

**PROPEL – PRODUTOS DE PETRÓLEO, LDA**  
SEGURANÇA, SAÚDE e HIGIENE no TRABALHO



# **PLANO DE FORMAÇÃO**

**FORMAÇÃO em SEGURANÇA**

**NOVOS COLABORADORES**

**(1º DIA)**

## **Âmbito de aplicação**

Todos os Postos explorados pela PROPEL – Produtos de Petróleo, Lda.

## **Objetivos**

Proporcionar aos trabalhadores da PROPEL as competências iniciais em matéria de Segurança, Saúde e Higiene no Trabalho.

Garantir os conhecimentos teóricos e práticos para o desempenho em condições de Segurança das suas funções.

Proporcionar a realização desta ação de formação/informação previamente ao início do desempenho de funções.

## **Execução**

A presente ação de formação/informação deverá ser disponibilizada a todos os novos trabalhadores que iniciam funções na PROPEL, no 1º dia útil de trabalho.

A presente ação de formação/informação deverá ser realizada pelo Responsável do Posto de Abastecimento e fará uso dos meios em suporte informático e papel disponibilizados.

A presente ação de formação está estruturada para um período de 8 horas com uma hora de refeição (período de almoço) e dois intervalos de 15 minutos.

De forma a facilitar a execução deste programa, procedeu-se à estruturação do mesmo, com a definição de tempos de duração de parte teórica (t) e tempos de duração de parte prática (p).

Deverão ser realizados pelos novos Colaboradores todos os testes de avaliação de conhecimentos disponibilizados.

## **Registos**

No final da ação deverão ser enviados aos Recursos Humanos – Propel todos os documentos de suporte de realização (Lista de Presenças, Avaliação da Formação, Testes de Avaliação de Conhecimentos).

## **Referências**

1. Conteúdo da Formação (formato powerpoint);
2. Perigos por Posto de Trabalho;
3. Fichas de Dados de Segurança dos Combustíveis;
4. Fichas de Risco dos Combustíveis;
5. Fichas de Dados de Segurança de Produtos Químicos;
6. Procedimento de Descarga de Combustíveis;
7. Ficha de Comprovações de Segurança em Descargas de Combustíveis;
8. Regras Gerais de Segurança para Trabalhos em Postos de Abastecimento;
9. Instruções e Comunicações de Serviço – HSE;
10. Ficha de Comprovação de Medidas Preventivas;
11. PEI – Plano de Emergência Interno;
12. Controlo de Segurança;
13. Testes de Avaliação de Conhecimentos;

---

## **Plano de Formação**

- 1. Valores CEPSA** (t-10")
  - 1.1 Política de HSEQ (t-5")
  - 1.2 A CEPSA em Portugal e no Mundo (t-5")
  
- 2. Perigos por Posto de Trabalho / Incidentes – Acidentes** (t-30")
  - 2.1 Fichas de Perigos por Posto de Trabalho (t-15")
  - 2.2 Acidentes – Conceitos (t-5")
  - 2.3 Acidentes – Tipologia (t-10")
  
- 3. Perigos por Posto de Trabalho / Incidentes – Acidentes** (t-25";p-20")
  - 3.1 Riscos associados às Gasolinas (t-5")
  - 3.2 Riscos associados aos Gasóleos (t-5")
  - 3.3 Riscos associados ao GPL (t-5")
  - 3.4 Cuidados a ter no contacto com os produtos (t-5";p-10")
  - 3.5 Fichas de Dados de Segurança (t-5";p-10")
  
- \*\*\* COFFE BREAK - 15" \*\*\***
  
- 4. Riscos associados às Operações** (t-65";p-75")
  - 4.1 Atividades Diversas (t-30"; p-30")
  - 4.2 Atividades em Pista – Sondagens (t-10";p-15")
  - 4.3 Atividades em Pista – Abastecimento de Veículos (t-5";p-10")

---

**\*\*\* ALMOÇO - 60" \*\*\***

- 4.4. Descarga de Combustíveis Líquidos – Veículo Cisterna (t-10";p-10")
- 4.5. Descarga de GPL – Veículo Cisterna (t-10";p-10")

**5. Riscos associados às Instalações** (t-20";p-15")

- 5.1. Riscos das Instalações (t-10";p-10")
- 5.2. Atmosferas explosivas – ATEX (t-5")
- 5.3. Zonas Classificadas – ATEX (t-5";p-5")

**\*\*\* COFFE BREAK - 15" \*\*\***

**6. Outros Riscos** (t-25";p-25")

- 6.1. Prestadores de Serviços (t-5";p-5")
- 6.2. Meio Ambiente – Gestão de Resíduos (t-5";p-5")
- 6.3. Meio Ambiente – Gestão de Águas para Consumo (t-5")
- 6.4. Meio Ambiente – Gestão de Águas Residuais (t-5;p-5")
- 6.5. Meio Ambiente – Proteção de Solos e Águas Subterrâneas (t-5";p-5")

**7. PEI – Plano de Emergência Interno** (t-60")

- 7.1. Plano de Emergência Interno – Objetivos (t-5")
- 7.2. Plano de Emergência Interno – Caracterização do Posto (t-5")
- 7.3. Plano de Emergência Interno – Instruções para os Colaboradores (t-5")
- 7.4. Plano de Emergência Interno – Cenários de Emergência (t-40")
- 7.5. Plano de Emergência Interno – Exercícios / Simulacros (t-5")

**8. CONTROLO DE SEGURANÇA (t-10")**

**9. ESCLARECIMENTO DE DÚVIDAS**

**10. TESTES E REGISTOS DE AVALIAÇÃO**