

**Serviços Partilhados do Ministério da Saúde - Lisboa**  
**Avenida da República, n.º 61**  
**1050-189 Lisboa**



---

## **PLANO PARA REALIZAÇÃO DE EXERCÍCIO**

**UTILIZAÇÃO-TIPO Mista / 3ª Categoria de risco**

novembro de 2017



## ÍNDICE

1.	INTRODUÇÃO .....	3
1.1.	Objetivos da realização de um exercício.....	3
1.2.	Características do exercício .....	4
1.2.1.	Quando e como se deve realizar .....	4
1.2.2.	Periodicidade dos exercícios.....	4
2.	PLANIFICAÇÃO DO EXERCÍCIO .....	5
2.1.	Preparação do exercício.....	5
2.2.	Informação prévia.....	5
2.2.1.	Elementos afetos ao estabelecimento .....	5
2.2.2.	Elementos estranhos ao estabelecimento .....	6
2.3.	Cenário .....	6
2.4.	Meios humanos .....	6
3.	REALIZAÇÃO DO EXERCÍCIO .....	8
3.1.	Difusão do sinal de alarme geral.....	8
3.2.	Técnicas de utilização dos meios de 1ª intervenção .....	8
3.3.	Manobra de dispositivos de Corte de Energia .....	8
3.4.	Procedimentos de evacuação .....	8
3.4.1.	Ponto de encontro .....	9
4.	GUIÃO .....	10
4.1.	Introdução.....	10
4.2.	Guião do exercício.....	10
5.	FINALIZAÇÃO .....	10
6.	FITA DE TEMPO .....	11
7.	ANEXOS.....	1
	ANEXO A – Guião e instruções específicas .....	1
	ANEXO B – Grelha do Observador .....	6
	ANEXO C – Grelha registo de dificuldades.....	8
	ANEXO D – Aviso de Simulacro .....	9



## 1. INTRODUÇÃO

Os exercícios de simulação pretendem familiarizar os ocupantes de um estabelecimento com as rotinas e formas de atuação em situação de emergência, tendo por base os condicionalismos físicos e humanos do próprio espaço. Deste modo valida-se a capacidade de resposta dos meios humanos com base na estrutura organizativa definida nas Medidas de Autoproteção, detetando-se erros ou omissões existentes nas medidas de autoproteção.

Os exercícios e simulacros constituem assim uma ferramenta de extrema utilidade para a aquisição de boas práticas em situações de emergência. É este o principal motivo pelo qual o exercício deve ser bem preparado, ensaiado e treinado para que se evitem situações descontroladas, suscetíveis de se tornarem perigosas, ajudando a uma atuação controlada e eficaz.

### 1.1. Objetivos da realização de um exercício

São objetivos do presente exercício:

- Treino do pessoal afeto ao estabelecimento nos procedimentos e rotinas de atuação em caso de deteção de uma emergência e na resposta à mesma, complementando a formação ministrada;
- Teste às necessidades de pedido de socorro externo em função do cenário traçado, recorrendo aos contactos constantes nas Medidas de Autoproteção;
- Treinar e minimizar deficiências de reação e atuação das diferentes equipas envolvidas no exercício;
- Teste de coordenação da estrutura hierárquica definida na Organização de Segurança do estabelecimento, em particular dos procedimentos de atuação estabelecidos para fazer face a situações de emergência;
- Familiarização dos funcionários com as rotinas de uma evacuação em segurança e com o Ponto de Encontro definido;
- Testar a operacionalidade dos sistemas e equipamentos de segurança do estabelecimento;
- Incrementar a cultura de segurança nos profissionais do estabelecimento, alertando-se para a importância dos problemas relacionados com a segurança e emergência deste estabelecimento;
- Avaliar o grau de preparação e confiança das equipas, a motivação das mesmas, assim como a cooperação estabelecida entre elas;
- Avaliar da necessidade de rever/atualizar as Medidas de Autoproteção com base nos resultados do exercício.



## 1.2. Características do exercício

### 1.2.1. Quando e como se deve realizar

Os primeiros exercícios deverão ser simples pelo que deve atender às seguintes premissas:

- Todos os intervenientes devem estar avisados do dia e hora da realização do exercício, bem como ter perfeito conhecimento do cenário pretendido;
- Realizar-se no horário normal de funcionamento, com o maior número de elementos da Organização de Segurança presentes;
- Dar particular atenção a exercícios dedicados para a Organização de Segurança, por exemplo repetição de procedimentos de evacuação;
- Avisar previamente da realização do exercício funcionários, prestadores de serviços e público através de email e através da afixação do aviso de simulacro constante nas Medidas de Autoproteção e também constante no ANEXO D do presente documento que deverá ser afixado junto da entrada do estabelecimento e/ou nos elevadores.
- Previamente, também as forças de socorro externo (bombeiros locais) devem ser avisadas telefonicamente da realização do simulacro;
- Convidar as forças de socorro externo como observadores, referindo expressamente que não se pretende como intervenientes ativos.

À medida que se forem desenvolvendo mais exercícios os mesmos deverão ir aumentando de grau de complexidade, procurando abranger o maior número possível de situações, tais como:

- Comunicar aos intervenientes o dia mas não a hora exata do exercício. Quando os resultados já forem suficientemente satisfatórios tentar realizá-los sem comunicar sequer o dia;
- Explorar situações em que a Organização de Segurança se encontra com reduzido número de elementos;
- Simular diferentes cenários de modo a validar as diversas Instruções de Segurança;
- Integrar maior número de participantes (visitas e/ou forças de socorro externas).

### 1.2.2. Periodicidade dos exercícios

De acordo com o disposto alínea a), do ponto 2, do artigo 207º da Portaria n.º 1532/2008, de 29 de Dezembro, e tendo por base estarmos perante uma Utilização-Tipo Mista de 3ª Categoria de risco, o **período máximo entre exercícios deve ser bienal.**

A não realização dos exercícios de simulacro dentro dos prazos previstos é uma infração legal punível com coima graduada de €275 até €27 500, de acordo com e estipulado no artigo 25.º do Decreto-Lei n.º 220/2008, de 12 de Novembro.



## 2. PLANIFICAÇÃO DO EXERCÍCIO

A planificação de um exercício deve ser feita de um modo exaustivo. Para tal deve haver um bom conhecimento e entendimento das Medidas de Autoproteção.

### 2.1. Preparação do exercício

Atempadamente à data do exercício de simulação, os elementos afetos às diferentes equipas da Organização de Segurança, devem reunir-se com o Delegado de Segurança com o objetivo de planificar a resposta à emergência:

- Deverão interiorizar antecipadamente e ao pormenor as tarefas e funções que lhes estão atribuídas, assim como as correlações existentes entre estas diferentes equipas;
- Dar resposta aos diferentes cenários perspetivados nas Medidas de Autoproteção, e aos meios disponíveis à ação de resposta.

Deste modo deve constar da ordem de trabalhos a realizar a clarificação das seguintes ações:

- Identificar os locais de risco do estabelecimento, nomeadamente pontos perigosos e pontos nevrálgicos;
- Caracterizar as diferentes ações de resposta, aos diferentes cenários de emergência identificados no documento das Medidas de Autoproteção;
- Determinar os caminhos de evacuação e as saídas a utilizar;
- Identificar o Ponto de Encontro no exterior;
- Identificar possíveis constrangimentos à resposta planeada, tais como caminhos de evacuação ou saídas de emergência bloqueadas, falha parcial de meios de resposta, etc.

### 2.2. Informação prévia

#### 2.2.1. Elementos afetos ao estabelecimento

Após a realização da reunião de preparação prévia, deve ser dado conhecimento aos demais funcionários do estabelecimento, o agendamento do exercício de simulação, os seus objetivos e a interação esperada dos participantes com as equipas de segurança.

Deve ser sempre comunicado às forças de socorro externo a data de realização do exercício, independentemente da pretensão da sua participação ativa ou não, de modo a evitar a consideração de falsos alertas.



### 2.2.2. Elementos estranhos ao estabelecimento

Os elementos não pertencentes ao estabelecimento, tais como **visitas ou funcionários externos**, **devem ter conhecimento do dia previsto para a realização do exercício de simulação**, com o objetivo de evitar situações de pânico ou ansiedade, assim como afastar a emissão de falsos alertas às autoridades de socorro externo.

### 2.3. Cenário

Para realizar o exercício de forma correta devem atender-se as Instruções de Segurança constantes nas Medidas de Autoproteção, em função da emergência (incêndio, sismo, distúrbios ou violência, etc.).

O cenário a seguir descrito traduz uma situação indesejada que põe em perigo a integridade de pessoas e dos espaços que as servem, exigindo uma evacuação das mesmas:

- a) *No dia 9 de Novembro de 2017, pelas 11:00 horas, ocorrerá um exercício de simulação de incêndio nas instalações dos Serviços Partilhados do Ministério da Saúde - Lisboa;*
- b) *O exercício deverá simular a ocorrência de um incêndio na Sala de UPS - piso 0;*
- c) *A Central Detecção de Incêndio (CDI) irá entrar em modo de pré-alarme, por consequência da ativação propositada de um detetor automático na Sala de UPS - piso 0;*
- d) *A Organização de Segurança irá tentar agir com os meios ao seu dispor para controlar o incêndio. No decorrer da intervenção, constata-se que o incêndio não é controlável pelos meios internos, obrigando a uma evacuação do edifício.*

Preferencialmente este exercício deve originar uma evacuação total do estabelecimento, para que sejam criadas rotinas e analisadas as dificuldades inerentes a tal decisão. No entanto esta sugestão não tem carácter vinculativo **ficando à consideração do Delegado de Segurança evacuar ou não os visitantes do estabelecimento.**

Para a realização de futuros cenários de simulacros, a Organização de Segurança deverá recorrer-se do Anexo - Preparação e Avaliação de Simulacros constante no documento das Medidas de Autoproteção.

### 2.4. Meios humanos

Nas Medidas de Autoproteção é estabelecida a hierarquização dos meios humanos internos afetos à Organização de Segurança permanente e em situação de emergência. De uma forma resumida identifica-se os seguintes elementos da Organização de Segurança e respetivas funções em situação de emergência:



### Funções do Delegado de Segurança – (ou seu substituto):

- Acionar o Plano de Emergência Interno;
- Definir o nível de emergência (Nível 1, 2 ou 3);
- Coordenar a ação das equipas;
- Avaliar e decidir sobre a necessidade de pedir socorro externo;
- Prestar toda a colaboração aos meios externos;
- Declarar o fim da emergência.

### Funções da Equipa de 1ª Intervenção

- Em caso de foco de incêndio, tentar com os equipamentos disponíveis (extintores) apagar e evitar a propagação das chamas, sem que se ponham eles próprios em risco;
- Sinalizar as zonas de perigo;
- Sinalizar eventuais vítimas;
- Auxiliar a intervenção dos agentes externos.

### Funções da Equipa de Evacuação

- Desimpedir os caminhos de evacuação, e abrir as portas de saída;
- Auxiliar a evacuação, orientando as pessoas para as saídas de emergência;
- Evitar a ocorrência de situações de pânico;
- Comprovar a evacuação completa das áreas que são da sua responsabilidade;
- Evitar que as pessoas evacuadas regressem ao edifício até indicação contrária, garantindo que estas permanecem no Ponto de Encontro.

### Funções da Equipa de Apoio - Alarme e alerta

- Ao ouvir o pré-alarme geral deverá deslocar-se até junto da central de detecção de incêndio e silenciar o mesmo e identificar o local do foco de incêndio;
- Comunica ao Delegado de Segurança e atua de acordo com as suas instruções, podendo ser-lhe solicitado a difusão do alarme ou a emissão do alerta.

Existem no estabelecimento mais equipas pertencentes à Organização de Segurança, no entanto, tratando-se de um primeiro exercício, propõe-se que a Equipa de 1<sup>os</sup> Socorros não seja acionada neste exercício, devendo acatar as indicações do Delegado de Segurança, o qual avalia a pertinência da sua atuação ou não.

Deverão ser **nomeados observadores** para, durante a realização do exercício de simulação, monitorizarem alguns parâmetros característicos da eficácia da atuação, a definir na fase de planeamento do exercício.



Desta forma poderá dispor-se de uma avaliação mais objetiva sobre a forma como os procedimentos foram cumpridos e sobre a sua eficácia, visando uma melhoria dos mesmos.

### **3. REALIZAÇÃO DO EXERCÍCIO**

#### **3.1. Difusão do sinal de alarme geral**

O alarme geral de incêndio – 2º toque contínuo, é inequivocamente distinto dos demais sons de alarmes, o qual desencadeia a ação de evacuação do estabelecimento, orientada pela Equipa de Evacuação e coordenada pelo Delegado de Segurança ou o seu substituto.

#### **3.2. Técnicas de utilização dos meios de 1ª intervenção**

Ao utilizar os meios manuais de combate a incêndio tenha em atenção que:

- Sempre que possível faça-o acompanhado;
- Não corra riscos desnecessários;
- Mantenha-se a uma distância de segurança;
- Comprove que o extintor que vai utilizar está de acordo com a classe de fogo e envergadura;
- Antes de utilizar um extintor, comprove que o extintor funciona efetuando uma curta descarga na direção do pavimento;
- Os extintores descarregados devem ser deitados no chão, para que não sejam utilizados por engano, colocando a pessoa que os utiliza em perigo;
- Se não conseguir dominar o incêndio, continue a utilizar os meios de intervenção disponíveis até terminar a evacuação do local, fechando a porta do compartimento sinistrado.

#### **3.3. Manobra de dispositivos de Corte de Energia**

No presente simulacro não se irá proceder ao corte geral de energia eléctrica. No entanto numa situação de emergência apenas deverá ser realizado por indicação do Delegado de Segurança, após a conclusão da evacuação.

#### **3.4. Procedimentos de evacuação**

Os elementos não pertencentes à Organização de Segurança devem seguir as instruções da Organização de Segurança e de com eles colaborar, por forma a garantir a sua própria evacuação sem correr riscos, atendendo à sinalização de emergência e percursos de evacuação constantes nas plantas de emergência afixadas no estabelecimento.

A Equipa de Evacuação tem a responsabilidade de desimpedir as vias de evacuação, e dirigir os ocupantes para o Ponto de Encontro no exterior, assumindo sempre que possível as posições de chefe de fila e cerra fila.

A evacuação dos espaços deve ter como ordem de prioridade:





- Local do sinistro;
- Locais adjacentes ao local sinistrado;
- Locais situados acima do piso do sinistro;
- Restantes espaços.

Uma evacuação pode começar por ser Parcial para depois, com o evoluir do sinistro, passar a Geral, por decisão e indicação do Delegado de Segurança, em função da avaliação feita por este.

Só são consideradas saídas de emergência, as saídas constantes nas plantas de emergência e no Plano de Emergência Interno. Não podem ser consideradas pelos ocupantes como saída de emergência janelas, terraços, ou elevadores.

**Os procedimentos de evacuação dos funcionários pertencentes à Organização de Segurança deverão seguir as instruções descritas no Anexo – Instruções de Segurança, constantes no documento das Medidas de Autoproteção.**

### 3.4.1. Ponto de encontro

Uma vez evacuadas as instalações e já no exterior, as pessoas devem procurar de imediato e em segurança dirigir-se ao Ponto de Encontro exterior, previamente definido.



Se, por algum motivo, o ponto de encontro definido ficar obstruído o Delegado de Segurança deverá, de acordo com a evolução da emergência, definir outro Ponto de Encontro que considere mais seguro e adequado informando de imediato a Equipa de Evacuação.



Seguidamente procedesse à contagem das pessoas presentes no Ponto de Encontro e faz-se chegar a informação ao Delegado de Segurança ou ao responsável do exercício.

Todos os ocupantes deverão permanecer no Ponto de Encontro até que seja declarado o fim da situação de emergência.

## 4. GUIÃO

### 4.1. Introdução

Este guião tem como finalidade auxiliar os intervenientes na realização do exercício, podendo vir a sofrer alterações em exercícios futuros, em função do cenário, objetivos e complexidade pretendida.

### 4.2. Guião do exercício

De acordo com o cenário descrito no ponto 2.3. do presente documento, deverão ser desenvolvidas as seguintes ações:

- Difusão do alarme;
- Procedimentos de intervenção - ataque ao incêndio;
- Emissão do alerta de socorro externo - bombeiros;
- Procedimentos de Evacuação;
- Receção e encaminhamento das forças de socorro externas.

Para que estas ações sejam corretamente executadas, os elementos participantes neste exercício de simulação (pertencentes à Organização de Segurança) devem desenvolver as ações constantes no **ANEXO A** do presente documento.

## 5. FINALIZAÇÃO

No final do exercício, procedesse á inspeção das instalações do estabelecimento, com objetivo de detetar possíveis anomalias ou estragos que possam ter resultado da realização do exercício e registar tais ocorrências.

É aconselhável após a finalização do exercício proceder a uma reunião, onde são apresentados os primeiros resultados do exercício, dando a oportunidade de debate entre os elementos que participaram no exercício e os observadores.

Da avaliação final do exercício de simulação é possível que surjam medidas corretivas ao documento das Medidas de Autoproteção, contribuindo desta forma para a melhoria do mesmo, numa dinâmica contínua de evolução.



## 6. FITA DE TEMPO

Pretende-se com este documento, auxiliar os participantes a perspetivar a panorâmica do desenvolvimento cronológico dos acontecimentos esperados no exercício.

Hora	Ocorrência	Delegado Segurança	Equipa de Evacuação	Equipa de 1ª Intervenção	Equipa de Apoio
- 4º Dia	Reunião de preparação prévia	•	•	•	•
- 30'	Reunião com equipas	•	•	•	•
- 1'	Início exercício				
0'	Pré-Alarme				•
< 2'	Identificação da ocorrência			•	
	Avaliação da ocorrência	•			
	Procedimentos intervenção			•	
	Preparação de evacuação		•		
> 2'	Alarme geral e alerta	•			•
	Procedimentos de intervenção – cont.			•	
	Procedimentos evacuação		•		
+5'	Encaminhamento para o Ponto de Encontro		•		
+6'	Incapacidade da extinção do incêndio	•		•	
+10'	Fim de evacuação	•	•		
+10'	Receção e auxílio das forças de socorro externas	•			
+15'	Avaliação do estado da emergência	•			
+15'	Final exercício (Decreto FIM DA EMERGÊNCIA)	•			
-	Reunião de avaliação	•	•	•	•

NOTA: A Equipa de Observação deverá estar distribuída por pontos estratégicos do estabelecimento de modo a observar o desenvolvimento do exercício e verificar se os diversos elementos pertencentes à Organização de Segurança desempenham corretamente as suas funções.

**ANEXOS**



## 7. ANEXOS

---

### ANEXO A – GUIÃO E INSTRUÇÕES ESPECÍFICAS

---

As Instruções seguintes são um indicativo dos procedimentos essenciais para o correto desenvolvimento do simulacro. São dirigidas aos elementos que irão participar no exercício de simulacro de incêndio e evacuação a realizar nos Serviços Partilhados do Ministério da Saúde - Lisboa na data previamente definida, nomeadamente:

- Delegado de Segurança;
- Equipa de 1ª Intervenção;
- Equipas de Evacuação;
- Equipa de Apoio - Alarme e Alerta.



## Delegado de Segurança

Função	Elemento
Delegado de Segurança	Sandra Garcia
Substituto do DS	Sandra Lopo

O Delegado de Segurança ao ouvir o pré-alarme, deverá;

- Dirija-se ao Posto de Segurança (receção no Piso 0) onde ficará a dirigir as operações;
- Procure obter o máximo de informações possível, a cerca da verificação do alarme;
- Solicita aos elementos da Equipa de 1ª Intervenção, para se dirigirem ao local sinistrado e procedam à extinguir o foco de incêndio;
- Ao ser informado que a Equipa de 1ª Intervenção não consegue extinguir o incêndio, dê ordem à Equipa de 1º Intervenção que proceda ao isolamento do local sinistrado;
- Dê ordem para efetuar o alerta os meios de socorro externos;
- Dê ordem de evacuação geral, garantido que:
  - As Equipas de Evacuação procedem à evacuação das zonas que são responsáveis;
  - Assegurada a interdição do acesso a\o público;
- Contabilize o número de locais com evacuações concluídas recorrendo-se ao “registo dos ocupantes evacuados”;
- Logo que tenha confirmação da completa evacuação do estabelecimento posicione-se no exterior, junto ao acesso principal, de modo a receber os meios de socorro externos e prestar-lhes o máximo de informação nomeadamente:
  - Qual a gravidade da emergência (extensão, feridos, mortos, etc.);
  - Qual o tipo da emergência (incêndio, inundação, sismo, etc.);
  - Onde se localiza a emergência (piso, local, etc.);
  - Quais as ações já desenvolvidas (1ª intervenção, evacuação);
  - Descrição da situação presente, nomeadamente se há pessoas no interior da instalação;
- Perante indicação do comandante das forças de socorro externo, declare o fim da emergência.



### Equipa de 1ª Intervenção

Espaços		Elemento
Piso -1 e 0	Elemento 1	Andreia Teles
	Elemento 2	Ricardo Vicente

Perante a informação recebida, dirija-se ao local do sinistro para confirmação:

- Verifique que o local do sinistro se encontra isolado, (porta fechada) e observe se:
  - Existe cheiro a queimado;
  - Ouve crepitar de combustão;
  - Existem fumos a atravessar as frinchas da porta;
  - Com as costas da mão sinta se a maçaneta da porta está quente;
- Abra a porta devagar, posicionado protegido pela ombreira da porta com dobradiças, e confirme a existência de um incêndio e aguarde a chegada de mais elementos da Equipa de 1ª Intervenção;
- Informe de imediato o Posto de Segurança da efetiva existência de um foco de incêndio no local indicado;
- Por segurança antes de iniciar o ataque execute os seguintes procedimentos:
  - Comprove que o agente extintor que vai utilizar está de acordo com a classe de fogo existente;
  - Assegure-se do correto funcionamento do extintor, efetuando uma breve descarga dirigida para o pavimento;
- Em equipa, combata o foco de incêndio com os meios de 1ª intervenção disponíveis, garantindo sempre a segurança e assegurando que dispõe de uma via de fuga;
- Ao aperceber-se que não consegue extinguir o incêndio num primeiro ataque:
  - Faça chegar essa informação o mais depressa possível ao Delegado de Segurança (ex: telefone interno, pessoalmente, por telefone);
  - Continue a aplicar agente extintor sobre o foco de incêndio de forma a retardar a sua progressão ou até terminar a evacuação dos locais adjacentes;
- Os extintores descarregados devem ser deitados no chão, desviados das zonas de circulação;
- Perante o insucesso no combate ao incêndio e esgotados os extintores, saía do local sinistrado, deixe a porta fechada e assegure que ninguém se aproxima do compartimento;
- Tendo a evacuação dos locais adjacentes terminado, abandone o local, assegurando que a zona continua isolada e informe o Delegado de Segurança sobre a situação;
- Não tendo indicações em contrário, dirija-se primeiramente à receção (Posto de Segurança) e depois de dispensado pelo Delegado de Segurança, dirija-se para o Ponto de Encontro.



### Equipas de Evacuação

Função		Elemento
Piso -1	Elemento 1 e 2	Pedro Martins / Raquel Regueiras
Piso 0	Elemento 1 e 2	Carlos Borralho / Carlos Costa
Piso 1	Elemento 1 e 2	Natália Costa / João Paulo Figueiredo
Piso 2	Elemento 1 e 2	Carlos Carmelo / Helena Sarasqueiro
Piso 3	Elemento 1 e 2	Nuno Valente / Marta Costa
Piso 4	Elemento 1 e 2	Sandra Gomes / Eliana Santos
Piso 5	Elemento 1 e 2	Maria Cortes / Bruno Soares
Piso 6	Elemento 1 e 2	Andreia Torres / Joana Candeias
Piso 7	Elemento 1 e 2	Rita Rodrigues / Sandra Leitão
Piso 8	Elemento 1 e 2	Helena Bernardo / Ângela Mourato
Piso 9	Elemento 1 e 2	Jorge Ramalho / Joana Ricardo
Apoio à evacuação de funcionário com mobilidade reduzida		Carla Barros

Perante solicitação do Delegado de Segurança ou pela atuação do alarme geral, os elementos da Equipa de Evacuação deveram:

- Vestir os coletes de identificação para iniciar a evacuação da zona pela qual é responsável;
- Proceder à abertura de portas de saída para o exterior;
- Não volte atrás para recolher documentos ou objetos pessoais e não permita que outros o façam;
- Efetua o varrimento de todos os espaços, com particular atenção para os espaços de ocupação não permanente (instalações sanitárias, arrumos, etc.);
- Nos compartimentos evacuados e após a verificação de que não ficou nenhuma pessoa nesses espaços, são fechadas as respetivas portas;
- O percurso nas vias de evacuação deve ser realizado junto às paredes, de modo a deixar espaço livre para a Equipa de Intervenção ou forças de socorro externas circularem;
- Em nenhum caso deverá interromper-se a marcha, especialmente junto de portas ou corredores de evacuação;
- O encaminhamento deverá ser feito sem correrias e evitando situações de pânico;
- Se existir fumo acumulado que dificulte a respiração e a visibilidade, deve baixar-se enquanto caminha, para evitar respirar o fumo;
- Ao passar pela receção (posto de segurança) comunicar ao Delegado de Segurança o sucesso da evacuação;
- Aguardar até que o Delegado de Segurança declare o fim da situação de emergência para abandonar o Ponto de encontro.





## Equipa de Apoio

Função	Elemento
Alarme e Alerta	Vigilante de serviço

Ao ouvir soar o pré-alarme geral, deverá:

- Efetue a presença na CDI;
- Identifique o local da origem do incêndio;
- Avise o Delegado de Segurança da existência de um foco de incêndio na sala de UPS do piso 0;
- Caso Delegado de Segurança lhe solicite comunique telefonicamente com o elemento pertencente à Equipa de 1ª Intervenção mais próximo do local em alarme, para se deslocar para o local;
- Por ordem do Delegado de Segurança passe a CDI para modo de alarme geral;
- Aguarde a chegada do Delegado de Segurança à recepção (posto de segurança).



---

## ANEXO B – GRELHA DO OBSERVADOR

---

O presente anexo destina-se aos observadores presentes aquando da realização do simulacro de incêndio e evacuação a realizar nos Serviços Partilhados do Ministério da Saúde - Lisboa, no processo de implementação das Medidas de Autoproteção.

A grelha do observador, pretende ser um registo onde são verificados os procedimentos adotados pelos elementos pertencentes à Organização de Segurança participantes no exercício.

Agradecemos antecipadamente a colaboração de todos os observadores e solicitamos que após a realização do simulacro seja entregue à ATIVA, os seguintes elementos:

- Grelha do Observador;
- Elemento de identificação dos observadores.

### Sincronização de Tempos

Hipótese 1 - Hora do seu relógio	Hipótese 2 - Cronómetro
No momento em que lhe for indicado assinale aqui a hora do seu relógio: _____	Se tiver possibilidade de no momento indicado iniciar o cronómetro do seu telemóvel a anotação dos tempos será mais precisa.
Nas anotações que fizer aponte a hora que consta no seu relógio.	



Hora: _____	Local: _____
Tempos	Ocorrência / Procedimento verificado

Observações:

**Instruções de preenchimento:**

- 1. Utilize letra o mais legível possível
- 2. Assinalar no cabeçalho da tabela o local da observação (ex. cozinha, posto de segurança, ponto de encontro, etc)
- 3. À medida que se desenrolam os acontecimentos, descreva de forma resumida o que observa e o tempo respectivo
- 4. Se pretender introduzir informação complementar utilize o campo de observações



---

## ANEXO C – GRELHA REGISTO DE DIFICULDADES

---

Pretende-se que nesta grelha, aquando da reunião de avaliação do exercício, seja feito o registo das dificuldades ou falhas que tenham sido identificadas no decorrer do exercício, numa perspetiva de melhoria dinâmica das Medidas de Autoproteção, pelos elementos da Organização de Segurança.

Equipas	Registo e descrição das dificuldades



---

## **ANEXO D – AVISO DE SIMULACRO**

---

Pretende-se que este anexo seja afixado nos locais próprios conforme definido no ponto 1.2.1. do presente documento, podendo ainda ser reencaminhado via email para os funcionários do estabelecimento.

# AVISO DE SIMULACRO

Os Serviços Partilhados do Ministério da Saúde - Lisboa informa que no próximo dia 09/11/2017, pelas 11:00 horas irá realizar um Simulacro de Incêndio e Evacuação.

No decurso do exercício deverá seguir as orientações da Organização de Segurança.

Pedimos desculpa pelo incómodo e contamos com a sua colaboração.

# FIRE DRILL NOTICE

The Serviços Partilhados do Ministério da Saúde - Lisboa informs that on day 09/11/2017, at 11:00 will perform a Fire Drill and Evacuation.

During the exercise you should follow the instructions of the Security Organization.

We apologize for the inconvenience and ask for your cooperation.