação de efeitos, 5 classes de danos nas construções e 4 tipologias de construção. Esta escala complementa a informação dada pela magnitude de um sismo.
Estabelecimentos que recebem público	Edifício ou parte dele a que o público tem acesso mediante pagamento ou não; excluem-se desta designação, os edifícios destinados à habitação particular, as instalações industriais ou armazéns.
Evacuação	Ação desenvolvida para garantir a retirada rápida e segura dos ocupantes em caso de emergência.
Explosão	Abalo súbito acompanhado geralmente de um estrondo produzido pelo desenvolvimento repentino de uma força ou pela expansão súbita de um gás.
Extintor Portátil	Equipamento que contém um agente extintor que pode ser projectado e dirigido sobre um foco de incêndio, por ação de uma pressão interna.
Foco	Local onde se inicia a libertação de energia.
Gestão da emergência	Processo de preparação, mitigação, resposta e recuperação de uma emergência.
Grupo de Apoio	Estrutura que apoia o Director do PEI nos aspectos técnicos e administrativos do Estabelecimento.
Iluminação de Emergência	Iluminação elétrica que, em caso de falha de iluminação normal, permite a movimentação/evacuação de pessoas em segurança.
Incêndio	Fogo que se declara num determinado local, e os consome total ou parcialmente.
Incidente	Evento em que ocorrem ou possam ocorrer danos pessoais, doença (independentemente da severidade) ou morte
Instrução	Ação, ou conjunto de ações, a empreender por determinadas pessoas em situações específicas.
Instruções Especiais	Instruções destinadas aos elementos da estrutura de intervenção, após a activação do PEI.
Instruções Gerais	Destinam-se à totalidade dos ocupantes, com o objectivo de estabelecer e condicionar os seus comportamentos perante uma situação de emergência.
Instruções Particulares	Destinam-se aos locais, que apresentam riscos específicos.
Intervenção	Conjunto de ações a desenvolver no sentido de combater um sinistro e minimizar as consequências.
Inundação	Alagamento ou submersão pela água.
Medidas de Prevenção	Medidas de segurança aplicadas no sentido de diminuir a probabilidade de ocorrência de acidentes.

 mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
		CAPÍTULO 6 – ANEXOS	

TERMO	DESCRIÇÃO
Pacote Suspeito	Embalagem suscetível de desencadear uma situação de emergência.
Plano de Emergência Interno (PEI)	Sistematização de um conjunto de normas e regras de procedimento, destinadas a evitar ou minimizar os efeitos de um acidente grave, catástrofe ou calamidade, que possa ocorrer numa determinada área ou região.
Plano de Evacuação	Procedimentos que visam a retirada de ocupantes de um determinado local de forma rápida e segura em caso de emergência.
Plano de Intervenção	Procedimentos que se destinam a adotar formas de resposta a situações de emergência e a minimizar as suas consequências até à chegada de apoio interno e/ou externo.
Planta de Emergência	Planta simplificada de uma determinada área que contém a indicação dos meios de alarme e de intervenção, caminhos de evacuação e saídas de emergência.
Ponto de Encontro	Local de Encontro de pessoas provenientes das áreas sinistradas. Nestas zonas, se necessário, localizam-se infraestruturas que permitam fornecimento de refeições, entre outros serviços de ajuda.
Ponto Nevralgico	Ponto a proteger prioritariamente em caso de emergência, por razões de natureza económica, cultural ou social.
Ponto Perigoso	Ponto onde a ocorrência de um acidente apresenta maiores riscos, quer em termos de probabilidade de ocorrência, quer em termos de consequências.
Posto de Segurança - Central de Segurança	Local permanentemente vigiado onde é possível controlar todos os sistemas de vigilância e de segurança, os meios de alerta e de comunicação interna bem como os comandos a acionar em situação de emergência. Ver Central de Segurança
Posto de Triagem e Socorro	Locais disponíveis para reunir as eventuais vítimas provenientes da área sinistrada.
Primeira Intervenção	Definida pela intervenção imediata do elemento ou elementos que detetam a Emergência, atuando com os meios existentes no local. Constituem elementos da 1ª intervenção todos os colaboradores internos e todos os colaboradores externos autorizados pela Administração a operar e a usar equipamento de 1ª intervenção.
Recursos Materiais	Equipamentos e sistemas disponíveis para utilizar e apoiar a intervenção numa situação de emergência.
Rede de Incêndios Armada (RIA)	Rede de água exclusivamente destinada ao combate a incêndio, mantida permanentemente em carga e dotada de bocas-de-incêndio armadas.
Simulacro	Acção de simulação de uma situação real, no sentido da melhoria da capacidade de intervenção das pessoas que participam no Plano de Emergência.
Sinalização de Segurança	Conjunto de sinais que se destinam a alterar, de uma forma rápida e inteligível, a existência de um risco, condicionar comportamentos e transmitir informações de segurança.
Sismo	Abalo do solo que abrange maior ou menor intensidade.
Sistema Automático de Detecção de Incêndios	Sistema de alarme de incêndio, constituído por elementos para detetar automaticamente um incêndio e iniciar o alarme e outras operações de proteção.
Situação de Emergência	Situação incontrolada ou de difícil controlo, que possa originar danos pessoais, materiais ou ambientais requerendo uma acção imediata para recuperação do controlo e minimização das suas consequências.
Substância Perigosa	Qualquer substância que possa originar danos para as pessoas, para o ambiente, instalações ou equipamentos.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	D – 1/1

D. Lista de Abreviaturas

Abreviatura:	Descrição:
ANPC	Autoridade Nacional de Proteção Civil
AVAC	Sistema de Aquecimento, Ventilação e Ar Condicionado
BV	Bombeiros Voluntários
CCR	Carretel de calibre reduzido
CGE	Coordenador Geral da Emergência
CLE	Coordenador Local da Emergência
CM	Câmara Municipal
CO	Monóxido de Carbono
COE	Centro de Operações em Emergência
DPEI	Diretor do PEI
DS	Delegado de Segurança
EE	Equipa de Evacuação
EI	Equipa de Intervenção
EM	Equipa de Manutenção
EPS	Equipa de Primeiros Socorros
FDS	Ficha de Dados de Segurança
IM	Instituto de Meteorologia
INEM	Instituto Nacional para a Emergência Médica
PE	Ponto de Encontro
PEV	Plano de Evacuação
PEI	Plano de Emergência Interno
PN	Ponto Nevrálgico
PP	Ponto Perigoso
PS	Posto de Segurança - Central de Segurança
PT	Posto de Transformação
QDA	Quadro de Distribuição de Ar Condicionado
QDL	Quadro de Distribuição das Lojas
QDI	Quadro de Distribuição de Iluminação e Tomadas
QE	Quadro Elétrico
QGBT	Quadro Geral de Baixa Tensão
QSI	Quadro Secundário de Iluminação e Tomadas
RS	Responsável da Segurança
RITA	Regulamento de Instalações Telefónicas de Assinante
SADI	Sistema Automático de Detecção de Incêndios
SCIE	Segurança contra Incêndio em Edifícios
SDF	Sábados, Domingos e Feriados
SIBS	Sistema Interbancário de Serviços
TDA	Todos os dias do ano
TDU	Todos os dias úteis

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	E – 1/1

E. Substâncias Perigosas

Considera-se como substância perigosa, que de forma permanente se encontra nas instalações, o gasóleo para alimentação dos geradores de emergência.

Em apêndice ao presente anexo junta-se a Ficha de Dados de Segurança (FDS) com as características relevantes destas substâncias.

Substância Perigosa	Quantidade	Local
Gasóleo	(---)	Plataforma Rouco
Gasóleo/gasolina	(---)	Plataforma Álamos

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	F - 1/4

F. Plantas do Plano de Segurança

Incluem-se no presente anexo as plantas contendo a informação relevante para gerir uma situação de emergência, nomeadamente:


- a. Planta de Localização;
- b. Planta de Enquadramento;
- c. Plantas de Emergência;
- d. Plantas de Prevenção com a localização de todos os dispositivos e equipamentos ligados à segurança contra incêndio, vias horizontais e verticais de evacuação, incluindo os eventuais percursos em comunicações comuns e localização do corte de energia;
- e. Planta com a localização dos pontos perigosos e nevrálgicos.
- f. Planta de Implantação: Áreas da UT II «ESTACIONAMENTOS»

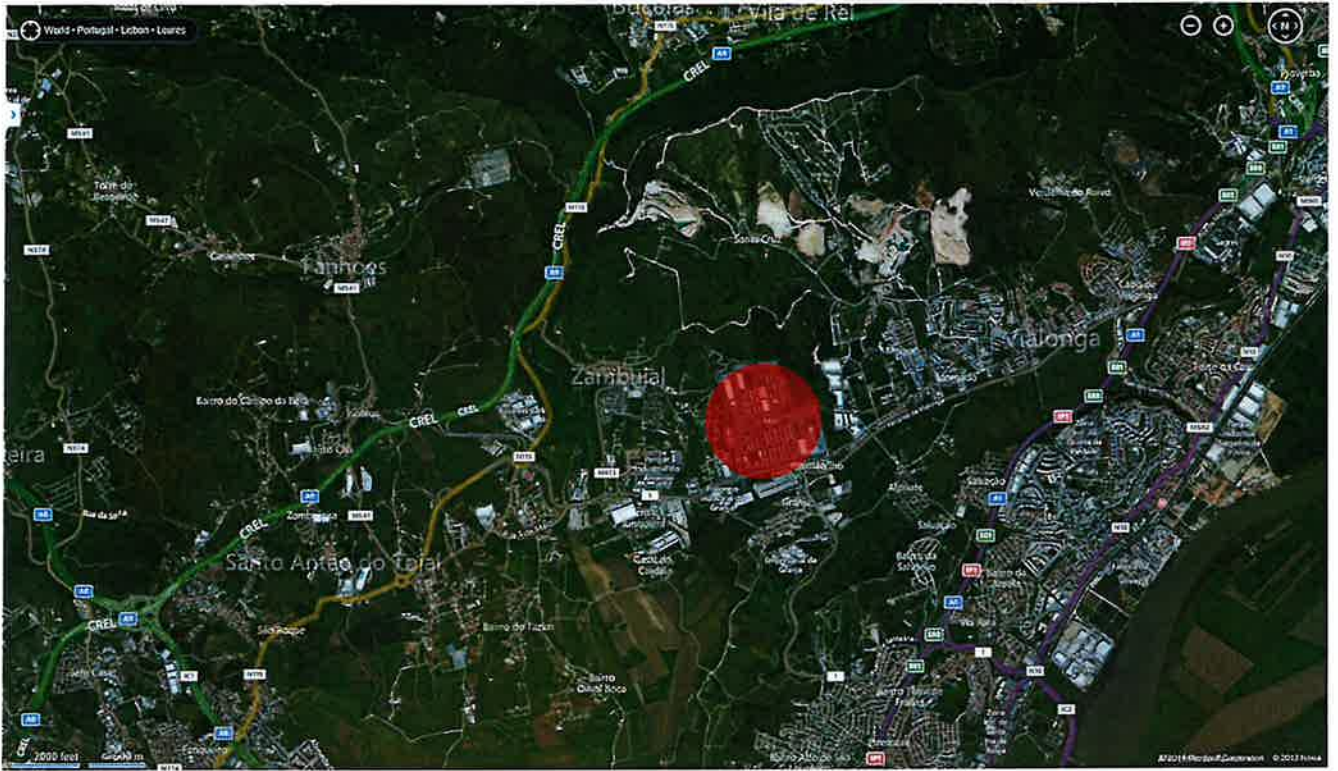
As plantas que fazem parte do plano de prevenção, são as seguintes:

nº. Des.	Piso	Designação
F5 00	Implantação	PLANTA DE ENQUADRAMENTO
F5 01	0	EDIFÍCIO HORTOFRUTÍCOLA TIPO I: A01 / A04 / A06 / A08
F5 02	1	EDIFÍCIO HORTOFRUTÍCOLA TIPO I: A01 / A04 / A06 / A08
F5 03	0	EDIFÍCIO HORTOFRUTÍCOLA ATÍPICO: A03
F5 04	0	EDIFÍCIO HORTOFRUTÍCOLA TIPO II: A05 / A09
F5 05	1	EDIFÍCIO HORTOFRUTÍCOLA TIPO II: A05 / A09
F5 06	0	EDIFÍCIO HORTOFRUTÍCOLA TIPO II: A07
F5 07	1	EDIFÍCIO HORTOFRUTÍCOLA TIPO II: A07
F5 08	0	EDIFÍCIO HORTOFRUTÍCOLA ATÍPICO: A10
F5 09	0	EDIFÍCIO DAS FLORES: R02
F5 10	1	EDIFÍCIO DAS FLORES: R02
F5 11	0	EDIFÍCIO POLIVALENTE: R04
F5 12	1	EDIFÍCIO POLIVALENTE: R04
F5 13	0	EDIFÍCIO DO PESCADO: R07
F5 14	1	EDIFÍCIO DO PESCADO: R07
F5 15	0 E 2	EDIFÍCIO DO NAC
F5 16	Implantação	PLANTA DE LOCALIZAÇÃO DOS PONTOS NEGROS E NEVRÁLGICOS
F5 17	Implantação	ÁREAS DA UTILIZAÇÃO-TIPO II: «ESTACIONAMENTOS»

 marl Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	F - 2/4

PLANTA DE LOCALIZAÇÃO

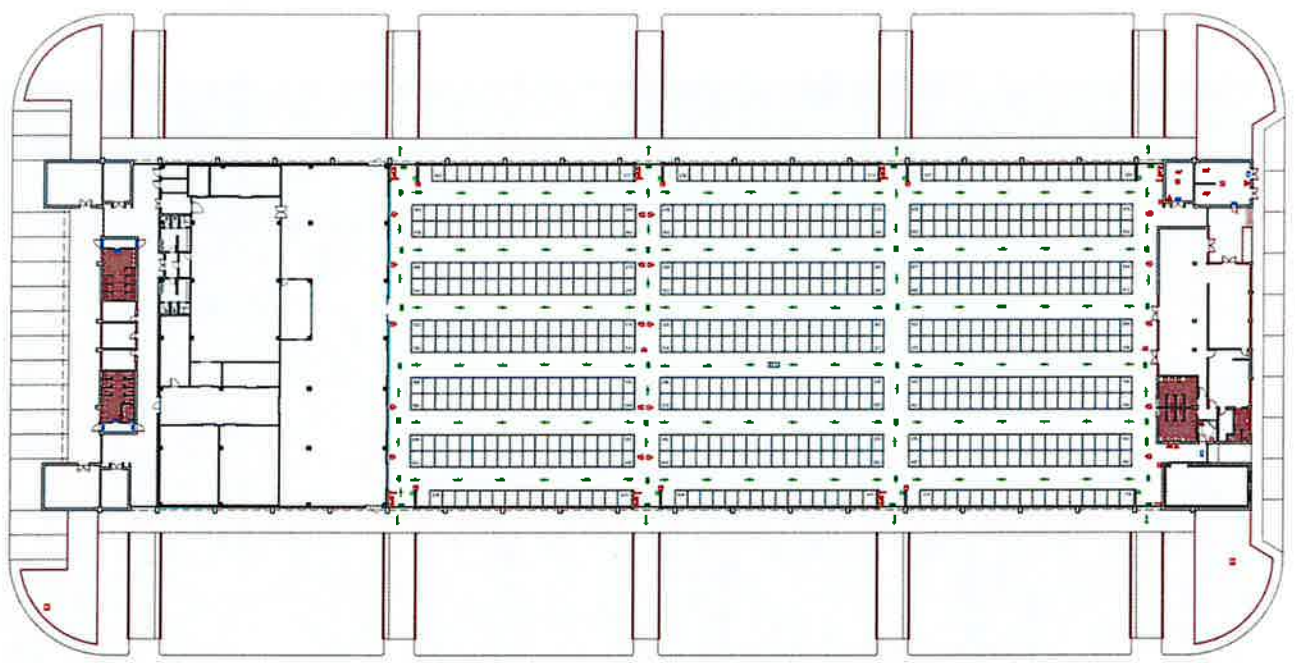
Identificado no mapa pelo indicador 



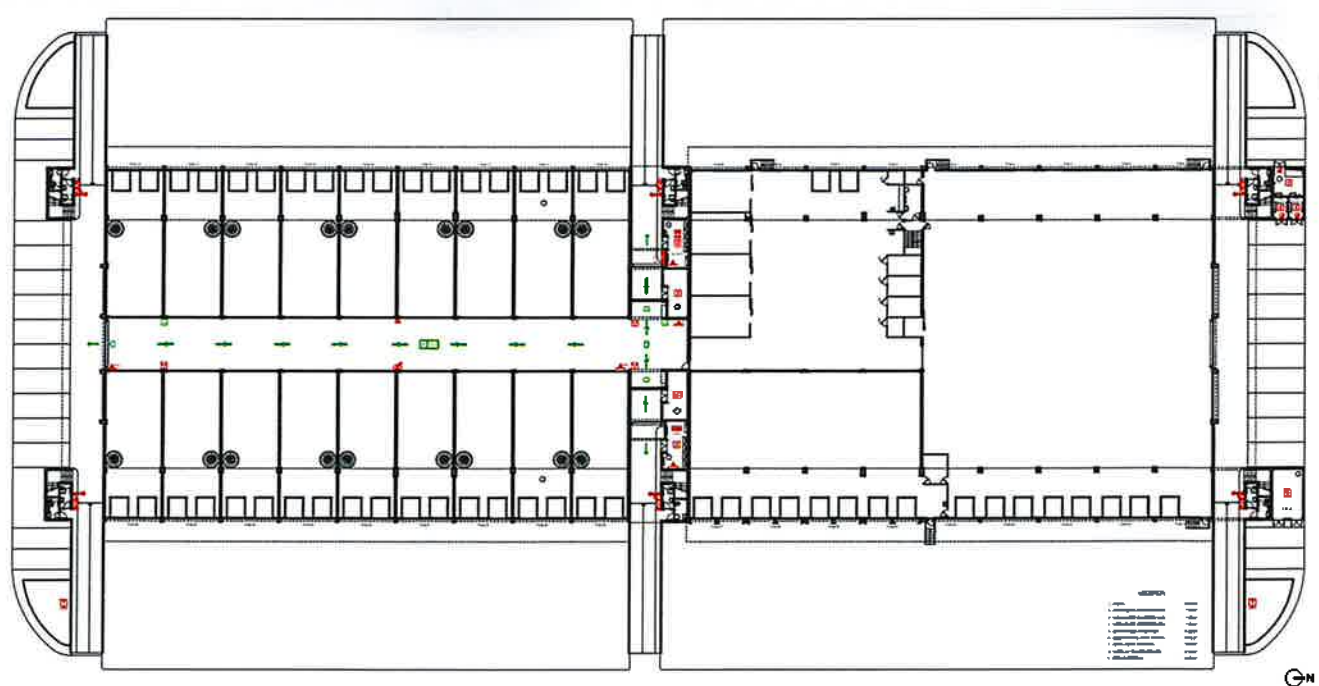
 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Capítulo:	6
		Página:	F - 3/4

a) PLANTAS DE PREVENÇÃO

A03

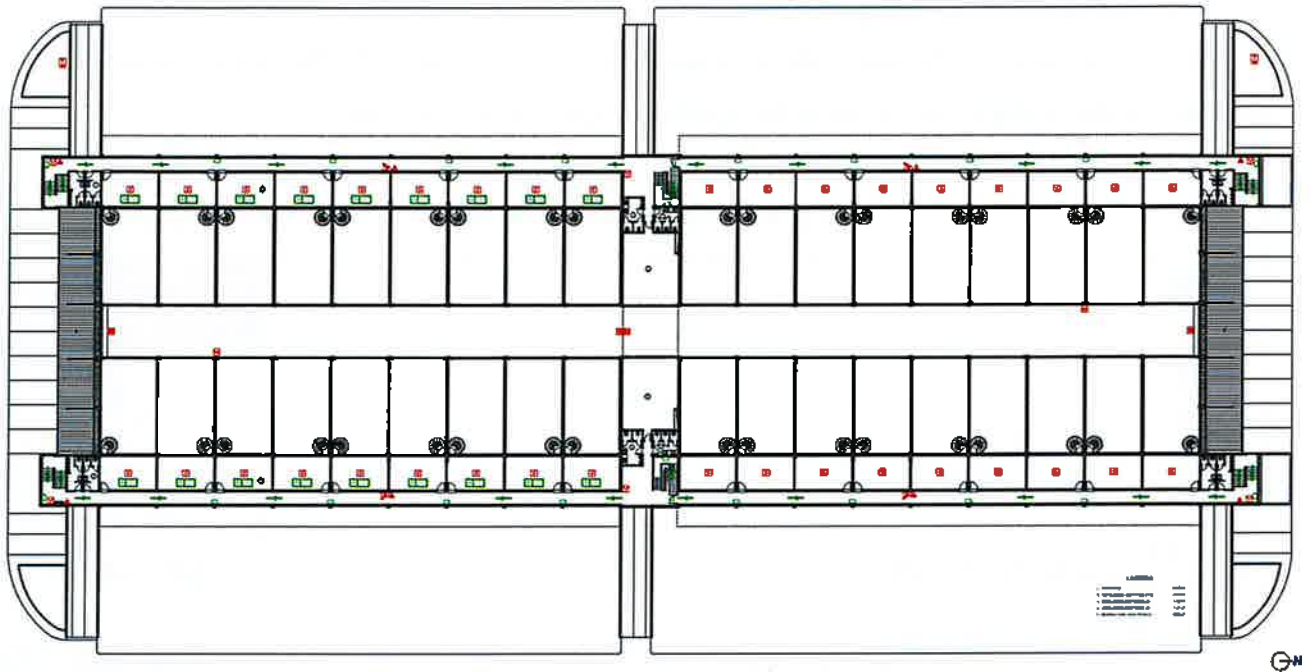


A07 – PISO 0

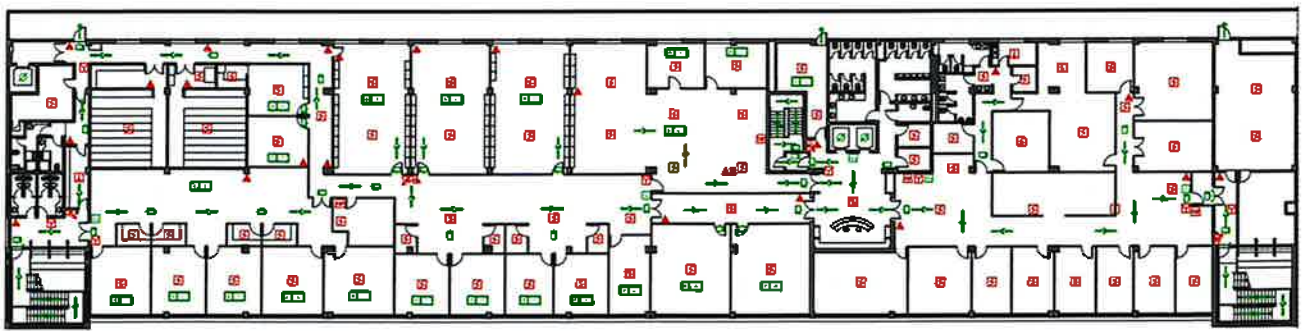
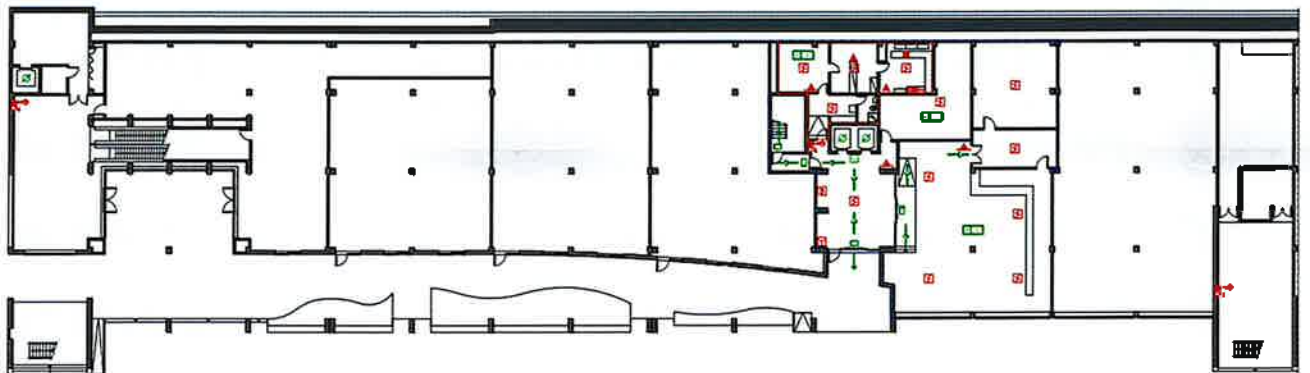


 marl Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Capítulo:	6
		Página:	F - 4/4

A07 – PISO 1



NAC



 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	G - 1/1

G. Contactos em Emergência

- Organismos de Apoio

Neste anexo apresentam-se os Organismos de Apoio com quem o Edifício estabelece contacto para prestar o apoio complementar necessário, em situação de emergência.

Nome/Função no Estabelecimento	Contactos
 Bombeiros Voluntários do Zambujal	219 749 110
 Número Nacional de Emergência Médica	112
 CODU Lisboa	800 500 050
 Linha Saúde 24	808 24 24 24
 CIAV – Centro de Informação Antivenenos	808 250 143
 Hospital Beatriz Ângelo - Loures	219 847 200
 Guarda Nacional Republicana de São Julião do Tojal	219 737 320
 Polícia Judiciária	213 535 380
 CDOS - Centro Distrital de Operações Socorro	218 820 960
 Serviço Municipal de Proteção Civil de Loures	800 966 112
 Câmara Municipal de Loures	211 150 100
 Eletricidade – Piquete Loures	808 505 505
 Lisboa Gás - Piquete	800 201 722
 S.M.A.S. - Loures	219 839 500
 MEO EMPRESAS Avarias	800 206 000

 marl <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 1/53

H. Instruções de Segurança

O presente anexo inclui as instruções de atuação em caso de emergência:

H1 – Instruções Gerais de Segurança;

H2 – Instruções Particulares de Segurança;

H3 – Instruções Especiais de Segurança.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 2/53

H.1. Instruções Gerais de Segurança

- Fazem parte deste anexo as seguintes Instruções:
 - Funcionários do MARL;
 - Gerentes/representante das entidades instaladas;
 - Prestadores de Serviços;
 - Visitantes.

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)

Elementos a divulgar a IGS	<p>A todos os colaboradores do MARL</p> <ul style="list-style-type: none"> - Administração - Prestadores de Serviços residentes
Função	<i>Orientar e condicionar os comportamentos perante uma situação de emergência</i>
SITUAÇÃO	INSTRUÇÕES
ALARME	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se sentir cheiro a queimado ou observar qualquer outro sinal que o faça suspeitar da existência de um incêndio, mas não exista chama ou fumo visíveis, transmita a sua suspeita a um vigilante ou ao Posto de Segurança / Central de Segurança (☎ 219927400) ✓ Se detetar uma Emergência contacte a Posto de Segurança / Central de Segurança (☎ 219927400) indicando: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Nome, local e a área afetada; ✓ Aguarde a chegada de um Vigilante e siga as suas instruções. ✓ Tente acalmar as pessoas presentes no local.
ATUAÇÃO em caso de INCÊNDIO	<p>Se tiver recebido formação na utilização de meios de primeira intervenção e enquanto não estiver no local a EI:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Localize um colega e peça-lhe que o acompanhe. Sempre que possível, um incêndio deve ser combatido por duas pessoas; ✓ Tente extinguir o incêndio com os extintores portáteis ou outros meios de primeira intervenção disponíveis no local, sem correr riscos; ✓ NUNCA utilize extintores de água ou outros agentes extintores à base de água (por exemplo espumas) em equipamentos de natureza elétrica; ✓ Se ficar sem meios para combater o incêndio, ou estes não funcionarem, tente retirar os materiais combustíveis das proximidades do foco de incêndio; ✓ Se as condições piorarem e tiver de abandonar a área, feche todas as portas, que forem possíveis; ✓ Quando um elemento da Equipa de Vigilantes chegar ao local este assumirá o controlo da situação. Siga as suas instruções; <p>Se não tiver recebido formação, abandone imediatamente o local, colocando-se em local seguro, sem entrar em pânico.</p>
ATUAÇÃO em caso de DERRAME	<p>Em caso de DERRAME de produtos químicos tente controlar a situação, mas SEM CORRER RISCOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Tente limitar a fuga utilizando, se possível, os meios de contenção disponíveis na zona; ✓ Caso não tenha conhecimentos técnicos adequados, afaste-se do local em segurança e aguarde a chegada um elemento da Equipa de Vigilantes. Siga as suas instruções.
ATUAÇÃO em caso de FUGA de GÁS	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Em caso de uma fuga de gás tente controlar a situação, mas SEM CORRER RISCOS: ✓ Feche a válvula de corte de gás, se possível; ✓ Se for possível, areje o espaço correspondente, abrindo portas e janelas; ✓ Não acenda fósforos ou isqueiros, nem acione interruptores; ✓ Caso não tenha conhecimentos técnicos adequados, afaste-se do local em segurança e aguarde a chegada um elemento da Equipa de Vigilantes. Siga as suas instruções.

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)

<p>Elementos a divulgar a IGS</p>	<p>A todos os colaboradores do MARL</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Administração</i> - <i>Prestadores de Serviços residentes</i>
<p>ATUAÇÃO em caso de EXPLOÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Proteja-se durante a explosão mantendo-se agachado, com a cabeça entre os braços e, se possível, abrigado por detrás de uma estrutura sólida. Após a explosão, aguarde uns segundos pois poderá ocorrer a projeção de materiais ou desabamento de estruturas; ✓ Caso não tenha conhecimentos técnicos adequados para atuar, afaste-se do local em segurança e aguarde a chegada um elemento da Equipa de Vigilantes; Siga as suas instruções.
<p>ATUAÇÃO em caso de PACOTE SUSPEITO</p>	<p>Qualquer pessoa que receba um telefonema de ameaça de bomba deve prestar a máxima atenção à ocorrência.</p> <p>Ao receber telefonicamente um aviso de bomba/pacote suspeito:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha a calma e responda ao interlocutor com a habitual cortesia que utiliza normalmente na receção das chamadas telefónicas. ✓ Ouça com muita atenção e tome notas, literalmente, de cada palavra que escuta. ✓ Solicite a repetição da mensagem, alegando que não está a ouvir bem. ✓ Pergunte 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. ✓ Tente identificar ruídos de fundo, máquinas, música, comboios a passar, ruído de bar, etc. que possam proporcionar indícios sobre a respetiva localização. ✓ Tente identificar a voz, se é homem ou mulher, qual a idade (velho ou novo), qual o estado de espírito (excitado, calmo, com raiva), etc. <p>Após desligar:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha a calma. Informe unicamente a Posto de Segurança / Central de Segurança e aguarde instruções; ✓ Colabore com o Vigilante no preenchimento da Ficha de Registo; ✓ Considere esta informação como confidencial. Não divulgue esta mensagem a colaboradores próximos.
<p>ATUAÇÃO em caso de encontrar MENOR DE IDADE ABANDONADO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Procure tranquilizá-lo. Tente que o menor de idade lhe informe o nome e a idade; ✓ Comunique a situação a um Vigilante ou à Posto de Segurança / Central de Segurança, fornecendo o nome e idade do menor de idade (se conseguiu essa informação), o aspeto (cor dos cabelos e dos olhos, altura aproximada) e a forma como está vestido; ✓ Siga as instruções dos Vigilantes.
<p>ATUAÇÃO em caso de INUNDAÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Tente efetuar o corte de água; ✓ Tente efetuar o corte de energia na Zona; ✓ Caso não tenha conhecimentos técnicos adequados para atuar, afaste-se do local em segurança e aguarde a chegada um elemento da Equipa de Vigilantes; Siga as suas instruções.

 <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 5/53

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)	
Elementos a divulgar a IGS	A todos os colaboradores do MARL <ul style="list-style-type: none"> - <i>Administração</i> - <i>Prestadores de Serviços residentes</i>
ATUAÇÃO em caso de ACIDENTE PESSOAL ACIDENTE RODOVIÁRIO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Caso não tenha conhecimentos técnicos adequados para prestar os primeiros socorros, mantenha-se no local e aguarde a chegada um elemento da Equipa de Vigilantes; Siga as suas instruções.
ATUAÇÃO em caso de SISMO	<p>Durante um Sismo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Afaste-se de janelas, estantes, armários e outros objetos pesados que possam cair, ✓ Coloque-se debaixo de uma mesa que o proteja de destroços e objetos em queda; se estiver longe de uma mesa, encoste-se a um pilar, ou parede interior, e proteja a cabeça mantendo-a entre os braços com as mãos cruzadas sobre a nuca ✓ Não se assuste se, durante um sismo, faltar a energia elétrica e tocarem Alarmes. Estas situações são normais, ✓ Não tente sair do Edifício durante o sismo. Permaneça protegido até terminar o abalo. <p>Após o sismo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Após o abalo principal podem ocorrer réplicas fortes. Embora de menor magnitude, estas podem provocar a queda de destroços. Proteja-se sempre que houver uma réplica; ✓ Verifique se há incêndios. Tente extingui-los, sem correr riscos; ✓ Não fume nem acenda fósforos nem isqueiros. Não ligue os interruptores. Pode haver curto-circuitos. Utilize uma lanterna elétrica; ✓ Não reocupe as áreas com grandes estragos nem se aproxime das estruturas danificadas; ✓ Verifique se há feridos junto a si. Preste-lhes os Primeiros Socorros. Se não estiver seguro do que está a fazer, não toque nos feridos. Peça ajuda; ✓ Se houver pessoas soterradas, e se for capaz, sem perigo, de os começar a libertar, tente fazê-lo retirando os escombros um a um, começando pelos de cima. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua.
ATUAÇÃO em caso de receber informação para EVACUAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha-se junto de grupos de pessoas, não se isole. Mantenha a calma; ✓ Não utilize os elevadores; ✓ Cumpra as instruções transmitidas pelo sistema de som e/ou pelos Vigilantes; <ul style="list-style-type: none"> ✓ Ajude, sempre que possível, as pessoas mais desfavorecidas fisicamente (crianças, deficientes, pessoas de idade); ✓ Siga pelos caminhos de evacuação e saídas de emergência estabelecidos, de acordo com a informação contida nas plantas de emergência e seguindo a indicação dos membros das Equipas de Emergência do MARL, em direção ao Ponto de Encontro. <p><i>Após o encerramento do MARL ao público, a responsabilidade da evacuação até ao PE é de cada um dos presentes; O Posto de Segurança / central de Segurança tem informação relativa à sua presença.</i></p>

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 6/53

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)	
Elementos a divulgar a IGS	A todos os colaboradores do MARL <ul style="list-style-type: none"> - <i>Administração</i> - <i>Prestadores de Serviços residentes</i>
RECOMENDAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Não entre em pânico; mantenha a calma; ✓ Não grite, nem corra; ✓ Cumprir com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais de Segurança; ✓ Cumprir com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Particulares de Segurança, afixadas junto dos acessos aos locais de risco particular; ✓ Obedecer às instruções dadas pelos elementos da Equipa de Vigilantes; ✓ Prestar as informações solicitadas, as que considerar pertinentes e aguardar instruções; ✓ No Ponto de Encontro: ✓ Dar indicação ao Vigilante da sua chegada; ✓ Apenas regressa ao seu local de trabalho, se receber indicação para tal da Equipa de Vigilantes do MARL.

Existe uma estrutura preparada para atuar em situações de emergência

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 7/53

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)	
Elementos a divulgar a IGS	A todos os Operadores e Clientes do MARL
Função	<i>Orientar e condicionar os comportamentos dos Gerentes das Lojas e respetivo Staff, perante uma situação de emergência</i>
SITUAÇÃO	INSTRUÇÕES
ALARME	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se sentir cheiro a queimado ou observar qualquer outro sinal que o faça suspeitar da existência de um incêndio, mas não exista chama ou fumo visíveis, transmita a sua suspeita a um vigilante ou ao Posto de Segurança - Central de Segurança (☎21 992 7400). ✓ Se detetar uma emergência contacte a Central de Segurança (☎21 992 7400), indicando: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Pavilhão e Nome; local e a área afetada; ✓ Aguarde a chegada de um Vigilante e siga as suas instruções. ✓ Tente acalmar as pessoas presentes no seu espaço, incluindo o público.
ATUAÇÃO em caso de EMERGÊNCIA NO ESPAÇO COMERCIAL	<p>Após o alarme e <u>caso não consiga controlar a situação de emergência</u>, dê ordem de evacuação do seu espaço:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Inicie a evacuação rápida e segura dos ocupantes (colaboradores e clientes), encaminhando-os para os caminhos de evacuação praticáveis até ao Ponto de Encontro; ✓ Não permita a recolha de objetos pessoais nem o regresso aos locais evacuados; ✓ Percorra todo o seu espaço, incluindo as áreas em que os clientes não têm acesso e assegure que todo o pessoal abandonou o espaço; ✓ Depois de verificar o espaço, feche-o sem a trancar e dirija-se para as vias de evacuação praticáveis e posteriormente para o exterior, em direção ao Ponto de Encontro. <p>Após o alarme e <u>caso consiga controlar a situação de emergência</u>, siga os procedimentos seguintes.</p>
ATUAÇÃO em caso de INCÊNDIO	<p>Se tiver recebido formação na utilização de meios de primeira intervenção e enquanto não estiver no local a Equipa de Intervenção:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Desligue o Quadro Elétrico do espaço; ✓ Localize um colega e peça-lhe que o acompanhe. Sempre que possível, um incêndio deve ser combatido por duas pessoas; ✓ Tente extinguir o incêndio com os extintores portáteis ou outros meios de primeira intervenção disponíveis no local, sem correr riscos; ✓ NUNCA utilize extintores de água ou outros agentes extintores à base de água (por exemplo espumas) em equipamentos de natureza elétrica; ✓ Se ficar sem meios para combater o incêndio, ou estes não funcionarem, tente retirar os materiais combustíveis das proximidades do foco de incêndio; ✓ Se as condições piorarem e tiver de abandonar a área, feche a(s) porta(s) e janela(s) atrás de si; ✓ Quando um elemento da Equipa de Vigilantes chegar ao local, este assumirá o controlo da situação. Siga as suas instruções; <p>Se não tiver recebido formação, inicie de imediato os procedimentos de evacuação do espaço.</p>

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)

Elementos a divulgar a IGS

A todos os Operadores e Clientes do MARL

ATUAÇÃO em caso de EXPLOÇÃO

- ✓ Proteja-se durante a explosão mantendo-se agachado, com a cabeça entre os braços e, se possível, abrigado por detrás de uma estrutura sólida. Após a explosão, aguarde uns segundos pois poderá ocorrer a projeção de materiais ou desabamento de estruturas. Dê indicações aos seus colaboradores e clientes que se encontrem no espaço;
- ✓ Assim que possível, inicie procedimentos de evacuação do espaço;
- ✓ Afaste os clientes do local em segurança e aguarde a chegada um elemento da Equipa de Vigilantes. Siga as suas instruções.

ATUAÇÃO em caso de DERRAME

- Caso a sua Loja possua substâncias perigosas, em caso de derrame tente controlar a situação, mas **SEM CORRER RISCOS**:
- ✓ Tente limitar a fuga utilizando os meios de contenção de derrames disponíveis na zona, se possível;
 - ✓ Caso não tenha conhecimentos técnicos adequados, afaste-se do local em segurança e aguarde a chegada um elemento da Equipa de Vigilantes. Siga as suas instruções.

ATUAÇÃO em caso de FUGA DE GÁS

- Caso a sua Loja seja alimentada por gás, em caso de uma **EMISSÃO** tente controlar a situação, mas **SEM CORRER RISCOS**:
- ✓ Feche a válvula de corte de gás, se possível;
 - ✓ Se for possível, areje o espaço correspondente, abrindo portas e janelas;
 - ✓ Não acenda fósforos ou isqueiros, nem accione interruptores;
 - ✓ Caso não tenha conhecimentos técnicos adequados, afaste-se do local em segurança e aguarde a chegada um elemento da Equipa de Vigilantes. Siga as suas instruções.

ATUAÇÃO em caso de PACOTE SUSPEITO

- Qualquer pessoa que receba um telefonema de ameaça de bomba deve prestar a máxima atenção à ocorrência.
- Ao receber telefonicamente um aviso de bomba/pacote suspeito:**
- ✓ Mantenha a calma e responda ao interlocutor com a habitual cortesia que utiliza normalmente na receção das chamadas telefónicas.
 - ✓ Ouça com muita atenção e tome notas, literalmente, de cada palavra que escuta.
 - ✓ Solicite a repetição da mensagem, alegando que não está a ouvir bem.
 - ✓ Pergunte ao interlocutor sobre a localização da bomba e o possível momento da sua explosão. Tente que o interlocutor indique o tipo de bomba, quem a colocou e porquê.
 - ✓ Tente identificar ruídos de fundo, máquinas, música, comboios a passar, ruído de bar, etc. que possam proporcionar indícios sobre a respetiva localização.
 - ✓ Tente identificar a voz, se é homem ou mulher, qual a idade (velho ou novo), qual o estado de espírito (excitado, calmo, com raiva), etc.
- Após desligar:**
- ✓ Mantenha a calma. Informe unicamente o Posto de Segurança / Central de Segurança e aguarde instruções;
 - ✓ Colabore com o Vigilante no preenchimento da Ficha de Registo;
 - ✓ Considere esta informação como confidencial. Não divulgue esta mensagem a colaboradores próximos.
 - ✓ Efetue uma busca no interior da loja. Procure por volumes suspeitos e informe a Central de Segurança do resultado da busca.

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)

Elementos a divulgar a IGS	A todos os Operadores e Clientes do MARL
<p>ATUAÇÃO em caso de SISMO</p>	<p>Durante um sismo adote o seguinte procedimento e dê indicações de atuação aos colaboradores e clientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Afaste-se de janelas, estantes, armários e outros objetos pesados que possam cair, ✓ Coloque-se debaixo de uma mesa que o proteja de destroços e objetos em queda. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se estiver longe de uma mesa, encoste-se a um pilar, ou parede interior, e proteja a cabeça mantendo-a entre os braços com as mãos cruzadas sobre a nuca; ✓ Não se assuste se durante um sismo faltar a energia elétrica e tocarem alarmes. Estas situações são normais, ✓ Não tente sair do edifício durante o sismo. Permaneça protegido até terminar o abalo. <p>Após o sismo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Após o abalo principal podem ocorrer réplicas fortes. Embora de menor magnitude, estas podem provocar a queda de destroços. Proteja-se sempre que houver uma réplica; ✓ Verifique se há incêndios. Tente extingui-los, sem correr riscos; <ul style="list-style-type: none"> ✓ Não fume nem acenda fósforos nem isqueiros. Não ligue os interruptores. Pode haver curto-circuitos. Utilize uma lanterna elétrica; ✓ Não reocupe as áreas com grandes estragos nem se aproxime das estruturas danificadas; ✓ Verifique se há feridos junto a si. Preste-lhes os primeiros socorros. Se não estiver seguro do que está a fazer, não toque nos feridos. Peça ajuda; ✓ Se houver pessoas soterradas e se for capaz, sem risco, de os começar a libertar, tente fazê-lo retirando os escombros um a um, começando pelos de cima. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua.
<p>ATUAÇÃO em caso de INUNDAÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Tente efetuar o corte de água; ✓ Tente efetuar o corte de energia no espaço; ✓ Tente conter a água de modo a que esta não alastre; ✓ Informe o Posto de Segurança / Central de Segurança (☎21 992 7400) ou contacte um vigilante; ✓ Caso não tenha conhecimentos técnicos adequados para atuar, afaste-se do local em segurança e aguarde a chegada um elemento da Equipa de Vigilantes; ✓ Siga as suas instruções.
<p>ATUAÇÃO em caso de receber informação para EVACUAÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha-se junto dos clientes do seu espaço, impedindo que alguém se isole; ✓ Verifique todos os espaços da sua área de intervenção (espaço/boxe) de modo a garantir que ninguém permanece no seu interior; ✓ Desligue a eletricidade, água e gás; ✓ Feche o seu espaço comercial; ✓ Não utilize os elevadores; ✓ Cumpra as instruções transmitidas pelo sistema de som e/ou pelos Vigilantes; ✓ Ajude, sempre que possível, as pessoas mais desfavorecidas fisicamente; ✓ Siga pelos caminhos de evacuação e saídas de emergência estabelecidos, de acordo com a informação contida nas plantas de emergência e seguindo a indicação dos membros das Equipas de Emergência do MARL, em direção ao Ponto de Encontro (PE). <p><i>Após o encerramento do MARL ao público, a responsabilidade da evacuação até ao PE é de cada um dos presentes; de Segurança tem informação relativa à sua presença.</i></p>

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 10/53

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)	
Elementos a divulgar a IGS	A todos os Operadores e Clientes do MARL
RECOMENDAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Não entre em pânico. Mantenha a calma; Não grite, nem corra; ✓ Lembre-se de que tem no seu espaço clientes e que estes devem ser acompanhados durante a emergência; ✓ Cumprir com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais de Segurança; ✓ Cumprir com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Particulares de Segurança, afixadas juntos do(s) acesso(s). ✓ Obedecer às instruções dadas pelos elementos da Equipa de Vigilantes; ✓ Prestar as informações solicitadas, as que considerar pertinentes e aguardar instruções; ✓ No Ponto de Encontro: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Dar indicação ao Vigilante da sua chegada; ✓ Apenas regresse ao seu local de trabalho se receber indicação para tal da Equipa de Vigilantes do MARL.

Uma evacuação organizada é mais rápida e mais segura, por isso, mantenha a calma e não tome decisões precipitadas. Lembre-se que o Centro dispõe de equipas de emergência devidamente formadas e treinadas para atuar em situações de emergência.

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 11/53

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)	
Elementos a divulgar a IGS	A todos os Gerentes de locais com crianças no MARL
Função	<i>Orientar e condicionar os comportamentos dos Gerentes dos espaços comerciais e respetivo Staff, perante uma situação de emergência, em particular pelo envolvimento de crianças</i>
SITUAÇÃO	INSTRUÇÕES
ALARME	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se sentir cheiro a queimado ou observar qualquer outro sinal que o faça suspeitar da existência de um incêndio, mas não exista chama ou fumo visíveis, transmita a sua suspeita a um vigilante do Posto de Segurança / Central de Segurança (☎21 992 7400) ✓ Se detetar uma Emergência contacte a Central de Segurança (☎21 992 7400) indicando: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Local e Nome e/ou Função que desempenha; ✓ Local e a área afetada; ✓ Aguarde a chegada de um Vigilante e siga as suas instruções. ✓ Tente acalmar as pessoas presentes, em particular as crianças.
ATUAÇÃO em caso de EMERGÊNCIA NO ESPAÇO COMERCIAL	<p>Após o alarme, dê ordem de evacuação do local:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Inicie a evacuação rápida e segura dos ocupantes (colaboradores e crianças); <ul style="list-style-type: none"> ✓ Os colaboradores presentes devem, de imediato, reunir as crianças presentes no local de modo a que estas não fiquem expostas a fumos e gases e dirigir-se com as crianças para o exterior do espaço comercial; ✓ Aguardar pelo apoio da segurança (Vigilante) para o acompanhamento até ao Ponto de Encontro; ✓ Seguir os procedimentos de evacuação do local. <p>Após o alarme e <u>caso consiga controlar a situação de emergência</u>, siga os procedimentos seguintes.</p>
ATUAÇÃO em caso de INCÊNDIO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Comunicar, de imediato, à central de segurança (☎ 21 992 7400) ou acionar um botão manual de alarme que avisa de imediato a sala de segurança, via central de deteção de incêndios. ✓ Se tiver recebido formação na utilização de meios de primeira intervenção e enquanto não estiver no local a Equipa de Intervenção: ✓ Localize um colega e peça-lhe que o acompanhe. Sempre que possível, um incêndio deve ser combatido por duas pessoas; ✓ Tente extinguir o incêndio com os extintores portáteis ou outros meios de primeira intervenção disponíveis no local, sem correr riscos; ✓ NUNCA utilize extintores de água ou outros agentes extintores à base de água (por exemplo espumas) em equipamentos de natureza elétrica; ✓ Se ficar sem meios para combater o incêndio ou estes não funcionarem, tente retirar os materiais combustíveis das proximidades do foco de incêndio; ✓ Se as condições piorarem e tiver de abandonar a área, feche todas as portas que forem possíveis; ✓ Quando um elemento da Equipa de Vigilantes chegar ao local, este assumirá o controlo da situação. Siga as suas instruções; <p>Se não tiver recebido formação ou a sua ação não for bem sucedida de imediato inicie Procedimentos de Evacuação de modo a abandonar imediatamente o local, assegurando-se que</p>

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)

Elementos a divulgar
a IGS

A todos os Gerentes de locais com crianças no MARL

todas as crianças foram retiradas em segurança e coloque-se em local seguro, sem entrar em pânico. Para tal:

- ✓ Reunir as crianças presentes no espaço comercial de modo a que estas não fiquem expostas a fumos e gases e dirigir-se com as crianças para o ponto de encontro e cumprir os procedimentos de evacuação do espaço comercial informando a central de segurança;
- ✓ Contactar de imediato o coordenador/a responsável.

Aguardar no ponto de encontro a reabertura do MARL ou outras indicações que os vigilantes/segurança transmitirão.

**ATUAÇÃO
em caso de PACOTE
SUSPEITO**

O recinto do 5 ao Dias por terem um tratamento prioritário ao nível da segurança no MARL recebe uma chamada telefónica proveniente da sala de segurança alertando os funcionários para procederem a uma rápida verificação de objetos estranhos ou colocados em sítios não habituais que possam ter sido deixados/abandonados no interior do espaço.

Qualquer pessoa que receba um telefonema de ameaça de bomba deve prestar a máxima atenção à ocorrência.

Ao receber telefonicamente um aviso de bomba/pacote suspeito:

- ✓ Mantenha a calma e responda ao interlocutor com a habitual cortesia que utiliza normalmente na receção das chamadas telefónicas. Não entre em pânico e não gere o pânico junto de colegas e/ou utentes.
- ✓ Ouça com muita atenção e tome notas, literalmente, de cada palavra que escuta.
- ✓ Solicite a repetição da mensagem, alegando que não está a ouvir bem.
- ✓ Pergunte ao interlocutor sobre a localização da bomba e o possível momento da sua explosão. Tente que o interlocutor indique o tipo de bomba, quem a colocou e porquê.
- ✓ Tente identificar ruídos de fundo, máquinas, música, comboios a passar, ruído de bar, etc. que possam proporcionar indícios sobre a respetiva localização.
- ✓ Tente identificar a voz, se é homem ou mulher, qual a idade (velho ou novo), qual o estado de espírito (excitado, calmo, com raiva), etc.

Após desligar:

- ✓ Mantenha a calma. Informe unicamente a Central de Segurança (☎21 992 7400) e aguarde instruções;
- ✓ Efetue uma pesquisa/verificação de objetos estranhos e de seguida informar a Central de segurança (☎ 21 992 7400) do resultado da pesquisa/verificação;
- ✓ Colabore com o Vigilante no preenchimento da Ficha de Registo (Anexo S);
- ✓ Caso a pesquisa seja positiva, informar de imediato á Central de Segurança e reunir todas as crianças presentes para se dirigirem ao ponto de encontro e cumprir os procedimentos de evacuação informando a Central de segurança que está a dirigir-se para o ponto de encontro;
- ✓ Caso a pesquisa seja negativa, informar a Central de segurança do resultado da mesma e proceder como no ponto anterior;
- ✓ Contactar de imediato a coordenador/a responsável;
- ✓ Aguardar no ponto de encontro a reabertura do pavilhão ou outras indicações que os vigilantes/segurança transmitirão;

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)

Elementos a divulgar a IGS	A todos os Gerentes de locais com crianças no MARL
	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Considere esta informação como confidencial. Não divulgue esta mensagem a colaboradores próximos.
<p>ATUAÇÃO em caso de SISMO</p>	<p>Durante um sismo adote o procedimento seguinte e dê indicações de atuação aos colaboradores e crianças:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Afaste-se de janelas, estantes, armários e outros objetos pesados que possam cair, ✓ Coloque-se debaixo de uma mesa que o proteja de destroços e objetos em queda. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se estiver longe de uma mesa, encoste-se a um pilar, ou parede interior, e proteja a cabeça mantendo-a entre os braços com as mãos cruzadas sobre a nuca; ✓ Não se assuste se, durante um sismo, faltar a energia elétrica e tocarem Alarmes. Estas situações são normais; ✓ Não tente sair do Edifício durante o sismo. Permaneça protegido até terminar o abalo. <p>Após o sismo:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Após o abalo principal podem ocorrer réplicas fortes. Embora de menor magnitude, estas podem provocar a queda de destroços. Proteja-se sempre que houver uma réplica; ✓ Verifique se há incêndios. Tente extingui-los, sem correr riscos; ✓ Não fume nem acenda fósforos nem isqueiros. Não ligue os interruptores. Pode haver curto-circuitos. Utilize uma lanterna elétrica; ✓ Não reocupe as áreas com grandes estragos nem se aproxime das estruturas danificadas; ✓ Verifique se há feridos junto a si. Preste-lhes os Primeiros Socorros. Se não estiver seguro do que está a fazer, não toque nos feridos. Peça ajuda; ✓ Se houver pessoas soterradas, e se for capaz, sem risco, de os começar a libertar, tente fazê-lo retirando os escombros um a um, começando pelos de cima. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua.
<p>ATUAÇÃO em caso de INUNDAÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Tente efetuar o corte de água; ✓ Tente efetuar o corte de energia na loja; ✓ Tente conter a água, de modo a não alastrar; ✓ Caso não tenha conhecimentos técnicos adequados para atuar, afaste-se do local em segurança e aguarde a chegada um elemento da Equipa de Vigilantes; Siga as suas instruções.
<p>ATUAÇÃO em caso de receber informação para EVACUAÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Reunir todos os utentes presentes no local colocando-as em “comboio” sem evidenciar qualquer estado de pânico; ✓ Mantenha atualizada a planta de emergência com os caminhos de evacuação até ao Ponto de Encontro; ✓ Desligar o quadro elétrico; ✓ Não permita a recolha de objetos pessoais nem o regresso aos locais evacuados; ✓ Aguardar pelo apoio da Equipa de Segurança (Vigilante), para o acompanhamento até ao Ponto de Encontro; ✓ Percorra todos os espaços do local, incluindo as áreas que não têm acesso e assegure que todas as crianças foram efetivamente evacuadas; ✓ Depois de verificar os espaços, feche a porta sem a trancar.

 <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa </small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 14/53

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)	
Elementos a divulgar a IGS	A todos os Gerentes de locais com crianças no MARL
	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dirija-se para as vias de evacuação praticáveis e posteriormente para o exterior, em direção ao Ponto de Encontro. ✓ Não utilize os elevadores; ✓ Cumpra as instruções transmitidas pelo sistema de som e/ou pelos Vigilantes; ✓ Siga pelos caminhos de evacuação e saídas de emergência estabelecidos, de acordo com a informação contida nas plantas de emergência e seguindo a indicação dos membros das Equipas de Emergência do MARL, em direção ao Ponto de Encontro (PE); ✓ Caminhe rapidamente, mas sem correr, mantendo todos as crianças agrupadas; ✓ Nas escadas, caminhe encostado à parede ou a um dos lados do corrimão ✓ Não abandone o Ponto de Encontro sem ter indicação nesse sentido
RECOMENDAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Não entre em pânico; Mantenha a calma; Não grite, nem corra; ✓ Informe apenas os colaboradores necessários, a fim de evitar o pânico; ✓ Cumpra com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais de Segurança; ✓ Cumpra com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Particulares de Segurança, afixadas junto do(s) acesso(s) ao local; ✓ Obedeça às instruções dadas pelos elementos da Equipa de Vigilantes; ✓ Preste as informações solicitadas, as que considerar pertinentes e aguarde instruções; ✓ No Ponto de Encontro apenas regresse ao local de origem, se receber indicação para tal da Equipa de Segurança do MARL. ✓ Na eventualidade dos encarregados de educação se apresentarem no Ponto de Encontro e pretenderem levar a criança, terão, obrigatoriamente de ser identificados através do Bilhete de Identidade/CC e preencher o "Termo de Responsabilidade" anexo à lista de identificação das crianças.

Existe uma estrutura preparada para atuar em situações de emergência

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 15/53

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)	
Elementos a divulgar a IGS	Prestadores de Serviços: ✓ Carga/descarga de produtos e/ou resíduos perigosos
Função	<i>Orientar e condicionar os comportamentos dos Prestadores de Serviços perante uma situação de emergência, em particular na carga/descarga de produtos e/ou resíduos perigosos</i>
SITUAÇÃO	INSTRUÇÕES
ALARME	<p>Caso detetem alguma anomalia que possa originar ou que tenha originado uma emergência deve proceder da seguinte forma:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se detetar uma Emergência contacte a Central de Segurança (☎ 21 992 7400), indicando: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Identificação individual e empresa a que pertence; ✓ Local em que ocorreu a emergência; ✓ Tipo de emergência: incêndio, derrame de líquido, explosão, acidente de trabalho, etc. ✓ Meios materiais e meios humanos afetados (caso haja feridos, indicar a gravidade dos ferimentos); ✓ Possível evolução da emergência. ✓ Aguarde a chegada de um Vigilante e siga as suas instruções.
ATUAÇÃO em caso de EMERGÊNCIA	<p>Se tiver recebido formação para atuar em segurança, não pondo a sua segurança e integridade física em perigo EM CASO ALGUM:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Não fume ou acione qualquer fonte de ignição (isqueiros, fósforos, etc.) ✓ Em caso de incêndio, tente extinguir recorrendo aos meios de intervenção existentes no local, SEM CORRER RISCOS. ✓ Se houver derrames de produtos perigosos, tente limitar a fuga utilizando os meios de contenção de derrames disponíveis para o efeito, SEM CORRER RISCOS. ✓ Em caso de uma fuga de gás tente controlar a situação, mas SEM CORRER RISCOS: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Feche a válvula de corte de gás, se possível; ✓ Não acenda fósforos ou isqueiros, nem acione interruptores; ✓ Se não conseguir extinguir o incêndio e caso existam feridos imobilizados nos veículos, afaste-os da zona de perigo. ✓ Aguarde em local seguro a chegada da Equipa de Intervenção e siga as suas instruções. ✓ Se receber ordem de evacuação, siga os procedimentos seguintes.

 <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa </small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 16/53

INSTRUÇÃO GERAL DE SEGURANÇA (IGS)	
Elementos a divulgar a IGS	Prestadores de Serviços: ✓ Carga/descarga de produtos e/ou resíduos perigosos
ATUAÇÃO em caso de EVACUAÇÃO	Mantenha a calma (existe uma estrutura especialmente concebida no MARL para atuar em situações de emergência); ✓ Desligue o veículo ou equipamentos a seu cargo; ✓ Os condutores de camiões cisternas ou de transporte de mercadorias devem: ✓ Suspender as operações em curso em condições de segurança; ✓ Apenas retirar o veículo se tal for indicado pelos Vigilantes, devendo efetuá-lo com as máximas precauções de modo a evitar acidentes com as pessoas que estão a evacuar o edifício. ✓ Seguir as ordens do encarregado da empresa a que pertence ou dos elementos do Centro que atuam na emergência; ✓ Na ausência de instruções, devem dirigir-se para um dos 3 Pontos de Encontro; <i>Após o encerramento do MARL ao público, a responsabilidade da evacuação até ao PE é de cada um dos presentes; a Central de Segurança tem informação relativa à sua presença.</i> ✓ No PE indicar ao Vigilante a sua presença; ✓ Não abandonar as instalações sem comunicá-lo a um dos responsáveis da sua empresa ou a um dos Vigilantes do MARL.
RECOMENDAÇÕES	✓ Mantenha a calma e não corra; ✓ Cumpra com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais de Segurança; ✓ Cumpra com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Particulares de Segurança, afixadas junto do(s) acesso(s) aos locais; ✓ Obedecer às instruções dadas pelos elementos da Equipa de Vigilantes; ✓ Prestar as informações solicitadas, as que considerar pertinentes e aguardar instruções.

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 17/53

H.2. Instruções Particulares de Segurança

- Fazem parte deste anexo as seguintes Instruções:
 - Armazém / Espaço Comercial
 - Gerador de Emergência
 - Armazém / Stock e Material
 - Quadro Elétrico
 - PT/QGBT
 - Sala de Baterias e UPS
 - Área Técnica (AVAC)
 - Sala de bombagem da SI
 - Compartmento de Arrumos
 - Eco Área

ARMAZÉM / ESPAÇO COMERCIAL

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Não fume neste local. ✓ Manter as áreas de armazenagem limpas e arrumadas. ✓ Garantir, um afastamento mínimo de 50 cm entre qualquer mercadoria ou artigo e as cabeças de sprinkler ou detetores de incêndio; ✓ Manter os caminhos de evacuação e os acessos às saídas desobstruídos. ✓ Verifique regularmente o funcionamento dos equipamentos e o estado das instalações e comunique de imediato qualquer anomalia. ✓ Informe a Central de Segurança se detetar qualquer deficiência nos equipamentos e sistemas de proteção contra incêndios (extintores, bocas-de-incêndio, detetores de incêndio, botões manuais de alarme, etc.). ✓ Não faça nem utilize instalações elétricas provisórias, sem autorização prévia da Direção Técnica da MARL, S.A.
Prevenção	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Não efetue trabalhos a quente, ou com utilização de produtos perigosos, sem retirar os materiais combustíveis das proximidades; ✓ Relativamente às metodologias de armazenagem utilizadas, garantir: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Corredores de passagem entre os materiais no mínimo de 50 cm; ✓ Afastamento mínimo relativamente aos tetos, condutas de ventilação e iluminárias de 50 cm; ✓ Total desobstrução e visibilidade dos meios de intervenção (extintores, bocas-de-incêndio, etc.) por estantes, caixas ou outros equipamentos/objetos; ✓ Total desobstrução e visibilidade da sinalização de emergência e de segurança por estantes, caixas ou outros equipamentos/objetos; ✓ Total desobstrução das circulações e saídas deste local.
Se Ocorrer uma Inundação	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Informe a Central de Segurança (☎21 992 7400); ✓ Acione a válvula de corte de água e corte a corrente elétrica no quadro elétrico parcial; ✓ Tente conter a água, de modo a não alastrar.
Se Ocorrer um Incêndio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Informe a Central de Segurança (☎21 992 7400); ✓ Corte a corrente elétrica no quadro elétrico parcial. ✓ Afaste, sempre que possível, os materiais combustíveis das proximidades do foco de incêndio; ✓ Tente extinguir o incêndio com os extintores ou outros meios de primeira intervenção colocados na zona, SEM CORRER RISCOS. ✓ Se não conseguir dominar o incêndio, feche a porta, abandone o local e dirija-se para as saídas de emergências mais próximas.
Em caso de Falha Súbita de Energia	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se não possuir energia alternativa, inicie procedimentos para encerramento temporário da atividade; ✓ Garanta que todos os equipamentos elétricos são desligados.
No final do dia de trabalho	
Certifique-se que todos os equipamentos não essenciais se encontram desligados	

 marl <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 19/53

GERADOR DE EMERGÊNCIA	
	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha as instalações limpas e arrumadas; ✓ Não utilize este espaço como armazém. Providencie a remoção de todos os materiais aqui depositados não relacionados com a atividade e informe o Delegado de Segurança; ✓ Mantenha desobstruídos os acessos e as saídas de emergência. Informe o Delegado de Segurança se detetar alguma anomalia; ✓ Não efetue trabalhos a quente, ou com utilização de substâncias perigosas, sem retirar os materiais combustíveis das proximidades e sem estar autorizado a fazê-lo;
Prevenção	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Verifique, regularmente, o funcionamento dos equipamentos e das instalações e comunique de imediato qualquer anomalia ao Delegado de Segurança; ✓ Informe a Segurança se detetar qualquer deficiência nos equipamentos e sistemas de proteção contra incêndios. ✓ Afaste as possíveis fontes de ignição; ✓ Evite qualquer contacto com o produto derramado

GERADOR DE EMERGÊNCIA

Pequenos Derrames

- ✓ Evitar que o produto entre na rede de drenagem ou atinja solos não impermeabilizados:
 - ✓ Atuar-se imediatamente no sentido de parar o derrame (ex: posicionando o bidão corretamente);
 - ✓ Impedir o alastramento, através da utilização de meios de contenção (material absorvente);
 - ✓ Colocar o material absorvente disponível no local sobre o produto derramado. Deixar atuar;
- ✓ Recolher o material absorvente contaminado e colocar em contentor próprio. O resíduo resultante é considerado resíduo perigoso e informe a Segurança.

Médios Derrames

- ✓ Eliminar de imediato a fuga;
- ✓ Parar os equipamentos na área afetada;
- ✓ Preparar no local material adequado de contenção;
- ✓ Preparar equipamento de extinção, para a eventualidade de serem necessários;
- ✓ Aplicar um manto de espuma, se necessário;
- ✓ Prevenir a contaminação das redes de drenagem/solo, através da utilização dos meios de contenção (material absorvente);
- ✓ Limpar, recolher e considerar o produto derramado como um resíduo perigoso e informe a Segurança.

Se Ocorrer um Derrame

Grandes Derrames

Os depósitos/reservatórios de combustível e /ou óleos de grande capacidade devem possuir bacia de retenção para conter um eventual derrame.

No caso de ocorrência de um grande derrame:

- ✓ Eliminar de imediato a fuga;
- ✓ Parar instalação;
- ✓ Aplicar espuma;
- ✓ Preparar o equipamento de extinção, para a eventualidade de serem necessários;
- ✓ Ventilar o local;
- ✓ Caso o produto derramado fique contido na bacia de retenção, este deve ser recolhido e considerado como um resíduo perigoso;
- ✓ Se o derrame não ficar contido na bacia de retenção, deve-se:
 - ✓ Parar de imediato as bombas dos poços de bombagem. Se possível, o efluente retido no poço de bombagem deve ser recolhido e tratado como resíduo perigoso;
- ✓ Avisar de imediato as autoridades competentes.
- ✓ Informe a Segurança.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

CAPÍTULO 6 – ANEXOS

GERADOR DE EMERGÊNCIA

Se Ocorrer um Incêndio

- ✓ Acione a Botoeira de Alarme mais próxima, ou informe a Central de Segurança (☎ 21 992 7400);
- ✓ Acione os dispositivos de paragem de emergência do Gerador de Emergência caso este esteja em funcionamento.
- ✓ Corte a corrente elétrica.
- ✓ Tente extinguir o incêndio, com os extintores ou outros meios de primeira intervenção colocados na zona, **SEM CORRER RISCOS**.
- ✓ Se não conseguir dominar o incêndio, feche as portas, abandone o local e mantenha-se junto do acesso até à chegada da Equipa de Intervenção.



 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 22/53

ARMAZÉM / STOCK DE MATERIAL

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha as instalações limpas e arrumadas; ✓ Mantenha desobstruídos os acessos e as saídas de emergência; informe a Segurança se detetar alguma anomalia; ✓ Não efetue trabalhos a quente, ou com produção de chamas, sem retirar os materiais combustíveis das proximidades; ✓ Verifique, regularmente, o funcionamento dos equipamentos e das instalações e comunique de imediato qualquer anomalia à Segurança; ✓ Informe a Segurança se detetar qualquer deficiência nos equipamentos e sistemas de proteção contra incêndios. ✓ Relativamente às metodologias de armazenagem utilizadas, garantir: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Corredores de passagem entre os materiais no mínimo de 50 cm; ✓ Afastamento mínimo relativamente aos tetos, condutas de ventilação e iluminárias de 50 cm; ✓ Total desobstrução e visibilidade dos meios de intervenção (extintores, bocas-de-incêndio, etc.) por estantes, caixas ou outros equipamentos/objetos; ✓ Total desobstrução e visibilidade da sinalização de emergência e de segurança por estantes, caixas ou outros equipamentos/objetos; ✓ Total desobstrução das circulações e saídas deste local. ✓ Afaste as possíveis fontes de ignição; ✓ Evite qualquer contacto com o produto derramado;
Prevenção	

ARMAZÉM / STOCK DE MATERIAL

Pequenos Derrames

- ✓ Evitar que o produto entre na rede de drenagem ou atinja solos não impermeabilizados:
 - ✓ Atuar-se imediatamente no sentido de parar o derrame (ex: posicionando o bidão corretamente);
 - ✓ Impedir o alastramento, através da utilização de meios de contenção (material absorvente);
 - ✓ Colocar o material absorvente disponível no local sobre o produto derramado. Deixar atuar;
- ✓ Recolher o material absorvente contaminado e colocar em contentor próprio. O resíduo resultante é considerado resíduo perigoso e informe a Segurança.

Médios Derrames

- ✓ Eliminar de imediato a fuga;
- ✓ Parar os equipamentos na área afetada;
- ✓ Preparar no local material adequado de contenção;
- ✓ Preparar equipamento de extinção, para a eventualidade de serem necessários;
- ✓ Aplicar um manto de espuma, se necessário;
- ✓ Prevenir a contaminação das redes de drenagem/solo, através da utilização dos meios de contenção (material absorvente);
- ✓ Limpar, recolher e considerar o produto derramado como um resíduo perigoso.
- ✓ Informe a Segurança.

Se Ocorrer um Derrame

Grandes Derrames

Os depósitos/reservatórios de combustível e /ou óleos de grande capacidade devem possuir bacia de retenção para conter um eventual derrame.

No caso de ocorrência de um grande derrame:

- ✓ Eliminar de imediato a fuga;
- ✓ Parar instalação;
- ✓ Aplicar espuma;
- ✓ Preparar o equipamento de extinção, para a eventualidade de serem necessários;
- ✓ Ventilar o local;
- ✓ Caso o produto derramado fique contido na bacia de retenção, este deve ser recolhido e considerado como um resíduo perigoso.
- ✓ Se o derrame não ficar contido na bacia de retenção, deve-se:
 - ✓ Parar de imediato as bombas dos poços de bombagem. Se possível, o efluente retido no poço de bombagem deve ser recolhido e tratado como resíduo perigoso.
 - ✓ Avisar de imediato as autoridades competentes.
- ✓ Informe a Segurança.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 24/53

ARMAZÉM / STOCK DE MATERIAL	
Se Ocorrer uma Inundação	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Informe a Central de Segurança (☎ 21 992 7400) ou um vigilante; ✓ Acione a válvula de corte de água e corte a corrente elétrica no quadro elétrico parcial; ✓ Tente conter a água, de modo a não alastrar.
Se Ocorrer um Incêndio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Acione a Botoneira de Alarme mais próximo, informe a Central de Segurança (☎ 21 992 7400) ou um vigilante próximo; ✓ Se possível corte a corrente elétrica. ✓ Tente extinguir o incêndio, com os extintores ou outros meios de primeira intervenção colocados na zona, SEM CORRER RISCOS. ✓ Se não conseguir dominar o incêndio, feche as portas e janelas, abandone o local e mantenha-se junto do acesso até à chegada da Equipa de Intervenção

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 25/53

QUADROS ELÉTRICOS	
	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha desobstruído o acesso ao Quadro Elétrico; ✓ Verifique regularmente o funcionamento dos equipamentos e das instalações e comunique de imediato qualquer anomalia à Segurança; ✓ Assegure de imediato a realização das reparações necessárias as quais deverão ser efetuadas por pessoal habilitado;
Prevenção	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Não faça nem utilize instalações elétricas provisórias sem o conhecimento da Direção Técnica da MARL, S.A; ✓ Informe a Segurança se detetar qualquer deficiência nos equipamentos e sistemas de proteção contra incêndios.
Se Ocorrer um Incêndio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Acione a Botoneira de Alarme mais próximo, informe a Central de Segurança (☎-21 992 7400) ou um vigilante próximo; ✓ Se possível corte a corrente elétrica. ✓ Tente extinguir o incêndio, com os extintores colocados na zona, SEM CORRER RISCOS. ✓ NUNCA utilize Extintores de Água ou outros agentes extintores à base de água (por exemplo espumas). ✓ Se não conseguir dominar o incêndio, feche as portas, abandone o local e mantenha-se junto do acesso até à chegada da Equipa de Intervenção.

POSTO DE TRANSFORMAÇÃO / QGBT

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha desobstruído o acesso ao PT e QGBT; ✓ Verifique, regularmente, o funcionamento dos equipamentos e das instalações e comunique de imediato qualquer anomalia à Segurança; ✓ Assegure de imediato a realização das reparações necessárias as quais deverão ser efetuadas por pessoal habilitado;
Prevenção	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Não faça nem utilize instalações elétricas provisórias sem o conhecimento da Direção Técnica da MARL, S.A; ✓ Informe a Segurança se detetar qualquer deficiência nos equipamentos e sistemas de proteção contra incêndios.
Se Ocorrer um Incêndio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Alcione a Botoneira de Alarme mais próximo, informe a Central de Segurança (☎ 21 992 7400) ou um vigilante próximo; ✓ Se possível corte a corrente elétrica. ✓ Tente extinguir o incêndio, com os extintores colocados na zona, SEM CORRER RISCOS. ✓ NUNCA utilize Extintores de Água ou outros agentes extintores à base de água (por exemplo espumas). ✓ Se não conseguir dominar o incêndio, feche as portas, abandone o local e mantenha-se junto do acesso até à chegada da Equipa de Intervenção.



SALA DE BATERIAS E UPS

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha as instalações limpas e arrumadas; ✓ Não utilize este espaço como armazém. Providencie a remoção de todos os materiais aqui depositados não relacionados com a atividade e informe a Segurança; ✓ Mantenha desobstruídos os acessos e as saídas de emergência. Informe a Segurança se detetar alguma anomalia; ✓ Não efetue trabalhos a quente, ou com utilização de substâncias perigosas.
Prevenção	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Verifique regularmente o funcionamento dos equipamentos e das instalações e comunique de imediato qualquer anomalia à Segurança; ✓ Informe a Segurança se detetar qualquer deficiência nos equipamentos e sistemas de proteção contra incêndios. ✓ Afaste as possíveis fontes de ignição; ✓ Evite qualquer contacto com o produto derramado;
Se Ocorrer Libertação de Hidrogénio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Em caso de libertação de Hidrogénio, acione a Botoneira de Alarme mais próxima, informe o Posto de Segurança - Central de Segurança (☎-21 992 7400) ou um vigilante próximo. ✓ Se possível corte a corrente elétrica. ✓ Em caso de incêndio tente atuar com os extintores colocados na zona, SEM CORRER RISCOS.
Se Ocorrer um Incêndio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Acione a Botoneira de Alarme mais próximo, informe a Central de Segurança (☎21 992 7400) ou um vigilante; ✓ Se possível corte a corrente elétrica. ✓ Tente extinguir o incêndio, com os extintores colocados na zona, SEM CORRER RISCOS. ✓ Se não conseguir dominar o incêndio, feche as portas e janelas, abandone o local e mantenha-se junto do acesso até à chegada da Equipa de Intervenção.
Se Ocorrer uma Inundação	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Informe a Central de Segurança (☎-21 992 7400) ou um vigilante; ✓ Acione a válvula de corte de água e corte a corrente elétrica no quadro elétrico parcial; ✓ Tente conter a água, de modo a não alastrar.
Se Ocorrer um Derrame	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Afaste as possíveis fontes de ignição; ✓ Evite qualquer contacto com o produto derramado; ✓ Tente delimitar e conter o produto derramado com os meios de contenção existentes; ✓ No final, remover o material absorvente contaminado, utilizado no combate ao derrame, para recipientes ou contentores apropriados e encaminhe-os para eliminação em segurança; ✓ Informe a Segurança.

Área Técnica (AVAC)

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Não fume nem faça fogo neste local; ✓ Não faça nem utilize, instalações elétricas improvisadas, sem o conhecimento do Delegado de Segurança; ✓ Mantenha a área técnica permanentemente limpa, arrumada e não permita a acumulação de materiais não essenciais ao armazenamento; ✓ Garanta a evacuação total e diária dos lixos e detritos; ✓ Verifique regularmente, o funcionamento dos equipamentos e comunique de imediato qualquer anomalia; ✓ Assegure de imediato a realização das reparações necessárias, por pessoal habilitado; ✓ Siga as normas de segurança dos equipamentos; ✓ Ao instalar equipamentos, verifique se estes não impedem a acessibilidade aos meios de proteção contra incêndio e se a evacuação não fica impedida ou prejudicada; ✓ Os equipamentos devem ser colocados sobre suportes estáveis, ao abrigo da humidade, em locais bem-adaptados e com instalação elétrica adequada; ✓ Não permita a ligação de vários equipamentos elétricos à mesma tomada; ✓ Em caso de deteção de qualquer lacuna nos equipamentos e/ou sistemas de proteção contra incêndios (extintores, sinalética, iluminação, etc.), informar o Delegado de Segurança; ✓ Mantenha desobstruídos os acessos à área técnica (AVAC), não permitindo a acumulação de objetos combustíveis na sua proximidade; ✓ Não efetue trabalhos a quente, ou com produção de chamas, sem retirar os materiais combustíveis das proximidades, sem o conhecimento e autorização do Delegado de Segurança.
Prevenção	
Se Ocorrer um Incêndio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Acione a Botoneira de Alarme mais próximo, informe a Central de Segurança (☎21 992 7400) ou um vigilante; ✓ Se possível corte a corrente elétrica. ✓ Tente extinguir o incêndio, com os extintores colocados na zona, SEM CORRER RISCOS. ✓ Se não conseguir dominar o incêndio, feche as portas e janelas, abandone o local e mantenha-se junto do acesso até à chegada da Equipa de Intervenção. ✓ Se existirem vítimas, ou pessoas a evacuar, deve ser dada prioridade às pessoas e posteriormente ao património.
Se Ocorrer uma Inundação	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Informe a Central de Segurança (☎21 992 7400) ou um vigilante; ✓ Acione a válvula de corte de água e corte a corrente elétrica no quadro elétrico parcial; ✓ Tente conter a água, de modo a não alastrar.
Se Ocorrer um Derrame	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Afaste as possíveis fontes de ignição; ✓ Evite qualquer contacto com o produto derramado; ✓ Tente delimitar e conter o produto derramado com os meios de contenção existentes; ✓ No final, remover o material absorvente contaminado, utilizado no combate ao derrame, para recipientes ou contentores apropriados e encaminhe-os para eliminação em segurança; ✓ Informe a Segurança.

O AVAC deve desligar sempre que existe um alarme.

Se não existir SADI, o mesmo tem de ser desligado manualmente.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 29/53

CENTRAL DE BOMBAGEM DO SI	
	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha as instalações limpas e arrumadas; ✓ Não utilize este espaço como arrumos. Providencie a remoção de todos os materiais aqui depositados não relacionados com a atividade e informe a Segurança; ✓ Mantenha desobstruídos os acessos e as saídas de emergência; informe o Delegado de Segurança se detetar alguma anomalia;
Prevenção	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Não efetue trabalhos a quente, ou com utilização de substâncias perigosas; ✓ Verifique regularmente o funcionamento dos equipamentos e das instalações e comunique de imediato qualquer anomalia à Segurança; ✓ Informe a Segurança se detetar qualquer deficiência nos equipamentos e sistemas de proteção contra incêndios.
Se Ocorrer um Derrame	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Afaste as possíveis fontes de ignição; ✓ Evite qualquer contacto com o produto derramado; ✓ Tente delimitar e conter o produto derramado com os meios de contenção existentes; ✓ No final, remover o material absorvente contaminado, utilizado no combate ao derrame, para recipientes ou contentores apropriados e encaminhe-os para eliminação em segurança; ✓ Informe a Segurança.
Se Ocorrer uma Inundação	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Informe a Central de Segurança (☎21 992 7400) ou um vigilante; ✓ Acione a válvula de corte de água e corte a corrente elétrica no quadro elétrico parcial; ✓ Tente conter a água, de modo a não alastrar.
Se Ocorrer um Incêndio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Alcione a Botoneira de Alarme mais próximo, informe a Central de Segurança (☎21 992 7400) ou um vigilante próximo; ✓ Se possível corte a corrente elétrica. ✓ Tente extinguir o incêndio, com os Extintores colocados na zona, SEM CORRER RISCOS. ✓ Se não conseguir dominar o incêndio, feche as portas e janelas, abandone o local e mantenha-se junto do acesso até à chegada da Equipa de Intervenção

Compartimento de Arrumos

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Não fume nem faça fogo neste local; ✓ Não faça nem utilize, instalações elétricas improvisadas, sem o conhecimento do Delegado de Segurança; ✓ Mantenha o compartimento de arrumos permanentemente limpo, arrumado e não permita a acumulação de materiais não essenciais ao armazenamento; ✓ Garanta a evacuação total e diária dos lixos e detritos; ✓ Verifique regularmente, o funcionamento dos equipamentos e comunique de imediato qualquer anomalia;
Prevenção	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Assegure de imediato e realização das reparações necessárias, efetuadas por pessoal habilitado; ✓ Respeite as normas de segurança dos equipamentos; ✓ Não permita a ligação de vários equipamentos elétricos à mesma tomada; ✓ Em caso de deteção de qualquer lacuna nos equipamentos e/ou sistemas de proteção contra incêndios (extintores, sinalética, iluminação, etc.), informar o Delegado de Segurança; ✓ Mantenha desobstruídos os acessos a este local, não permitindo a acumulação de objetos combustíveis na sua proximidade;
Se Ocorrer um Incêndio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Acione a Botoneira de Alarme mais próximo, informe a Central de Segurança (☎21 992 7400) ou um vigilante; ✓ Se possível corte a corrente elétrica. ✓ Tente extinguir o incêndio, com os extintores colocados na zona, SEM CORRER RISCOS. ✓ Se não conseguir dominar o incêndio, feche as portas e janelas, abandone o local e mantenha-se junto do acesso até à chegada da Equipa de Intervenção. ✓ Se existirem vítimas, ou pessoas a evacuar, deve ser dada prioridade às pessoas e posteriormente ao património.
Se Ocorrer uma Inundação	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Informe a Central de Segurança (☎-21 992 7400) ou um vigilante; ✓ Acione a válvula de corte de água e corte a corrente elétrica no quadro elétrico parcial; ✓ Tente conter a água, de modo a não alastrar.
Se Ocorrer um Derrame	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Afaste as possíveis fontes de ignição; ✓ Evite qualquer contacto com o produto derramado; ✓ Tente delimitar e conter o produto derramado com os meios de contenção existentes; ✓ No final, remover o material absorvente contaminado, utilizado no combate ao derrame, para recipientes ou contentores apropriados e encaminhe-os para eliminação em segurança; ✓ Informe a Segurança.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

CAPÍTULO 6 – ANEXOS

Eco Área

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha as instalações arrumadas; ✓ Garanta que os resíduos são colocados apenas e só nos locais respetivos, respeitando as áreas/contentores adequados; ✓ Mantenha desobstruídos os acessos e as saídas de emergência. Informe a Segurança se detetar alguma anomalia;
Prevenção	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Não efetue trabalhos a quente, ou com utilização de substâncias perigosas, ✓ Verifique, regularmente, o funcionamento dos equipamentos e das instalações e comunique de imediato qualquer anomalia à Segurança; ✓ Informe a Segurança se detetar qualquer deficiência nos equipamentos e sistemas de proteção contra incêndios.
Se Ocorrer um Incêndio	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Acione a Botoneira de Alarme mais próximo, informe a Central de Segurança (☎21 992 7400) ou um vigilante próximo; ✓ Se possível corte a corrente elétrica. ✓ Tente extinguir o incêndio, com os extintores ou outros meios de primeira intervenção colocados na zona, SEM CORRER RISCOS. ✓ Se não conseguir dominar o incêndio, feche as portas e janelas, abandone o local e mantenha-se junto do acesso até à chegada da Equipa de Intervenção.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 32/53

H.3. Instruções Especiais de Segurança

- Fazem parte deste anexo as seguintes Instruções:
 - Armazém de Loja
 - Diretor do PEI;
 - Grupo de Apoio;
 - Coordenador Geral de Emergência;
 - Coordenador Local de Emergência;
 - Equipas de Emergência:
 - *Central de Segurança – COE;*
 - *Equipa de Intervenção;*
 - *Equipa de Manutenção;*
 - *Equipa de Evacuação;*
 - *Equipa de Primeiros Socorros.*

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 33/53

DIRECTOR DO PEI (DPEI)	
Elementos a divulgar a IES	⇒ <i>Director do PEI (Comissão Executiva)</i> ⇒ <i>Director de Operações</i>
Função em emergência	<i>Gestão das operações em situação de emergência</i>
SITUAÇÃO	INSTRUÇÕES
Tipificação das Situações possíveis	<i>SITUAÇÃO 1 – Ocupação Normal (9h00 – 18h00 – TDU)</i> <i>SITUAÇÃO 2 – Ocupação SDF (0h00 – 24h00)</i> <i>SITUAÇÃO 3 – Ocupação Noite (18h00-09h00 TDU)</i>
Se for informado de uma EMERGÊNCIA Situação 1	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dirija-se à Central de Segurança, que é neste momento constituída COE; ✓ Peça todas as informações disponíveis até ao momento; ✓ Contacte o CGE e inteire-se do evoluir da situação; ✓ Decida a ativação do PEI; ✓ Avalie a situação, se necessário convoque o Grupo de Apoio na totalidade ou os elementos que considerar necessários à gestão da situação; ✓ Siga os Procedimentos de Atuação em caso de Emergência; ✓ Assegure os contactos com as entidades externas, nomeadamente equipas de socorro, autoridades, entidades oficiais.
Se for informado de uma EMERGÊNCIA Situação 2, 3, 4 ou 5	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Assim que possível dirija-se a Central de Segurança; ✓ Mantenha-se permanentemente contactável ou indique substituto; ✓ Siga os Procedimentos de Atuação para a Situação 1.
ATUAÇÃO em caso de DE AMEAÇA DE BOMBA OU PACOTE SUSPEITO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Avalie a credibilidade da ameaça; ✓ Caso considere a ameaça credível ou tenha dúvidas, dê instruções para contactar a Polícia de Segurança Pública e ordene a difusão de CÓDIGO ARCO-ÍRIS AMARELO caso esta comunicação não tenha sido já transmitida; ✓ Decida, em função do desenvolvimento da emergência e das informações obtidas junto das entidades externas (PSP; Brigada de Minas e Armadilhas), as ações a tomar; ✓ Pondere, em conjunto com os responsáveis das forças de segurança, a decisão da EVACUAÇÃO GERAL do edifício; ✓ Caso entenda que a ameaça deve ser considerada como real ative o PEI e dê ordem de evacuação (CÓDIGO ARCO-ÍRIS VERDE) e declare o NÍVEL 3 de emergência, se for previsível que o sinistro venha a afetar a totalidade do edifício; ✓ Preste todo o apoio à evacuação. Garante a transmissão às equipas de intervenção e de evacuação de informações sobre os percursos de evacuação mais seguros, zonas do edifício a evitar, etc. ✓ Em caso de demora de alguma das equipas, assegure que são designados elementos disponíveis das equipas de emergência em número suficiente como reforço para efetuar a verificação da área; ✓ Siga os Procedimentos de Atuação em caso de Emergência.

DIRECTOR DO PEI (DPEI)

DIRECTOR DO PEI (DPEI)	
Elementos a divulgar a IES	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ <i>Diretor do PEI (Comissão Executiva)</i> ⇒ <i>Diretor de Operações</i>
ATUAÇÃO em caso de DE EMERGÊNCIA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Permaneça no COE. ✓ Coordene e dirija toda a operação com base no conhecimento do local afetado e das informações transmitidas pelo CGE ou CLE. ✓ Assegure-se que foram ativadas as equipas e procedimentos adequados através dos CÓDIGOS ARCO-ÍRIS aplicáveis. ✓ Decida em função do desenvolvimento da situação e das informações obtidas as ações a empreender: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se pediu apoio externo, confirme que o ALERTA foi transmitido. ✓ Em função das informações recebidas, ou caso seja previsível que a segurança das pessoas do edifício e as operações de combate ao sinistro possam estar comprometidas, declare o NÍVEL 3 de emergência. ✓ Outras necessárias e decorrentes do evoluir da emergência. ✓ Pondere com o apoio do GGE a decisão da EVACUAÇÃO GERAL do edifício; ✓ Dê instruções ao Vigilante do Posto de Segurança - Central de Segurança/ COE para emitir a ordem de evacuação geral a todas as Equipas de Evacuação (CÓDIGO ARCO-ÍRIS VERDE); ✓ Defina com o Grupo de Apoio o teor da informação a veicular para o exterior (comunicação social, familiares diretos de clientes e pessoal, etc.); ✓ Solicite ao CGE para receber os responsáveis dos meios de socorro externo e acompanhá-los até ao COE ou ao local do sinistro. ✓ Assegure a minimização dos impactes ambientais nas operações. ✓ Quando a situação estiver controlada e terminada, declare o FIM DA EMERGÊNCIA. ✓ Após o fim da emergência, faça uma inspeção à área sinistrada, com os CGE/CLE, para a elaboração dos relatórios necessários.
RECOMENDAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Não entre em pânico. Mantenha a calma; ✓ Não grite, nem corra; ✓ Dê as ordens de forma clara e objetiva. Assegure-se que as suas indicações foram convenientemente percebidas e do seu cumprimento; ✓ Cumpra com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais e Particulares; ✓ Desempenhe as funções de acordo com a estrutura definida.

 <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa </small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 35/53

GRUPO DE APOIO	
Elementos a divulgar a IES	⇒ <i>Secretária</i> ⇒ <i>Rececionista</i> ⇒ <i>Assistente de Gestão</i> ⇒ <i>Técnico de Manutenção</i> ⇒ <i>Encarregado de Manutenção</i>
Função	<i>Prestar apoio logístico ao Diretor do PEI (DPEI)</i> <i>Elaborar a informação para divulgar à Comunicação Social</i> <i>Avaliar e tratar a informação relacionada com a situação de emergência</i> <i>Garantir o contacto com os familiares das eventuais vítimas</i> <i>Gerir a emergência em termos ambientais</i>
SITUAÇÃO	INSTRUÇÕES
Se for informado de uma EMERGÊNCIA	✓ Dirija-se para o local designado pelo Director do PEI.
ATUAÇÃO em caso de DE EMERGÊNCIA	✓ Preste assessoria ao DPEI, executando as tarefas ou compilando a informação que lhe for requerida. ✓ Apoiar o DPEI na tomada de decisões e ações necessárias ao controlo de uma emergência. ✓ Avaliar, juntamente com o DPEI, a capacidade de resposta interna e a eventual necessidade de recorrer a apoio externo. ✓ Manter permanentemente o registo da situação de emergência. ✓ Ponderar em conjunto com o DPEI a necessidade de formação de uma equipa responsável pela salvaguarda da informação, documentos e equipamentos que se considerem importantes. Caso seja considerado como necessário: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Designar os elementos para execução destas tarefas. ✓ A decisão sobre a intervenção desta equipa dependerá da evolução da emergência e da importância dos documentos/equipamentos em causa.
RECOMENDAÇÕES	✓ Não entre em pânico. Mantenha a calma; ✓ Não grite, nem corra; ✓ Cumpra com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais e Particulares; ✓ Desempenhe as funções de acordo com a estrutura definida.

 <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa </small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 36/53

COORDENADOR GERAL DE EMERGÊNCIA (CGE)

Elementos a divulgar a IES	⇨ <i>Diretor de Operações</i> ⇨ <i>Chefe de Operações</i> ⇨ <i>Vigilante Chefe de Grupo</i>
Funções em Emergência	<i>Direcção e coordenação das operações em situação de emergência</i>
SITUAÇÃO	INSTRUÇÕES
Tipificação das Situações possíveis	<i>SITUAÇÃO 1 – Ocupação Normal (9h00 – 18h00 – TDU)</i> <i>SITUAÇÃO 2 – Ocupação SDF (0h00 – 24h00)</i> <i>SITUAÇÃO 3 – Ocupação Noite (18h00-09h00 TDU)</i>
Se for informado de uma EMERGÊNCIA Situação 1 ou Situação 2	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dirija-se à Central de Segurança, que é neste momento constituída COE; ✓ Siga os Procedimentos de Atuação em caso de Emergência.
Se for informado de uma EMERGÊNCIA Situação 3, 4 ou 5	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Assim que possível dirija-se à Central de Segurança; ✓ Mantenha-se permanentemente contactável para ser informado do desenvolvimento da ocorrência e das ações em curso para o seu controlo; ✓ Uma vez chegado à Central de Segurança siga os Procedimentos de Atuação em caso de Emergência.
ATUAÇÃO GERAL em caso de EMERGÊNCIA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Peça todas as informações disponíveis, até ao momento. Contacte o CLE e inteire-se do evoluir da situação; ✓ Avalie a informação recebida e se necessário contacte o DPEI; ✓ Avalie a situação e, em coordenação com o DPEI, estabelece um Plano de Ações para dominar ou limitar o sinistro; ✓ Mantenha informado o DPEI quanto às características e possível evolução da situação; ✓ Preste apoio técnico e logístico ao CLE no desempenho das suas funções; ✓ Assegure a minimização dos impactes ambientais nas operações; ✓ Informe o DPEI da situação ocorrida e das ações tomadas; ✓ À chegada da ajuda externa, informe os responsáveis das equipas de socorro sobre a situação e preste toda a colaboração possível; ✓ Se receber a informação de passagem ao NÍVEL 3 de emergência ou receber a comunicação de CÓDIGO ARCO-IRIS VERDE, coordene a atuação da Equipa de Emergência de modo a apoiar a Evacuação Geral. ✓ Uma vez declarado o Fim da Emergência, inspecione a área sinistrada com o CLE e DPEI e elabore, conjuntamente com CLE, um Relatório

COORDENADOR GERAL DE EMERGÊNCIA (CGE)

<p>Elementos a divulgar a IES</p>	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ <i>Diretor de Operações</i> ⇒ <i>Chefe de Operações</i> ⇒ <i>Vigilante Chefe de Grupo</i>
<p>ATUAÇÃO em caso de SISMO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Acompanhe a evolução do sinistro para determinar a eventual necessidade de: <ul style="list-style-type: none"> ✓ efetuar o corte de energia elétrica, água potável e gás ✓ evacuar sinistrados ✓ Verifique o funcionamento de todos os sistemas de segurança e garanta os ajustes necessários; ✓ Avalie a situação efetuando inventário dos danos existentes. Com base nestes elementos avalie a necessidade de providenciar reparações expeditas, de evacuar locais ou de qualquer outra medida com vista a minimizar danos pessoais e patrimoniais adicionais; ✓ Se ocorrerem sinistros procurar as hipóteses correspondentes para determinação dos procedimentos a seguir. ✓ Lembre-se que perante um sismo grave, os meios de socorro externo poderão não ter capacidade de resposta para acorrer a todas as situações graves. Nesse caso, todas as ações de socorro terão de ser coordenadas por si com recurso aos ocupantes do edifício. ✓ Acompanhado por membros das Equipas de Intervenção e de Manutenção, inicie de imediato uma pesquisa para detetar danos estruturais graves. Se os detetar, dê imediatamente ordem de evacuação da área. ✓ Confirme a existência de incêndios nas zonas em Alarme que lhe forem eventualmente transmitidas pela Central de Segurança.
<p>ATUAÇÃO em caso de INUNDAÇÃO FURTO/ROUBO DISTURBIOS INTRUSÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Avalie a situação e, sempre que se justificar, transmita o Alarme ao DPEI; ✓ Aguarde por instruções.
<p>ATUAÇÃO em caso de AMEAÇA DE BOMBA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Garanta a difusão do CÓDIGO ARCO-ÍRIS AMARELO e coordene as buscas nas zonas suspeitas; ✓ Providenciar o contacto com as forças de segurança. ✓ Avaliar a situação e determinar a necessidade de evacuação do edifício, se a situação o exigir, pedir autorização ao DC.
<p>ATUAÇÃO em caso de SABOTAGEM</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Avalie a situação e determine a necessidade de evacuação do edifício, se a situação o exigir; ✓ Informe o DPEI para que este ative o PEI; ✓ Instrua o COE para ativar o plano de evacuação do edifício; ✓ Acompanhe a evolução do sinistro para determinar a eventual necessidade de: <ul style="list-style-type: none"> ✓ efetuar o corte de energia elétrica, água potável e gás; ✓ evacuar sinistrados.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

CAPÍTULO 6 – ANEXOS

COORDENADOR GERAL DE EMERGÊNCIA (CGE)

<p>Elementos a divulgar a IES</p>	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ <i>Diretor de Operações</i> ⇒ <i>Chefe de Operações</i> ⇒ <i>Vigilante Chefe de Grupo</i>
<p>ATUAÇÃO em caso de ser informado sobre ACIDENTE NO EXTERIOR</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Avalie a situação e ✓ determine eventuais danos e possível evolução da situação; ✓ Informe o DPEI; ✓ Implemente as medidas preventivas necessárias.
<p>ATUAÇÃO em caso de FALHA SÚBITA DE ENERGIA</p>	<p>Avalie a situação:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Caso os geradores de emergência não arranquem, garanta que uma equipa foi designada para proceder ao arranque manual; ✓ Caso não seja possível o arranque deverá contactar com o DPEI e avaliar com ele a necessidade de ativar o PEI; ✓ Aguardar instruções.
<p>ATUAÇÃO para RETOMAR A NORMALIDADE</p>	<p>Terminado o sinistro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Certificar-se com o Comandante das Operações de Socorro que as operações terminaram; ✓ Providencie a limpeza do local sinistrado assegurando o encaminhamento dos resíduos e outros materiais para destino final adequado; ✓ Providencie a imediata substituição dos extintores utilizados e outros meios danificados; ✓ Verifique o normal funcionamento dos sistemas de segurança existentes no local sinistrado (deteção de incêndios, deteção de intrusão); ✓ Verifique o normal funcionamento dos sistemas de segurança existentes no local afetado (deteção de incêndios, câmaras CCTV, iluminação de emergência, controlo de acessos, deteção de intrusão); ✓ Verifique o normal funcionamento dos serviços da zona sinistrada; ✓ Articule com o DPEI a oportunidade para estabelecer o funcionamento normal na área afetada; ✓ Garanta que os resíduos produzidos são encaminhados.
<p>RECOMENDAÇÕES</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Manter a calma. Não grite nem corra; ✓ Dê as ordens de forma clara e objetiva. Assegure-se que as suas indicações foram convenientemente percebidas e do seu cumprimento; ✓ Cumpra com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais e Particulares; ✓ Desempenhe as funções de acordo com a estrutura definida; ✓ Preste as informações solicitadas, as que considerar pertinentes e aguarde instruções.

 <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa </small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 39/53

CENTRAL DE SEGURANÇA / COE	
Elementos a divulgar a IES	⇒ <i>Vigilantes: Operadores da Central de Segurança</i>
Funções em Emergência	<i>Coordenar as ações de socorro a desenvolver quando se verificarem situações de emergência.</i>
Documentos de apoio	<i>Procedimento com postos fixos e móveis dos Vigilantes em Anexo Regulamento para Vigilantes</i>
Tipificação das Situações possíveis	<i>SITUAÇÃO 1 – Ocupação Normal (9h00 – 18h00 – TDU) SITUAÇÃO 2 – Ocupação SDF (0h00 – 24h00) SITUAÇÃO 3 – Ocupação Noite (18h00-09h00 TDU)</i>
SITUAÇÃO	INSTRUÇÕES
RECEÇÃO de ALARMES	Se lhe for comunicada a ocorrência de uma situação de emergência, solicite os seguintes dados: ✓ Identificação do autor da chamada; local exato da incidência e tipo de emergência Siga os Procedimentos de Atuação em função do tipo de Emergência.
EMISSÃO de ALARME RESTRITO	Transmitido por telefone ou rádio pela seguinte ordem: ✓ Diretor do PEI ✓ Coordenador Geral de Emergência ✓ Coordenador Local de Emergência ✓ Elementos das Equipas de Emergência ✓ Elementos do Grupo de Apoio, se receber indicação do Diretor do PEI. Os intervenientes no PEI diferem em função da Situação (ver lista de contactos).
EMISSÃO de ALARMES	✓ O Alarme Geral (passagem ao NÍVEL 2 de emergência) será transmitido a todo o pessoal através dos Rádios, elementos intervenientes, ou pelo sistema de megafonia com recurso aos CÓDIGOS ARCO-ÍRIS . ✓ A informação referente a uma situação de evacuação será transmitida através dos rádios, para os elementos intervenientes, ou pelo sistema de megafonia (CÓDIGO ARCO-ÍRIS VERDE).
EMISSÃO de ALERTA	✓ O ALERTA será transmitido aos meios de socorro exteriores, por indicação do DPEI ou do CGE, pelos telefones que constam do Anexo – Organismos de Apoio.
EMISSÃO de indicação de FIM DA EMERGÊNCIA	<i>Dependente das consequências da emergência, serão utilizados os meios disponíveis (Rede fixa, rede móvel ou mensageiro)</i>
ATUAÇÃO em caso de ALARME DE INCÊNDIO ou INTRUSÃO	✓ Selecionar uma das câmaras de CCTV que abranja a área, se aplicável; ✓ Difundir CÓDIGO ARCO-ÍRIS BRANCO indicando as zonas envolvidas; ✓ Comunicar com um vigilante da área para confirmação e primeira intervenção; ✓ Transmitir o Alarme Restrito; ✓ Garantir que foi ativada a desenfumagem da área onde ocorreu o alarme instrumental de incêndio após confirmação;

CENTRAL DE SEGURANÇA / COE

Elementos a divulgar a IES	⇒ <i>Vigilantes: Operadores da Central de Segurança</i>
	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se a confirmação for negativa, isto é, não existir chama ou fumo aparentes nem cheirar a queimado, deve registar a ocorrência para verificação técnica, logo que oportuno; ✓ Se não foi possível a extinção ou controlo da situação de emergência, seguir os Procedimentos de Atuação específicos em função da Emergência e difundir CÓDIGO ARCO-ÍRIS VERMELHO caso se trate de incêndio.
<p>ATUAÇÃO em caso de EMERGÊNCIA Situação 1</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Transmitir o Alarme Restrito; ✓ Difundir CÓDIGO ARCO-ÍRIS BRANCO indicando as zonas envolvidas; ✓ Avisar da forma mais rápida os membros das Equipas de Emergência. ✓ Verificar atuação dos sistemas automáticos (desenfumagem, portas corta-fogo, paragem das escadas e tapetes rolantes, elevadores, etc.); caso necessário providenciar atuação manual; ✓ Se tiver recebido ordem para a Evacuação Parcial ou Geral, registar essa informação e acionar o sistema de som. ✓ Ao receber informação das áreas totalmente evacuadas, informe o DPEI ou o CGE. ✓ Siga as instruções que lhe forem dadas pelo DPEI/CGE/CLE. ✓ Siga os Procedimentos de Atuação específicos em função da Emergência.
<p>ATUAÇÃO em caso de EMERGÊNCIA Situação 2</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Transmitir o Alarme Restrito. O DPEI não se encontra presente nas instalações; ✓ Difundir CÓDIGO ARCO-ÍRIS BRANCO indicando as zonas envolvidas; ✓ Avisar da forma mais rápida os membros das Equipas de Emergência. ✓ Verificar atuação dos sistemas automáticos (desenfumagem, portas corta-fogo, paragem das escadas e tapetes rolantes, elevadores, etc.); caso necessário providenciar atuação manual; ✓ Se tiver recebido ordem para a Evacuação Parcial ou Geral, registar essa informação e acionar o sistema de som. ✓ Ao receber informação das áreas totalmente evacuadas, informe o CGE. ✓ Siga as instruções que lhe forem dadas pelo CGE ou CLE. ✓ Siga os Procedimentos de Atuação específicos em função da Emergência.
<p>ATUAÇÃO em caso de EMERGÊNCIA Situação 3</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Transmitir o Alarme Restrito. O DPEI e CGE não se encontram presentes nas instalações; ✓ Difundir CÓDIGO ARCO-ÍRIS BRANCO indicando as zonas envolvidas; ✓ Avisar da forma mais rápida os membros das Equipas de Emergência. ✓ Verificar atuação dos sistemas automáticos (desenfumagem, portas corta-fogo, paragem das escadas e tapetes rolantes, elevadores, etc.); caso necessário providenciar atuação manual; ✓ Se tiver recebido ordem para a Evacuação Parcial ou Geral, registar essa informação e acionar o sistema de som. ✓ Ao receber informação das áreas totalmente evacuadas, informe o CLE. ✓ Siga as instruções que lhe forem dadas pelo CLE. ✓ Siga os Procedimentos de Atuação específicos em função da Emergência. ✓ NOTA: Na impossibilidade de contactar o CGE/DPEI, e se o CLE não conseguir controlar o Sinistro emita alerta aos socorros externos.

 mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
		CAPÍTULO 6 – ANEXOS	

CENTRAL DE SEGURANÇA / COE	
Elementos a divulgar a IES	⇒ <i>Vigilantes: Operadores da Central de Segurança</i>
ATUAÇÃO em caso de DETECÇÃO HUMANA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Transmitir o Alarme Restrito; ✓ Difundir CÓDIGO ARCO-ÍRIS BRANCO indicando as zonas envolvidas; ✓ Selecionar uma das câmaras de CCTV que abranja a área; ✓ Garantir que foi ativada a desenfumagem da área onde ocorreu o alarme de incêndio; ✓ Transmitir o Alerta aos Socorros Exteriores; ✓ Acionar a Equipa de Manutenção através de rádio.
ATUAÇÃO em caso de ACIDENTE RODOVIÁRIO NO ESTACIONAMENTO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Em função do relato feito pelo vigilante, se for caso disso, ativar, se necessário, as forças de segurança, bombeiros e/ou de emergência médica; ✓ Caso seja necessário, desencadear as ações de limpeza e remoção de materiais dispersos da zona sinistrada.
ATUAÇÃO em caso de AMEAÇA DE BOMBA PACOTE SUSPEITO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Avisar o DPEI ou CGE. ✓ Se tiver recebido indicação para tal, difundir o CÓDIGO ARCO-ÍRIS AMARELO; ✓ De acordo com as instruções recebidas, transmitir o Alerta à PSP/GNR. ✓ Se receber ordem de Evacuação Geral, registar essa informação e difundir CÓDIGO ARCO-ÍRIS VERDE e acionar o sistema de som. ✓ Ao receber informação das áreas totalmente evacuadas, informe de imediato o DPEI/CGE.
ATUAÇÃO em caso de INUNDAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Transmitir o Alarme Restrito; ✓ Transmitir o Alarme ao Vigilante Chefe; ✓ Acionar a Equipa de Manutenção através de rádio; ✓ Registrar a ocorrência para posterior avaliação de falta de alarme instrumental.
ATUAÇÃO em caso de FALHA SÚBITA DE ENERGIA	<p>Ao receber informação de avaria no arranque dos geradores de emergência:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Comunica à Equipa de Manutenção, para verificação da situação; ✓ Informa o CLE da ocorrência e aguarda instruções.
ATUAÇÃO em caso de detetar/receber informação sobre FURTO/ROUBO DISTURBIOS	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Através do CCTV apoiar a ação dos vigilantes. ✓ Difundir CÓDIGO ARCO-ÍRIS BRANCO indicando as zonas afetadas ✓ Solicitar a presença de agentes da autoridade. ✓ Registrar a ocorrência. ✓ Caso entenda pertinente transmitir o Alarme Restrito.
ATUAÇÃO em caso de receber	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Efetuar aviso pelo sistema de som, informando o nome do menor, a idade e as características físicas e vestuário;

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

CAPÍTULO 6 – ANEXOS

CENTRAL DE SEGURANÇA / COE

Elementos a divulgar a IES	⇒ <i>Vigilantes: Operadores da Central de Segurança</i>
informação sobre MENOR DE IDADE ABANDONADO ou DESAPARECIDO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Instruir vigilantes para procurarem o menor desaparecido; ✓ Identificar, na entrega do menor, o adulto que o reclame. ✓ Caso não seja encontrado o menor de idade desaparecido, contacta o CLE para informar e aguardar instruções; ✓ Efetua o contacto com as Autoridades Oficiais.
ATUAÇÃO em caso de SISMO	<p>Se for possível deve manter-se no COE e:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Inicia procedimentos de CÓDIGO ARCO-ÍRIS AZUL; ✓ Registrar todos os eventuais Alarmes de Incêndio. ✓ Quando o DPEI/CGE chegar ao COE informá-lo de imediato de todos os locais em que houve Alarme de Incêndio. ✓ Se houver comunicação de existência de feridos, transmitir de imediato o Alerta à Equipa de Primeiros Socorros, aos Bombeiros e/ou Emergência Médica. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Aguardar instruções. ✓ Se for dada ordem para tal, emitir o Alarme de Evacuação Geral (CÓDIGO ARCO-ÍRIS VERDE) <ul style="list-style-type: none"> ✓ Transmitir ao Director do PEI o registo do número e localização de ocupantes. ✓ Ao receber informação das áreas totalmente evacuadas, informar de imediato o DPEI. <p>Se o COE não apresentar condições seguras para aí permanecer, deve:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Dirigir-se ao COE Alternativo definido pelo DPEI. ✓ Caso não receba indicações do DPEI dirija-se ao Ponto de Encontro; ✓ Aguardar instruções do DPEI ou do CGE.
RECOMENDAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Manter a calma; ✓ Cumprir com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais e Particulares; ✓ Desempenhar as funções de acordo com a estrutura definida; ✓ Cumprir e fazer cumprir as instruções do DPEI; ✓ Efetuar registo das ações realizadas, a fim de facilitar posteriormente a elaboração dos relatórios e a avaliação da resposta à emergência; ✓ Transmitir mensagens de alarme de evacuação pelo sistema de som, se solicitado pelo DPEI/CGE ou CLE; ✓ Prestar as informações solicitadas, as que considerar pertinentes e aguardar instruções.

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 43/53

COORDENADOR LOCAL DE EMERGÊNCIA (CLE)

Elementos a divulgar a IES	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ <i>Chefe de Operações</i> ⇒ <i>Vigilante Chefe de Grupo</i> ⇒ <i>Vigilante</i>
Função em Emergência	<i>Direção e coordenação das operações no terreno em situação de emergência</i>
SITUAÇÃO	INSTRUÇÕES
Tipificação das Situações possíveis	<p><i>SITUAÇÃO 1 – Ocupação Normal (9h00 – 18h00 – TDU)</i></p> <p><i>SITUAÇÃO 2 – Ocupação SDF (0h00 – 24h00)</i></p> <p><i>SITUAÇÃO 3 – Ocupação Noite (18h00-09h00 TDU)</i></p>
ATUAÇÃO GERAL em caso de EMERGÊNCIA Situação 1 e 2	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Desloque-se para o local da emergência; ✓ No local, coordene e dirija as Equipas de Emergência nas tarefas de extinção e/ou limitação e/ou controlo da situação; ✓ Mantenha informado o CGE quanto às características e evolução da situação; ✓ Caso considere que a ocorrência, pelas suas características ou dimensões, não possa ser controlada com os meios próprios, informe o CGE/COE e solicite apoio externo; ✓ Se entender necessário, dê ordem de Evacuação Parcial e coordene as ações da Equipa de Intervenção para este efeito. Informe o CGE/COE deste facto, se necessitar de apoio à evacuação; ✓ Se prevê que o sinistro possa evoluir para outras áreas, informe de imediato o CGE/COE; ✓ Assegure a minimização dos impactes ambientais nas operações; ✓ Se receber a informação de passagem ao NÍVEL 3 de emergência, coordene a atuação da Equipa de Intervenção de modo a apoiar a evacuação geral; ✓ Uma vez declarado o fim da emergência, inspecione a área sinistrada com o CGE/DPEI e elabore, conjuntamente com o CGE o Relatório; ✓ Siga os procedimentos de atuação descritos de seguida em função da emergência.
ATUAÇÃO GERAL em caso de EMERGÊNCIA Situação 3, 4 e 5	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Seguir os Procedimentos de Atuação em caso de Emergência para a Situação 1 e 2, tendo em conta que não se encontram na instalação o DPEI nem CGE; ✓ Siga os procedimentos de atuação descritos de seguida em função da emergência.
ATUAÇÃO em caso de INCÊNDIO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dê instruções à Equipa de Manutenção para cortar de imediato a corrente elétrica e desligar o sistema de condicionamento de ar e de ventilação da zona; ✓ Dê ordem para a evacuação parcial da zona; ✓ Coordene no local a equipa que faz a primeira intervenção convocando para esse efeito por via rádio os elementos necessários (seguir Procedimentos de Comunicação em Anexo); ✓ Prestar por via rádio informações ao COE sobre a evolução do foco de incêndio.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

CAPÍTULO 6 – ANEXOS

COORDENADOR LOCAL DE EMERGÊNCIA (CLE)

<p>Elementos a divulgar a IES</p>	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ <i>Chefe de Operações</i> ⇒ <i>Vigilante Chefe de Grupo</i> ⇒ <i>Vigilante</i>
<p>ATUAÇÃO em caso de FUGA DE GÁS</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dê instruções à Equipa de Manutenção para efetuar o: ✓ corte geral ou parcial do gás; ✓ corte parcial da energia elétrica; ✓ Dê ordem para a evacuação parcial da zona; ✓ Providencie a ventilação do local, com os meios possíveis (tenha em conta que não deve utilizar equipamentos elétricos); ✓ Coordene no local a equipa que faz a primeira intervenção convocando para esse efeito por via rádio os elementos necessários (seguir Procedimentos de Comunicação); ✓ Nomeie um elemento das Equipas de Emergência para assegurar as comunicações por rádio/telemóvel a partir de um local suficientemente afastado; ✓ Prestar por via rádio informações ao COE sobre a evolução da situação.
<p>ATUAÇÃO em caso de PEQUENOS DERRAME</p>	<p>Em caso de ocorrência de pequenos derrames (ex. garrafa/balde; até 5 litros) de óleos, combustíveis, ou produtos perigosos deve ser seguido o seguinte modo de atuação, de forma a evitar que o produto entre na rede de drenagem ou atinja solos não impermeabilizados:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Cortar a energia ao local; ✓ Atuar-se imediatamente no sentido de parar o derrame (ex: posicionando o bidão corretamente); ✓ Impedir o alastramento, através da utilização de meios de contenção (material absorvente); ✓ Colocar o material absorvente disponível no local sobre o produto derramado. Deixar atuar; ✓ Recolher o material absorvente contaminado e colocar em contentor próprio. O resíduo resultante é considerado resíduo perigoso.
<p>ATUAÇÃO em caso de MÉDIOS DERRAME</p>	<p>Em caso de ocorrência de médios derrames (ex. bidon até 80 litros) de óleos, combustíveis, ou produtos perigosos deve ser seguido o seguinte modo de atuação:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Cortar a energia ao local; ✓ Eliminar de imediato a fuga; ✓ Parar os equipamentos na área afetada; ✓ Preparar no local material adequado de contenção; ✓ Preparar equipamento de extinção, para a eventualidade de serem necessários; ✓ Aplicar um manto de espuma, se necessário; ✓ Prevenir a contaminação das redes de drenagem/solo, através da utilização dos meios de contenção (material absorvente); ✓ Limpar, recolher e considerar o produto derramado como um resíduo perigoso. ✓ Zele pelas condições de segurança das operações. Impeça a utilização de fósforos, isqueiros, rádios ou telemóveis. Nomeie um elemento das Equipas de Emergência para assegurar as comunicações por rádio/telemóvel a partir de um local suficientemente afastado do local do derrame.

 mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
			Data:
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 45/53

COORDENADOR LOCAL DE EMERGÊNCIA (CLE)

Elementos a divulgar a IES	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ <i>Chefe de Operações</i> ⇒ <i>Vigilante Chefe de Grupo</i> ⇒ <i>Vigilante</i>
ATUAÇÃO em caso de GRANDES DERRAME	<p>No caso de ocorrência de um grande derrame (ex. reservatórios; superior a 80 litros) de óleos, combustíveis, ou produtos perigosos deve seguir-se o seguinte modo de atuação:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Cortar a energia ao local; ✓ Eliminar fuga; ✓ Parar instalação; ✓ Aplicar espuma e preparar equipamento de extinção; ✓ Ventilar local; ✓ Caso o produto derramado fique contido na bacia de retenção, este deve ser recolhido e considerado como um resíduo perigoso. ✓ Se o derrame não ficar contido na bacia de retenção: <ul style="list-style-type: none"> ✓ parar de imediato as bombas dos poços de bombagem. Se possível, o efluente retido no poço de bombagem deve ser recolhido e tratado como resíduo perigoso; ✓ avisar de imediato as autoridades competentes. ✓ Zele pelas condições de segurança das operações. Impeça a utilização de fósforos, isqueiros, rádios ou telemóveis. ✓ Nomeie um elemento das Equipas de Emergência para assegurar as comunicações por rádio/telemóvel a partir de um local suficientemente afastado do local do derrame.
ATUAÇÃO em caso de AMEAÇA DE BOMBA ou PACOTE SUSPEITO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordenar os elementos da primeira ação de pesquisar zonas; <ul style="list-style-type: none"> ✓ Se identificarem a zona dê ordem de Evacuação Parcial da zona; ✓ Dê ordens à Equipa de Intervenção para: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Sinalizar e isolar o local. ✓ Abrir as portas e janelas do local, para diminuir os efeitos da onda de choque. ✓ Evacuar a zona para um local seguro.
ATUAÇÃO em caso de INUNDAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dê ordens à Equipa de Manutenção para desligar todos os equipamentos elétricos ou eletrónicos existentes nas proximidades; ✓ Informe a Central de Segurança e aguarde instruções do CGE; ✓ Acompanhar a ação das equipas especializadas das forças de segurança e seguir as suas instruções; ✓ Coordenar no terreno o plano de evacuação do edifício, caso seja determinado pelo DPEI, no sentido de se encaminharem os ocupantes para as saídas estabelecidas. ✓ Coordenar no local a equipa que faz a primeira intervenção convocando para esse efeito por via rádio os elementos necessários; ✓ Caso não consiga controlar a inundação coordene e dirija as Equipas de Emergência no sentido de serem removidos os materiais e equipamentos que se encontram no local e que possam vir a ficar danificados se atingidos pela inundação; ✓ Se prevê que o sinistro possa evoluir para outras áreas, informe de imediato o CGE/COE.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

CAPÍTULO 6 – ANEXOS

COORDENADOR LOCAL DE EMERGÊNCIA (CLE)

<p>Elementos a divulgar a IES</p>	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ <i>Chefe de Operações</i> ⇒ <i>Vigilante Chefe de Grupo</i> ⇒ <i>Vigilante</i>
<p>ATUAÇÃO em caso de SISMO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Acompanhe a evolução do sinistro no terreno para informar o CGE da eventual necessidade de: <ul style="list-style-type: none"> ✓ efetuar o corte de energia elétrica e do gás ✓ evacuar sinistrados ✓ Acompanhado por membros das Equipas de Emergência, inicie de imediato uma pesquisa para detetar danos estruturais graves. Se os detetar, dê imediatamente ordem para evacuar a área em causa. ✓ Confirme a existência de incêndios nas zonas em Alarme que lhe forem eventualmente transmitidas pelo COE. ✓ Verifique no terreno o funcionamento de todos os sistemas de segurança e informe o COE/CGE; ✓ Se ocorrerem sinistros coordene no terreno as ações determinadas pelo DPEI/CGE; ✓ Se houver feridos ou incêndios declarados, solicite ao COE para transmitir o Alerta aos Bombeiros e/ou enviar a Equipa de Primeiros Socorros; ✓ Se houverem pessoas soterradas e se for capaz, sem risco próprio e/ou para as vítimas, de os começar a libertar, tente fazê-lo retirando os escombros um a um, começando pelos de cima; <ul style="list-style-type: none"> ✓ Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua. ✓ Lembre-se que perante um sismo grave, os meios de socorro externos poderão não ter capacidade de resposta para acorrer a todas as situações graves. Nesse caso, todas as ações de socorro serão coordenadas pelo DPEI e/ou CGE, com o seu apoio; ✓ Se for informado da passagem ao NÍVEL 3 da emergência, coordene a atuação da Equipa de Intervenção de modo a efetuar a Evacuação Geral.
<p>ATUAÇÃO em caso de EVACUAÇÃO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Coordenar no terreno o plano de evacuação do edifício, caso seja determinado pelo DPEI, no sentido de se encaminharem os ocupantes para as saídas estabelecidas;
<p>ATUAÇÃO em caso de RETOMAR A NORMALIDADE</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Colabore com o CGE no retomar da normalidade, seguindo as suas instruções; ✓ No local onde ocorrer a emergência providencie a remoção total dos resíduos gerados (cinzas e outros resíduos gerados pelo incêndio) e assegure o seu devido acondicionamento; <ul style="list-style-type: none"> ✓ Prevenir a contaminação de águas pluviais e residuais domésticas com cinzas e outros resíduos gerados durante a emergência, evitando a sua entrada nas redes de coletores; ✓ Garantir que são cumpridos os procedimentos de gestão ambiental.
<p>RECOMENDAÇÕES</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha a calma. Não grite nem corra; ✓ Dê as ordens de forma clara e objetiva. Certifique-se que as suas instruções foram bem compreendidas. Garanta o seu cumprimento; ✓ Cumpra com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais e Particulares; ✓ Desempenhe as funções de acordo com a estrutura definida; ✓ Preste as informações solicitadas, as que considerar pertinentes e aguardar instruções.

 mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 47/53

EQUIPA DE INTERVENÇÃO (EI)	
Elementos a divulgar a IES	⇒ <i>Vigilantes</i>
Funções em Emergência	<i>Execução das operações de intervenção em situação de emergência</i>
Documentos de apoio	<i>Procedimento com postos fixos e móveis dos Vigilantes em Anexo Regulamento para Vigilantes</i>
SITUAÇÃO	INSTRUÇÕES
ATUAÇÃO em caso de pedido para confirmação de EMERGÊNCIA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dirija-se ao local onde ocorre a provável emergência; ✓ Em caso de FALSO ALARME informe o COE; ✓ Se detetar chama ou fumo visíveis confirme o alarme para o COE; ✓ Se não detetar chama ou fumo visíveis, tente aperceber-se se há cheiro a queimado e informe o COE. ✓ Aguarde instruções.
ATUAÇÃO em caso de para INCÊNDIO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Combata o incêndio com os extintores portáteis e/ou outros meios de primeira intervenção disponíveis no local até à chegada dos Vigilantes que compõem a 2ª Intervenção; ✓ caso o incêndio evolua, tente controlar o fogo com o auxílio dos carretéis ou das bocas-de-incêndio mais próximas até à chegada dos bombeiros. ✓ se ficar sem meios para combater o incêndio ou estes não funcionarem ou forem insuficientes, tente isolar a área afetada fechando portas e janelas, retire os materiais combustíveis das proximidades do foco de incêndio e estabeleça fronteiras e informe o COE; ✓ aguarde, desde que em segurança, até à chegada dos Bombeiros e cumpra as instruções que lhe forem transmitidas pelo COE. ✓ Informe o COE sobre o decurso da emergência; ✓ Aguarde instruções.
ATUAÇÃO em caso de ACIDENTE RODOVIÁRIO NO ESTACIONAMENTO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Avalie o acidente, verificando se: <ul style="list-style-type: none"> ✓ existem pessoas acidentadas; ✓ as viaturas incendiaram; ✓ as viaturas podem circular pelos seus próprios meios. <p>Aguarde instruções do COE.</p>
ATUAÇÃO em caso de FUGA DE GÁS	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Confirme no local a emissão de gás; ✓ Corte o gás e de seguida a corrente elétrica da área; ✓ Afaste todas as possíveis fontes de ignição (exemplo: fósforos ou isqueiros, não accione interruptores nem faça uso de rádios ou de telemóveis). ✓ Promova a ventilação do espaço. ✓ Aguarde instruções do COE.
ATUAÇÃO em caso de INUNDAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Procure identificar a causa. Verifique, se possível, onde se está a acumular a água; ✓ Colabore na contenção da inundação, construindo diques ou barreiras. ✓ Colabore na remoção dos materiais e equipamentos suscetíveis de se danificar caso sejam afetados pela inundação. ✓ Aguarde instruções do COE.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 48/53

EQUIPA DE INTERVENÇÃO (EI)	
Elementos a divulgar a IES	⇨ <i>Vigilantes</i>
ATUAÇÃO em caso de receber informação sobre AMEAÇA DE BOMBA PACOTE SUSPEITO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Afaste os ocupantes da área sem nunca referir o teor da emergência; ✓ Se possível, abra todas as portas e janelas da área; ✓ Permaneça nas proximidades, embora em local seguro, para o caso de o artefacto explodir. Precauções a adotar: <ul style="list-style-type: none"> ✓ não o tocar ou mover ✓ não presumir que é o único ✓ participar imediatamente ao COE Siga as seguintes indicações para a busca: <ul style="list-style-type: none"> ✓ pesquise a sua área imediata; não toque em nada ✓ participe de qualquer objeto suspeito ✓ tente detetar objetos estranhos ou colocados em sítios não habituais ✓ deixe abertos armários, gabinetes, etc., para facilitar a busca. <ul style="list-style-type: none"> ✓ Aguarde instruções do COE.
ATUAÇÃO em caso de receber informação sobre MENOR DE IDADE ABANDONADO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Procure, na sua área de vigilância, por um menor de idade sozinho; ✓ Se encontrar o menor de idade informe o COE e siga as instruções que lhe forem dadas; ✓ Se encontrar um menor de idade que corresponda à descrição feita mas acompanhado por alguém, aproxime-se e tente perceber se se trata do menor de idade desaparecido. Se tiver dúvidas contacte com o COE e informe da sua dúvida; ✓ Aguarde instruções do COE.
ATUAÇÃO em caso de detetar/receber informação sobre FURTO/ROUBO DISTURBIOS	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Informe o COE; ✓ Mantenha o(a) suspeito(a) sob vigilância para o(a) indicar aos agentes da autoridade quando chegarem ao local; ✓ Se necessário, intervenha com intuito de ganhar tempo até à chegada dos agentes da autoridade que deverão tomar conta de ocorrência; ✓ Aguarde instruções do COE.

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
		CAPÍTULO 6 – ANEXOS	

EQUIPA DE INTERVENÇÃO (EI)

Elementos a divulgar a IES	⇒ <i>Vigilantes</i>
ATUAÇÃO em caso de SISMO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Verifique se há incêndios, inundações ou derrames de substâncias perigosas na área: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Tente efetuar a sua extinção/contenção com os meios disponíveis no local. ✓ Se não os conseguir extinguir/controlar informe de imediato o COE. ✓ Se detetar feridos ou pessoas soterradas: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Informe de imediato o COE, indicando a sua localização e gravidade. ✓ Mantenha-se junto dos sinistrados; se for capaz de os começar a libertar, sem risco próprio e/ou para as vítimas, tente fazê-lo retirando os escombros um a um, começando pelos de cima. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua própria. ✓ Se houver danos estruturais graves: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Caso necessário desligue a eletricidade da área. ✓ Limpe rapidamente os produtos inflamáveis que se tenham derramado. ✓ Não recupe as áreas com grandes estragos nem se aproxime das estruturas danificadas. ✓ Se não houver feridos ou pessoas soterradas, dirija-se para o Ponto de Encontro; ✓ Informe o CLE/CGE sobre a situação no local de onde veio e aguarde instruções.
ATUAÇÃO em caso de receber informação para EVACUAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Siga os Procedimentos de Atuação para a Equipa de Evacuação.
RECOMENDAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha a calma. Não grite nem corra; ✓ Cumpra com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais e Particulares; ✓ Desempenhe as funções de acordo com a estrutura definida; ✓ Obedeça às instruções dadas pelo COE ou CLE; ✓ Preste as informações solicitadas, as que considerar pertinentes e aguardar instruções.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

CAPÍTULO 6 – ANEXOS

EQUIPA DE MANUTENÇÃO (EM)

Elementos a divulgar a IES	⇒ <i>Serviço de Manutenção</i>
Funções em Emergência	<i>Garantir em emergência o apoio técnico no controlo da emergência (ex. realizar os cortes de energia e/ou fluidos, controlo de equipamentos, transporte de materiais, etc.), e de apoio às restantes Equipas de Emergência.</i>
SITUAÇÃO	INSTRUÇÕES
ALARME	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Atuar de acordo com as orientações do CLE ou do COE; ✓ Seguir os procedimentos de atuação em emergência.
ATUAÇÃO em caso de EMERGÊNCIA	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dirija-se ao local do sinistro. ✓ Atue de acordo com as instruções recebidas no que se refere a: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Corte de energia e corte de fluidos. ✓ Paragem de equipamentos. ✓ Montagem de equipamentos de apoio às operações. ✓ Outras ações pertinentes. ✓ Assegure a minimização dos impactes ambientais. ✓ Acondicione os resíduos para posterior encaminhamento para destino final adequado (GAR) ✓ Informe o CLE/COE das ações de apoio efetuadas.
ATUAÇÃO em caso de receber informação para EVACUAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Antes de se deslocar para atuar de acordo com as suas funções, efetuam verificação de todas as áreas Técnicas no Piso da Manutenção; ✓ À medida que efetua a verificação dos compartimentos (incluindo instalações sanitárias), fecha as portas atrás de si e marca-as com giz; ✓ Caso a evacuação seja devida a ameaça de bomba e/ou objeto suspeito, devem deixar as portas abertas. ✓ Se detetar alguém impossibilitado de se mover, ou bloqueado pela origem do sinistro, comunique de imediato a situação ao COE solicitando a Equipa de Primeiros Socorros. ✓ De seguida aguarde indicações do COE ou do CLE para atuar no apoio técnico no controlo da emergência.
RECOMENDAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha a calma. Não grite nem corra; ✓ Cumpra com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais e Particulares; ✓ Desempenhe as funções de acordo com a estrutura definida; ✓ Obedeça às instruções dadas pelo COE ou CLE; ✓ Preste as informações solicitadas, as que considerar pertinentes e aguardar instruções.

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
		CAPÍTULO 6 – ANEXOS	

EQUIPA DE EVACUAÇÃO (EE)	
Elementos a divulgar a IES	⇒ <i>Elementos da Administração</i> ⇒ <i>Vigilantes</i> ⇒ <i>Elementos da Manutenção</i> ⇒ <i>Elementos da Limpeza</i> ⇒ <i>Colaboradores.</i>
Funções em Emergência	<i>Promover a evacuação segura nos ocupantes, nas respetivas áreas de intervenção</i>
Tipificação das Situações possíveis	<i>SITUAÇÃO 1 – Ocupação Normal (9h00 – 18h00 – TDU)</i> <i>SITUAÇÃO 2 – Ocupação SDF (0h00 – 24h00)</i> <i>SITUAÇÃO 3 – Ocupação Noite (18h00-09h00 TDU)</i>
SITUAÇÃO	INSTRUÇÕES
ALARME	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Atuar de acordo com as orientações do COE ou do CLE; ✓ Seguir os procedimentos de atuação em emergência. <p><i>NOTA: Sempre que detete uma situação ou sinistro, que possa representar risco para os ocupantes do seu serviço/piso, é autónomo para dar ordem imediata de Evacuação da área afetada, para o exterior ou para um serviço, se possível, no mesmo piso.</i></p> <p><i>Contactar de imediato o Posto de Segurança - Central de Segurança e aguardar instruções.</i></p>
ATUAÇÃO GERAL em caso de EVACUAÇÃO	<p>Se receber ordem para evacuar a área da sua responsabilidade:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Interrompa o seu trabalho, dirija-se ao seu posto e inicie os preparativos para a evacuação da sua área; ✓ Desobstrua os caminhos de evacuação. Abra as portas e mantenha-as abertas; ✓ Mantenha-se nas proximidades, contactável e atento à receção de mais informação. ✓ Inicie a evacuação da sua área, informando todos os ocupantes da sua área que se vai iniciar a evacuação; ✓ Conduza os ocupantes (adultos e crianças sem dificuldades de locomoção e pessoal não essencial) no sentido das escadas e saídas de emergência, de acordo com as plantas de emergência; ✓ Não permita a utilização de elevadores; ✓ Ajude as pessoas mais desfavorecidas fisicamente (crianças, deficientes, idosos) a deslocarem-se; ✓ Verifique se todas as pessoas abandonaram a área; ✓ Informe o COE quando a sua área estiver evacuada; ✓ Uma vez terminada a evacuação da zona, um dos elementos da equipa efetua uma ronda final pela área, verifica todos os compartimentos (instalações sanitárias, etc.); ✓ À medida que efetua a verificação dos compartimentos, fecha as portas atrás de si e marca-as com os meios ao seu alcance (giz); ✓ Caso a evacuação seja devida a ameaça de bomba e/ou objeto suspeito, os membros das Equipas de Evacuação, devem deixar as portas abertas.

EQUIPA DE EVACUAÇÃO (EE)

<p>Elementos a divulgar a IES</p>	<ul style="list-style-type: none"> ⇒ <i>Elementos da Administração</i> ⇒ <i>Vigilantes</i> ⇒ <i>Elementos da Manutenção</i> ⇒ <i>Elementos da Limpeza</i> ⇒ <i>Colaboradores.</i>
<p>ATUAÇÃO ESPECIFICA em caso de EVACUAÇÃO</p>	<p><u>Vigilantes:</u> De acordo com Procedimento de Comunicações (Anexo do PEI) os Vigilantes presentes ocupam a sua posição para atuação em emergência. ✓ Seguem os procedimentos de atuação geral em caso de evacuação.</p> <p><u>Secretárias da Administração ou Vigilantes:</u> Estes elementos procedem ao apoio à evacuação na área da Administração, de acordo com os procedimentos de atuação geral em caso de evacuação; de seguida: ✓ Recolhem do Posto de Segurança - Central de Segurança o kit a transportar para cada um dos Pontos de Encontro, o qual contém: ✓ Listagem dos Operadores/empresas sediadas no MARL ✓ Lanterna e megafone.</p> <p><u>Equipa de Limpeza:</u> Efetuam a verificação das instalações sanitárias da área em que se encontram. ✓ Seguem os procedimentos de atuação geral em caso de evacuação. Caso não consiga aceder ao espaço que lhe está atribuído para verificação, contacte o COE e aguarde instruções.</p>
<p>ATUAÇÃO em caso de FERIDOS</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Se detetar alguém impossibilitado de se mover ou bloqueado pela origem do sinistro, comunique de imediato a situação ao COE solicitando a Equipa de Primeiros Socorros.
<p>RECOMENDAÇÕES</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha a calma. Não grite nem corra; ✓ Tranquilize as pessoas, durante a evacuação, fundamentalmente com a sua postura, que deve ser calma mas determinada; ✓ Evite que comecem a correr, se necessário com firmeza mas cordialmente; ✓ Cumpra com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais e Particulares; ✓ Desempenhe as funções de acordo com a estrutura definida; ✓ Obedeça às instruções dadas pelo DPEI ou CGE; ✓ Preste as informações solicitadas, as que considerar pertinentes e aguardar instruções.

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	H - 53/53

EQUIPA DE PRIMEIROS SOCORROS (EPS)	
Elementos a divulgar a IES	⇨ <i>Vigilantes</i> ⇨ <i>Colaboradores da Administração</i>
Funções em Emergência	<i>Promover assistência às pessoas que tenham sofrido lesões ou ferimentos durante o processo de evacuação e intervenção.</i>
SITUAÇÃO	INSTRUÇÕES
ALARME	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Atuar de acordo com as orientações do COE ou CLE; ✓ O Vigilante com formação e treino em socorrismo desloca-se para a enfermaria e prepara o material disponível (maca e mala de Primeiros Socorros); aguarda informação do COE ou do CLE da existência de feridos; ✓ Seguir os procedimentos de atuação em emergência.
ATUAÇÃO ao receber informação da existência de FERIDOS	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dirija-se ao local do sinistro. ✓ Afaste as pessoas que não sejam envolvidas nos socorros e, tente acalmar a(s) vítima(s). ✓ Atue em conformidade com a situação da vítima. ✓ Mantenha-se junto dos sinistrados, ou não sendo possível, peça a alguém que aí permaneça até à chegada dos meios de socorros externos. Apenas em caso de considerar que a permanência no local coloca em risco de vida, deve efetuar o seu transporte para local seguro. ✓ Colabore com os meios disponíveis nas ações de transporte dos sinistrados. ✓ Preste informações técnicas do estado dos sinistrados e do tipo de assistência primária prestada aos bombeiros ou assistência médica exterior. ✓ Mantenha o COE informado sobre as ações executadas.
RECOMENDAÇÕES	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Mantenha a calma. Não corre nem grite; ✓ Cumpra com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais e Particulares; ✓ Desempenhe as funções de acordo com a estrutura definida; ✓ Obedeça às instruções dadas pelo COE ou CLE; ✓ Preste as informações solicitadas, as que considerar pertinentes e aguardar instruções.

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO
CAPÍTULO 6 – ANEXOS
I. Meios Humanos

- Situação 1 – Horário Normal

Função em Emergência	Função/Local	Nome	N.º de elementos	Contactos
Delegado de Segurança	Delegado	Jorge Reis	2	
	Delegado	Rita Saraiva		
Encarregado de Segurança	Enc. Segurança	Teresa Pereira	3	
	Enc. Segurança	Ricardo Almeida		
	Enc. Segurança	Miguel Pires		
Equipa 1ª Intervenção	Alamos e Rouco	Carlos Augusto	13	
	Alamos	Paulo Fernandes		
	Alamos	Fernando Flores		
	Alamos	Paulo Silva		
	Alamos	Marco Gomes		
	Alamos	Ricardo Morgado		
	Rouco	José Robalo		
	NAC e Rouco	Paulo Fonseca		
	NAC e Alamos	Paulo Santos		
	5 ao dia	Joana Neves		
	NAC	Alfredo Barbosa		
	NAC	Pedro Palma		
Primeiros Socorros	NAC	Carla Perdigão	8	
	Alamos e Rouco	José Garrido		
	Rouco	Sónia Amaro		
	NAC	Teresa Cardoso		
	NAC	Isabel Martel		
	NAC	Elsa Pereira		
	Alamos	Marco Gomes		
Equipa de Evacuação	Guia	Chefe de Grupo	11	
	Guia	Elemento Móvel		
	Guia e Cerra Filas	Vigilantes (4 elementos)		
	Guia	Susana Santana		
	Cerra Filas	Jacira Costa		
	Guia	Bruna Costa		

MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

CAPÍTULO 6 – ANEXOS

	Cerra Filas	Eduarda Gonçalves		
	Guia	Isabel Santos		
	Cerra Filas	Maria Rita Neves		
	Guia	Paulo Santos		
Equipa de Apoio	NAC	Isabel Santos	10	
	NAC e Rouco	Paulo Fonseca		
	NAC	Paula Guerreiro		
	NAC	Pedro Palma		
	NAC	Graça Reis		
	NAC	Mariana Saldanha		
	NAC	Beatriz Catarino		
	Alamos e Rouco	Elemento da Manutenção		
	NAC	Álvaro Ramos		
	NAC	Paulo Pereira		
	NAC	João Tiago Carapau		

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	J - 1 1

J. Recursos Materiais

Este Anexo tem por objetivo evidenciar os meios materiais disponíveis para intervenção, no caso de ocorrência de uma emergência.

Assim, o MARL dispõe dos seguintes meios/sistemas

- Extintores portáteis;
- Rede de Incêndios Armada;
- Sistema Automático de Detecção de Incêndio;
- Sistema de controlo de fumos;
- Sistema de CCTV;
- Sinalização de Segurança;
- Energia e Iluminação de Emergência.

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K – 1/1

K. Fichas de Prevenção

Incluem-se neste Anexo as Fichas de Prevenção aplicáveis, nomeadamente:

PPREV 1 - Acessibilidade dos meios de socorro ao edifício.

PPREV 2 - Acessibilidade dos meios de socorro aos meios de abastecimento de água, designadamente hidrantes exteriores.

PPREV 3 - Praticabilidade dos caminhos de evacuação.

PPREV 4 - Eficácia da estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação, isolamento e proteção.

PPREV 5 - Acessibilidade aos meios de alarme e de intervenção em caso de emergência.

PPREV 6 - Vigilância dos espaços, em especial os de maior risco de incêndio e os que estão normalmente desocupados.

PPREV 7 - Conservação dos espaços em condições de limpeza e arrumação adequadas.

PPREV 8 - Segurança na manipulação e no armazenamento de matérias e substâncias perigosas.

PPREV 9 - Segurança em todos os trabalhos de manutenção, recuperação, beneficiação, alteração ou remodelação de sistemas ou das instalações, que impliquem um risco agravado de incêndio, introduzam limitações em sistemas de segurança instalados ou que possam afetar a evacuação dos ocupantes.

PPREV 10 - Gestão das alterações

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K01 - 1/4

Procedimento de Prevenção

PPREV.01.01

GESTÃO DOS ACESSOS E DO ESTACIONAMENTO

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K01 - 2/4

OBJECTIVO

O presente Procedimento de Prevenção tem como objectivo descrever as normas a observar na utilização dos espaços destinados ao estacionamento de viaturas e dos acessos aos edifícios de modo a garantir o acesso e a manobra dos meios de socorro em caso de emergência.

ÂMBITO

Este procedimento aplica-se à totalidade do recinto gerido pelo MARL bem como aos respectivos acessos na zona sob a sua responsabilidade.

INTERVENIENTES

- Delegado de Segurança
- Responsáveis da Vigilância
- Operacionais

DOCUMENTOS ASSOCIADOS

- PPREV 02.09 – Acessibilidade aos Meios de Abastecimento de Água
- PPREV 03.09 – Praticabilidade dos Caminhos de Evacuação

Definições e Abreviaturas:

- **Procedimento (PPREV):** Modo especificado de realizar uma atividade que poderá envolver mais do que um sector/departamento.
- **Impresso:** Documento utilizado para registar os resultados obtidos ou fornecer evidência das atividades realizadas.
- **RS:** Responsável de Segurança
- **DS:** Delegado de Segurança

DESCRIÇÃO DO PROCEDIMENTO

a) Política de gestão do estacionamento:

- É expressamente proibido o estacionamento fora dos locais explicitamente designados para o efeito;
- Todos os colaboradores, prestadores de serviços, fornecedores e/ou visitantes devem fazer uso dos lugares de estacionamento disponíveis nos Parques de Estacionamentos;

 <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K01 - 3/4

- iii. Não é permitido o estacionamento de viaturas nas áreas envolventes aos edifícios exceto nos locais onde tal seja expressamente permitido;
- iv. Todas as cargas e descargas deverão ser feitas através dos locais existentes previstos para o efeito. No caso de não existirem locais destinados para este fim num qualquer local do edifício, as viaturas deverão ser estacionadas em local adequado de modo a garantir permanentemente a disponibilidade da circulação das vias, independentemente do motivo da paragem e do tempo previstos. Excluem-se desta regra o estacionamento de veículos de socorro quando se encontrem a operar no edifício desempenho das missões específicas;
- v. É expressamente proibido o estacionamento a uma distância inferior a 5 metros, contados numa paralela ao eixo da via, de qualquer saída do edifício (escadas inclusive) ou dos hidrantes existentes no edifício e via pública envolvente;
- vi. Qualquer presença ou vestígio de produtos oleosos, mercadorias, equipamentos ou outros obstáculos ou condições que dificultem a livre circulação e/ou a total disponibilidade das vias de circulação do edifício deverão ser prontamente removidas;

b) Vigilância e Implementação da Política:

- i. Os vigilantes de serviço são os responsáveis pela implementação da política de gestão do estacionamento definida, devendo controlar toda e qualquer utilização indevida dos espaços, interiores e exteriores, independentemente do motivo;
- ii. No caso de desrespeito à política instituída, os vigilantes deverão abordar os responsáveis pelas viaturas em infração e convidá-los a remover a viatura, indicando os locais onde poderão estacionar;
- iii. Em caso de recusa, os vigilantes deverão obter o máximo de dados possível no que se refere à identidade do condutor e características do veículo, registar a ocorrência e comunicar o ocorrido ao Delegado de Segurança e, caso seja possível, à entidade do edifício que os ocupantes da viatura pretendem contactar. A entidade contactada é responsável por garantir que os elementos responsáveis pelos veículos em desrespeito à política de estacionamento regularizam prontamente a situação;
- iv. No caso de verificarem situações de estacionamento ou paragens indevidas no exterior do edifício que possam comprometer a livre circulação dos veículos de socorro, os vigilantes, caso não tenham sucesso nas ações de abordagem aos condutores das viaturas em causa, ou perante a recusa por parte destes em remover a viatura para um local designado para

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K01 - 4/4

estacionamento, contactarão com a autoridade policial, de modo a acionar os meios necessários para a rápida resolução da situação e reposição da normalidade;

- v. Sempre que seja detetada uma viatura estacionada em local não autorizado, os vigilantes deverão tentar identificar o responsável pela viatura, através de referências existentes na mesma. Se não for possível identificar o responsável pela viatura deverá ser contactado o Delegado de Segurança do edifício e atuar de acordo com as orientações que lhes forem transmitidas.

HISTÓRICO DO DOCUMENTO

Versão	Data	Descrição das alterações
01.0	Abril 2014	Versão Original
02.0	Abril 2021	2ª Versão
03.0	Outubro 2023	3ª Versão
04.0	Janeiro 2024	Versão Atual

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K02 - 1/4

Procedimento de Prevenção

PPREV.01.02

**ACESSIBILIDADE DOS MEIOS DE SOCORRO AOS MEIOS DE
ABASTECIMENTO DE ÁGUA, DESIGNADAMENTE
HIDRANTES EXTERIORES**

 mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K02 - 2/4

OBJECTIVO

O presente Procedimento de Prevenção tem como objectivo descrever as normas a observar para garantir a acessibilidade dos meios de socorro aos pontos de abastecimento de água, designadamente aos hidrantes exteriores.

Âmbito:

Este procedimento aplica-se à totalidade do recinto gerido pelo MARL.

INTERVENIENTES

- Delegado de Segurança
- Responsáveis da Vigilância
- Operacionais

DOCUMENTOS ASSOCIADOS

- PPREV 01.09 – Gestão dos Acessos e do Estacionamento
- PPREV 03.09 – Praticabilidade dos Caminhos de Evacuação

DEFINIÇÕES E ABREVIATURAS

- **Procedimento (PPREV):** Modo especificado de realizar uma atividade que poderá envolver mais do que um sector/departamento.
- **Impresso:** Documento utilizado para registar os resultados obtidos ou fornecer evidência das atividades realizadas.
- **RS:** Responsável de Segurança
- **DS:** Delegado de Segurança

DESCRIÇÃO DO PROCEDIMENTO

a) Política de Gestão da Acessibilidade aos Meios de Abastecimento de Água:

- É expressamente proibido o estacionamento e/ou a deposição de qualquer material fora dos locais explicitamente designados para o efeito ou em qualquer local em que a utilização indevida das vias e locais possa por em causa a praticabilidade dos caminhos de evacuação dos edifício/espacos, a acessibilidade dos meios de socorro e o acesso destes meios aos pontos previstos para abastecimento de água para combate a incêndio;

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K02 - 3/4

- ii. A utilização dos espaços de acesso aos meios de abastecimento de água previstos é interdita, independentemente do tempo previsto para a sua utilização e dos motivos;
- iii. Os espaços/locais previstos para este fim (abastecimento de água) devem ser claramente identificados como tal e, desejavelmente, marcados no solo de modo a delimitar claramente as áreas de interdição;
- iv. Não é permitido o estacionamento de viaturas nas áreas envolventes aos edifícios exceto nos locais onde tal seja expressamente permitido;
- v. É expressamente proibido o estacionamento a uma distância inferior a 5 metros de qualquer saída dos edifícios (escadas inclusive) ou dos hidrantes existentes na via pública envolvente;
- vi. Nas áreas interiores dos edifícios e/ou recintos, onde esteja previsto o abastecimento de água aos meios de socorro (veículos ou meios móveis), nomeadamente às zonas onde se encontrem instaladas tomadas de água da rede de incêndio ou ligações das colunas secas, deve existir um espaço desimpedido e livre de quaisquer elementos que possam comprometer o seu acesso ou a sua manobra, com um raio mínimo, medido em planta, de 1 m e altura de 2 m do solo em que será absolutamente interdito o estacionamento de viaturas, a deposição de qualquer tipo de materiais, incluindo mobiliário, equipamento e artigos de decoração ou a colocação de qualquer obstáculo ou elemento que possa, de qualquer forma, impedir a visibilidade, acesso ou utilização do ponto de abastecimento de água.

VIGILÂNCIA E IMPLEMENTAÇÃO DA POLÍTICA

- i. Os Gestores dos Sectores são os responsáveis pela implementação da política de gestão de acessibilidade aos meios de abastecimento de água devendo controlar toda e qualquer utilização indevida dos espaços abrangidos pelos sectores da sua responsabilidade, independentemente do motivo e providenciar a sua imediata resolução;
- ii. Em complemento, os vigilantes de serviço têm igualmente a responsabilidade de colaborar ativamente na implementação da política instituída, nomeadamente na identificação de qualquer utilização indevida dos espaços abrangidos, independentemente do motivo e de providenciar a sua imediata resolução. Caso não seja possível a resolução imediata das situações detetadas deverá ser contactado o Delegado de Segurança do edifício e atuar de acordo com as orientações que lhes forem transmitidas;

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K02 - 4/4

- iii. No caso de verificar qualquer desrespeito à política instituída, deverão ser contactados os responsáveis pela ocupação indevida destes espaços e serem os mesmos informados que deverão remover de imediato a viatura ou os elementos/equipamentos, indicando locais alternativos onde os mesmos poderão ser colocados;
- iv. Em caso de recusa, deverá ser contactado o Delegado de Segurança do edifício e atuar de acordo com as orientações que lhes forem transmitidas.

HISTÓRICO DO DOCUMENTO

Versão	Data	Descrição das alterações
01.0	Abril 2014	Versão Original
02.0	Abril 2021	2ª Versão
03.0	Outubro 2023	3ª Versão
04.0	Janeiro 2024	Versão Atual

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K03 - 1/5

Procedimento de Prevenção

PPREV.01.03

PRATICABILIDADE DOS CAMINHOS DE EVACUAÇÃO

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K03 - 2/5

OBJECTIVO

O presente Procedimento de Prevenção tem como objectivo descrever as normas a observar na exploração dos edifícios de modo a garantir a permanente praticabilidade dos caminhos de evacuação definidos.

ÂMBITO

Este procedimento aplica-se à totalidade do recinto gerido pelo MARL, no que diz respeito à praticabilidade dos caminhos de evacuação.

INTERVENIENTES

- Responsável de Segurança
- Delegado de Segurança

DOCUMENTOS ASSOCIADOS

- PPREV 01.09 – Gestão das Acessibilidades e do Estacionamento
- PPREV 02.09 – Acesso aos Meios Abastecimento de Água
- PPREV 10.09 – Gestão das alterações

DEFINIÇÕES E ABREVIATURAS

- **Procedimento (PPREV):** Modo especificado de realizar uma atividade que poderá envolver mais do que um sector/departamento.
- **Impresso:** Documento utilizado para registar os resultados obtidos ou fornecer evidência das atividades realizadas.
- **RS:** Responsável de Segurança
- **DS:** Delegado de Segurança

DESCRIÇÃO DO PROCEDIMENTO

a) Gestão dos Caminhos de Evacuação:

A manutenção das condições referentes à praticabilidade dos caminhos de evacuação definidas para os edifícios assenta nos dois tipos de ações seguintes:

- Ações de inspeção/verificação a efetuar com carácter periódico e sistemático;
- Procedimentos de gestão das alterações aos espaços.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K03 - 3/5

b) Regras de Exploração dos Caminhos de Evacuação:

Os caminhos de evacuação estabelecidos deverão ser mantidos permanentemente livres e desimpedidos e com todos os seus acessórios funcionais.

Neste sentido, é interdito:

- i. Colocar nas vias de evacuação, mesmo que a título provisório, quaisquer objetos, materiais ou peças de mobiliário ou de decoração que possam criar os seguintes efeitos:
 - Favorecer a deflagração ou o desenvolvimento do incêndio;
 - Ser derrubados ou deslocados;
 - Reduzir a largura das vias de evacuação;
 - Dificultar a abertura de portas de saída;
 - Impedir ou dificultar a utilização de um qualquer caminho de evacuação, nomeadamente saída dos edifícios ou recintos, corredores ou outros trajetos definidos como caminhos de evacuação;
 - Prejudicar a visibilidade da sinalização ou iludir o sentido das saídas;
 - Prejudicar o funcionamento das instalações de segurança, nomeadamente de alarme, intervenção, extinção ou controlo de fumos em caso de incêndio.
- ii. Alterar, ainda que temporariamente, o modo previsto de funcionamento das portas e/ou saídas instaladas nos caminhos de evacuação quer pelo fecho com recurso a chave, corrente ou qualquer outro dispositivo de bloqueio de portas que devam permanecer permanentemente destrancadas, impedindo assim a sua fácil abertura no sentido da evacuação quer pelo bloqueio na posição de aberta, com recurso a cunhas ou outros dispositivos equivalentes, das portas cuja posição normal é fechada;
- iii. Alterar ou degradar, seja por remoção, substituição ou interposição de obstáculos, os esquemas de iluminação de segurança e de sinalização de emergência estabelecidos;
- iv. Alterar ou degradar o pavimento dos caminhos de evacuação quer por substituição do seu revestimento que altere as suas características de reação ao fogo quer pela deposição de materiais que possam alterar as suas condições de regularidade ou de aderência;
- v. Alterar ou degradar, seja por remoção, substituição ou interposição de obstáculos, os dispositivos de alarme, intervenção, extinção, controlo de fumos, plantas de emergência, bem como as instruções de segurança afixadas.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K03 - 4/5

c) Ações de Inspeção/Vigilância:

A manutenção da praticabilidade dos caminhos de evacuação é da responsabilidade de todos os colaboradores das instalações, incluindo os operadores e prestadores de serviços, competindo a cada um a correção das não conformidades que tenha provocado, ainda que por razões de serviço.

Em última análise, os gestores de cada um dos espaços serão os responsáveis por garantir que os caminhos de evacuação, nos sectores por que são responsáveis, são mantidos permanentemente livres e desimpedidos, competindo-lhes providenciar a pronta resolução das não conformidades que aí vierem a ser detetadas.

O pessoal que exerce funções de vigilância deverá no decurso das rondas periódicas, zelar pela permanente praticabilidade dos caminhos de evacuação e pela operacionalidade dos acessórios neles instalados (portas, por exemplo), atuando, junto dos responsáveis dos sectores sempre que se verifiquem situações não conformes ou não satisfatórias, providenciando a sua imediata resolução/correção.

Entre outros, deverá ser dada particular atenção aos aspetos seguintes:

- Que os caminhos de evacuação se encontram livres e desimpedidos em toda a sua extensão e largura;
- Todas as portas existentes nos trajectos de evacuação se encontram livres e funcionais;
- A sinalização de emergência se encontra intacta e visível;
- Os pisos dos trajectos de evacuação se encontram limpos;
- Os equipamentos de segurança nomeadamente, dispositivos de alarme, de intervenção, de extinção, controlo de fumos, plantas de emergência, bem como as instruções de segurança estão acessíveis e visíveis;
- Todas as saídas estão destrancadas (isentas de cadeados, fechadas à chave, correntes, etc.) e podem ser facilmente abertas a partir do interior;
- As barras anti-pânico que equipam as portas se encontram operacionais.

Para além das verificações de rotina efetuadas pelo pessoal do serviço de vigilância, as instalações serão ainda objeto de uma inspeção periódica da responsabilidade da Prevenção e Segurança que, entre outros aspectos, deverá avaliar do estado dos caminhos de evacuação e do grau de cumprimento das regras estabelecidas.

 <small>Mercado Abastecedor de Produtos de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K03 - 5/5

d) Gestão das Alterações:

Todas as alterações aos edifícios, nomeadamente as que impliquem modificações na sua arquitetura ou alterações aos caminhos de evacuação ou das suas características deverão ser objeto de avaliação prévia por parte do Responsável de Segurança.

O modo de proceder no que se refere à gestão das alterações encontra-se descrito no PPREV.10.09.

HISTÓRICO DO DOCUMENTO

Versão	Data	Descrição das alterações
01.0	Abril 2014	Versão Original
02.0	Abril 2021	2ª Versão
03.0	Outubro 2023	3ª Versão
04.0	Janeiro 2024	Versão Atual

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K04 - 1/4

Procedimento de Prevenção

PPREV.01.04

**EFICÁCIA DA ESTABILIDADE AO FOGO E DOS MEIOS DE
COMPARTIMENTAÇÃO, ISOLAMENTO E PROTEÇÃO**

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K04 - 2/4

OBJECTIVO

O presente Procedimento de Prevenção tem como objectivo descrever as normas a observar na exploração das instalações de modo a garantir a a eficácia dos elementos construtivos relacionados com a estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação, isolamento e protecção.

ÂMBITO

Este procedimento aplica-se à totalidade do recinto gerido pelo MARL, nomeadamente no que se refere a:

- Elementos estruturais com implicação na estabilidade ao fogo dos edifícios;
- Elementos de compartimentação de incêndio, como sejam paredes e portas corta-fogo, registos corta-fogo instalados em condutas de ventilação e ar condicionado;
- Protecção de atravessamentos praticados em barreiras de incêndio para passagem de tubagens, cablagens técnicas ou outros elementos;
- Isolamento térmico para protecção de estruturas ou elementos de compartimentação.

INTERVENIENTES

- Responsável de Segurança
- Delegado de Segurança

DOCUMENTOS ASSOCIADOS

- PPREV 01.09 – Gestão da Acessibilidade e do Estacionamento
- PPREV 02.09 - Acesso aos Meios Abastecimento de Água
- PPREV 03.09 – Praticabilidade dos Caminhos de Evacuação
- PPREV 10.09 – Gestão das Alterações e Modificações

DEFINIÇÕES E ABREVIATURAS

- **Procedimento (PPREV):** Modo especificado de realizar uma atividade que poderá envolver mais do que um sector/departamento.
- **Impresso:** Documento utilizado para registar os resultados obtidos ou fornecer evidência das atividades realizadas.
- **RS:** Responsável de Segurança
- **DS:** Delegado de Segurança

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K04 - 3/4

DESCRIÇÃO DO PROCEDIMENTO

a) **Gestão dos Elementos Relacionados com a Estabilidade ao Fogo e dos Meios de Compartimentação, Isolamento e Proteção:**

A manutenção das condições referentes à garantia da eficácia dos elementos construtivos relacionados com a estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação, isolamento e protecção definidas para os edifícios assenta nos dois tipos de ações seguintes:

- Ações de inspeção/verificação a efetuar com carácter periódico e sistemático;
- Procedimentos de gestão das alterações aos espaços.

b) **Regras de Exploração dos Elementos Estruturais, de Compartimentação, Isolamento e Proteção:**

Os elementos estruturais, de compartimentação, isolamento e protecção deverão ser permanentemente mantidos nas condições de desempenho para que foram projetados e instalados e com todos os seus acessórios, se existentes, funcionais.

Neste sentido, é interdito sem a prévia aprovação do Responsável de Segurança e eventual parecer/licenciamento das entidades competentes:

- Proceder a alterações de qualquer tipo à estrutura dos edifícios;
- Proceder a qualquer alteração ao estado de compartimentação, designadamente pela abertura de orifícios, roços, nichos ou vãos para passagem de canalizações ou condutas;
- Alterar o estado/posição das portas e outros elementos de compartimentação de incêndio como sejam portinholas de acesso a ductos, para as quais se exige resistência ao fogo;
- Instalar, alterar ou remover condutas, canalizações ou cablagens elétricas que atravessem elementos de compartimentação;
- Alterar, remover ou substituir materiais de isolamento e protecção (ex.: lã de vidro, lã de rocha, vermiculite, gesso, cimento) aplicados nos elementos de compartimentação;
- Alterar, remover ou substituir condutas de ventilação e tectos falsos;
- Alterar, remover ou substituir materiais intumescentes aplicados em portas e registos de compartimentação de incêndio e no isolamento de cruzamentos de pavimentos ou paredes;
- Realizar trabalhos que impliquem o atravessamento por cabos elétricos, tubagens, mangueiras, canalizações, ductos, ou outro tipo de objetos, de paredes, portas e registos de compartimentação de incêndio e que comprometam o correcto funcionamento destes elementos, ainda que a título provisório;

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K04 - 4/4

- Alterar as características dos caminhos de evacuação, nomeadamente as decorrentes de:
 - *Alterações às características dos materiais de revestimento;*
 - *Alterações às características dimensionais de corredores e vãos;*
 - *Instalação ou alterações ao modo de funcionamento ou ao sentido de manobra de portas ou outras barreiras.*

c) Alteração dos Elementos Estruturais, de Compartimentação, Isolamento e Proteção:

Toda e qualquer alteração, independentemente do local onde é praticada e da sua dimensão, extensão ou durabilidade, deverá obrigatoriamente ser objeto de prévia autorização por parte do Responsável da Segurança nos termos do PPREV 10.09 - Gestão das Alterações e modificações.

d) Gestão das Alterações:

Todas as alterações às infraestruturas dos edifícios, nomeadamente as que impliquem modificações nas suas arquiteturas ou alterações aos caminhos de evacuação ou das suas características deverão ser objeto de avaliação prévia por parte do Responsável de Segurança.

O modo de proceder no que se refere à gestão das alterações encontra-se descrito no PPREV 10.09.

HISTÓRICO DO DOCUMENTO

Versão	Data	Descrição das alterações
01.0	Abril 2014	Versão Original
02.0	Abril 2021	2ª Versão
03.0	Outubro 2023	3ª Versão
04.0	Janeiro 2024	Versão Atual

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K05 - 1/4

Procedimento de Prevenção

PPREV.01.05

**ACESSIBILIDADE AOS MEIOS DE ALARME E DE
INTERVENÇÃO EM CASO DE EMERGÊNCIA**

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K05 - 2/4

OBJECTIVO

O presente Procedimento de Prevenção tem como objetivo descrever as normas a observar para garantir a acessibilidade aos meios de alarme e de intervenção em caso de emergência.

ÂMBITO

Este procedimento aplica-se à totalidade do recinto gerido pelo MARL.

INTERVENIENTES

- Responsável de Segurança
- Delegado de Segurança

DOCUMENTOS ASSOCIADOS

- PPREV 01.09 – Gestão da Acessibilidade e do Estacionamento
- PPREV 02.09 – Acessibilidade aos Meios de Abastecimento de Água
- PPREV 03.09 – Praticabilidade dos Caminhos de Evacuação
- PPREV 07.09 – Conservação e Arrumação dos Espaços
- PPREV 10.09 – Gestão das Alterações e modificações

DEFINIÇÕES E ABREVIATURAS

- **Procedimento (PPREV):** Modo especificado de realizar uma atividade que poderá envolver mais do que um sector/departamento.
- **Impresso:** Documento utilizado para registar os resultados obtidos ou fornecer evidência das atividades realizadas.
- **RS:** Responsável de Segurança
- **DS:** Delegado de Segurança

DESCRIÇÃO DO PROCEDIMENTO

a) Política de Gestão da Acessibilidade aos meios de Alarme e de Intervenção:

- Pela importância que têm numa rápida e eficaz atuação em caso de emergência os meios de alarme e de intervenção deverão estar permanentes visíveis a partir de qualquer ponto da área por eles coberta e o seu acesso deverá estar sempre livre e desimpedido;

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K05 - 3/4

- ii. É expressamente proibido, mesmo por períodos de curta duração, a colocação de obstáculos de qualquer tipo, que obstruam ou dificultem a visibilidade dos meios de alarme e de intervenção ou que, de qualquer forma, impeçam ou dificultem o acesso rápido a estes meios. Incluem-se nos obstáculos os seguintes equipamentos (sem, no entanto, limitar apenas aos elementos e materiais a seguir descritos): mobiliário, painéis, plantas, artigos de adorno e/ou decoração mesmo que alusivos a épocas específicas, mercadorias, embalagens, sacos ou outros recipientes de lixo ou outros resíduos, materiais, equipamentos ou ferramentas de qualquer tipo;
- iii. Estas regras aplicam-se, no que diz respeito à acessibilidade aos meios de alarme e de intervenção, igualmente a uma área em planta, na vertical de cada meio abrangido, correspondente a um quadrado com um metro de lado e dois metros de altura, que deverá permanecer permanentemente livre e desimpedida de qualquer obstáculo. Estes locais deverão, sempre que possível, ser claramente identificados como tal e, sempre que possível, marcados/delimitados no solo de modo a delimitar claramente as áreas de interdição.

b) Vigilância e Implementação da Política:

- i. O garantir a acessibilidade aos meios de alarme e de intervenção é da responsabilidade de todos os colaboradores que prestam serviço nos edifícios, incluindo os lojistas e prestadores de serviços, competindo aos Gestores dos Sectores a correção das não conformidades que tenha provocado, ainda que por razões de serviço;
- ii. Em última análise, os Gestores dos Sectores, serão os responsáveis por garantir que os meios de alarme e de intervenção, no sector que são responsáveis, são mantidos permanentemente livres e desimpedidos, competindo-lhes providenciar a pronta resolução das não conformidades que vierem a ser detetadas;
- iii. O pessoal que exerce funções de vigilância deve, no decurso das rondas periódicas, zelar pela permanente acessibilidade e disponibilidade dos meios de alarme e de intervenção, atuando, junto dos responsáveis dos diversos sectores, sempre que se verificarem situações não conformes ou não satisfatórias, para que providenciem a sua imediata resolução/correção;
- iv. No caso de desrespeito à política instituída, os vigilantes deverão abordar os responsáveis pela ocupação indevida destes espaços e convidá-los a remover os elementos/

 marl <small>Mercado Abastecedor de Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K05 - 4/4

equipamentos/ materiais, indicando locais alternativos onde os mesmos poderão ser colocados;

- v. Em caso de recusa na resolução das não conformidades identificadas, deverá ser contactado o Delegado de Segurança e atuar de acordo com as orientações que lhes forem transmitidas.

HISTÓRICO DO DOCUMENTO

Versão	Data	Descrição das alterações
01.0	Abril 2014	Versão Original
02.0	Abril 2021	2ª Versão
03.0	Outubro 2023	3ª Versão
04.0	Janeiro 2024	Versão Atual

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K06 - 1/4

Procedimento de Prevenção

PPREV.01.06

VIGILÂNCIA DOS ESPAÇOS, EM ESPECIAL OS DE MAIOR RISCO DE INCÊNDIO E OS QUE ESTÃO NORMALMENTE DESOCUPADOS

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K06 - 2/4

OBJECTIVO

O presente Procedimento de Prevenção tem como objectivo descrever as normas a observar para garantir a vigilância dos espaços normalmente desocupados, nomeadamente aqueles que apresentam o maior risco de incêndio.

ÂMBITO

Este procedimento aplica-se à totalidade do recinto gerido pelo MARL.

INTERVENIENTES

- Responsável de Segurança
- Delegado de Segurança

DOCUMENTOS ASSOCIADOS

- PPREV 01.09 – Gestão das Acessibilidades e do Estacionamento
- PPREV 02.09 – Acessibilidade dos meios de socorro aos meios de abastecimento de água
- PPREV 03.09 – Praticabilidade dos caminhos de evacuação
- PPREV 04.09 – Eficácia da estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação, isolamento e protecção
- PPREV 07.09 – Conservação e Arrumação dos Espaços

DEFINIÇÕES E ABREVIATURAS

- **Procedimento (PPREV):** Modo especificado de realizar uma atividade que poderá envolver mais do que um sector/departamento.
- **Impresso:** Documento utilizado para registar os resultados obtidos ou fornecer evidência das atividades realizadas.
- **RS:** Responsável de Segurança
- **DS:** Delegado de Segurança

DESCRIÇÃO DO PROCEDIMENTO

a) Política de Gestão dos Espaços Normalmente Desocupados:

- vi. Todas as áreas das instalações são igualmente importantes no que se refere ao esforço das ações de vigilância e das medidas de gestão e organização a empreender, com vista à

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K06 - 3/4

redução da probabilidade de ocorrência de um incêndio ou outra situação de emergência, à minimização dos seus efeitos e à sua deteção precoce, caso ocorram;

- vii. Todas as regras de segurança contra incêndios nomeadamente as que se destinam a garantir o acesso dos meios de socorro, a acessibilidade aos pontos de abastecimento de água, praticabilidade dos caminhos de evacuação, eficácia da estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação, isolamento e proteção, acessibilidade aos meios de alarme e de intervenção e de conservação e limpeza, aplicáveis aos espaços normalmente ocupados, são também, e na íntegra, aplicáveis aos espaços normalmente desocupados;
- viii. As rondas periódicas a efetuar aos espaços deverão incluir no seu planeamento a vigilância regular e sistemática especialmente dos espaços normalmente desocupados.

b) Vigilância e Implementação da Política:

- ix. Os elementos que exercem funções de vigilância são os responsáveis pela implementação da política de vigilância dos espaços normalmente desocupados devendo controlar toda e qualquer utilização indevida dos espaços abrangidos, independentemente do motivo, atuando, junto do responsável pelas áreas/sectores sempre que se verifiquem situações não conformes ou não satisfatórias, providenciando a sua imediata resolução/correção;
- x. No caso de desrespeito à política instituída deverão ser abordados os responsáveis pela ocupação/utilização indevida destes espaços e serem convidados a remover ou resolver de imediato os elementos/equipamentos/materiais ou situações identificadas;
- xi. Todas as situações identificadas durante as rondas periódicas ou outras ações de vigilância ou acompanhamento de situações reportadas deverão ser comunicadas à Central de Segurança ou ao Delegado de Segurança, incluindo aquelas que sejam prontamente resolvidas;
- xii. Em caso de recusa ou obstáculos à resolução da situação identificada, deverão ser obtidos o máximo de dados possível no que se refere à identidade do responsável, equipamentos, materiais ou elementos que provocam o desvio identificado e comunicar o ocorrido à Central de Segurança ou ao Delegado de Segurança do estaleiro e atuar de acordo com as orientações que lhes forem transmitidas.

 marl <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K06 - 4/4

HISTÓRICO DO DOCUMENTO

Versão	Data	Descrição das alterações
01.0	Abril 2014	Versão Original
02.0	Abril 2021	2ª Versão
03.0	Outubro 2023	3ª Versão
04.0	Janeiro 2024	Versão Atual

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K07 - 1/5

Procedimento de Prevenção

PPREV.01.07

**CONSERVAÇÃO DOS ESPAÇOS EM CONDIÇÕES DE
LIMPEZA E ARRUMAÇÃO ADEQUADAS**

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
	Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO	Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS	Página:	K07 - 2/5

OBJECTIVO

O presente Procedimento de Prevenção tem como objectivo descrever as normas a observar para garantir a eficácia das ações de conservação, limpeza e de arrumação nos espaços afectos aos espaços geridos pela MARL.

ÂMBITO

Este procedimento aplica-se à totalidade das infraestruturas sob gestão do MARL.

INTERVENIENTES

- Responsável de Segurança
- Delegado de Segurança
- Colaboradores/Operacionais

DOCUMENTOS ASSOCIADOS

- PPREV 01.09 – Gestão das Acessibilidades e do Estacionamento
- PPREV 02.09 – Acessibilidade dos meios de socorro aos meios de abastecimento de água
- PPREV 03.09 – Praticabilidade dos caminhos de evacuação
- PPREV 04.09 – Eficácia da estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação, isolamento e proteção
- PPREV 06.09 – Vigilância dos espaços normalmente desocupados

DEFINIÇÕES E ABREVIATURAS

- **Procedimento (PPREV):** Modo especificado de realizar uma atividade que poderá envolver mais do que um sector/departamento.
- **Impresso:** Documento utilizado para registar os resultados obtidos ou fornecer evidência das atividades realizadas.
- **RS:** Responsável de Segurança
- **DS:** Delegado de Segurança

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K07 - 3/5

DESCRIÇÃO DO PROCEDIMENTO

a) Limpeza:

- i. A limpeza dos diversos espaços é geralmente assegurada por empresas especializadas com as quais são celebrados contratos de prestação de serviços. A periodicidade e o tipo de ações de limpeza encontram-se igualmente definidos e/ou contratualizados;
- ii. Anualmente, deverão os Gestores dos Sectores avaliar na globalidade o desempenho e a eficácia dos serviços contratados, nomeadamente se os mesmos são adequados à dimensão, ocupação e utilização dos espaços e fornecer os elementos relevantes aos responsáveis pela negociação do contrato.
- iii. Os Gestores dos Sectores são os responsáveis por assegurar a limpeza e arrumação dos espaços à sua responsabilidade, e deverão, atuar junto do pessoal responsável pela sua execução, sempre que se verifiquem situações não conformes ou não satisfatórias, providenciando a sua imediata resolução/correção.
- iv. Entre outros, deverá ser dada particular atenção aos aspetos seguintes:
 - *As vias verticais de evacuação;*
 - *Os locais situados ao nível dos pisos das coberturas e as áreas de menor utilização;*
 - *O estado dos pavimentos que deverão estar isentos de resíduos ou qualquer outro tipo de materiais que possam originar o escorregamento.*
- v. Os elementos que exercem funções de vigilância que durante as rondas periódicas ou outras ações de vigilância detetarem situações não conformes, deverão comunicar o facto à Central de Segurança ou ao Delegado de Segurança, incluindo aquelas que sejam prontamente resolvidas.

b) Arrumação:

- i. No que se refere à arrumação nos espaços interiores, esta é da responsabilidade dos utilizadores dos diversos espaços, competindo a cada um a correção das não conformidades que tenha provocado, ainda que por razões de serviço;
- ii. Em última análise, os gestores dos sectores serão os responsáveis por sendo por garantir o estado de arrumação e de funcionalidade da sua área, competindo-lhes providenciar a pronta resolução das não conformidades que vierem a ser detetadas nas áreas ou sectores por que são responsáveis.

 marl <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K07 - 4/5

- iii. Os elementos que exercem funções de vigilância que durante as rondas periódicas ou outras ações de vigilância detetarem situações não conformes, deverão reportar o facto à Central de Segurança ou Delegado de Segurança, incluindo aquelas que sejam prontamente resolvidas;
 - iv. Entre outros, deverá ser dada particular atenção em não permitir os aspetos seguintes:
 - *A acumulação desnecessária de papel, cartão, plásticos ou outros materiais combustíveis nas áreas de trabalho e/ou circulação;*
 - *A colocação de objetos junto dos acessos a quadros elétricos, a equipamentos de segurança ou outros locais técnicos;*
 - *A armazenagem em altura em que possa provocar uma degradação do desempenho/eficácia dos equipamentos de deteção de incêndios;*
 - *A colocação de objetos (ex: vestuário) sobre os equipamentos ou sinalização de segurança;*
 - *A armazenagem de líquidos ou gases combustíveis no interior das instalações, à exceção dos locais previamente destinados a esse fim;*
 - *A obstrução do correto funcionamento de qualquer elemento corta-fogo, nomeadamente portas e registos de ventilação;*
 - v. Todas as situações identificadas durante as rondas periódicas ou outras ações de vigilância ou acompanhamento deverão ser reportadas e registadas, incluindo aquelas que sejam prontamente resolvidas.
- c) Manutenção;**
- i. Os equipamentos e as instalações técnicas afetos à segurança contra incêndio, deverão ser mantidos em boas condições de utilização e submetidos às ações regulares de verificação, conservação e manutenção previstas no programa de manutenção respetivo;
 - ii. O responsável pela manutenção das instalações deverá assegurar o escrupuloso cumprimento dos programas de manutenção estabelecidos para cada equipamento ou sistema e providenciar a pronta reparação/substituição dos equipamentos ou sistemas danificados ou com desempenho insuficiente;
 - iii. Sempre que uma operação de manutenção implique ou a remoção ou a desativação de equipamentos ou sistemas deverão os mesmos ser substituídos por outros equivalentes ou

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K07 - 5/5

estudadas as medidas compensatórias adequadas a adotar durante o período de inoperacionalidade dos equipamentos ou sistemas de segurança afetados.

d) Verificação

Para além das verificações de rotina do estado de limpeza e de arrumação efetuadas as instalações serão ainda objeto de uma inspeção periódica da responsabilidade do Delegado de Segurança que, entre outros aspetos, deverá avaliar do estado de conservação, limpeza e arrumação do edifício, do estado e operacionalidade dos diversos equipamentos e sistemas afetos à segurança contra incêndio e do cumprimento dos diversos programas de manutenção.

HISTÓRICO DO DOCUMENTO

Versão	Data	Descrição das alterações
01.0	Abril 2014	Versão Original
02.0	Abril 2021	2ª Versão
03.0	Outubro 2023	3ª Versão
04.0	Janeiro 2024	Versão Atual

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K08 - 1/5

Procedimento de Prevenção

PPREV.01.08

**SEGURANÇA NA MANIPULAÇÃO E NO ARMAZENAMENTO
DE MATÉRIAS E SUBSTÂNCIAS PERIGOSAS**

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K08 - 2/5

OBJECTIVO

O presente Procedimento de Prevenção tem como objectivo descrever as normas a observar para garantir a segurança na manipulação e no armazenamento de matérias perigosas.

ÂMBITO

Este procedimento aplica-se à totalidade do recinto sob gestão do MARL, assim como a todas as actividades ocupacionais, comerciais e organizações que aí prestam serviços, ou utilizem qualquer instalação. Excluem-se os equipamentos e substâncias trazidas para as instalações pelo pessoal dos serviços de emergência, nomeadamente, polícia, ambulâncias, bombeiros, protecção civil, etc., no âmbito das suas actividades.

INTERVENIENTES

- Responsável de Segurança
- Delegado de Segurança
- Colaboradores/Operacionais

DOCUMENTOS ASSOCIADOS

- Portaria nº 1532/2008 de 29 de dezembro – Regulamento Técnico de Segurança Contra Incêndios em Edifícios;
- Portaria 732-A/96 – Regulamento para a notificação de substâncias químicas e para a classificação, embalagem e rotulagem de substâncias perigosas e legislação complementar.
- TIF446.04.00 – Manuseamento e Armazenagem de Produtos Químicos.
- PPREV 01.09 – Gestão das Acessibilidades e do Estacionamento
- PPREV 02.09 – Acessibilidade dos meios de socorro aos meios de abastecimento de água
- PPREV 03.09 – Praticabilidade dos caminhos de evacuação
- PPREV 04.09 – Eficácia da estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação, isolamento e protecção
- PPREV 07.09 – Conservação e limpeza dos espaços

DEFINIÇÕES E ABREVIATURAS

- **Procedimento (PPREV):** Modo especificado de realizar uma atividade que poderá envolver mais do que um sector/departamento.

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K08 - 3/5

- **Impresso:** Documento utilizado para registar os resultados obtidos ou fornecer evidência das atividades realizadas.
- **RS:** Responsável de Segurança
- **DS:** Delegado de Segurança

DESCRIÇÃO DO PROCEDIMENTO

a) Política de Utilização de Substâncias Perigosas:

- i. A utilização de substâncias ou preparações classificadas como perigosas nas instalações será restringida apenas ao uso essencial, quando não seja técnica ou economicamente viável encontrar uma alternativa;
- ii. Todas as substâncias perigosas que se pretendam utilizar serão previamente avaliadas em termos dos riscos para as pessoas e para o ambiente pelo Responsável de Segurança de cada edifício, ou pelo elemento da estrutura por ele designado, e registadas antes de serem autorizadas a circular, aplicar ou armazenar na área de jurisdição do edifício em causa.
- iii. A autorização para utilizar ou armazenar uma substância perigosa deve estar dependente da avaliação da sua necessidade e das alternativas possíveis e ser condicionada à menor quantidade técnica e economicamente viável sob o ponto de vista da operação;
- iv. A armazenagem de substâncias ou preparações perigosas será igualmente restringida às quantidades mínimas técnica e economicamente viáveis sob o ponto de vista da operação;
- v. O RS de cada edifício deverá garantir a disponibilidade de cópias das Fichas de Dados de Segurança de todas as substâncias perigosas presentes nas instalações.

b) Segurança na Utilização e Armazenagem de Substâncias Perigosas:

- i. Todo o pessoal que manipula, transporta ou tem à sua guarda substâncias e preparações perigosas deve estar sensibilizado para os riscos decorrentes destas substâncias;
- ii. Apenas serão utilizados os produtos que se encontrem devidamente embalados e rotulados. Se for necessário transvazar um produto para outro recipiente, este deve ser do tipo apropriado e estar devidamente rotulado;
- iii. A utilização de recipientes normalmente utilizados para conter alimentos e/ou bebidas é interdita;

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K08 - 4/5

- iv. Os recipientes onde se encontram os produtos perigosos devem ser verificados periodicamente de modo a avaliar o seu estado de conservação a fim de evitar a ocorrência de fugas. Esta verificação é da responsabilidade do responsável pela área/sector detentor do produto (ou do local onde o mesmo irá ser aplicado) que deverá providenciar a pronta substituição do recipiente em caso de detetar qualquer situação não conforme;
- v. A armazenagem das substâncias e preparações perigosas deverá respeitar as boas práticas de armazenagem, no que diz respeito aos locais e meios de armazenagem, à humidade, à temperatura, à luminosidade e à compatibilidade entre os produtos armazenados. Produtos de famílias incompatíveis (combustíveis e oxidantes, por exemplo) terão de ser armazenados em locais fisicamente distintos de modo a evitar reações de incompatibilidade;
- vi. Qualquer prestador de serviço que necessite entrar nas instalações com um produto para a execução de um determinado trabalho ou tarefa deverá sempre fazer-se acompanhar da Ficha de Dados e de Segurança do produto e solicitar autorização prévia junto do Sector de Prevenção e Segurança, que depois de consultar as entidades que julgue necessárias dará ou não a autorização de entrada e utilização. No local da aplicação/armazenagem da substância deverá estar imediatamente disponível, no mínimo, uma ficha de intervenção da substância ou substâncias em causa.
- vii. Deverá ser garantido, por parte do fornecedor/prestador de serviço, a disponibilização da ficha de intervenção relativa à substância que irá utilizar.

c) Verificação:

- i. Os elementos que exercem funções de vigilância são os responsáveis pela entrada nas instalações de substâncias e preparações perigosas e cada um dos sectores é responsável pela implementação da política de segurança na manipulação e armazenamento de substâncias perigosas devendo controlar toda e qualquer utilização e/ou manuseamento inseguro de substâncias ou preparações perigosas, independentemente do motivo;
- ii. No caso de desrespeito à política instituída, os responsáveis pela utilização/manuseamento indevido dos produtos deverão ser convidados a adotar de imediato as regras e/ou procedimentos adequados;
- iii. Todas as situações identificadas durante as rondas periódicas ou outras ações de vigilância ou acompanhamento de situações reportadas deverão ser comunicadas ao Delegado de Segurança, incluindo aquelas que sejam prontamente resolvidas;

 marl <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K08 - 5/5

- iv. Em caso de recusa ou obstáculos à resolução da situação identificada, deverá ser obtido o máximo de dados possível no que se refere à identidade do responsável, equipamentos, substâncias ou elementos que provocam o desvio identificado, registar a ocorrência e comunicar o ocorrido ao Delegado de Segurança e atuar de acordo com as instruções que lhes forem transmitidas;
- v. As substâncias que não se encontrem em embalagens adequadas ou devidamente rotuladas ou ainda em que o rótulo não esteja conforme com a regulamentação aplicável e legível serão imediatamente recolhidas para local seguro com vista à sua identificação e encaminhamento, como resíduo, para destino final adequado;
- vi. Para além das verificações de rotina do estado de limpeza e de arrumação, as instalações serão ainda objeto de uma inspeção periódica da responsabilidade do Delegado de Segurança, que incluirá a verificação das condições de armazenagem e das condições de segurança adotadas na manipulação e armazenagem de substâncias e preparações perigosas.

HISTÓRICO DO DOCUMENTO

Versão	Data	Descrição das alterações
01.0	Abril 2014	Versão Original
02.0	Abril 2021	2ª Versão
03.0	Outubro 2023	3ª Versão
04.0	Janeiro 2024	Versão Atual

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K09 - 1/4

Procedimento de Prevenção

PPREV.01.09

**SEGURANÇA EM TODOS OS TRABALHOS DE
MANUTENÇÃO, RECUPERAÇÃO, BENEFICIAÇÃO,
ALTERAÇÃO OU REMODELAÇÃO**

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K09 - 2/4

OBJECTIVO

O presente Procedimento de Prevenção tem como objectivo descrever as normas a observar para garantir a segurança nos trabalhos de manutenção, recuperação, beneficiação, alteração ou remodelação de sistemas ou das instalações, que impliquem um risco agravado de incêndio, introduzam limitações em sistemas de segurança instalados ou que possam afetar a evacuação dos ocupantes.

ÂMBITO

Este procedimento aplica-se à totalidade do recinto gerido pelo MARL, assim como a todas as actividades ocupacionais, comerciais e organizações que aí prestam serviços. Excluem-se os trabalhos e actividades efetuados pelo pessoal dos serviços de emergência, nomeadamente, polícia, ambulâncias, bombeiros, protecção civil, etc., no âmbito das suas actividades.

INTERVENIENTES

- Responsável de Segurança
- Delegado de Segurança
- Colaboradores Residentes

DOCUMENTOS ASSOCIADOS

- PPREV 01.09 – Gestão das Acessibilidades e do Estacionamento
- PPREV 02.09 – Acessibilidade dos meios de socorro aos meios de abastecimento de água
- PPREV 03.09 – Praticabilidade dos caminhos de evacuação
- PPREV 04.09 – Eficácia da estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação, isolamento e protecção
- PPREV 07.09 – Conservação e limpeza dos espaços
- OP446.03 – Licenças Para Trabalho (LPT)

DEFINIÇÕES E ABREVIATURAS

- **Procedimento (PPREV):** Modo especificado de realizar uma atividade que poderá envolver mais do que um sector/departamento.
- **Impresso:** Documento utilizado para registar os resultados obtidos ou fornecer evidência das atividades realizadas.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K09 - 3/4

DESCRIÇÃO DO PROCEDIMENTO

a) Política de Segurança dos Trabalhos de Manutenção de Risco Agravado:

- i. Todo o trabalho de manutenção, recuperação, beneficiação, alteração ou remodelação de sistemas ou das instalações, que implique um risco agravado de incêndio, introduza limitações em sistemas de segurança instalados ou que possa afetar a evacuação dos ocupantes é obrigatoriamente precedido de um processo formal de autorização de trabalho, nos termos descritos no procedimento Licenças Para Trabalho (OP446.03);
- ii. O processo de autorizações de trabalho inclui no seu processo de decisão a avaliação dos riscos para a segurança das atividades e tarefas a desenvolver, nomeadamente no que concerne ao agravamento da probabilidade de ocorrência de um acidente ou da magnitude das suas consequências bem como o acréscimo de vulnerabilidades ou degradação das condições de segurança decorrentes da indisponibilidade de sistemas de segurança ou de alterações à compartimentação ou a caminhos de evacuação;
- iii. Em função da de risco efetuada, o processo de autorização de trabalho definirá formalmente as medidas de compensação e mitigadoras adequadas para que as ações de manutenção, recuperação, beneficiação, alteração ou remodelação de sistemas ou das instalações se possam efetuar mantendo as condições de segurança mínimas definidas para a exploração do estaleiro.

b) Verificação:

- i. Os Responsáveis de Segurança/Delegados de Segurança e os elementos que exercem funções de Manutenção e de Vigilância são os responsáveis pela implementação da política para os trabalhos de manutenção de risco agravado, nomeadamente no que concerne à verificação dos aspetos formais de autorização de trabalho e à verificação das medidas de compensação e condições de execução dos trabalhos constantes no referido processo de autorização;
- ii. No caso de desrespeito à política instituída, os elementos com responsabilidade de implementação deste procedimento deverão abordar os responsáveis pela execução indevida dos trabalhos e assegurar que são cumpridas de imediato as regras e/ou procedimentos adequados;

 marl <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K09 - 4/4

- iii. Em qualquer dos casos, os trabalhos em curso para os quais seja exigida autorização de trabalho em que a mesma não tenha sido concedida, esteja caducada ou não respeite as condições e/ou medidas adicionais de segurança determinadas deverão ser imediatamente suspensos;
- iv. Todas as situações identificadas durante as rondas periódicas ou outras ações de vigilância ou acompanhamento de situações reportadas deverão ser comunicadas ao Delegado de Segurança, incluindo aquelas que sejam prontamente resolvidas;
- v. Em caso de recusa ou obstáculos à resolução da situação identificada, os elementos com responsabilidade de implementação do presente procedimento deverão obter o máximo de dados possível no que se refere à identidade do responsável, equipamentos, substâncias ou elementos que provocam o desvio identificado, registar a ocorrência e comunicar o ocorrido ao Responsável de Segurança ou ao Delegado de Segurança e atuar de acordo com as instruções que lhes forem transmitidas por estes elementos.

HISTÓRICO DO DOCUMENTO

Versão	Data	Descrição das alterações
01.0	Abril 2014	Versão Original
02.0	Abril 2021	2ª Versão
03.0	Outubro 2023	3ª Versão
04.0	Janeiro 2024	Versão Atual

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K10 – 1/4

Procedimento de Prevenção

PPREV.01.10

GESTÃO DAS ALTERAÇÕES

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K10 – 1/4

OBJECTIVO

O presente procedimento tem como objectivo descrever o processo para gerir as alterações à estrutura, espaços e equipamentos dos espaços geridos pelo MARL de modo a garantir a eficácia dos meios de compartimentação, isolamento e protecção no edifício bem como a praticabilidade dos caminhos de evacuação definidos e destina-se a assegurar que:

- Qualquer alteração ao estado de compartimentação, designadamente pela abertura de orifícios, roços, nichos ou vãos de passagem de canalizações ou condutas é submetida à prévia aprovação dos responsáveis do estaleiro;
- As portas, bem como as portinholas de acesso a ductos, para as quais se exige resistência ao fogo, são mantidas fechadas;
- Que os sistemas e equipamentos que, directa ou indirectamente, têm implicações nas condições de segurança do estaleiro mantêm o desempenho e eficácia previstos ao longo do respectivo ciclo de vida;
- Os caminhos de evacuação mantêm as condições previstas no projecto inicial.

ÂMBITO

Este procedimento aplica-se à totalidade do recinto gerido pelo MARL, assim como a todas as actividades ocupacionais, comerciais e organizações que aí prestam serviços.

INTERVENIENTES

- Responsável da Segurança;
- Delegado de Segurança.

DOCUMENTOS ASSOCIADOS

- Procedimento de Licenças para Trabalho (LPT) – OP446.03
- PPREV 01.09 – Gestão das Acessibilidades e do Estacionamento
- PPREV 02.09 – Acessibilidade dos meios de socorro aos meios de abastecimento de água
- PPREV 03.09 – Praticabilidade dos caminhos de evacuação
- PPREV 04.09 – Eficácia da estabilidade ao fogo e dos meios de compartimentação, isolamento e protecção
- PPREV 05.09 – Conservação dos espaços em condições de limpeza e arrumação adequadas

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K10 – 1/4

DEFINIÇÕES E ABREVIATURAS

- **MP:** Manual de Procedimentos
- **Procedimento (PPREV):** Modo especificado de realizar uma atividade que poderá envolver mais do que um sector/departamento.
- **Impresso:** Documento utilizado para registar os resultados obtidos ou fornecer evidência das atividades realizadas.

DESCRIÇÃO DO PROCEDIMENTO

- a) **Todos os trabalhos que envolvam alterações aos edifícios, estruturas e/ou componentes, aos caminhos de evacuação ou ao mobiliário e equipamentos deverão ser objeto de um projecto que será avaliado e visado pelo Responsável da Segurança antes de entrar em execução.**
- b) **Na sua avaliação ao projeto, o Responsável da Segurança deverá atender às implicações que as obras/trabalhos ou mobiliário/equipamento propostos possam ter para a segurança contra incêndio das instalações ou para as condições de evacuação, nomeadamente no que se refere a:**
 - i. **Alteração da compartimentação dos edifícios que impliquem alterações em paredes, pilares, pavimentos ou tecos através de, entre outros trabalhos:**
 - *A abertura de roços paralelos ao eixo das paredes, pilares, pavimentos ou tetos;*
 - *A alteração de localização de paredes;*
 - *A abertura de orifícios ou nichos;*
 - *A abertura de vãos de passagem de condutas ou canalizações*
 - *A remoção de condutas, canalizações ou cablagens elétricas que atravessem elementos de compartimentação*
 - ii. **Alteração, remoção ou substituição de materiais de isolamento e proteção (ex. lã de vidro, lã de rocha, vermiculite, gesso, amianto, cimento) aplicados nos elementos de compartimentação;**
 - iii. **Alteração, remoção ou substituição de condutas de ventilação e tetos falsos;**
 - iv. **Alteração, remoção ou substituição dos materiais intumescentes aplicados em portas e registos corta-fogo e no isolamento de cruzamentos de pavimentos ou paredes;**

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	K10 – 1/4

- v. Realização de trabalhos que impliquem o atravessamento por cabos elétricos, tubagens, mangueiras, canalizações ou outro tipo de objetos, de paredes, portas e registos corta-fogo e que comprometam o correto funcionamento destes elementos, ainda que a título provisório;
- vi. Alteração às características dos caminhos de evacuação, nomeadamente as decorrentes de:
- *Alterações às características dos materiais de revestimento;*
 - *Alterações às características dimensionais de corredores e vãos;*
 - *Instalação ou alterações ao modo de funcionamento ou ao sentido de manobra de portas ou outras barreiras;*
 - *Instalação, remoção ou alteração dos dispositivos antipânico instalados em portas ou outras barreiras;*
 - *Instalação ou alterações de equipamento, mobiliário ou elementos de decoração;*
 - *Alterações à localização, tipo ou modo de funcionamento dos dispositivos ou sistemas de iluminação de segurança;*
 - *Alterações quanto ao tipo ou à localização da sinalização de segurança instalada.*
- vii. Após avaliação do impacto dos trabalhos propostos na segurança contra incêndio do edifício, o Responsável da Segurança emitirá um parecer onde expressará de forma clara e inequívoca:
- *A aprovação dos trabalhos propostos; ou*
 - *A reprovação dos trabalhos propostos; ou*
 - *A aprovação dos trabalhos propostos mediante o cumprimento de um determinado conjunto de condições com vista à manutenção das condições de segurança contra incêndio do edifício, devendo, neste caso, evidenciar quais os requisitos que deverão ser incluídos no projeto ou especificar as alterações ao referido projetam.*

HISTÓRICO DO DOCUMENTO

Versão	Data	Descrição das alterações
01.0	Abril 2014	Versão Original
02.0	Abril 2021	2ª Versão
03.0	Outubro 2023	3ª Versão
04.0	Janeiro 2024	Versão Atual

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L – 1/1

L. Instruções de Funcionamento.

Incluem-se neste Anexo as Instruções de Funcionamento dos Equipamentos e Sistemas de Segurança:

IO.ESS.01 - Sinalização (Sinais de segurança)

IO.ESS.02 - Iluminação de Emergência

IO.ESS.03 - Sistema de Detecção, Alarme e Alerta

IO.ESS.04 - Meios de Intervenção

IO.ESS.05 - Posto de Segurança

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L01 - 1/5

EQUIPAMENTOS E SISTEMAS DE SEGURANÇA

IO.ESS.01.01

SINALIZAÇÃO

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L01 - 2/5

OBJECTIVO

O presente Procedimento de Prevenção pretende, para os **Sistemas e Equipamentos** no âmbito dos Meios de Sinalização para a **Segurança**, reunir de forma integrada os seguinte informação:

- Instruções gerais
- Procedimentos de segurança e prevenção
- Descrição dos comandos e alarmes,
- Listagem de sintomas e indicadores de avaria

É considerada para o presente Procedimento a totalidade da sinalização de segurança existente nos espaços, destinada a público e/ou equipas de segurança.

ÂMBITO DA APLICAÇÃO

Este procedimento aplica-se ao nível dos Procedimentos de Prevenção para os Sistemas e Equipamentos de Segurança, no âmbito da Sinalização de Segurança.

O presente procedimento reflete as disposições constantes no Artigo 202.º da Portaria n.º 1532/2008 de 29 de dezembro, sendo aplicável a todos os espaços nos edifícios do recinto gerido pelo MARL, assim como a todas os espaços das actividades ocupacionais, comerciais e organizações que aí prestam serviços.

REFERÊNCIAS

Decreto-Lei n.º 220/2008 de 12 de Novembro

Portaria n.º 1532/2008 de de 29 de Dezembro, Artigos 163.º a 167.º

DEFINIÇÕES E SIGLAS

Local de risco C — local que apresenta riscos agravados de eclosão e de desenvolvimento de incêndio devido, quer às actividades nele desenvolvidas, quer às características dos produtos, materiais ou equipamentos nele existentes, designadamente à carga de incêndio;

São exemplos de locais de risco C:

Local de risco F — local que possua meios e sistemas essenciais à continuidade de actividades sociais relevantes, nomeadamente os centros nevrálgicos de comunicação, comando e controlo;

RS – Responsáveis pela Segurança.

RM – Responsáveis pela Manutenção.

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L01 - 3/5

RESPONSABILIDADES

Responsável	Envolvido	Actividade

SINALIZAÇÃO DE SEGURANÇA – PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO

Os diferentes tipos de sinalização de segurança existentes são:

- Sinais de **proibição**: formato circular, cor de segurança vermelha;
- Sinais de **obrigação**: formato circular, cor de segurança azul;
- Sinais de **perigo**: formato triangular, cor de segurança amarela;
- Sinais de **equipamentos de combate a incêndio**: formato retangular (ou quadrado), cor de segurança vermelha;
- Sinais de **emergência** (vias de evacuação, saídas, etc.): formato retangular (ou quadrado), cor de segurança verde;
- Sinais de **informações várias** (pisos, locais, etc.): formato retangular (ou quadrado), cor de segurança azul.

O presente procedimento apresenta os procedimentos gerais de prevenção para a **SINALIZAÇÃO de SEGURANÇA**. De uma maneira geral são incluídos na tabela abaixo todos os procedimentos relevantes, em separado, para cada sistema/equipamento.

a) As placas de sinalização devem possuir as seguintes características:

- i. Ser construídas em material rígido com uma espessura mínima de 2 mm, fotoluminescente e sem produtos radioativos;
- ii. Possuir propriedades luminescentes que garantam a luminância e o tempo de atenuação após se extinguir a fonte luminosa incidente

Não é permitida qualquer alteração às características homologadas para as placas de sinalização.

É expressamente proibido replicar placas de sinalização em papel, em fotocópias ou impressão regular.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L01 - 4/5

b) As placas de sinalização devem ser visíveis a partir de qualquer ponto onde a informação que contém deva ser conhecida, sendo possíveis os seguintes tipos de aplicação ou montagem:

- i. Paralela à parede, com informação numa só face;
- ii. Perpendicular à parede, fixada nesta ou suspensa do teto, com informação nas duas faces;
- iii. A 45° com a parede, com informação nas duas faces externas (panorâmica).

c) As placas de sinalização devem indicar:

- i. **Caminhos de evacuação**, na perpendicular do sentido de fuga e nos locais de mudança de direção, de maneira inconfundível, a distâncias de 6 e 30 m;
- ii. **O nº do piso ou a saída**, consoante o caso, nas portas ou acima das vergas pelo interior das vias verticais de evacuação;
- iii. **Meios de 1ª e 2ª intervenção** (extintores, BI, BIA), na perpendicular ao eixo de visão, sempre que necessário, por não estarem bem visíveis e identificados;
- iv. **Melos de alarme e alerta** (botões de alarme, telefones de alerta, etc.), sempre que necessário, por não estarem bem visíveis e identificados;
- v. **Meios passivos e activos, de comando ou operação manual** a serem utilizados não só pelos técnicos do edifício, como pelos serviços de segurança internos e pelas forças de socorro externas, sempre que necessário, por não estarem bem visíveis e identificados;

Toda a sinalização utilizada para fins diferentes dos expostos acima deverá ser claramente distinta em forma, cores e formato não se podendo confundir com a sinalização original.

d) As placas de sinalização não devem ser colocadas sobre os aparelhos de iluminação, mas próximas dos mesmos (inferior a 2 m).

e) Excetua-se, relativamente ao determinado no número anterior, a sinalização colocada diretamente sobre os difusores de uma ou de duas faces:

- i. Em vias de evacuação;
- ii. Em locais da 1.ª categoria de risco, desde que a colagem dos pictogramas sobre os equipamentos não prejudique os níveis de iluminação mínimos a garantir nem as dimensões mínimas legais das placas face às distâncias de visibilidade.

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L01 - 5/5

- f) As placas de sinalização podem ser complementadas com fitas ou perfis fotoluminescentes para a indicação de percursos, delimitação de portas ou equipamentos, etc.
- g) Não deverá ser obstruída qualquer sinalização de segurança nem dificultada a sua visibilidade em todo o campo de visibilidade local.
- h) A montagem de andaimes ou revestimentos de cobertura provisória deverá obrigar à exposição de sinalização de segurança adicional, acrescentada de informação de segurança adicional, consonante com a natureza dos trabalhos.
- i) **Localização das placas**
- i. A sinalização dentro dos locais de permanência deve ser claramente distinguível de qualquer ponto desse local cuja linha de observação relativamente à placa faça um ângulo superior a 45° com a parede onde se localiza o objeto, elemento ou equipamento sinalizado.
 - ii. Toda a sinalização referente às indicações de evacuação e localização de meios de intervenção, alarme e alerta, quando colocada nas vias de evacuação, deve estar na perpendicular ao sentido das fugas possíveis nessas vias.
 - iii. Nos locais de mudança de direção das vias referidas deve ser colocada sinalização adequada ao sentido da fuga a tomar, de forma inequívoca.
 - iv. Sem prejuízo de disposições anteriores, a distância de colocação das placas nas vias de evacuação e nos locais de permanência deve variar entre 6 e 30 m.
 - v. Sem prejuízo do referido no número anterior, nos locais de permanência e nas vias horizontais de evacuação acessíveis a público deve ser visível uma placa indicadora de saída ou de sentido de evacuação, pelo menos, a partir de qualquer ponto suscetível de ocupação.
 - vi. Nas vias verticais de evacuação devem ser montadas placas, pelo menos, no patamar de acesso, indicando o número do andar ou a saída, se for o caso, e no patamar intermédio, indicando o sentido da evacuação.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L02 - 1/3

EQUIPAMENTOS E SISTEMAS DE SEGURANÇA

IO.ESS.01.02

ILUMINAÇÃO DE EMERGÊNCIA

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L02 - 2/3

OBJECTIVO

Esta instrução tem como objectivo descrever as ações a desenvolver para operacionalidade da iluminação de emergência.

ÂMBITO DA APLICAÇÃO

Esta instrução é aplicável a todos os equipamentos de iluminação de emergência existentes nos edifícios do recinto, geridos pelo MARL.

REFERÊNCIAS

- Decreto-Lei n.º 220/2008 de 12 de Novembro;
- Portaria n.º 1532/2008 de de 29 de Dezembro.

DEFINIÇÕES E SIGLAS

- **DS** – Delegado de Segurança
- **IO** – Instrução Operacional
- **ESS** – Equipamento e Sistema de Segurança
- **RS** – Responsável de Segurança
- **RGSCIE** – Regulamento Geral de Segurança contra Incêndio em Edifícios
- **SADI** – Sistema Automático de Detecção de Incêndio

RESPONSABILIDADES

Responsável	Envolvido	Actividade

DESCRIÇÃO DO PROCEDIMENTO

Em caso dos equipamentos apresentarem anomalias/avarias ou mau estado de conservação:

- Registrar a ocorrência;
- Efetuar o pedido de reparação/substituição ao DS.

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L02 - 3/3

VERIFICAÇÃO, ANOMALIAS/AVARIAS

A verificação do cumprimento desta instrução é da responsabilidade do pessoal afecto ao serviço de vigilância, DS ou RS.

- Verificar, aquando da ronda, o estado da iluminação de emergência. Sempre que se detectem anomalias, deverão ser providenciadas as ações para a reparação dos defeitos encontrados e, em caso de substituição todos os elementos serão das mesmas características que os substituídos.
- Periodicamente será efetuada a limpeza da sujidade e resíduos de poluição nos equipamentos de iluminação de emergência, preferencialmente a seco, utilizando panos ou esponjas que não riskem a superfície.
- Durante as fases de manutenção, tanto na substituição das lâmpadas como na limpeza dos equipamentos, devem manter-se desligados os interruptores dos circuitos da instalação correspondente.
- Todas as lâmpadas de substituição serão das mesmas características das substituídas.
- A reposição das lâmpadas dos equipamentos deverá ser efetuada antes de esgotarem a sua vida útil. A reposição será efetuada preferencialmente por grupos de equipamentos completos e áreas de iluminação.

Todas as anomalias registadas de incumprimento deste PP devem ser registadas no impresso "Ocorrências", que integra o Plano de Segurança.

A análise das Ocorrências é da responsabilidade do DS.

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L03 - 1/7

EQUIPAMENTOS E SISTEMAS DE SEGURANÇA

IO.ESS.01.03

SISTEMA DE DETEÇÃO, ALARME E ALERTA

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5	
	Data:	JUL 2024	
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L03 - 2/7

OBJECTIVO

O presente Procedimento de Prevenção pretende, para os **Sistemas de Detecção, Difusão de Alarme e Alerta**, reunir de forma integrada os seguinte informação:

- Instruções de funcionamento gerais
- Procedimentos de segurança
- Descrição dos comandos e alarmes,
- Listagem de sintomas e indicadores de avaria

De uma maneira geral, ao nível da Detecção, Alarme e Alerta os Espaços e Recintos da utilização-tipo estão centralizados numa instalação técnica do tipo SADI (SISTEMA AUTOMÁTICO DE DETECÇÃO DE INCÊNDIOS) que compila toda a informação dos diversos órgãos periféricos, pertencentes ao sistema de detecção e alarme. O presente Procedimento concentra-se portanto no funcionamento, procedimentos de prevenção e descrição de alarmes e avarias do sistema em apreço.

ÂMBITO DA APLICAÇÃO

O presente procedimento reflete as disposições constantes no Artigo 202.º da Portaria n.º 1532/2008 de 29 de dezembro, sendo aplicável a todos os espaços nos edifícios do recinto gerido pelo MARL, assim como a todas os espaços das atividades ocupacionais, comerciais e organizações que aí prestam serviços.

REFERÊNCIAS

Decreto-Lei n.º 220/2008 de 12 de novembro

Portaria n.º 1532/2008 de de 29 de Dezembro, Artigos 116.º a 132.º

Nota Técnica ANPC NT-12 – “Sistemas Automáticos de Detecção de Incêndio.

DEFINIÇÕES E SIGLAS

Local de risco C — local que apresenta riscos agravados de eclosão e de desenvolvimento de incêndio devido, quer às actividades nele desenvolvidas, quer às características dos produtos, materiais ou equipamentos nele existentes, designadamente à carga de incêndio;

São exemplos de locais de risco C:

- i. Oficinas de manutenção e reparação onde se verifique qualquer das seguintes condições:
- ii. Sejam destinadas a carpintaria;

 marl <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L03 - 3/7

- iii. Sejam utilizadas chamas nuas, aparelhos envolvendo projeção de faíscas ou elementos incandescentes em contacto
- iv. com o ar associados à presença de materiais facilmente inflamáveis;
- v. Farmácias, laboratórios, oficinas e outros locais onde sejam produzidos, depositados, armazenados ou manipulados líquidos inflamáveis em quantidade superior a 10l;
- vi. Cozinhas em que sejam instalados aparelhos, ou grupos de aparelhos, para confeção de alimentos ou sua conservação, com potência total útil superior a 20kW, com exceção das incluídas no interior das habitações;
- vii. Locais de confeção de alimentos que recorram a combustíveis sólidos;
- viii. Lavandarias e rouparias com área superior a 50m² em que sejam instalados aparelhos, ou grupos de aparelhos, para lavagem, secagem ou engomagem, com potência total útil superior a 20kW;
- ix. Instalações de frio para conservação cujos aparelhos possuam potência total útil superior a 70kW;
- x. Arquivos, depósitos, armazéns e arrecadações de produtos ou material diverso com volume superior a 100m³;
- xi. Reprografias com área superior a 50m²;
- xii. Locais de recolha de contentores ou de compactadores de lixo com capacidade total superior a 10m³;
- xiii. Locais afetos a serviços técnicos em que sejam instalados equipamentos elétricos, eletromecânicos ou térmicos com potência total superior a 70 kW, ou armazenados combustíveis;
- xiv. Locais de pintura e aplicação de vernizes;
- xv. Centrais de incineração;
- xvi. Locais cobertos de estacionamento de veículos com área compreendida entre 50m² e 200m², com exceção dos estacionamentos individuais, em edifícios habitacionais;
- xvii. Outros locais que possuam uma densidade de carga de incêndio modificada superior a 1000 MJ/m² de área útil, associada à presença de materiais facilmente inflamáveis e, ainda, os que comportem riscos de explosão.

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L03 - 4/7

Local de risco F — local que possua meios e sistemas essenciais à continuidade de actividades sociais relevantes, nomeadamente os centros nevrálgicos de comunicação, comando e controlo;

São exemplos de locais de risco F:

- i. Centros de controlo de tráfego rodoviário, ferroviário, marítimo ou aéreo;
- ii. Centros de gestão, coordenação ou despacho de serviços de emergência, tais como centrais 112, centros de operações de socorro e centros de orientação de doentes urgentes;
- iii. Centros de comando e controlo de serviços públicos ou privados de distribuição de água, gás e energia elétrica;
 - **RS** – Responsáveis pela Segurança.
 - **RM** – Responsáveis pela Manutenção.
 - **DS** – Delegado de Segurança, conforme previsto no ponto 2 do artigo 194.º da Portaria n.º 1532/2008 de 29 de novembro. Responsável para a execução das medidas de autoproteção, em conformidade com o disposto no artigo 20.º do Decreto-Lei n.º 220/2008 de 12 de novembro.
 - **VI** – Vigilante.
 - **SCIE** – Segurança Contra Incêndios em Edifícios.
 - **SADI** – Sistema Automático de Detecção de Incêndio
 - **CDI** – Central de Detecção de Incêndios

RESPONSABILIDADES

Responsável	Envolvido	Atividade

SISTEMAS DE DETECÇÃO, ALARME E ALERTA

O Sistema Automático de Detecção de Incêndios (SADI) é uma instalação técnica capaz de registar um princípio de incêndio, sem a intervenção humana, transmitir as informações correspondentes a uma central de sinalização e comando (CDI – central de detecção de incêndios), dar

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Capítulo:	6
		Página:	L03 - 5/7

o alarme automaticamente, quer local e restrito, quer geral, quer à distância (alerta) e acionar todos os comandos (imediatos ou temporizados) necessários à segurança contra incêndios dos ocupantes e do edifício onde está instalado: fechar portas corta-fogo, parar elevadores, fechar registos corta-fogo, comandar sistemas automáticos de extinção de incêndios (SAEI), parar/ligar ventiladores, desligar energia elétrica, etc.

O esquema genérico, abaixo, representa a distribuição geral de periféricos do SADI CERBERUS CC1140, que protege as instalações do RSS. Para efeitos representativos são indicados em legenda os elementos principais constituintes de todo o sistema.

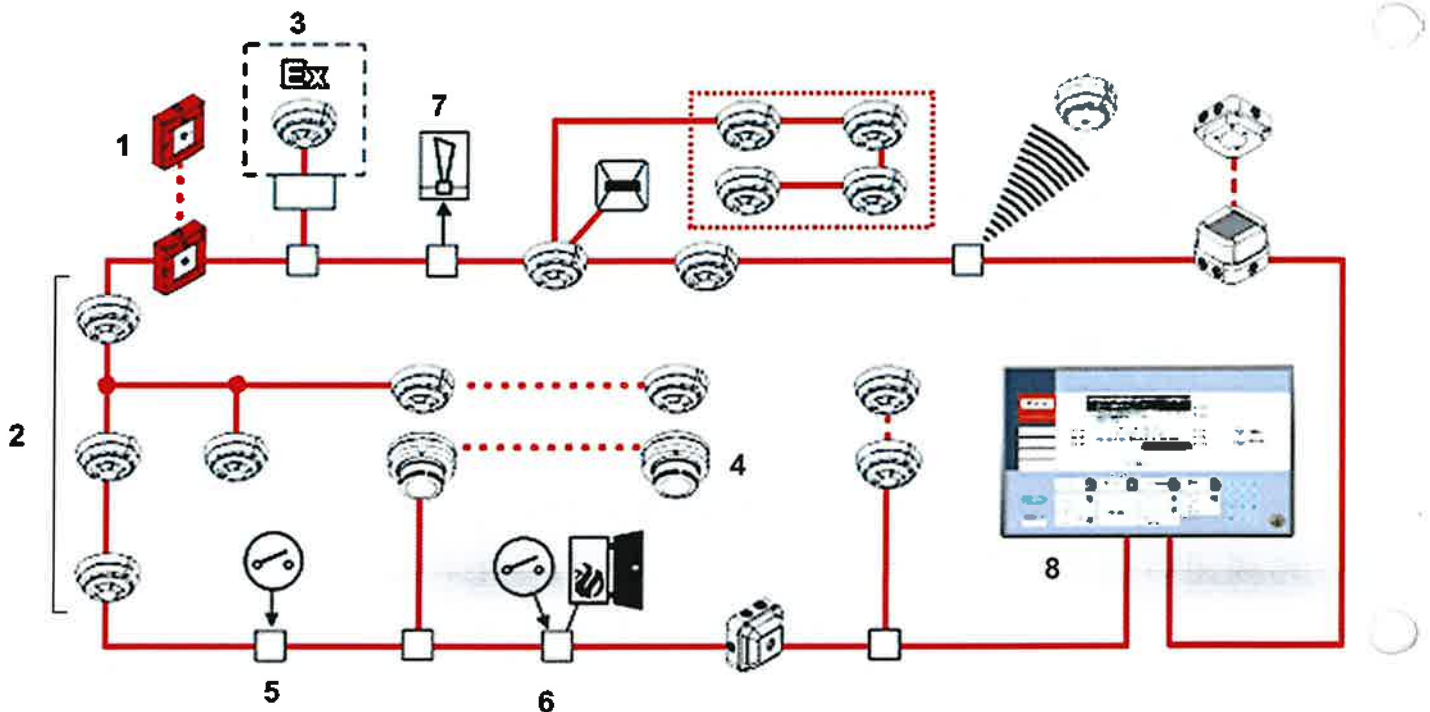


Imagem 4 – Sistema Automático de Detecção de Incêndios (SADI) – Geral

LEGENDA:

- | | |
|---|--|
| 1 – Detetores Manuais (botoneiras de alarme) | 6 – Alimentação de Socorro |
| 2, 3, 4 – Detetores Automáticos (fumos, temperatura, explosividade) | 7 – Difusor de Alarme (Alarme Interno, Sinalização "Avaria") |
| 5 – Alimentação Principal | 8 – Painel de Serviço |

A consola principal da CDI encontra-se localizada no Central de Segurança

A descrição específica dos comandos, conforme a customização levada a cabo para o RSS é apresentada abaixo, com uma breve apresentação dos principais comandos:

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L03 - 6/7

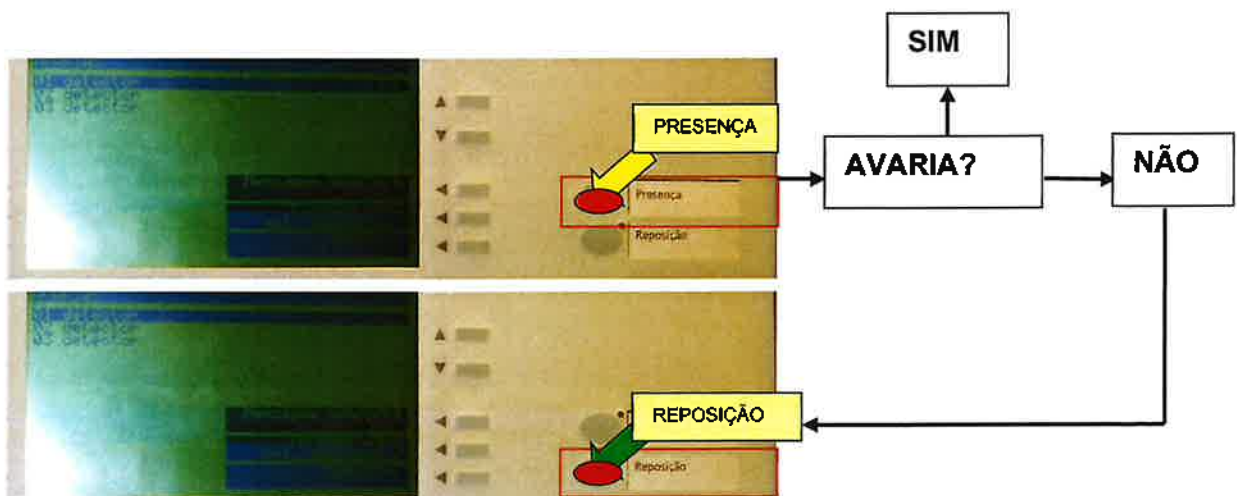
INSTRUÇÕES DE FUNCIONAMENTO

a) Em caso de ALARME DE INCÊNDIO:

- Prima a tecla **PRESEÇA** (Atenção ao intervalo de tempo pré-estabelecido para o fazer - 3 minutos); esta ação reconhece a mensagem de alarme e cala o acústico;
- Leia a identificação do local do alarme de incêndio no painel de visualização;
- Dirija-se ao local (ou delegue em alguém essa tarefa) a fim de confirmar a existência ou não de situação de incêndio (Atenção ao intervalo de tempo pré-estabelecido para o fazer – 5 minutos);
- Caso se confirme a existência de um incêndio, prima a botoneira de vermelha **ALARME** localizada no interior do compartimento (ver caixa ao lado), devidamente assinalada, como se pode ver abaixo.
- Esta ação transmite a mensagem de alarme ativando as sirenes de incêndio diretamente. Inicie o registo cronológico dos acontecimentos;
- Se não existir qualquer situação de incêndio, introduza o código e pressione a tecla **REPOSIÇÃO**; o sistema será reposto na situação normal de funcionamento;
- Para outras operações, consultar o manual do equipamento.

b) Em caso de AVARIA NO SISTEMA:

- Prima a tecla **PRESEÇA** (Atenção ao intervalo de tempo pré-estabelecido para o fazer - 3 minutos); esta ação reconhece a mensagem de avaria e cala o acústico;
- Leia a identificação do local do alarme de incêndio no painel de visualização;
- Dirija-se ao local (ou delegue em alguém essa tarefa) a fim de confirmar a existência ou não de situação de avaria;
- Uma vez confirmada proceder de acordo com as regras de exploração, fazer relatório para requerer a sua reparação;
- Para outras operações, consultar o manual do equipamento.



 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L03 - 6/7

RECOMENDAÇÕES GERAIS DO SISTEMA

- O SADI/CDI deverá ser sempre instalado e mantido por pessoal técnico qualificado para o efeito.
- Este equipamento deverá ter uma ligação à Terra.
- O Sistema deverá ser operado por pessoal qualificado e autorizado.
- A instalação do Sistema de Detecção Automático de Incêndio (SADI) deverá ser projetada por pessoal qualificado para o efeito e utilizando as normas locais em vigor e que se apliquem a este tipo de sistema.

HISTÓRICO DO DOCUMENTO

Versão	Data	Descrição das alterações
01.0	Abril 2014	Versão Original
02.0	Abril 2021	2ª Versão
03.0	Outubro 2023	3ª Versão
04.0	Janeiro 2024	Versão Atual

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L04 - 1/8

EQUIPAMENTOS E SISTEMAS DE SEGURANÇA

IO.ESS.01.04

MEIOS DE INTERVENÇÃO

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L04 - 2/8

OBJECTIVO

O presente Procedimento de Prevenção pretende, para os Sistemas e Equipamentos no âmbito dos Meios de 1ª e 2ª Intervenção para o Combate a Incêndios, reunir de forma integrada a seguinte informação:

- Instruções de funcionamento gerais;
- Procedimentos de segurança e prevenção;
- Descrição dos comandos e alarmes;
- Listagem de sintomas e indicadores de avaria.

São consideradas para o presente Procedimento todas as Instalações Técnicas afetas aos Meios de 1ª Intervenção, equipamentos e sistemas.

É dada particular atenção e relevância aos seguintes pontos:

- Extintores
- Bocas-de-incêndio Armadas;
- Central de Bombagem do SI;
- Rede e Bocas de Incêndios (Colunas Húmida e Seca).

ÂMBITO DA APLICAÇÃO

Este procedimento aplica-se ao nível dos Procedimentos de Prevenção para os Sistemas e Equipamentos de Segurança, no âmbito dos Meios de 1ª Intervenção no Combate a Incêndios.

O presente procedimento reflete as disposições constantes no Artigo 202.º da Portaria n.º 1532/2008 de 29 de dezembro, do Ministério da Administração Interna, sendo aplicável a todos os espaços e edifícios do recinto do sob gestão do MARL.

REFERÊNCIAS

Decreto-Lei n.º 220/2008 de 12 de novembro

Portaria n.º 1532/2008 de 29 de dezembro, Artigos 163.º a 167.º

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L04 - 3/8

DEFINIÇÕES E SIGLAS

Local de risco C — local que apresenta riscos agravados de eclosão e de desenvolvimento de incêndio devido, quer às atividades nele desenvolvidas, quer às características dos produtos, materiais ou equipamentos nele existentes, designadamente à carga de incêndio;

Local de risco F — local que possua meios e sistemas essenciais à continuidade de atividades sociais relevantes, nomeadamente os centros nevrálgicos de comunicação, comando e controlo;

RS - Responsáveis pela Segurança.

RM - Responsáveis pela Manutenção.

RESPONSABILIDADES

Responsável	Envolvido	Atividade

DESCRIÇÃO DO PROCEDIMENTO

a) Meios de 1ª Intervenção – Procedimentos de Prevenção.

Os Sistemas e Equipamentos tipicamente englobados nos Meios de 1ª Intervenção são:

- Extintores:

O presente procedimento apresenta os procedimentos gerais de prevenção para os SISTEMAS E EQUIPAMENTOS principais e INSTALAÇÕES TÉCNICAS em apreço. De uma maneira geral são incluídos na tabela abaixo todos os procedimentos relevantes, em separado, para cada sistema/equipamento.

PROCEDIMENTOS DE PREVENÇÃO

EXTINTORES

b) Utilização de meios portáteis e móveis de extinção.

- i. Os extintores colocados nos espaços e recintos devem seguir como regra base de dimensionamento e localização, de acordo com o regulamento em vigor, o imperativo de que a distância a percorrer de qualquer saída de um local de risco para os caminhos de

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L04 - 4/8

evacuação até ao extintor mais próximo não exceda 15 m. Qualquer alteração, mesmo que temporária a esta disposição é proibida. Deverá o RS providenciar, em caso de execução de trabalhos temporária, para que os extintores deslocalizados sejam substituídos;

- ii. Os extintores devem ser convenientemente distribuídos, sinalizados sempre que necessário e instalados em locais bem visíveis, colocados em suporte próprio de modo a que o seu manípulo fique a uma altura não superior a 1,2 m do pavimento e localizados preferencialmente:
 - *Nas comunicações horizontais ou, no interior das câmaras corta-fogo;*
 - *No interior dos grandes espaços e junto às suas saídas.*
- iii. Devem ser dotados de extintores todos os locais de risco C e F.
- iv. **As cozinhas e espaços de preparação de alimentos, como locais de risco C, nos termos do regulamento em vigor, devem ser dotados de mantas ignífugas em complemento dos extintores. Nas centrais térmicas com potência útil superior a 70 kW devem ser instalados, enquanto meios adicionais de primeira intervenção:**
 - Nos casos de combustível sólido ou líquido:
 - *Um recipiente com 100 l de areia e uma pá;*
 - *Extintores de eficácia mínima 34 B, à razão de dois por queimador, com um máximo exigível de quatro;*
 - Nos casos de combustível gasoso, um extintor de pó químico ABC, de eficácia mínima 5 A/34 B.
- v. Os extintores devem ser utilizados apenas para os fins a que foram destinados, estando proibida qualquer utilização para outros fins.
- vi. Deve ser mantido registo de todas as ações de manutenção, verificação de carregamento e inspeção das quais sejam alvo os extintores.
- vii. Todos os extintores devem apresentar integridade dos seus componentes, apresentando o rotulo de indicação claramente visível e legível, mangueira e difusor em bom estado, manómetro indicador de pressão em bom estado e cavilha de segurança não violada.
- viii. Os extintores devem encontrar-se em bom estado de limpeza, livres de resíduos, poeiras, gorduras e outros contaminantes.





- ix. Todos os extintores devem estar numerados e corresponder, na sua numeração, ao local onde são instalados.
- x. É expressamente proibido cobrir extintores, pendurar roupa em cima deles, ocultar a sua localização, montar andaimes que inviabilizem a sua visualização.
- xi. O acesso a todos os extintores deve ser livre e desimpedido. É proibido o armazenamento de material junto a extintores.

c) Extintores – Disposições Gerais.

i. Tipos de incêndios:

Os fogos não são de facto todos do mesmo tipo. Estes dependem do tipo de material que entra em combustão. Devido às suas características particulares dão origem a incêndios de características diferentes muitas vezes observáveis. Consequentemente o agente extintor necessário para apagar um determinado tipo de incêndio irá variar também.

Uma das formas de classificar os incêndios é, então, em função da natureza do combustível. Segundo a Norma portuguesa EN 2 estes classificam-se em 4 classes de fogos diferentes consoante o material combustível.

Classes dos fogos		Tipo de materiais
Classe A (fogos de matéria seca)		Madeira, carvão, tecidos, papel, lã etc.
Classe B (fogos gordos)		Gasolina, gasóleo, óleos, etc. Incluem-se também combustíveis sólidos que na combustão passem para o estado líquido, ex: alcatrão, plástico, etc.
Classe C (fogos de gases)		Butano, gás natural, metano, etc.
Classe D (fogos de metais)		Alumínio, urânio, sódio, etc.

ii. Extintores:

Os extintores são:

- *Aparelhos com agente extintor;*

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L04 - 6/8

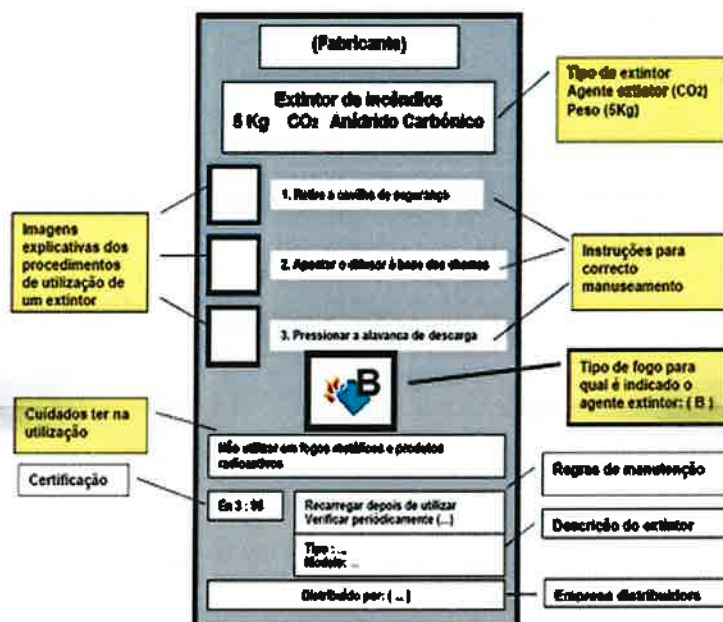
- O agente extintor, colocado no seu interior é projetado e dirigido sobre as chamas pela ação de uma pressão interna.

Os extintores que serão tratados neste documento serão os portáteis. Segundo a Norma Portuguesa - 1589 de 84 um extintor portátil é o “extintor concebido para ser transportado e utilizado manualmente e que, em condições de operacionalidade, tem uma massa inferior ou igual a 20 Kg (l)

iii. Simbologia:

Símbolo identificativo:

A simbologia normalmente utilizada na identificação de um extintor é a seguinte:



iv. Classificação dos extintores:

No âmbito meramente formativo torna-se de grande importância a identificação do tipo de extintores e do agente extintor neles contido.

 marl <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L04 - 7/8

Os extintores podem ser classificados segundo quatro critérios:

- Mobilidade;
- Modo de funcionamento;
- Agente extintor;
- Eficácia.

d) Classificação dos extintores segundo o Agente extintor.

Como já foi anteriormente referido os fogos variam consoante o agente combustível. Se as suas características são diferentes então o agente extintor, contido no extintor, terá de ser forçosamente diferente adequando-se ao tipo de material combustível existente passível de provocar um determinado tipo de fogo.





Convém antes de tudo definir o que é um agente extintor:

Agente extintor - "Produto ou conjunto de produtos contidos no extintor cuja ação provoca a extinção." (NP 1589 / 84).

Consequentemente o tipo de extintores, assim como a sua utilização e restrições no uso, vai variar consoante o tipo de agente extintor nele contido como está representado na tabela seguinte.

Tipo de extintor (segundo o agente extintor)	Aplicações	Restrições
Extintores de água <ul style="list-style-type: none"> de jacto de pulverização (chuva miúda) 	<ul style="list-style-type: none"> - Fogos da classe A - Fogos da classe B (líquidos solúveis na água) 	<ul style="list-style-type: none"> - Produtos que reajam com a água - Instalações eléctricas - Líquidos inflamáveis não solúveis na água (pode arrastar as chamas)
Extintores de espuma <ul style="list-style-type: none"> de espuma física de espuma química 	<ul style="list-style-type: none"> - Incêndios de líquidos de menor densidade que a água - Prevenir ignição de derrames - fogos superficiais da classe A 	<ul style="list-style-type: none"> - Incêndios de gases - Incêndios que resultam da fuga de líquidos sobre pressão - Produtos que reajam com a água - Incêndios em equipamentos eléctricos sobre tensão
Extintores de Dióxido de Carbono (CO ₂)	<ul style="list-style-type: none"> - Instalações eléctricas - Fogos da classe A, B e C 	<ul style="list-style-type: none"> - Incêndios com brisas - Directamente em pessoas (queimaduras) - Fogos profundos: classe A - Fogos da classe D - Materiais inatáveis - Pode danificar equipamentos electrónicos
Extintores de Pó Químico (BC e ABC)	<ul style="list-style-type: none"> - Combustíveis líquidos e gasosos (BC) - Fogos da classe A (ABC) - Equipamentos eléctricos sobre tensão (não mais que 1000 volts) 	<ul style="list-style-type: none"> - Equipamentos eléctricos e electrónicos delicados - Fogos da classe D

A tabela abaixo apresenta os diferentes tipos de agentes extintores e a sua eficácia no combate às chamas dos diferentes tipos de fogos:

Classe do fogo	Agente extintor						
	Água em jacto	Água em nevoeiro	Dióxido de carbono	Pó químico BC	Pó químico ABC	Pó químico especial D	Espuma
A 	<u>MB</u>	<u>MB</u>	I	I	<u>B</u>	I	S
B 	I	S	S	<u>MB</u>	<u>B</u>	I	<u>B</u>
C 	I	I	S	<u>B</u>	<u>B</u>	I	I
D 	I	I	I	I	I	S	I

Legenda:

- MB – Muito Bom
- B – Bom
- S – Satisfaz
- I – Inadequado

 <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L05 - 1/2

EQUIPAMENTOS E SISTEMAS DE SEGURANÇA

IO.ESS.01.05

POSTO DE SEGURANÇA

 marl <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	L05 - 2/2

OBJECTIVO

A presente Instrução de Segurança tem como objetivo descrever as normas a observar para garantir uma gestão, controlo e supervisão dos diversos sistemas e equipamentos do recinto do MARL.

ÂMBITO DE APLICAÇÃO

Esta instrução aplica-se á Central de Segurança existente no MARL.

REFERÊNCIAS

NEP's em vigor na empresa.

DEFINIÇÕES E SIGLAS

- **RS-** Responsável da Segurança
- **COE-** Centro de Operações de Emergência
- **PS-** Posto de Segurança

RESPONSABILIDADES

Responsável	Envolvido	Actividade

 Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	M - 1/1

M. Lista de Entidades Autorizadas a Entrar nas Instalações em Emergência

Até à chegada do Comandante das Operações de Socorro (que tem por função a definição do perímetro de segurança das operações), em emergência as pessoas autorizadas a entrar na instalação, desde que devidamente credenciadas e articuladas com o Diretor do PEI são:

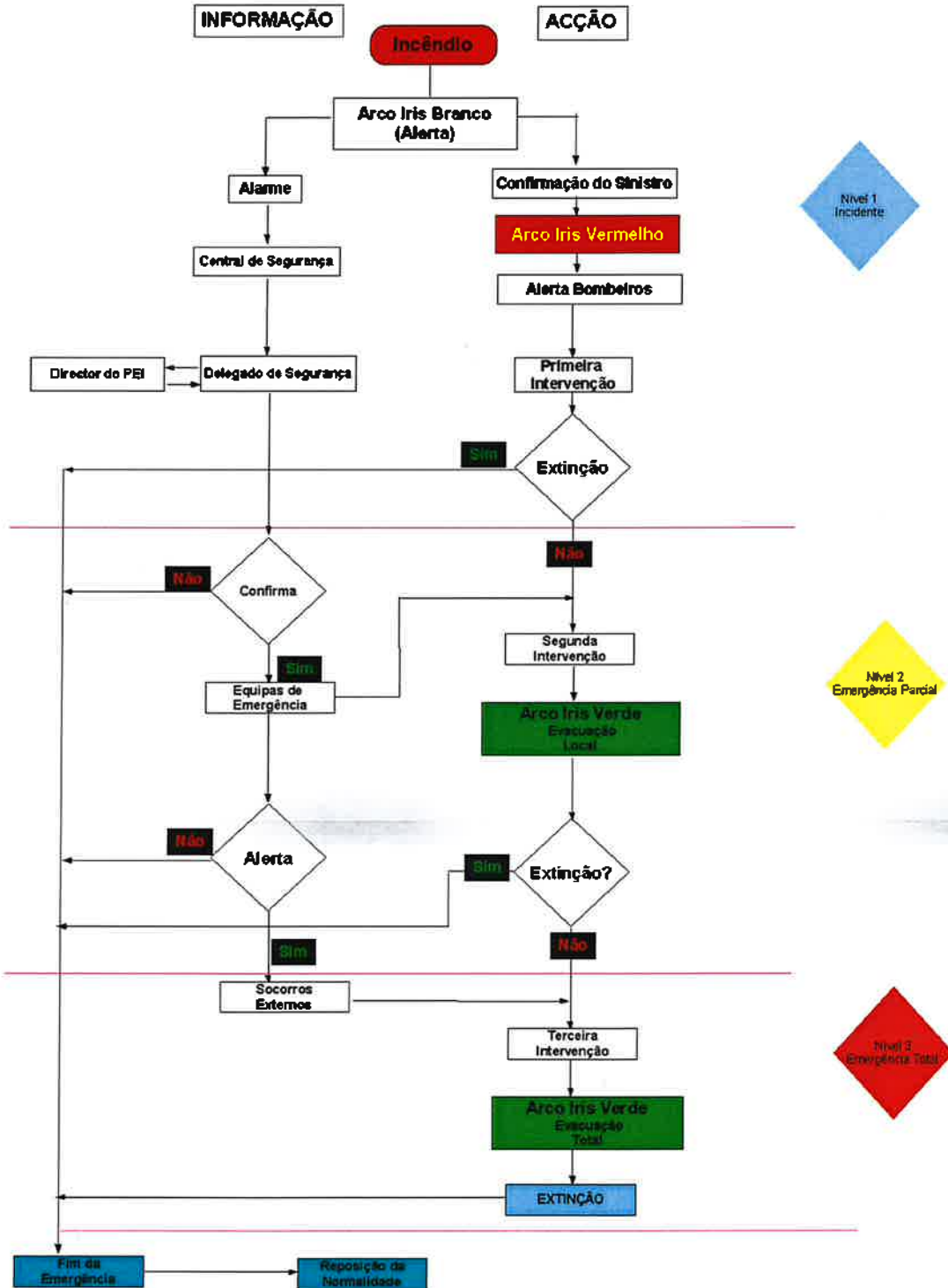
- Elementos de Proteção Civil;
- Elementos de Forças de Segurança
- Representantes de outras Entidades Oficiais
- Pessoal interno.

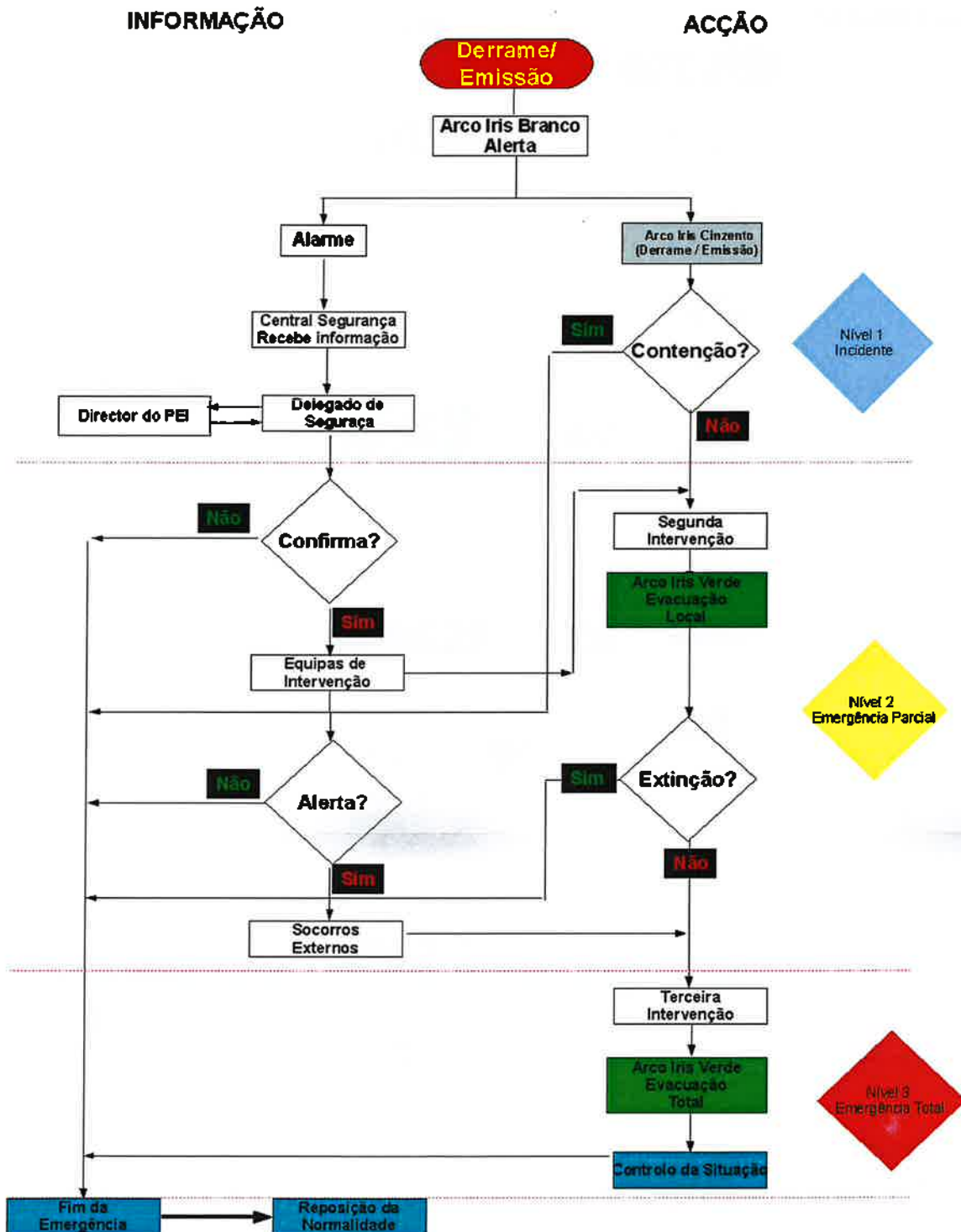
Em situação de sinistro, os colaboradores que se deslocam às instalações com o objetivo de prestar ajuda devem aguardar junto do Ponto de Encontro por instruções das respetivas chefias.

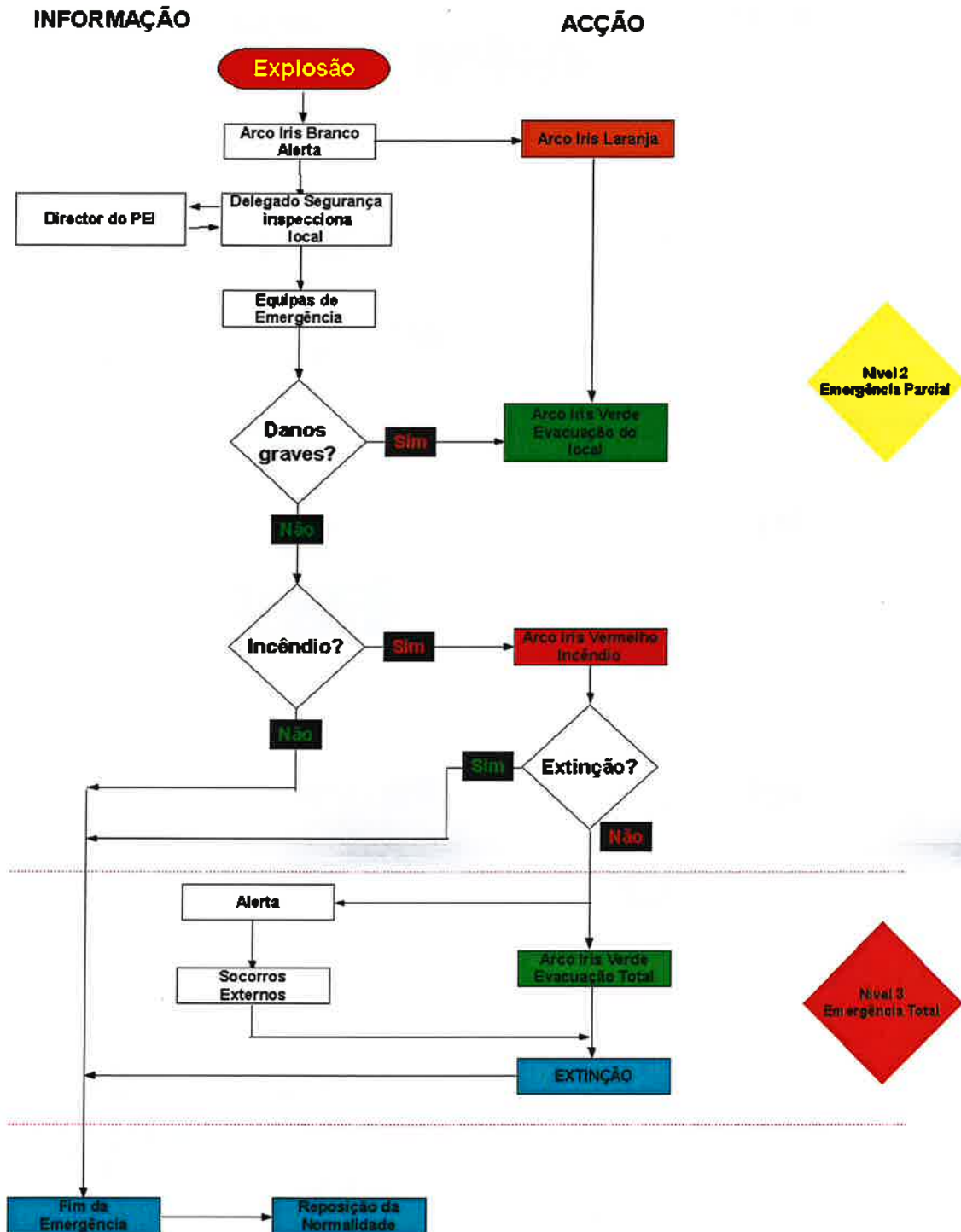
É expressamente proibida a entrada (sobre qualquer pretexto) de:

- Qualquer órgão da Comunicação Social;
- Quaisquer pessoas além das expressamente anteriormente indicadas.

N. Fluxogramas de Intervenção

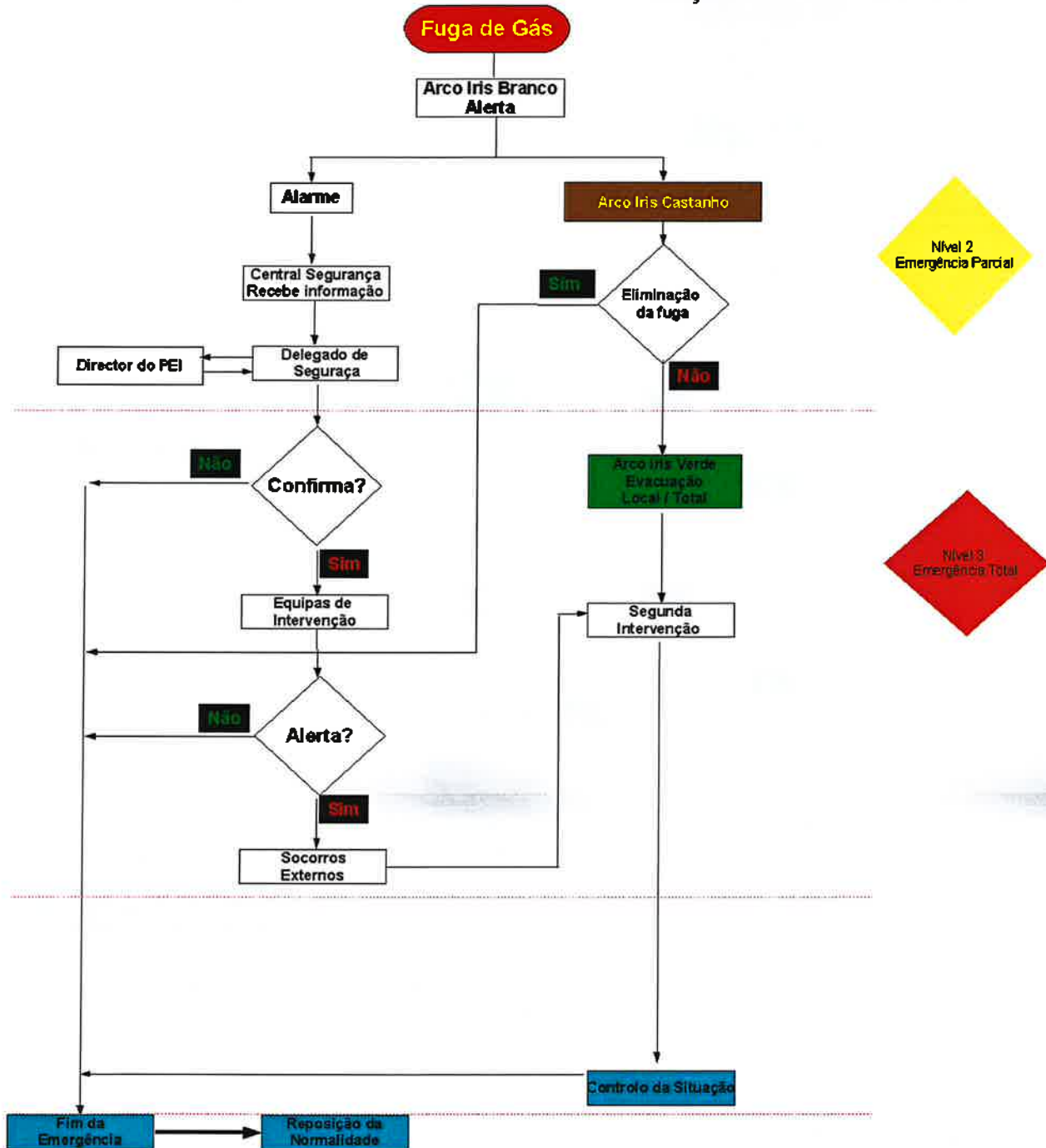


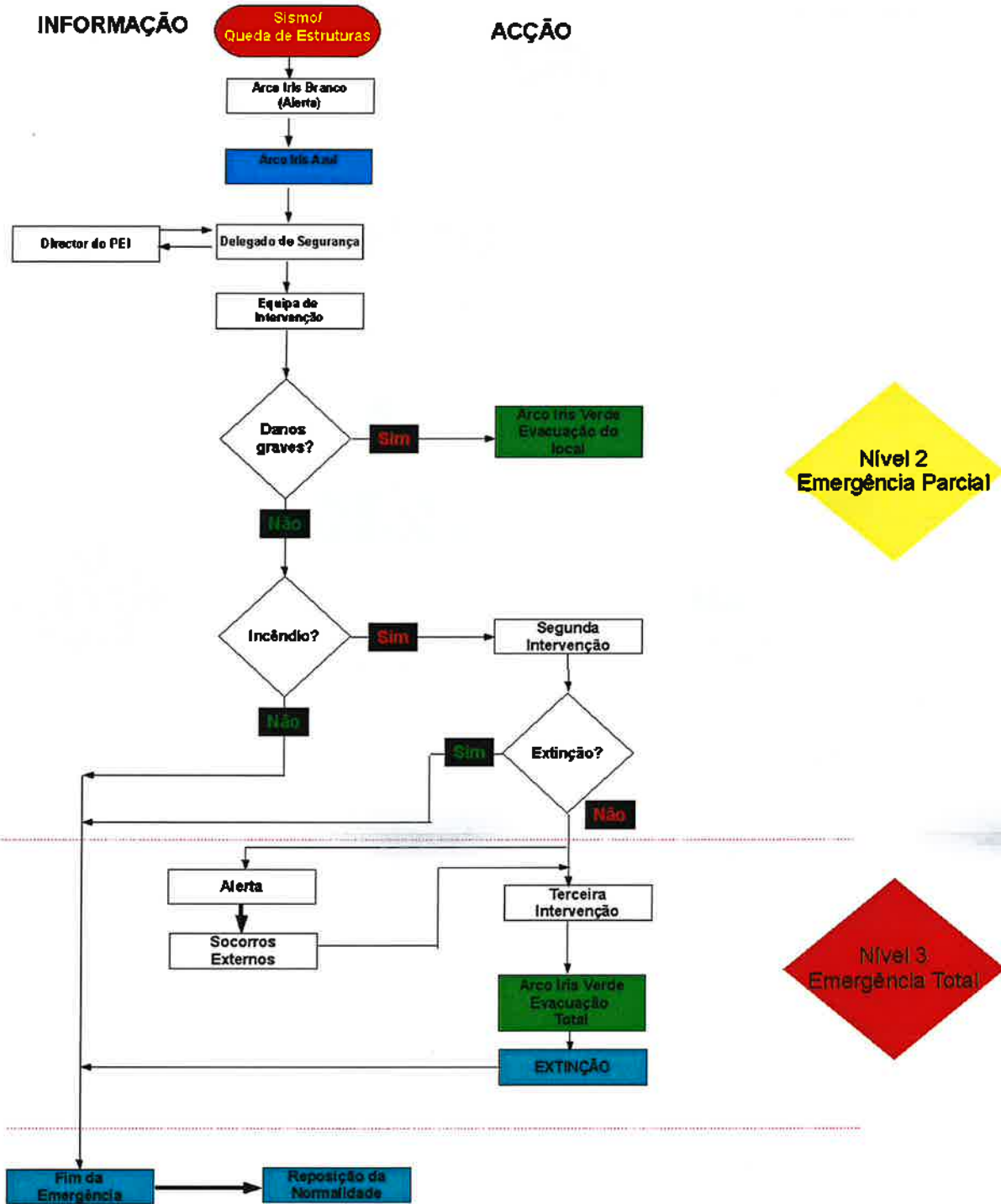




INFORMAÇÃO

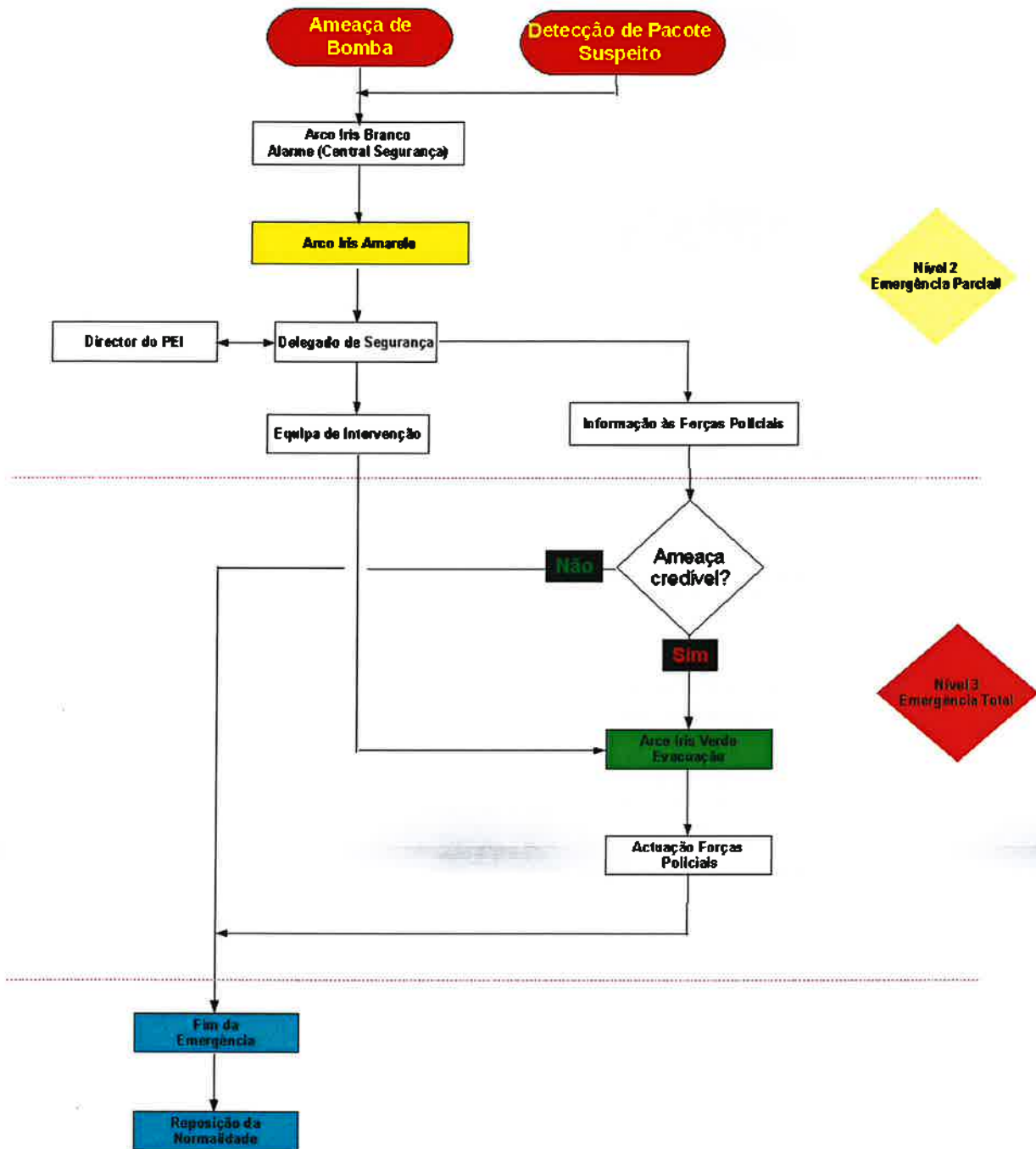
ACÇÃO





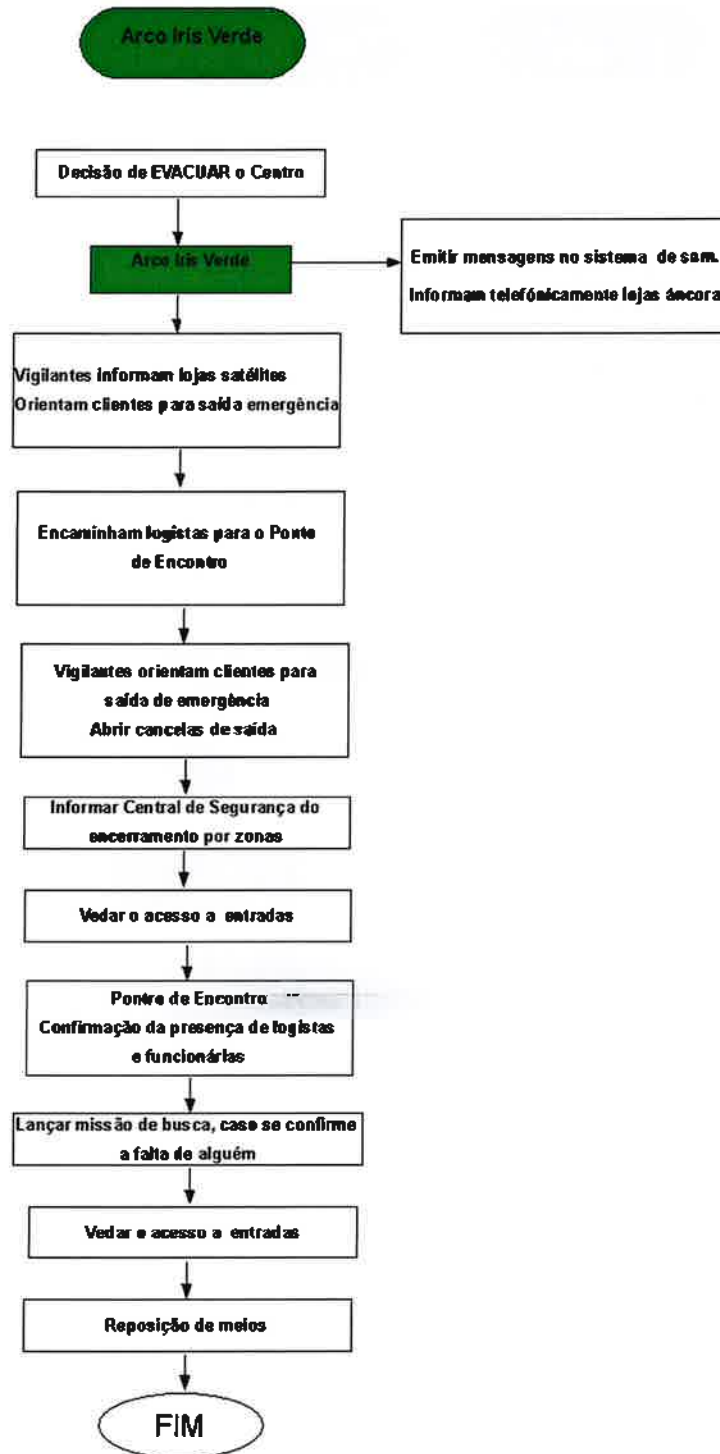
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

CAPÍTULO 6 – ANEXOS



MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

CAPÍTULO 6 – ANEXOS



	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Capítulo:	6
		Página:	O - 1/4

O. Plano de Comunicações

No sistema de comunicações interno do Centro, utiliza-se, em determinadas situações (contactos com carácter reservado ou de carácter inequívoco), como base o **alfabeto internacional**.

Assim, a partir de:

Letra	Palavra	Letra	Palavra	Letra	Palavra	Letra	Palavra
A	Alfa	H	Hotel	O	Óscar	V	Victor
B	Beta	I	India	P	Papa	W	Whisky
C	Charlie	J	Juliet	Q	Quebec	X	X-Ray
D	Delta	K	Kilo	R	Romeo	Y	Yankee
E	Echo	L	Lima	S	Sierra	Z	Zulu
F	Foxtrot	M	Mike	T	Tango		
G	Golf	N	November	U	Uniform		

Definiram-se os grupos indicados no quadro a seguir apresentado:

Rede de Comunicações Rádio		
FUNÇÃO	NOME	CÓDIGO DE POSTO
Central de Segurança	Conforme turno	VICTOR 1
Diretor do PEI	Comissão Executiva	DELTA 0
Diretor Adjunto	Teresa Pereira	DELTA 1
Diretor Substituto	Ricardo Almeida	DELTA 2
Diretor Técnico	Miguel Pires	MIKE 0
Técnico de Manutenção	Conforme turno	MIKE 1
Permanência de Direcção ao MARL	Conforme escala	PAPA DELTA
Supervisor de Vigilância	António Pato	GOLF
Vigilante Chefe Grupo	Conforme Turno	VICTOR 0
Vigilantes de Postos	Conforme Turno	VICTOR2, VICTOR3, etc.

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	O - 2/4

O.1. Procedimentos com Rádios / Recetores

A ligação entre os diversos postos tem um papel fundamental no desenvolvimento das operações.

A comunicação de viva-voz, o contacto de vista e comunicação telefónica são, muitas vezes, impossibilitados, quer pelo espaço físico em que se atua, quer pela urgência que pretendemos na transmissão de determinadas mensagens.

Assim, as comunicações rádio assumem no Centro (desde que respeitadas algumas regras de exploração) particular importância.

Por outro lado, se a exploração destes meios de comunicação não for suficientemente disciplinada, corremos o risco de todos simultaneamente, tentar falar com todos, resultando que ninguém conseguirá falar com ninguém.

O.2. Definições

Mensagem – Qualquer comunicação, quer em linguagem secreta, quer em linguagem clara, que é transmitida ou está preparada para ser transmitida.

- Posto – Qualquer meio de transmissão instalado, devidamente guarnecido.
- Rede – Conjunto de postos da mesma natureza.

Chamada – Transmissão feita de um posto para outro, ou outros com o(s) qual (is) pretende entrar em comunicação.

- Tráfego – Movimento de mensagens.

O.3. Transmissão e Receção de Mensagens em fonia

As regras que se seguem destinam-se a conseguir o melhor aproveitamento possível do tempo e a diminuição das violações de segurança:

- O procedimento correto elimina demoras, erros e violações de segurança dos transmissores.
- Ao transmitir-se uma mensagem deve falar-se devagar, com naturalidade, articulando e dando acentuação própria a cada palavra.
- Sempre que se julgue necessário soletrar palavras, deve-se empregar o Alfabeto Internacional (fonético).

Ex: FERIDO - Soletro; FOX-TROT; ECHO; ROMEU; INDIA; DELTA; OSCAR

 marl <small> Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
		CAPÍTULO 6 – ANEXOS	

O.4. Chamada e Estabelecimento de Comunicação

Imaginem-se dois postos com indicativos de “VICTOR - 1” e “DELTA - 2”.

Quando o segundo pretender contactar o primeiro, o operador depois de premir a patilha do rádio, chamará:

ATENÇÃO VICTOR - 1, VICTOR - 1, AQUI DELTA - 2 - ESCUTO, soltando de imediato o botão do rádio.

Se o posto VICTOR - 1 estiver em condições de receber, informará:

ATENÇÃO DELTA - 2, VICTOR - 1 À ESCUTA, TRANSMITA

AQUI DELTA - 2 (transmite a mensagem)

Quando acabarem a conversa, o DELTA - 2 passará a palavra:

TERMINADO

O.5. Regras

- Os postos devem evitar as transmissões desnecessárias;
- Só deve haver recurso a rádio quando outros meios forem impraticáveis;
- Deve recorrer-se, generalizadamente, aos códigos/posto.

Devem ser evitadas as seguintes práticas nas transmissões:

- Violação do silêncio rádio
- Conversas particulares entre operadores
- Identificação das posições dos postos
- Chamadas excessivamente longas
- Transmitir a velocidade superior à capacidade dos operadores recetores

 marl <small>Mercado Abastecedor da Região de Lisboa</small>	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	P - 1/19

P. Caderno de registos de segurança.

Incluem-se neste anexo os cadernos de registo de segurança referidos no Plano de Prevenção e no Plano de Emergência:

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	P - 12/19

MODELO DE RELATÓRIO DE OCORRÊNCIAS	
Descrição da Ocorrência: 	
Data:	Assinatura:
Medida(s) Preventiva(s): 	
Data:	Assinatura:
Ação(ões) Corretiva(s): 	
Data:	Assinatura:

Os relatórios de ocorrências incluem por exemplo os falsos alarmes, focos de incêndio, intervenção dos bombeiros, avarias nos sistemas e equipamentos de segurança, acidentes de trabalho, entre outros.

Todas as ocorrências devem ter um relatório onde conste, no mínimo, a sua descrição, data do acontecimento e caso tenham sido tomadas posteriormente, as medidas preventivas ou corretivas.

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	P - 15/19

- a) Anexar os relatórios, incluindo o nome e rubrica dos formandos.
- b) Indicar o nome da empresa.
- c) Por exemplo: formação inicial em SCIE ou uso de meios de 1ª. intervenção.

PREPARAÇÃO DO SIMULACRO
Natureza da ocorrência simulada:
Data/Hora/Local da ocorrência:
Simulacro geral ou parcial:
Comunicações a entidades externas (Bombeiros, PSP, Serviço Nacional de Proteção Civil, INEM, entre outras, assim como aos outros ocupantes do edifício:
Comunicação a funcionários, colaboradores e utentes:
Observadores internos e externos:
Estado de conservação/operacionalidade dos meios materiais a utilizar (meios de combate a incêndios) e caminhos de evacuação, entre outros:

	Mercado Abastecedor da Região de Lisboa	Versão:	5
		Data:	JUL 2024
MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		Capítulo:	6
CAPÍTULO 6 – ANEXOS		Página:	P - 16/19

RELATÓRIO DO SIMULACRO
Referência do relatório:
Local (nome do estabelecimento/concelho):
Hora da evacuação:
Nº. de funcionários que participaram na evacuação:
Tipo de alarme:
Modo como decorreu a evacuação (quem deu ordem, tempo, percurso utilizado, coordenação da evacuação):
Onde se concentraram:
Eficácia dos meios de combate a incêndios:
Contactos internos e externos efetuados:
Eficácia e rapidez das respostas dos meios de socorro externos:
Avaliação do simulacro:



MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO

CAPÍTULO 6 – ANEXOS

N.º: _____

REGISTO DE
AMEAÇA DE BOMBA

DATA _____
HORA _____

AO SER RECEBIDA A AMEAÇA:

- ! ESCUTAR
- ! MANTER A CALMA
- ! PROCEDER COM DELICADEZA
- ! NÃO INTERROMPER
- ! OBTER O MÁXIMO DE INFORMAÇÃO POSSÍVEL

PERGUNTAS A FAZER:

- ? A QUE HORAS DEVE A BOMBA EXPLODIR? _____
- ? ONDE ESTÁ A BOMBA? _____
- ? QUAL O ASPECTO DA BOMBA? _____
- ? PORQUE RAZÃO COLOCOU A BOMBA? _____
- ? ONDE ESTÁ A FALAR? _____

DURAÇÃO DA CHAMADA: _____

N.º DO TELEFONE NO VISOR: _____

PALAVRAS EXACTAS DA AMEAÇA:

SEXO: Masculino Feminino Idade estimada: _____

- Características da Voz:**
- Forte
 - Sente
 - Agudo
 - Profundo
 - Rouco
 - Agradável
 - Denotando embriaguez
 - Outros _____
- Sotaque:**
- Local
 - Não local
 - Estrangeiro
 - Qual? _____
 - Regional
 - Qual? _____
 - Raça
 - Qual? _____

- Dicção:**
- Rápida
 - Gago
 - Nasal
 - Lenta
- Modo:**
- Calmo
 - Racional
 - Consciente
 - Deliberado
 - Coerente
 - Brincalhão
- Domínio da Língua/Fala:**
- Excelente
 - Correcto
 - Vulgar
- Distorção:**
- Distorção
 - Sibilante
 - Outra _____
 - Qual? _____
- Intento:**
- Intencional
 - Inintencional
 - Emocional
 - Obscuro
- Tom:**
- Bom
 - Pobre
 - Outro _____
 - Qual? _____

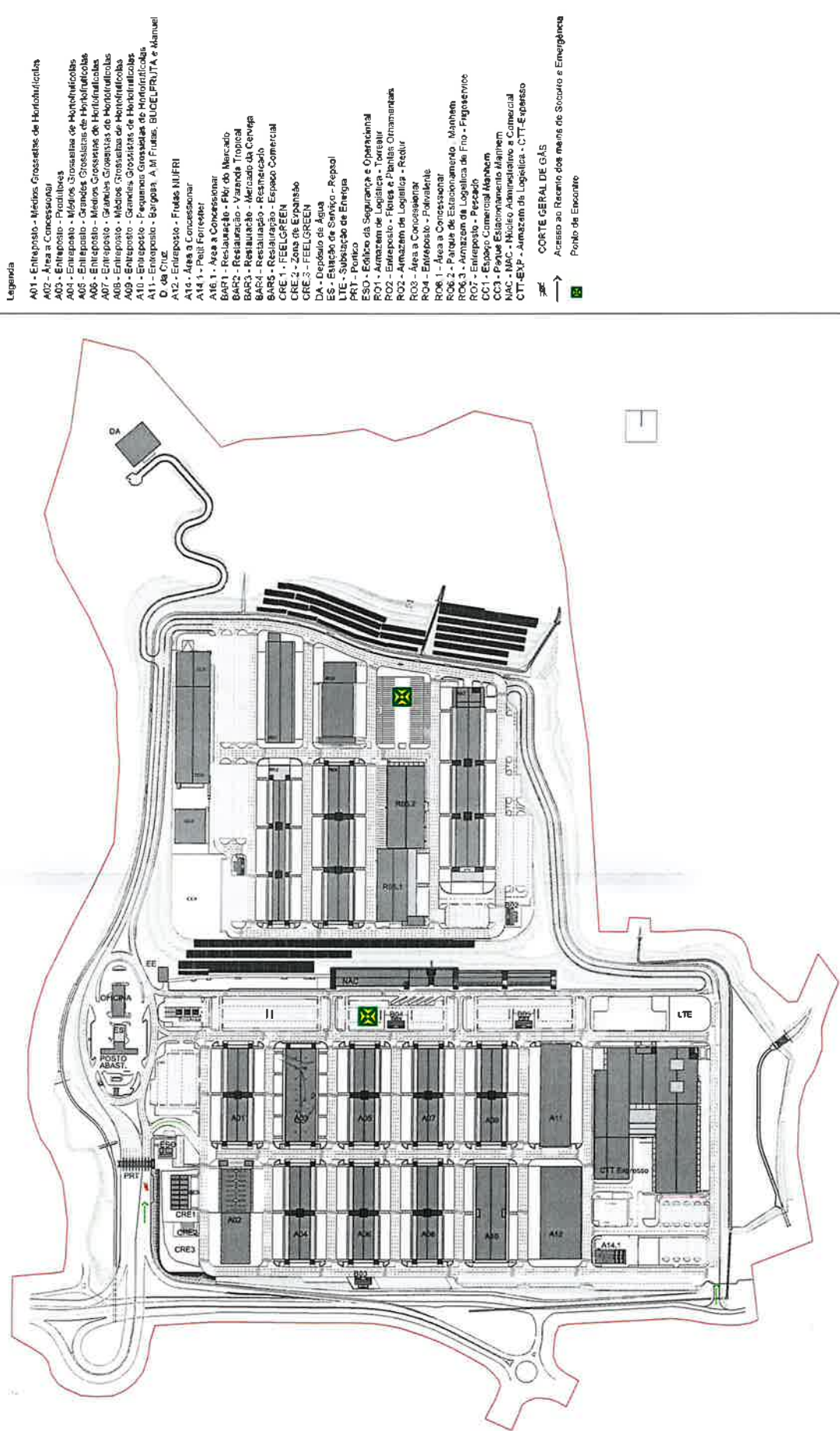
- Sons de Fundo:**
- Barulho
 - Silêncio
 - Misturado
 - Combate
 - Música
 - Vozes
 - Cogitativa
 - Arides
 - Animalia
 - Atq. Escrava
 - Atq. Industrial
 - Tráfego
 - Carregar
 - Reunião Social
 - Outros _____
 - Qual? _____

QUEM FEZ A CHAMADA PARECIA FAMILIARIZADO COM A ÁREA? _____

QUEM RECEBEU A CHAMADA:

NOME: _____ FUNÇÃO: _____

LOCAL DE TRABALHO: _____ TELEFONE: _____

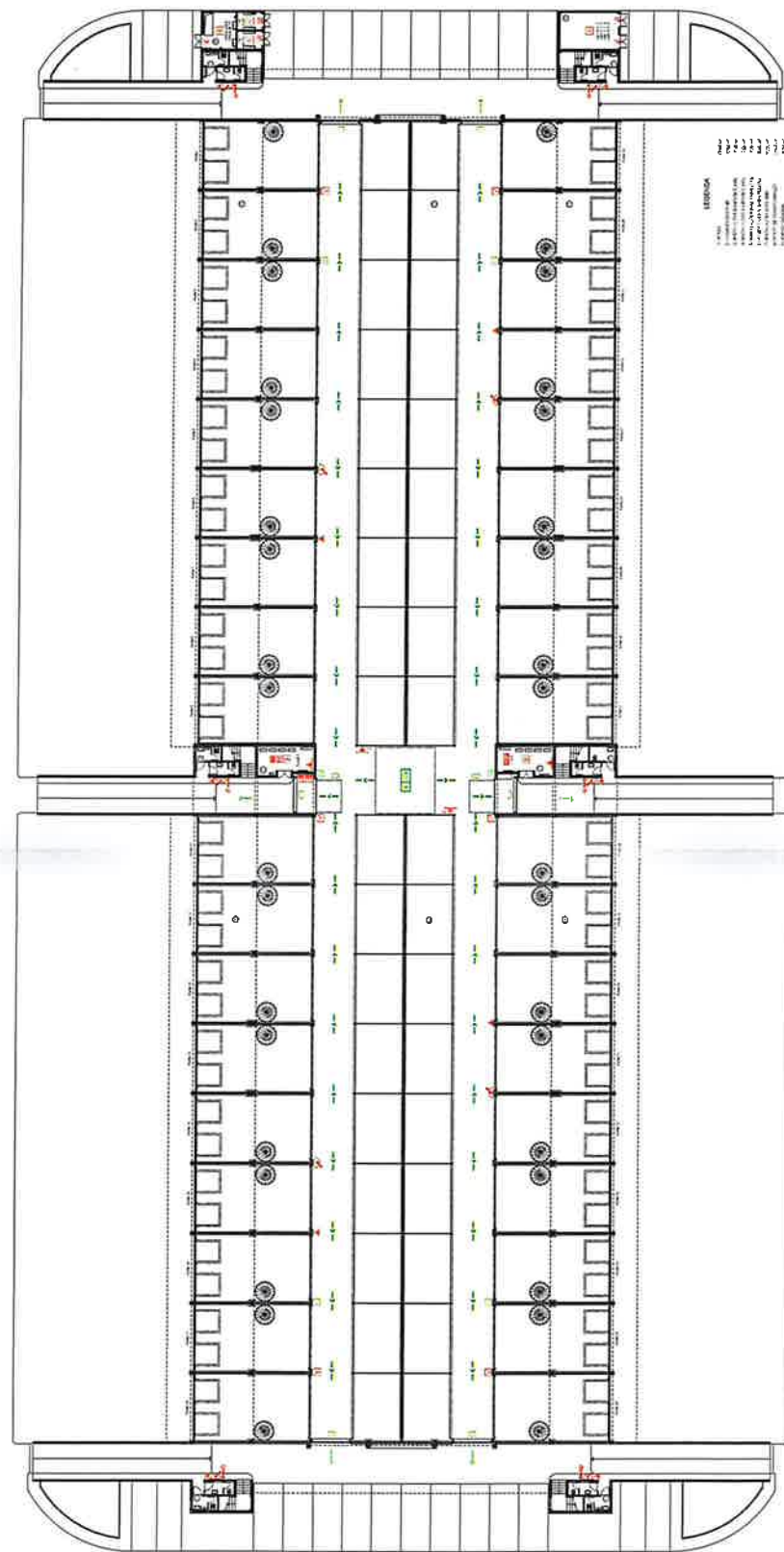


Legenda

- A01 - Entrepósito - Médias Grossistas de Hortifrutícolas
- A02 - Área a Concessionar
- A03 - Entrepósito - Prontuários
- A04 - Entrepósito - Médias Grossistas de Hortifrutícolas
- A05 - Entrepósito - Grandes Grossistas de Hortifrutícolas
- A06 - Entrepósito - Médias Grossistas de Hortifrutícolas
- A07 - Entrepósito - Grandes Grossistas de Hortifrutícolas
- A08 - Entrepósito - Médias Grossistas de Hortifrutícolas
- A09 - Entrepósito - Grandes Grossistas de Hortifrutícolas
- A10 - Entrepósito - Grandes Grossistas de Hortifrutícolas
- A11 - Entrepósito - Pequenas Grossistas de Hortifrutícolas
- A12 - Entrepósito - Sargosa, A.M.Frutas, BUCEL,FRUTA e Manuel D. de Cruz
- A14 - Área a Concessionar
- A14.1 - Petit Forrester
- BAR1 - Restauração - Rbr do Mercado
- BAR2 - Restauração - Varanda Tropical
- BAR3 - Restauração - Mercado da Cerveja
- BARS - Rest. Jogo - Recreio
- BARS - Rest. Jogo - Espaço Comercial
- CRE 1 - FEELGREEN
- CRE 2 - Zona de Estacionamento
- CRE 3 - FEELGREEN
- DA - Decidido de Água
- ES - Estação de Serviço - Respol
- LTE - Substação de Energia
- PRT - Parque
- ESO - Edifício da Segurança e Operacional
- ESO.1 - Armazém de Logística - Torcair
- ESO.2 - Entrepósito - Flores e Plantas Ornamentais
- ESO.3 - Armazém de Logística - Requir
- ESO.4 - Área a Concessionar
- ESO.5 - Entrepósito - Parvalente
- ESO.6 - Área a Concessionar
- ESO.7 - Parque de Estacionamento - Mannheim
- ESO.8 - Armazém de Logística de Frio - Figoenvic
- ESO.9 - Entrepósito - Mercado
- ESO.10 - Espaço Comercial Mannheim
- ESO.11 - Parque Estacionamento Mannheim
- ESO.12 - Micro Administrativo e Comercial
- ESO.13 - Armazém de Logística - CTT-Espasso

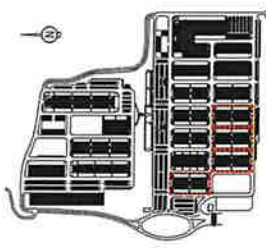
Acesso ao Recanto dos meios de Socorro e Emergência
 Ponto de Encontro

MGD MGD - Engenharia e Arquitectura	
Projeto	...
Execução	...
Revisão	...
Autenticação	...
Assinatura	...
Carimbo	...
PAVIMENTO DE PAVIMENTOS EM PAVIMENTOS DE PAVIMENTOS PAVIMENTOS DE PAVIMENTOS EM PAVIMENTOS DE PAVIMENTOS PAVIMENTOS DE PAVIMENTOS EM PAVIMENTOS DE PAVIMENTOS	



LEGENDA

1.0000 - Habitación
 2.0000 - Baño
 3.0000 - Cocina
 4.0000 - Sala
 5.0000 - Corredor
 6.0000 - Vestíbulo
 7.0000 - Oficina
 8.0000 - Laboratorio
 9.0000 - Sala de reuniones
 10.0000 - Sala de conferencias
 11.0000 - Sala de exposiciones
 12.0000 - Sala de actividades
 13.0000 - Sala de cine
 14.0000 - Sala de teatro
 15.0000 - Sala de conciertos
 16.0000 - Sala de exposiciones
 17.0000 - Sala de actividades
 18.0000 - Sala de cine
 19.0000 - Sala de teatro
 20.0000 - Sala de conciertos

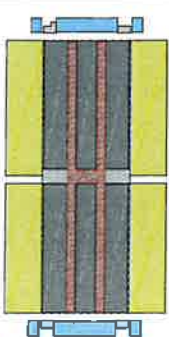


LEGENDA EQUIPAMIENTO

1.0000 - Habitación
 2.0000 - Baño
 3.0000 - Cocina
 4.0000 - Sala
 5.0000 - Corredor
 6.0000 - Vestíbulo
 7.0000 - Oficina
 8.0000 - Laboratorio
 9.0000 - Sala de reuniones
 10.0000 - Sala de conferencias
 11.0000 - Sala de exposiciones
 12.0000 - Sala de actividades
 13.0000 - Sala de cine
 14.0000 - Sala de teatro
 15.0000 - Sala de conciertos
 16.0000 - Sala de exposiciones
 17.0000 - Sala de actividades
 18.0000 - Sala de cine
 19.0000 - Sala de teatro
 20.0000 - Sala de conciertos

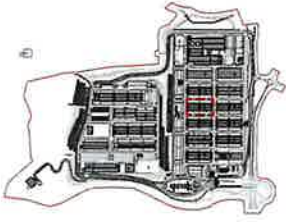
RESUMIO DAS AREAS DOS EDIFICIOS ANTI / ANB / ANB / ANB

Área total de edificação: 10.000 m²
 Área total de construção: 10.000 m²
 Área total de implantação: 10.000 m²
 Área total de terreno: 10.000 m²
 Coeficiente de aproveitamento: 1,00



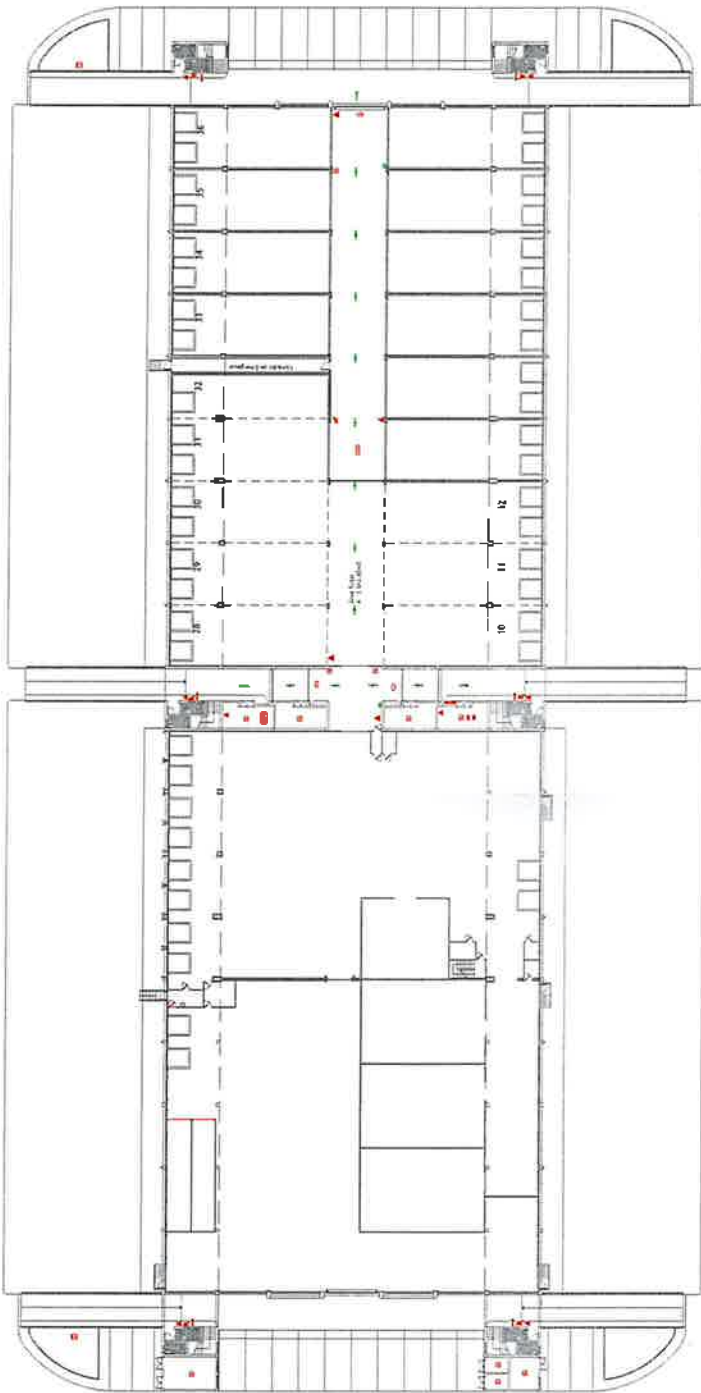
MARI

EMPRESA DE ENGENHARIA E ARQUITETURA DE PREVENÇÃO
 Rua... nº...
 São Paulo, SP
 Fone: (11) 3000-0000
 E-mail: contato@mari.com.br

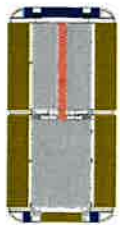


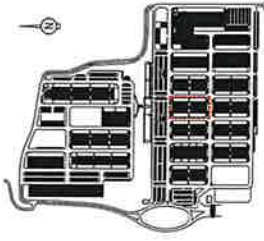
LEGENDA EQUIPAMENTOS

	1. EQUIPAMENTO 1
	2. EQUIPAMENTO 2
	3. EQUIPAMENTO 3
	4. EQUIPAMENTO 4
	5. EQUIPAMENTO 5
	6. EQUIPAMENTO 6
	7. EQUIPAMENTO 7
	8. EQUIPAMENTO 8
	9. EQUIPAMENTO 9
	10. EQUIPAMENTO 10
	11. EQUIPAMENTO 11
	12. EQUIPAMENTO 12
	13. EQUIPAMENTO 13
	14. EQUIPAMENTO 14
	15. EQUIPAMENTO 15
	16. EQUIPAMENTO 16
	17. EQUIPAMENTO 17
	18. EQUIPAMENTO 18
	19. EQUIPAMENTO 19
	20. EQUIPAMENTO 20
	21. EQUIPAMENTO 21
	22. EQUIPAMENTO 22
	23. EQUIPAMENTO 23
	24. EQUIPAMENTO 24
	25. EQUIPAMENTO 25
	26. EQUIPAMENTO 26
	27. EQUIPAMENTO 27
	28. EQUIPAMENTO 28
	29. EQUIPAMENTO 29
	30. EQUIPAMENTO 30
	31. EQUIPAMENTO 31
	32. EQUIPAMENTO 32
	33. EQUIPAMENTO 33
	34. EQUIPAMENTO 34
	35. EQUIPAMENTO 35
	36. EQUIPAMENTO 36
	37. EQUIPAMENTO 37
	38. EQUIPAMENTO 38
	39. EQUIPAMENTO 39
	40. EQUIPAMENTO 40
	41. EQUIPAMENTO 41
	42. EQUIPAMENTO 42
	43. EQUIPAMENTO 43
	44. EQUIPAMENTO 44
	45. EQUIPAMENTO 45
	46. EQUIPAMENTO 46
	47. EQUIPAMENTO 47
	48. EQUIPAMENTO 48
	49. EQUIPAMENTO 49
	50. EQUIPAMENTO 50



1. EQUIPAMENTO 1
 2. EQUIPAMENTO 2
 3. EQUIPAMENTO 3
 4. EQUIPAMENTO 4
 5. EQUIPAMENTO 5
 6. EQUIPAMENTO 6
 7. EQUIPAMENTO 7
 8. EQUIPAMENTO 8
 9. EQUIPAMENTO 9
 10. EQUIPAMENTO 10
 11. EQUIPAMENTO 11
 12. EQUIPAMENTO 12
 13. EQUIPAMENTO 13
 14. EQUIPAMENTO 14
 15. EQUIPAMENTO 15
 16. EQUIPAMENTO 16
 17. EQUIPAMENTO 17
 18. EQUIPAMENTO 18
 19. EQUIPAMENTO 19
 20. EQUIPAMENTO 20
 21. EQUIPAMENTO 21
 22. EQUIPAMENTO 22
 23. EQUIPAMENTO 23
 24. EQUIPAMENTO 24
 25. EQUIPAMENTO 25
 26. EQUIPAMENTO 26
 27. EQUIPAMENTO 27
 28. EQUIPAMENTO 28
 29. EQUIPAMENTO 29
 30. EQUIPAMENTO 30
 31. EQUIPAMENTO 31
 32. EQUIPAMENTO 32
 33. EQUIPAMENTO 33
 34. EQUIPAMENTO 34
 35. EQUIPAMENTO 35
 36. EQUIPAMENTO 36
 37. EQUIPAMENTO 37
 38. EQUIPAMENTO 38
 39. EQUIPAMENTO 39
 40. EQUIPAMENTO 40
 41. EQUIPAMENTO 41
 42. EQUIPAMENTO 42
 43. EQUIPAMENTO 43
 44. EQUIPAMENTO 44
 45. EQUIPAMENTO 45
 46. EQUIPAMENTO 46
 47. EQUIPAMENTO 47
 48. EQUIPAMENTO 48
 49. EQUIPAMENTO 49
 50. EQUIPAMENTO 50

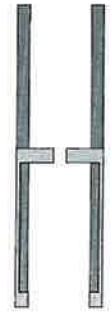




- LEGENDA EQUIPAMENTOS**
- Área de armazenamento
 - Área de distribuição
 - Área de produção
 - Área de embalagem
 - Área de controle de qualidade
 - Área de manutenção
 - Área de limpeza
 - Área de descarte de resíduos
- LEGENDA SINALIZAÇÃO**
- Sinalização de emergência
 - Sinalização de segurança
 - Sinalização de orientação
 - Sinalização de identificação
 - Sinalização de proibição
 - Sinalização de obrigação
 - Sinalização de informação
 - Sinalização de aviso

RESUMO DAS ÁREAS DOS EQUIPÓDIOS APT

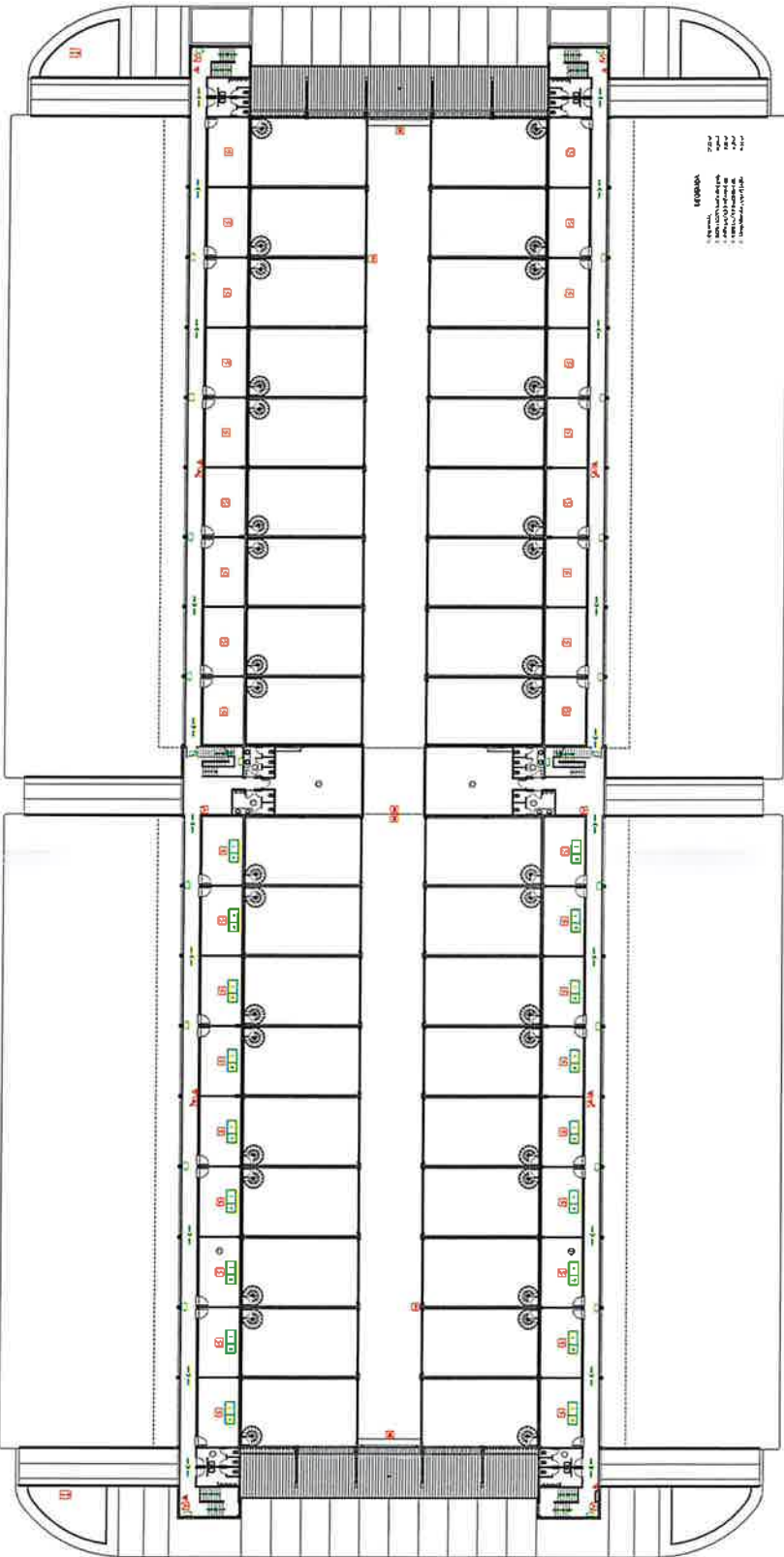
- Área de armazenamento
- Área de distribuição
- Área de produção
- Área de embalagem
- Área de controle de qualidade
- Área de manutenção
- Área de limpeza
- Área de descarte de resíduos



MAR
 MAR - SERVIÇOS DE ENGENHARIA E ARQUITETURA
 Rua ... nº ...
 Fone: (011) ...

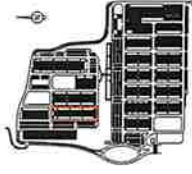
PROJETO DE INSTALAÇÃO DE EQUIPÓDIOS APT
 Rua ... nº ...
 Fone: (011) ...

Projeto de Instalação de Equipódios APT
 Rua ... nº ...
 Fone: (011) ...



LEGENDA

- Área de armazenamento
- Área de distribuição
- Área de produção
- Área de embalagem
- Área de controle de qualidade
- Área de manutenção
- Área de limpeza
- Área de descarte de resíduos



- LEGENDA**
- 1. ...
 - 2. ...
 - 3. ...
 - 4. ...
 - 5. ...
 - 6. ...
 - 7. ...
 - 8. ...
 - 9. ...
 - 10. ...
 - 11. ...
 - 12. ...
 - 13. ...
 - 14. ...
 - 15. ...
 - 16. ...
 - 17. ...
 - 18. ...
 - 19. ...
 - 20. ...
 - 21. ...
 - 22. ...
 - 23. ...
 - 24. ...
 - 25. ...
 - 26. ...
 - 27. ...
 - 28. ...
 - 29. ...
 - 30. ...
 - 31. ...
 - 32. ...
 - 33. ...
 - 34. ...
 - 35. ...
 - 36. ...
 - 37. ...
 - 38. ...
 - 39. ...
 - 40. ...
 - 41. ...
 - 42. ...
 - 43. ...
 - 44. ...
 - 45. ...
 - 46. ...
 - 47. ...
 - 48. ...
 - 49. ...
 - 50. ...
 - 51. ...
 - 52. ...
 - 53. ...
 - 54. ...
 - 55. ...
 - 56. ...
 - 57. ...
 - 58. ...
 - 59. ...
 - 60. ...
 - 61. ...
 - 62. ...
 - 63. ...
 - 64. ...
 - 65. ...
 - 66. ...
 - 67. ...
 - 68. ...
 - 69. ...
 - 70. ...
 - 71. ...
 - 72. ...
 - 73. ...
 - 74. ...
 - 75. ...
 - 76. ...
 - 77. ...
 - 78. ...
 - 79. ...
 - 80. ...
 - 81. ...
 - 82. ...
 - 83. ...
 - 84. ...
 - 85. ...
 - 86. ...
 - 87. ...
 - 88. ...
 - 89. ...
 - 90. ...
 - 91. ...
 - 92. ...
 - 93. ...
 - 94. ...
 - 95. ...
 - 96. ...
 - 97. ...
 - 98. ...
 - 99. ...
 - 100. ...



ITRABO DAL 1988 DEL 2018

1. ...

2. ...

3. ...

4. ...

5. ...

6. ...

7. ...

8. ...

9. ...

10. ...

11. ...

12. ...

13. ...

14. ...

15. ...

16. ...

17. ...

18. ...

19. ...

20. ...

21. ...

22. ...

23. ...

24. ...

25. ...

26. ...

27. ...

28. ...

29. ...

30. ...

31. ...

32. ...

33. ...

34. ...

35. ...

36. ...

37. ...

38. ...

39. ...

40. ...

41. ...

42. ...

43. ...

44. ...

45. ...

46. ...

47. ...

48. ...

49. ...

50. ...

51. ...

52. ...

53. ...

54. ...

55. ...

56. ...

57. ...

58. ...

59. ...

60. ...

61. ...

62. ...

63. ...

64. ...

65. ...

66. ...

67. ...

68. ...

69. ...

70. ...

71. ...

72. ...

73. ...

74. ...

75. ...

76. ...

77. ...

78. ...

79. ...

80. ...

81. ...

82. ...

83. ...

84. ...

85. ...

86. ...

87. ...

88. ...

89. ...

90. ...

91. ...

92. ...

93. ...

94. ...

95. ...

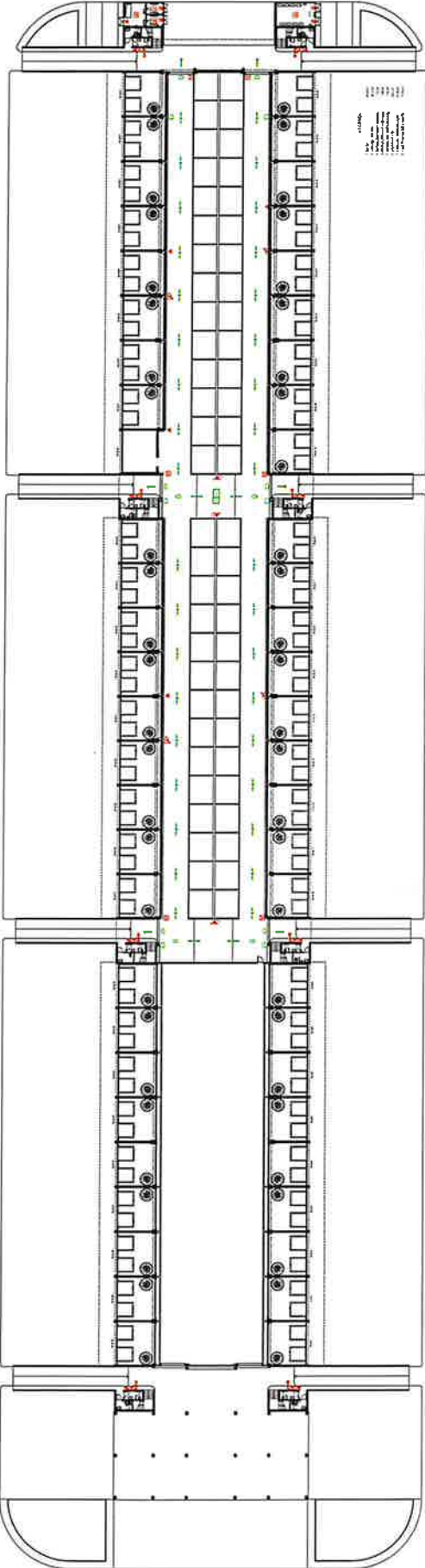
96. ...

97. ...

98. ...

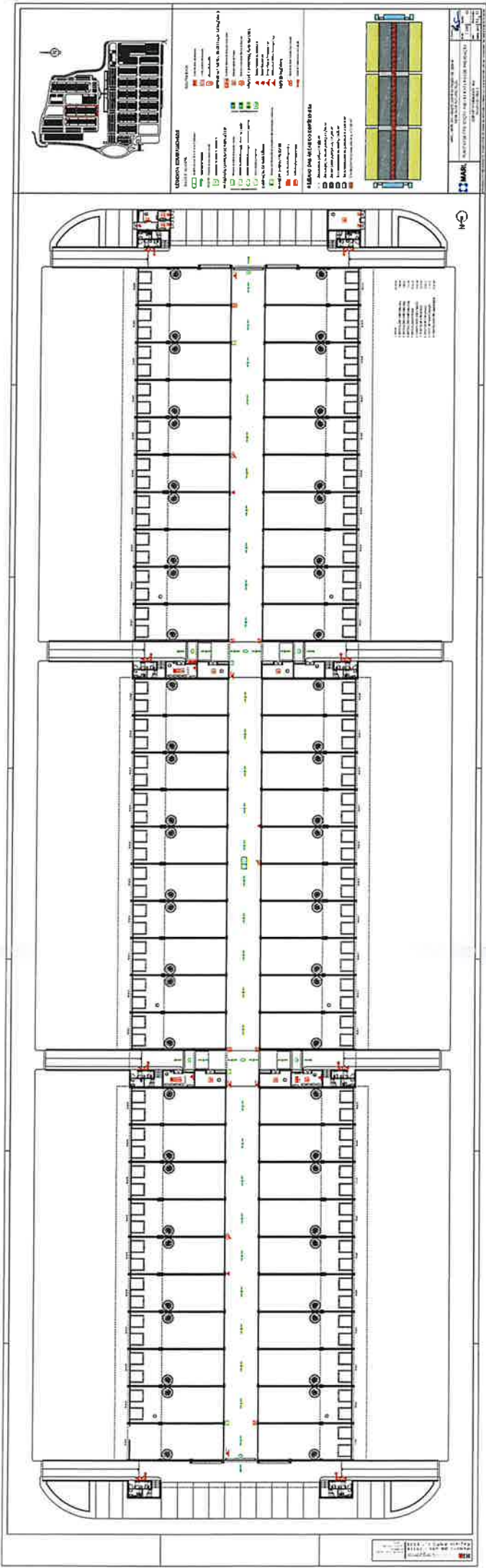
99. ...

100. ...



1:100

1:100



LEGENDA

STRUTTURE

- Struttura esistente
- Struttura nuova

MECCANICHE

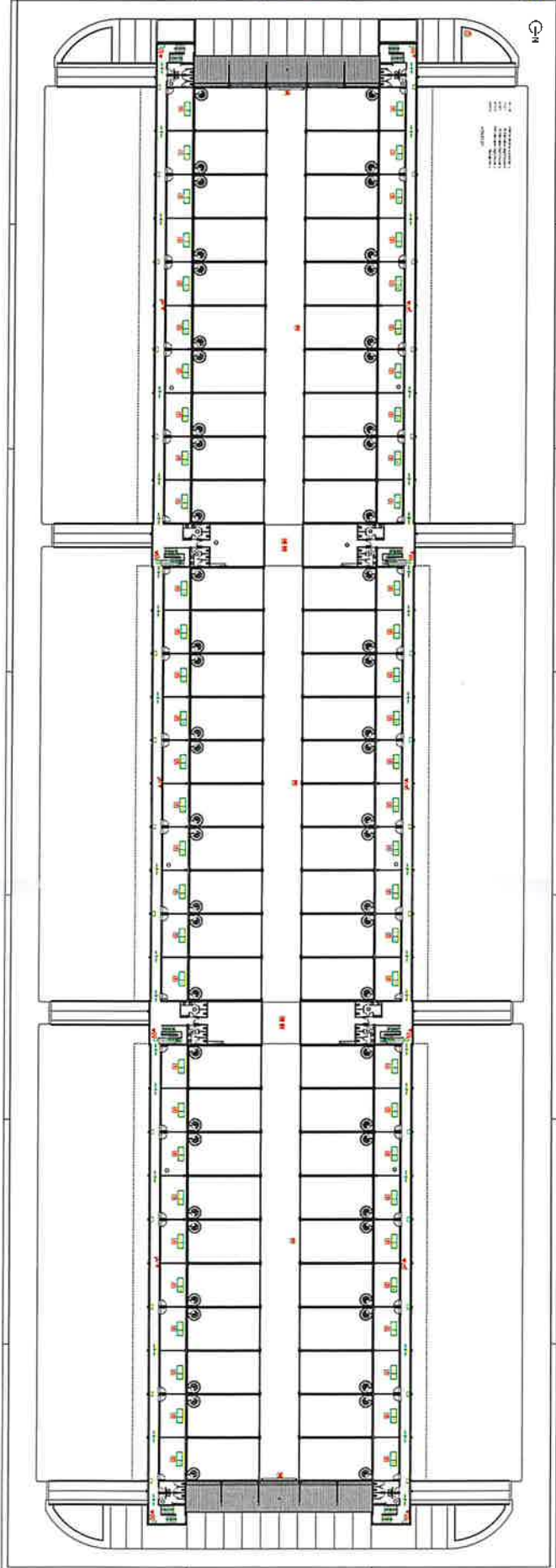
- Condizionamento
- Impianto idrico
- Impianto elettrico
- Impianto telefonico
- Impianto per dati
- Impianto per video
- Impianto per audio
- Impianto per TV
- Impianto per videoconferenza
- Impianto per teleseminari
- Impianto per teleconferenze
- Impianto per telepresenza
- Impianto per telecollaborazione
- Impianto per teleassistenza
- Impianto per telemedicina
- Impianto per tele-educazione
- Impianto per tele-sport
- Impianto per tele-games
- Impianto per tele-animazione
- Impianto per tele-animazione 3D
- Impianto per tele-animazione 2D
- Impianto per tele-animazione 1D
- Impianto per tele-animazione 0D

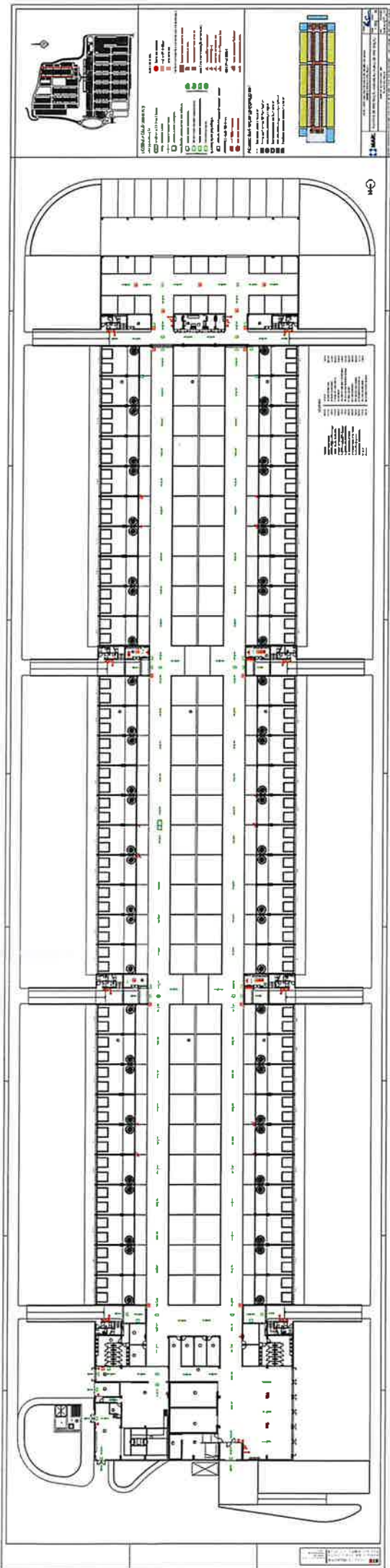
MECCANICHE SANITARIE DEL CANTIERE

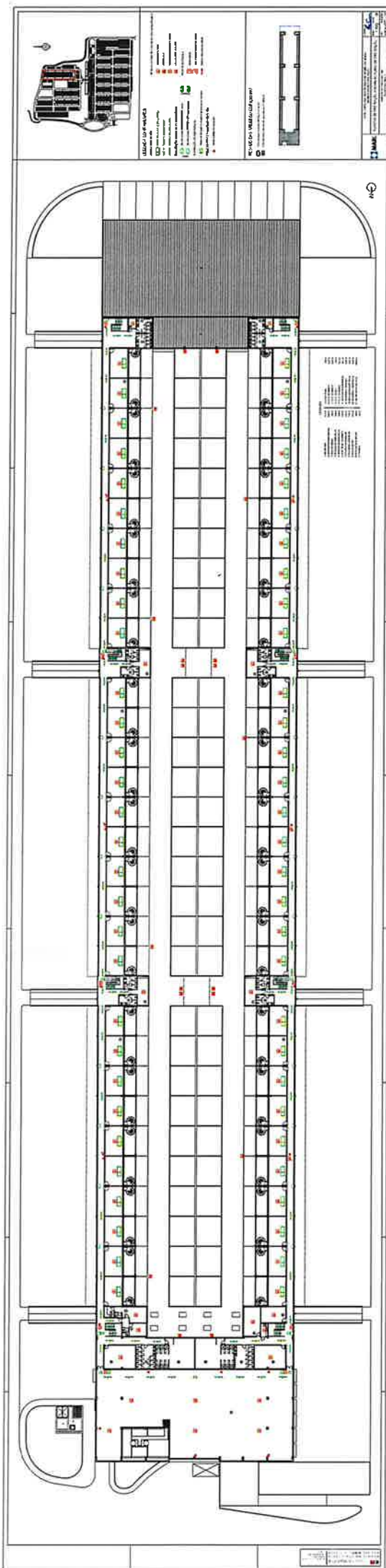
- Impianto idrico
- Impianto elettrico
- Impianto telefonico
- Impianto per dati
- Impianto per video
- Impianto per audio
- Impianto per TV
- Impianto per videoconferenza
- Impianto per teleseminari
- Impianto per teleconferenze
- Impianto per telepresenza
- Impianto per telecollaborazione
- Impianto per teleassistenza
- Impianto per telemedicina
- Impianto per tele-educazione
- Impianto per tele-sport
- Impianto per tele-games
- Impianto per tele-animazione
- Impianto per tele-animazione 3D
- Impianto per tele-animazione 2D
- Impianto per tele-animazione 1D
- Impianto per tele-animazione 0D

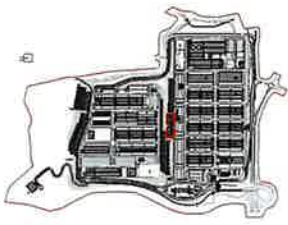
MECCANICHE SANITARIE DEL CANTIERE

- Impianto idrico
- Impianto elettrico
- Impianto telefonico
- Impianto per dati
- Impianto per video
- Impianto per audio
- Impianto per TV
- Impianto per videoconferenza
- Impianto per teleseminari
- Impianto per teleconferenze
- Impianto per telepresenza
- Impianto per telecollaborazione
- Impianto per teleassistenza
- Impianto per telemedicina
- Impianto per tele-educazione
- Impianto per tele-sport
- Impianto per tele-games
- Impianto per tele-animazione
- Impianto per tele-animazione 3D
- Impianto per tele-animazione 2D
- Impianto per tele-animazione 1D
- Impianto per tele-animazione 0D



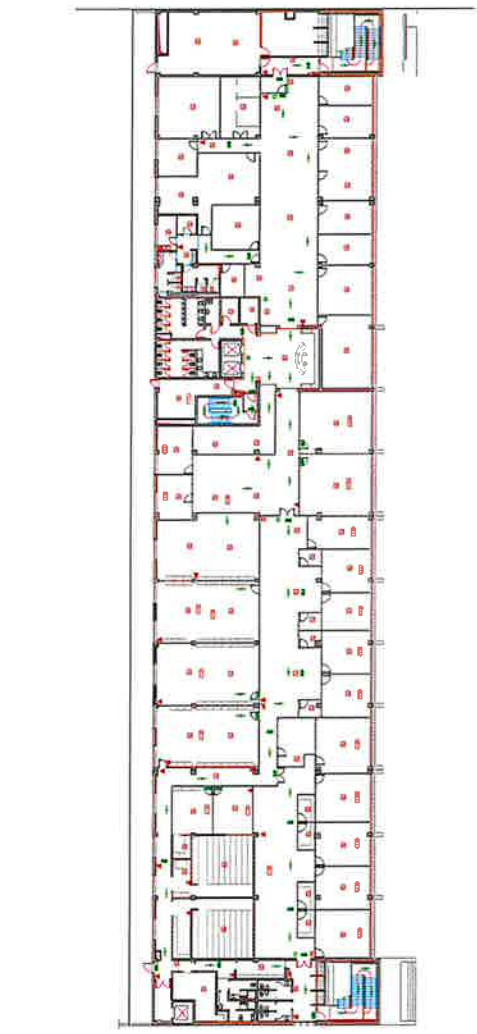






LEGENDA EQUIPAMENTOS

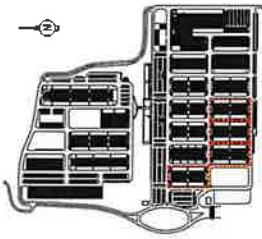
1	ALVARO	ALVARO
2	ALVARO	ALVARO
3	ALVARO	ALVARO
4	ALVARO	ALVARO
5	ALVARO	ALVARO
6	ALVARO	ALVARO
7	ALVARO	ALVARO
8	ALVARO	ALVARO
9	ALVARO	ALVARO
10	ALVARO	ALVARO
11	ALVARO	ALVARO
12	ALVARO	ALVARO
13	ALVARO	ALVARO
14	ALVARO	ALVARO
15	ALVARO	ALVARO
16	ALVARO	ALVARO
17	ALVARO	ALVARO
18	ALVARO	ALVARO
19	ALVARO	ALVARO
20	ALVARO	ALVARO
21	ALVARO	ALVARO
22	ALVARO	ALVARO
23	ALVARO	ALVARO
24	ALVARO	ALVARO
25	ALVARO	ALVARO
26	ALVARO	ALVARO
27	ALVARO	ALVARO
28	ALVARO	ALVARO
29	ALVARO	ALVARO
30	ALVARO	ALVARO
31	ALVARO	ALVARO
32	ALVARO	ALVARO
33	ALVARO	ALVARO
34	ALVARO	ALVARO
35	ALVARO	ALVARO
36	ALVARO	ALVARO
37	ALVARO	ALVARO
38	ALVARO	ALVARO
39	ALVARO	ALVARO
40	ALVARO	ALVARO
41	ALVARO	ALVARO
42	ALVARO	ALVARO
43	ALVARO	ALVARO
44	ALVARO	ALVARO
45	ALVARO	ALVARO
46	ALVARO	ALVARO
47	ALVARO	ALVARO
48	ALVARO	ALVARO
49	ALVARO	ALVARO
50	ALVARO	ALVARO
51	ALVARO	ALVARO
52	ALVARO	ALVARO
53	ALVARO	ALVARO
54	ALVARO	ALVARO
55	ALVARO	ALVARO
56	ALVARO	ALVARO
57	ALVARO	ALVARO
58	ALVARO	ALVARO
59	ALVARO	ALVARO
60	ALVARO	ALVARO
61	ALVARO	ALVARO
62	ALVARO	ALVARO
63	ALVARO	ALVARO
64	ALVARO	ALVARO
65	ALVARO	ALVARO
66	ALVARO	ALVARO
67	ALVARO	ALVARO
68	ALVARO	ALVARO
69	ALVARO	ALVARO
70	ALVARO	ALVARO
71	ALVARO	ALVARO
72	ALVARO	ALVARO
73	ALVARO	ALVARO
74	ALVARO	ALVARO
75	ALVARO	ALVARO
76	ALVARO	ALVARO
77	ALVARO	ALVARO
78	ALVARO	ALVARO
79	ALVARO	ALVARO
80	ALVARO	ALVARO
81	ALVARO	ALVARO
82	ALVARO	ALVARO
83	ALVARO	ALVARO
84	ALVARO	ALVARO
85	ALVARO	ALVARO
86	ALVARO	ALVARO
87	ALVARO	ALVARO
88	ALVARO	ALVARO
89	ALVARO	ALVARO
90	ALVARO	ALVARO
91	ALVARO	ALVARO
92	ALVARO	ALVARO
93	ALVARO	ALVARO
94	ALVARO	ALVARO
95	ALVARO	ALVARO
96	ALVARO	ALVARO
97	ALVARO	ALVARO
98	ALVARO	ALVARO
99	ALVARO	ALVARO
100	ALVARO	ALVARO



escala 1:100
 10/10/2023
 10/10/2023



PROYECTO		FECHA	
AUTOR		REVISOR	
DISEÑO		VERIFICACION	
APROBACION		FECHA DE APROBACION	
PLANOS DE PRELIMINARES Y PLANOS DE PRELIMINARES ESTUDIO PRELIMINAR DE...			



LEGENDA RECOMENDADOS

USOS DE TERRITÓRIOS

- Uso residencial
- Uso comercial
- Uso industrial
- Uso institucional
- Uso de preservação ambiental
- Uso de preservação paisagística
- Uso de preservação histórica
- Uso de preservação cultural
- Uso de preservação arqueológica
- Uso de preservação ambiental
- Uso de preservação paisagística
- Uso de preservação histórica
- Uso de preservação cultural
- Uso de preservação arqueológica

RECOMENDADOS

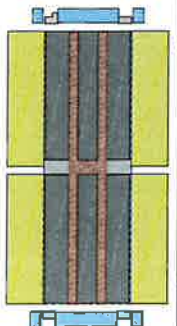
- Área de preservação ambiental
- Área de preservação paisagística
- Área de preservação histórica
- Área de preservação cultural
- Área de preservação arqueológica
- Área de preservação ambiental
- Área de preservação paisagística
- Área de preservação histórica
- Área de preservação cultural
- Área de preservação arqueológica

RECOMENDADOS

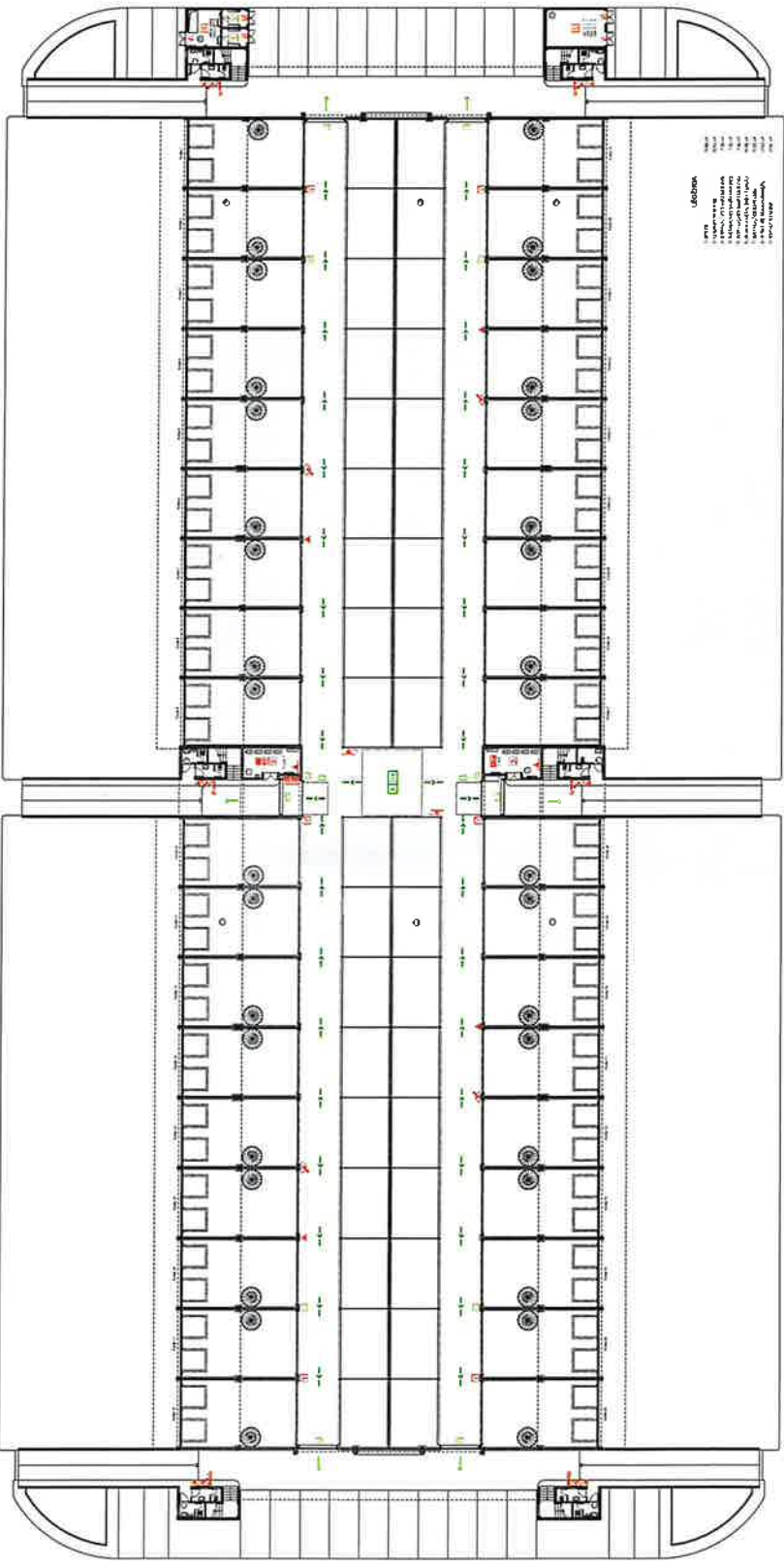
- Área de preservação ambiental
- Área de preservação paisagística
- Área de preservação histórica
- Área de preservação cultural
- Área de preservação arqueológica

RECOMENDADOS

- Área de preservação ambiental
- Área de preservação paisagística
- Área de preservação histórica
- Área de preservação cultural
- Área de preservação arqueológica

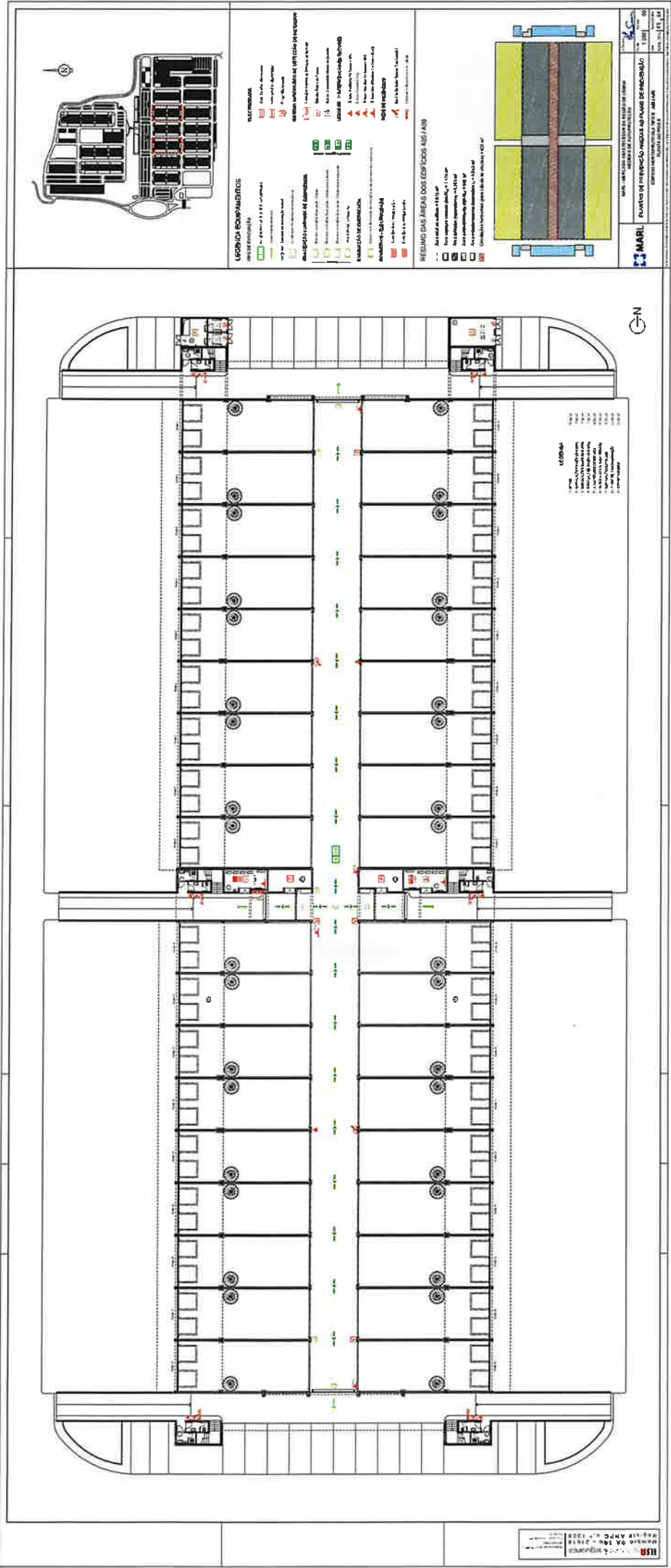


MAR, MARCA REGISTRADA E PATENTE DO BRASIL
 MARCA DE QUALIDADE
 MARCA DE PREVENÇÃO ANTES DO PLANO DE PREVENÇÃO
 MARCA DE PREVENÇÃO ANTES DO PLANO DE PREVENÇÃO
 MARCA DE PREVENÇÃO ANTES DO PLANO DE PREVENÇÃO
 MARCA DE PREVENÇÃO ANTES DO PLANO DE PREVENÇÃO



LEGENDA

- Área de preservação ambiental
- Área de preservação paisagística
- Área de preservação histórica
- Área de preservação cultural
- Área de preservação arqueológica
- Área de preservação ambiental
- Área de preservação paisagística
- Área de preservação histórica
- Área de preservação cultural
- Área de preservação arqueológica

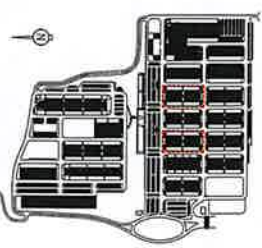


LEGENDA

- Pared
 - Piso
 - Teto
 - Porta
 - Janela
 - Vidro
 - Vidro com proteção solar
 - Vidro com proteção solar e isolamento acústico
 - Vidro com proteção solar e isolamento térmico
 - Vidro com proteção solar e isolamento térmico e acústico
 - Vidro com proteção solar e isolamento térmico e acústico e energético
 - Vidro com proteção solar e isolamento térmico e acústico e energético e sustentável

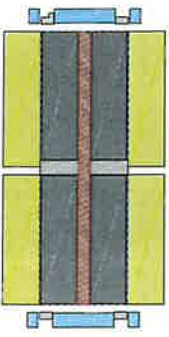
LEGENDA EQUIPAMENTOS

- Elevador
 - Escada
 - Sanitário
 - Cozinha
 - Sala de espera
 - Sala de reuniões
 - Sala de aula
 - Sala de informática
 - Sala de leitura
 - Sala de exposições
 - Sala de eventos
 - Sala de armazenamento
 - Sala de manutenção
 - Sala de limpeza
 - Sala de armazenamento de materiais
 - Sala de armazenamento de equipamentos
 - Sala de armazenamento de documentos
 - Sala de armazenamento de arquivos
 - Sala de armazenamento de dados
 - Sala de armazenamento de energia
 - Sala de armazenamento de água
 - Sala de armazenamento de gás
 - Sala de armazenamento de óleo
 - Sala de armazenamento de outros materiais



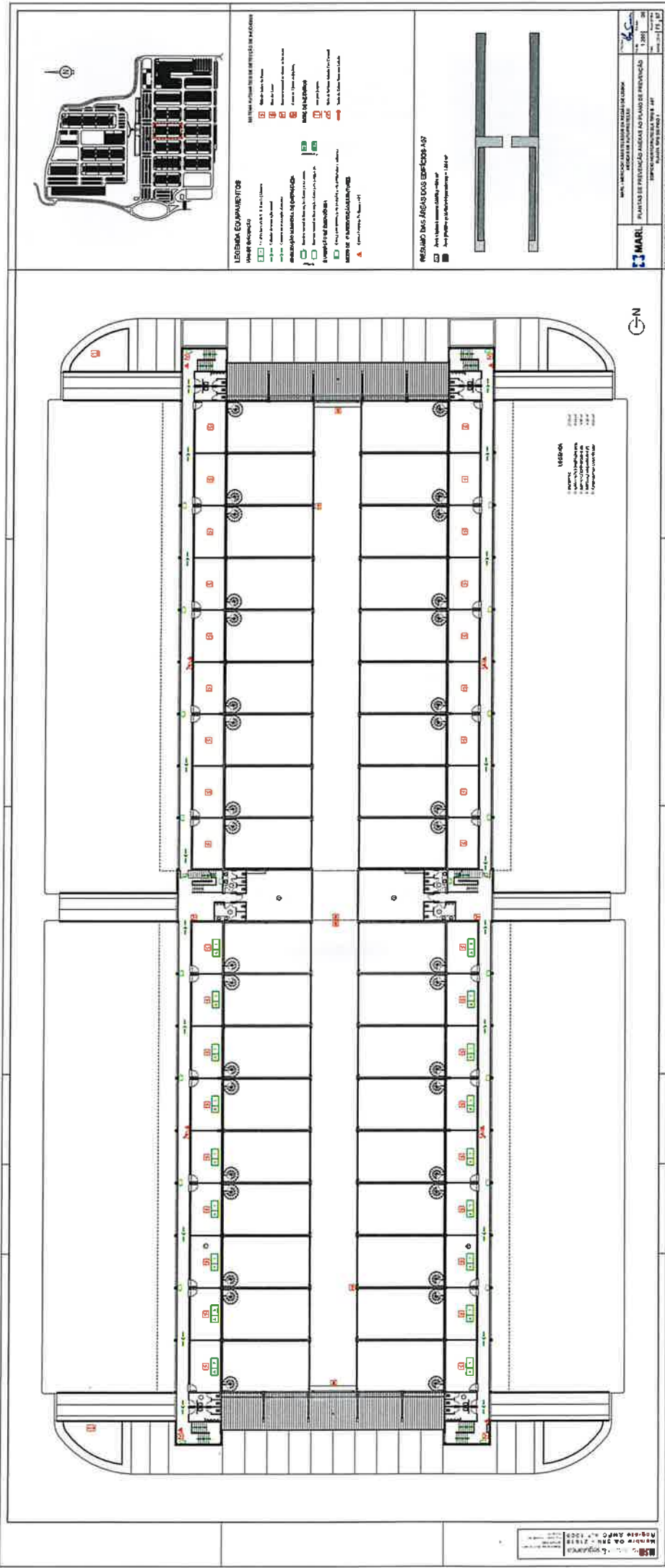
REGIÃO DAS ÁREAS DOS EMPÍDOS (M2)

- Área total: 1000,00 m²
 - Área útil: 800,00 m²
 - Área coberta: 1000,00 m²
 - Área construída: 1000,00 m²
 - Área não construída: 0,00 m²
 - Área total de construção: 1000,00 m²
 - Área total de implantação: 1000,00 m²
 - Área total de loteamento: 1000,00 m²



MARLI Avenida do Progresso, 1000 - JARDIM SÃO CARLOS - SÃO PAULO - SP

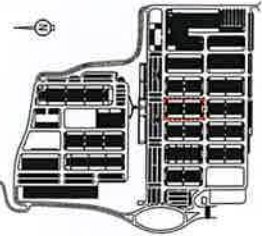
Rua: Avenida do Progresso, 1000 - Jardim São Carlos - São Paulo - SP
 CEP: 05400-000
 Fone: (11) 3030-1000
 E-mail: contato@marli.com.br

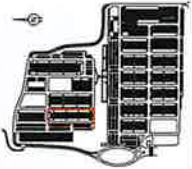
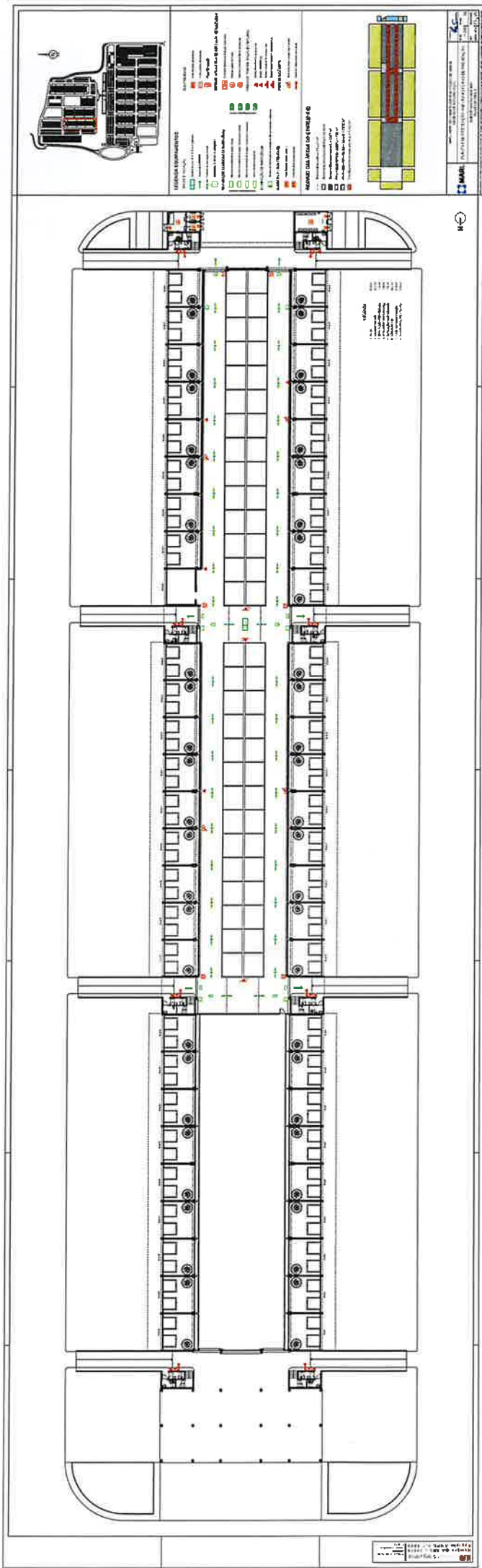


LEGENDA
 Símbolos para identificação dos equipamentos e mobiliário.
 Símbolos para identificação dos pontos de iluminação.
 Símbolos para identificação dos pontos de ventilação.

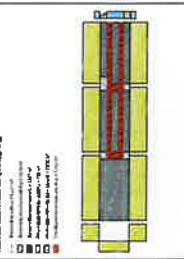
RESUMO DOS AMBIENTES EQUIPADOS
 Ambientes equipados com mobiliário.
 Ambientes equipados com iluminação.
 Ambientes equipados com ventilação.

LEGENDA EQUIPAMENTOS
 Símbolos para identificação dos equipamentos.
 Símbolos para identificação dos pontos de iluminação.
 Símbolos para identificação dos pontos de ventilação.



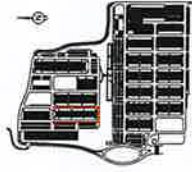


- LEGENDA**
- Porta
 - Finestra
 - Arredo
 - Altre
 - ...



Scale 1:100

North Arrow



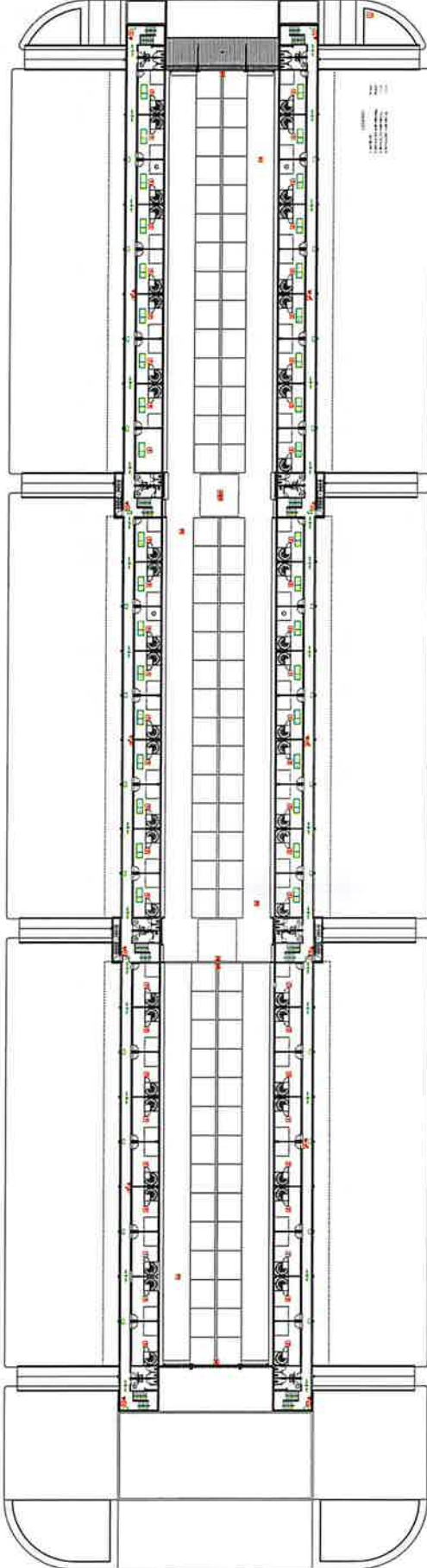
- LEGENDA**
- MUR (MUR) - WALL (WALL)
 - PAVIMENTO (PAVIMENTO) - FLOOR (FLOOR)
 - TETTO (TETTO) - ROOF (ROOF)
 - SOTTOTERRANEO (SOTTOTERRANEO) - UNDERGROUND (UNDERGROUND)
 - PAVIMENTO (PAVIMENTO) - FLOOR (FLOOR)
 - TETTO (TETTO) - ROOF (ROOF)
 - SOTTOTERRANEO (SOTTOTERRANEO) - UNDERGROUND (UNDERGROUND)

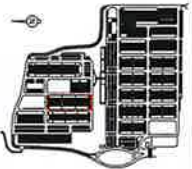
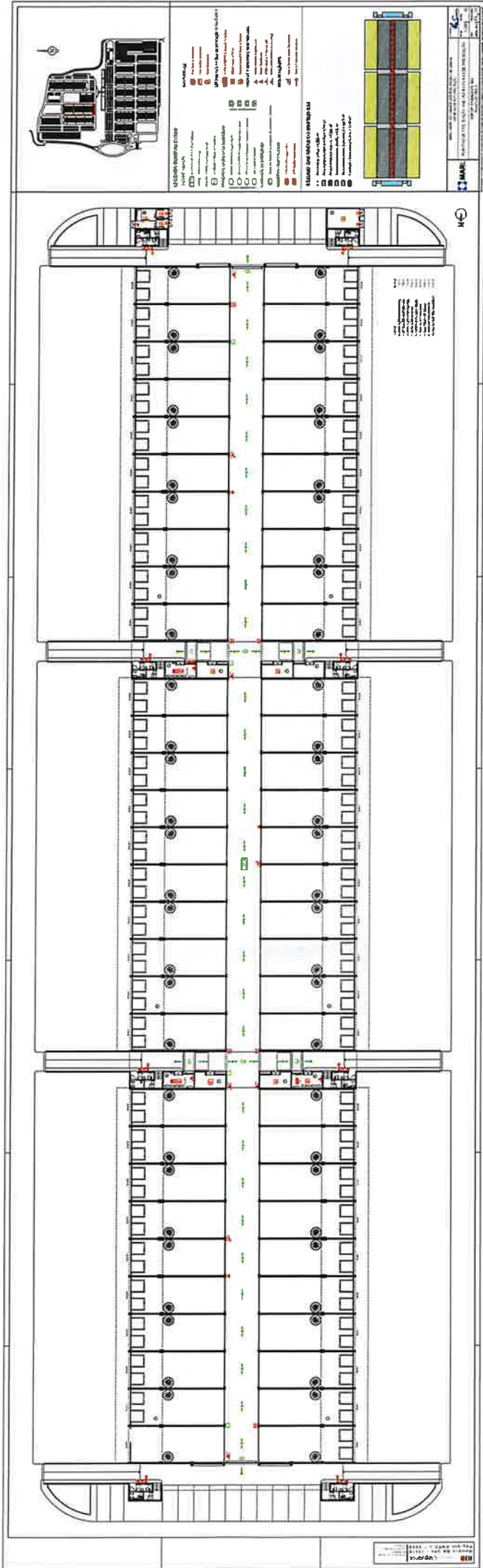
SCALE

1:100

1:500

04

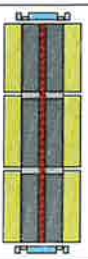




- LEGENDA**
- Muro (Mura)
 - Porta (Porte)
 - Finestra (Finestre)
 - Scaletta (Scale)
 - Servizio (Servizi)
 - Corridoio (Corridori)
 - Camera (Camere)
 - Bagno (Bagni)
 - Cucina (Cucine)
 - Sala (Sale)
 - Ufficio (Uffici)
 - Biblioteca (Biblioteca)
 - Laboratorio (Laboratori)
 - Aula (Aule)
 - Sala Conferenze (Sale Conferenze)
 - Sala Riunioni (Sale Riunioni)
 - Sala Atti (Sale Atti)
 - Sala Esperienze (Sale Esperienze)
 - Sala Incontro (Sale Incontro)
 - Sala Presentazioni (Sale Presentazioni)
 - Sala Seminari (Sale Seminari)
 - Sala Conferenze (Sale Conferenze)
 - Sala Riunioni (Sale Riunioni)
 - Sala Atti (Sale Atti)
 - Sala Esperienze (Sale Esperienze)
 - Sala Incontro (Sale Incontro)
 - Sala Presentazioni (Sale Presentazioni)
 - Sala Seminari (Sale Seminari)

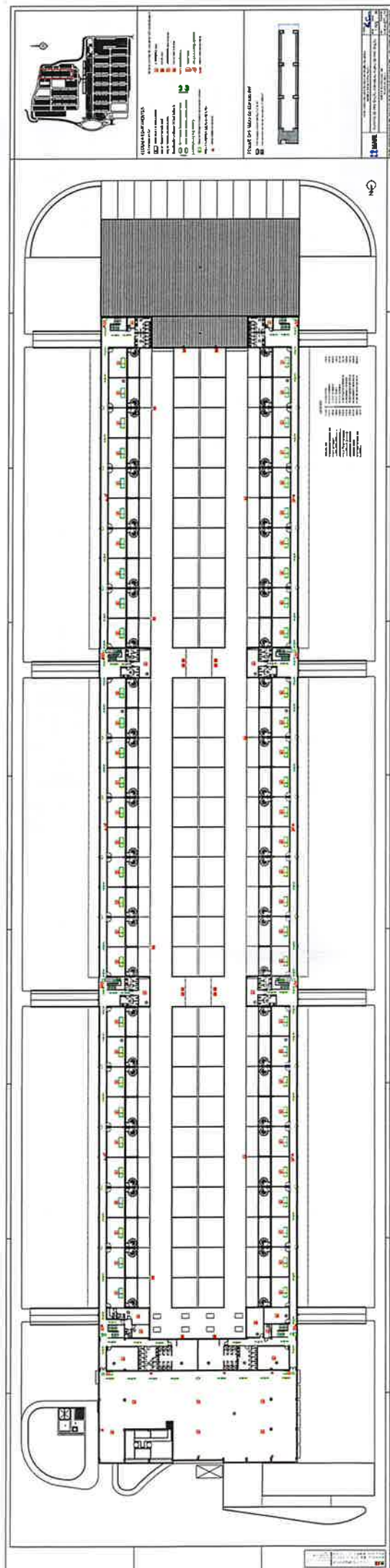
NOTE

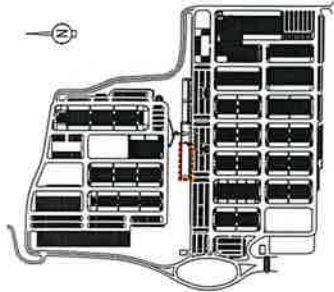
1. Tutte le misure sono in metri.
2. Le porte sono tutte a battente.
3. Le finestre sono tutte a battente.
4. Le scale sono tutte a piastre.
5. I servizi sono tutti in cantina.
6. I corridoi sono tutti in piano.
7. Le camere sono tutte in piano.
8. I bagni sono tutti in piano.
9. Le cucine sono tutte in piano.
10. Le sale sono tutte in piano.
11. Gli uffici sono tutti in piano.
12. La biblioteca è in piano.
13. I laboratori sono tutti in piano.
14. Le aule sono tutte in piano.
15. Le sale conferenze sono tutte in piano.
16. Le sale riunioni sono tutte in piano.
17. Le sale atti sono tutte in piano.
18. Le sale esperienze sono tutte in piano.
19. Le sale incontro sono tutte in piano.
20. Le sale presentazioni sono tutte in piano.
21. Le sale seminari sono tutte in piano.



PROGETTO

Arch. Mario Botta
 Arch. Giancarlo Piretti
 Arch. Roberto Gili
 Arch. Massimo Sestini
 Arch. Stefano Sestini





LEGENDA EQUIPAMENTOS

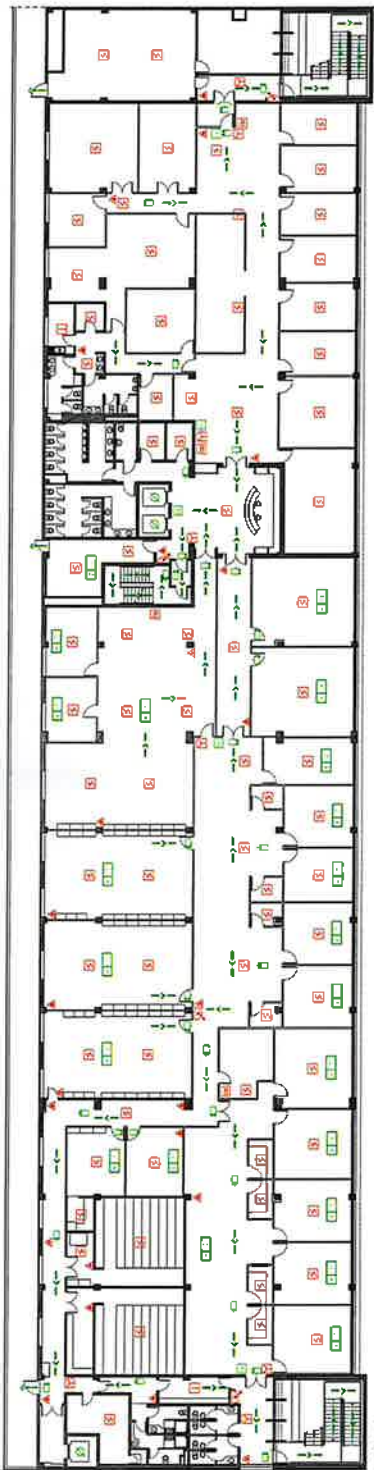
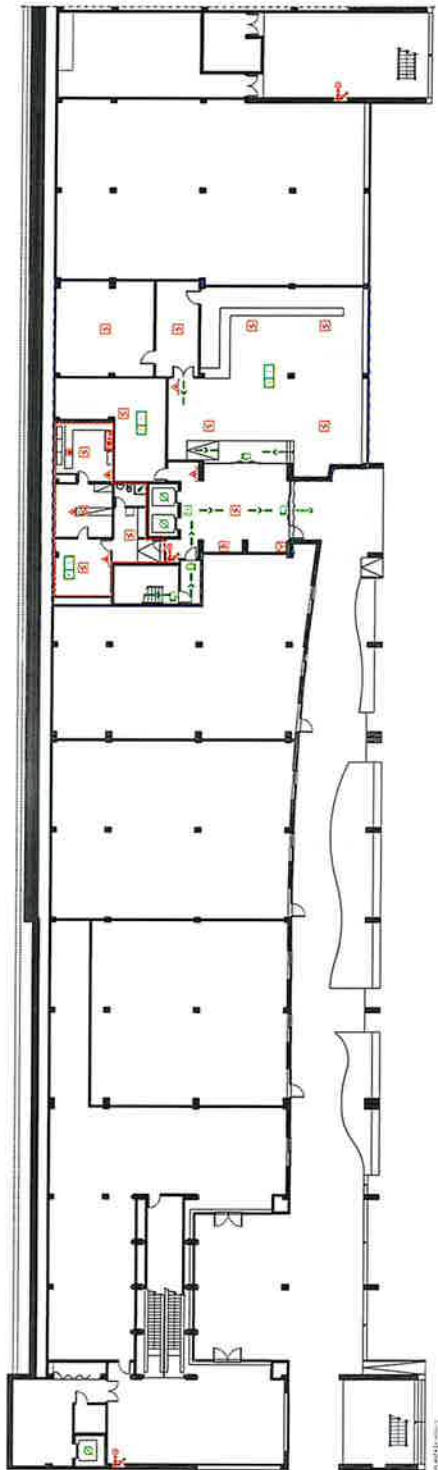
- VIAS DE FUGA**
- 1. Vias de fuga primárias
 - 2. Vias de fuga secundárias
 - 3. Vias de fuga terciárias
- SAÍDA DE EMERGÊNCIA**
- 1. Saídas de emergência primárias
 - 2. Saídas de emergência secundárias
 - 3. Saídas de emergência terciárias
- ILUMINAÇÃO DE EMERGÊNCIA**
- 1. Iluminação de emergência primária
 - 2. Iluminação de emergência secundária
 - 3. Iluminação de emergência terciária

SISTEMA AUTOMÁTICO DE DETECÇÃO DE INCÊNDIO

- 1. Detectores de fumaça
- 2. Detectores de calor
- 3. Detectores de gás
- 4. Detectores de luz
- 5. Detectores de ruído
- 6. Detectores de movimento
- 7. Detectores de presença
- 8. Detectores de temperatura
- 9. Detectores de umidade
- 10. Detectores de pressão
- 11. Detectores de vibração
- 12. Detectores de radiação
- 13. Detectores de radiação gama
- 14. Detectores de radiação beta
- 15. Detectores de radiação alfa
- 16. Detectores de radiação cósmica
- 17. Detectores de radiação solar
- 18. Detectores de radiação terrestre
- 19. Detectores de radiação natural
- 20. Detectores de radiação artificial

RESUMO DAS ÁREAS DO EDIFÍCIO MAC

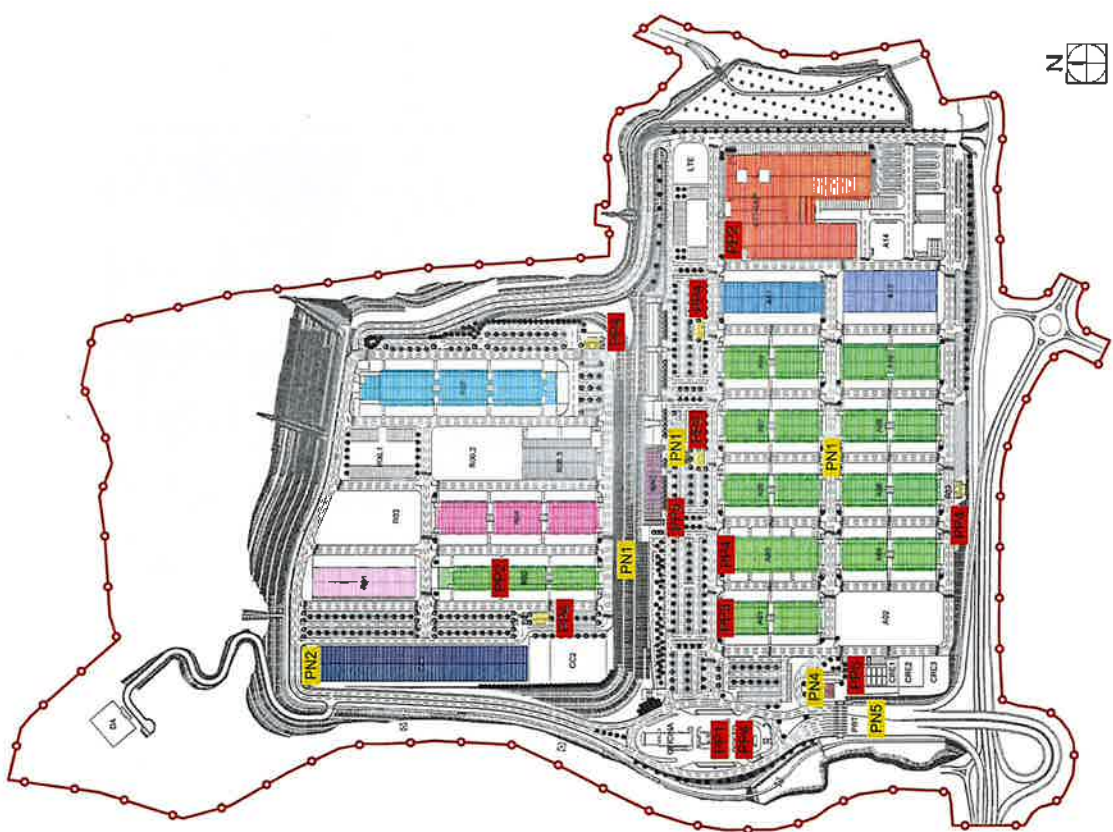
- ÁREA 1**
- 1. Área de estacionamento
 - 2. Área de circulação
 - 3. Área de recepção
 - 4. Área de atendimento
 - 5. Área de consultório
 - 6. Área de sala de espera
 - 7. Área de sala de reunião
 - 8. Área de sala de aula
 - 9. Área de sala de aula
 - 10. Área de sala de aula
 - 11. Área de sala de aula
 - 12. Área de sala de aula
 - 13. Área de sala de aula
 - 14. Área de sala de aula
 - 15. Área de sala de aula
 - 16. Área de sala de aula
 - 17. Área de sala de aula
 - 18. Área de sala de aula
 - 19. Área de sala de aula
 - 20. Área de sala de aula



MARL

MARL - MERCADO ARQUITETONICO DA REGIÃO DE LARCA
 REGIÃO DE AUTOPROTEÇÃO
PLANTA DE PREVENÇÃO ANTES DO PLANO DE PREVENÇÃO
 NÍVEL ADMINISTRATIVO E COMERCIAL (MAC)
 PLANTA DO NÍVEL 2

1:200
 00
 15 15



LEGENDA

- A01 ENTREPÓSITO - MÉDIOS GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
- A02 ÁREA A CONCESSIONAR
- A03 ENTREPÓSITO - PRODUTORES
- A04 ENTREPÓSITO - MÉDIOS GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
- A05 ENTREPÓSITO - GRANDES GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
- A06 ENTREPÓSITO - MÉDIOS GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
- A07 ENTREPÓSITO - GRANDES GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
- A08 ENTREPÓSITO - MÉDIOS GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
- A09 ENTREPÓSITO - GRANDES GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
- A10 ENTREPÓSITO - PEQUENOS GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
- A11 ENTREPÓSITO - BARGOSA, A.M Finlax, BUCELFRUTA e Mundial, de Cruz
- A12 ENTREPÓSITO - FRUTAS NUFRI
- A14 ÁREA A CONCESSIONAR
- A14.1 PETIT FORRESTIER
- A16.1 ÁREA A CONCESSIONAR
- BAR1 RESTAURAÇÃO - FLOR DO MERCADO
- BAR2 RESTAURAÇÃO - VARANDA TROPICAL
- BAR3 RESTAURAÇÃO - MERCADO DA CERVEJA
- BAR4 RESTAURAÇÃO - RESMERCADO
- BAR5 ESPAÇO COMERCIAL
- CRE.1 FEELGREEN
- CRE.2 ZONA DE EXPANSÃO
- CRE.3 FEELGREEN
- DA DEPÓSITO DE ÁGUA
- ES ESTATION DE SERVIÇO - REPSOL
- LTE SUBESTAÇÃO DE ENERGIA
- PRT PORTICO
- ESQ EDIFÍCIO DA SEGURANÇA E OPERACIONAL
- ROT1 ARMAZÉM DE LOGÍSTICA - TORRESTIR
- ROT2 ENTREPÓSITO - FLORES E PLANTAS ORNAMENTAIS
- ROT3 ARMAZÉM DE LOGÍSTICA - REDUR
- ROT4 ÁREA A CONCESSIONAR
- ROT5 ENTREPÓSITO - POLIVALENTE
- ROT6.1 PARQUE ESTACIONAMENTO, MANHEIM
- ROT6.2 PARQUE ESTACIONAMENTO, MANHEIM
- ROT6.3 ARMAZÉM DE LOGÍSTICA DE FRIO - FRIGOSERVICE
- ROT7 ENTREPÓSITO - PESCAÇO
- CC1 ESPAÇO COMERCIAL - IMANHEIM
- CC3 PARQUE ESTACIONAMENTO, IMANHEIM
- NAC - NÚCLEO ADMINISTRATIVO E COMERCIAL
- CTT-EXP ARMAZÉM DE LOGÍSTICA - CTT-EXPRESSO

CÓDIGO DESIGNAÇÃO

- PP Pontos periféricas
- PP01 Estação de Serviço
- PP02 Postos de transição
- PP03 Áreas de quadros elétricos
- PP04 Restaurantes
- PP05 Casa de máquinas - elevadoras
- PP06 Zona de Competidores Carilho
- PN Pontos navilógicos
- PN01 Grupo Gerador
- PN02 Estação Elevatória
- PN03 Ventilações de extração
- PN04 Posto de segurança - Central de Seguranças
- PN05 Acesso público

MARL	MARL - MERCADO-ARMAZÉM DA REGIÃO DE LISBOA MÉDIAS DE AUTOPROTEÇÃO		Obras 1 50000	Registo 00
	PLANTAS DE PREVENÇÃO ANEXAS AO PLANO DE PREVENÇÃO		Ano 1/16	F5 16
LOCALIZAÇÃO DOS PONTOS PERIFÉRICOS E NAVILÓGICOS				



LEGENDA

- A01 ENTREPOSTO - MÉDIOS GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
 - A02 ÁREA A CONCESSIONAR
 - A03 ENTREPOSTO - PRODUTORES
 - A04 ENTREPOSTO - MÉDIOS GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
 - A05 ENTREPOSTO - GRANDES GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
 - A06 ENTREPOSTO - MÉDIOS GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
 - A07 ENTREPOSTO - GRANDES GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
 - A08 ENTREPOSTO - MÉDIOS GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
 - A09 ENTREPOSTO - GRANDES GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
 - A10 ENTREPOSTO - PEQUENOS GROSSISTAS DE HORTOFRUTÍCOLAS
 - A11 ENTREPOSTO - BARCOISA, A.M. Frutas, BUCELFRUTA e HemiM.D. de Cruz
 - A12 ENTREPOSTO - FRUTAS NUFRI
 - A14 ÁREA A CONCESSIONAR
 - A14.1 PETIT PORRÉSTIER
 - A16.1 ÁREA A CONCESSIONAR
 - BAR1 RESTAURAÇÃO - FLOR DO MERCADO
 - BAR2 RESTAURAÇÃO - VARANDA TROPICAL
 - BAR3 RESTAURAÇÃO - MERCADO DA CERVEJA
 - BAR4 RESTAURAÇÃO - RESMERCADO
 - BAR5 ESPAÇO COMERCIAL
 - CRE.1 FEELGREEN
 - CRE.2 ZONA DE EXPANSÃO
 - CRE.3 FEELGREEN
 - DA DEPÓSITO DE ÁGUA
 - ES ESTATION DE SERVICE - REPSOL
 - LTE SUBESTAÇÃO DE ENERGIA
 - PR1 PORTICO
 - SO EDIFÍCIO DA SEGURANÇA E OPERACIONAL
 - RO1 ARMAZÉM DE LOGÍSTICA - TORRESTR
 - RO2 ENTREPOSTO - FLORES E PLANTAS ORNAMENTAIS
 - RO3 ARMAZÉM DE LOGÍSTICA - REDUR
 - RO4 ÁREA A CONCESSIONAR
 - RO5 ENTREPOSTO - POLIVALENTE
 - RO6.1 ÁREA A CONCESSIONAR
 - RO6.2 PARQUE ESTACIONAMENTO - MANHEMI
 - RO6.3 ARMAZÉM DE LOGÍSTICA DE FRIO - FRIGOSERVICE
 - RO7 ENTREPOSTO - PESCADO
 - CC1 ESPAÇO COMERCIAL - MANHEMI
 - CC3 PARQUE ESTACIONAMENTO - MANHEMI
 - NAC NÚCLEO ADMINISTRATIVO E COMERCIAL
 - CTT-EXP ARMAZÉM DE LOGÍSTICA - CTT-EXPRESSO
- ÁREAS ESTACIONAMENTO: MARL 86.576 m²
 ÁREAS ESTACIONAMENTO: OPERADORES 77.556 m²
 HIDRANTES EXTERIORES

MARL	MARL - MERCADO ABASTecedor DA REGIÃO DE LISBOA MEDIAS DE AUTOPROTEÇÃO	Escala: 1:5000	Folha: 00
	PLANTA DE IMPLANTAÇÃO	Data: 08/01/2014	Proj. FE - 17
	ÁREAS DA UTILIZAÇÃO-TIPO E ESTACIONAMENTOS		