

SAIBA COMO PREENCHER O LIVRO DE RECLAMAÇÕES



O **livro de reclamações** constitui um dos instrumentos que tornam acessível o exercício do direito de queixa, ao proporcionar ao consumidor a possibilidade de reclamar, sem nenhum encargo, quando algo não corre bem na prestação de um serviço ou na compra de um produto. Mesmo que a entidade, a quem a queixa é enviada, já não possa solucionar o problema, esta forma de reclamar pode ajudar a evitar que outros cidadãos sejam prejudicados pelas mesmas razões. Todos os cidadãos devem saber **como funciona** o Livro de Reclamações, bem como as entidades que acompanham todo o processo inerente às queixas.

QUE ESTABELECIMENTOS SÃO OBRIGADOS A POSSUIR LIVRO DE RECLAMAÇÕES?

De acordo com o estipulado no **Decreto-Lei n.º 371/2007 de 6 de Novembro**, é obrigatória a existência e disponibilização do livro de reclamações em **todos os estabelecimentos de fornecimento de bens ou prestação de serviços** que cumpram os seguintes requisitos:

- Se encontrem instalados com carácter fixo ou permanente, e neles seja exercida, exclusiva ou principalmente, de modo habitual e profissional, a actividade;
- Tenham contacto com o público, designadamente através de serviços de atendimento destinado à oferta de produtos e serviços ou de manutenção das relações de clientela.

Sempre que solicitado, o livro de reclamações deve ser facultado imediata e gratuitamente ao utente, não podendo o fornecedor de bens ou prestador de serviços condicionar a sua apresentação à necessidade de identificação do queixoso, nem justificar a sua falta pelo facto de o mesmo se encontrar disponível noutros estabelecimentos, dependências ou sucursais.

Quando o livro de reclamações não for imediatamente facultado ao utente, este pode requerer a presença da autoridade policial, a qual irá tomar nota da ocorrência e encaminhá-la à entidade competente para fiscalizar o sector em causa.

COMO PREENCHER O LIVRO DE RECLAMAÇÕES?

O livro de reclamações tem formato A4 e é constituído por 25 impressos para reclamação, feitos em triplicado e redigidos nas línguas portuguesa e inglesa, sendo que o duplicado permite a sua transformação, após dobragem e colagem, em envelope de mensagem que pode ser endereçado e franqueado.

Durante o preenchimento da reclamação existem algumas **regras** que devem ser consideradas:

- Usar sempre uma esferográfica.
- Escrever de forma legível (se necessário, elaborar um rascunho numa folha à parte para que a reclamação final seja o mais concisa e objectiva possível). Não exceder o campo de texto destinado à descrição dos factos.



- Preencher de forma correcta e completa todos os campos relativos à sua identificação e endereço.
- Preencher de forma correcta a identificação e o local do fornecedor de bens ou prestador do serviço.
- Descrever de forma clara e completa os factos que motivam a reclamação, bem como a data e a hora em que a queixa é feita.
- Guardar toda a documentação que comprove o objecto da reclamação (tais como facturas, contratos, brochuras, fotografias, etc.), bem como a cópia da queixa.

Após o preenchimento da folha de reclamação, o fornecedor do bem, o prestador de serviços ou o funcionário do estabelecimento tem a obrigação de destacar do livro de reclamações o **original** que, no prazo de **10 dias úteis**, deve ser remetido à **entidade** de controlo de mercado competente ou à entidade reguladora do sector. Sempre que se considere necessário, este envio pode ser acompanhado das alegações que o fornecedor de bens ou o prestador de serviço entendam dever prestar, bem como dos esclarecimentos dispensados ao utente em virtude da reclamação.

O **duplicado** da reclamação é entregue ao **utente** que, se assim o entender, também o poderá remeter às entidades anteriormente referidas ou, não existindo a identificação das mesmas, à Autoridade de Segurança Alimentar e Económica. Para saber qual a entidade competente para receber a reclamação, o utente deve consultar o letreiro que se encontra afixado no estabelecimento ou consultar a grelha de entidades que figura na folha de instruções.

O triplicado faz parte integrante do livro de reclamações e dele não pode ser retirado. O fornecedor de bens ou prestador de serviços é obrigado a manter, por um período mínimo de três anos, um arquivo organizado dos livros de reclamações que tenha encerrado.

Após a recepção das folhas de reclamação, se os respectivos factos indiciarem a prática de contra-ordenação, a entidade competente instaura os procedimentos adequados. Caso contrário, notifica o fornecedor de bens ou prestador de serviços a, no prazo de 10 dias úteis, apresentar as alegações que entenda por convenientes. Durante o desenvolvimento do processo esta entidade informa o utente, através de comunicação escrita, sobre os procedimentos ou as medidas que tenham sido ou venham a ser adoptadas na sequência da reclamação formulada.

Se o utente decidir anular a reclamação deve sempre indicar os motivos que o levaram a alterar a decisão. O agente económico, por sua vez, tem de remeter também a anulação ao organismo fiscalizador.

A informação da existência de um livro de reclamações, em determinado estabelecimento ou serviço, deve ser afixada de forma bem visível, por forma a que os consumidores tenham a percepção da disponibilidade do mesmo.

Elisabete Afonso (TSST)

SAIBA COMO PREVENIR OS EFEITOS NOCIVOS ASSOCIADOS AO CALOR



As idas à praia durante a época de Verão são, sem dúvida, um dos hábitos mais implementados na nossa cultura. Apesar dos alertas que abordam os **efeitos nocivos** associados a uma exposição prolongada ao sol, muitas são as pessoas que ignoram estas recomendações, adoptando **comportamentos de risco**. De facto, a exposição a períodos de **calor** intenso durante vários dias consecutivos constitui uma agressão para o organismo, podendo conduzir ao agravamento de doenças crónicas e originar situações que, pela sua gravidade, podem implicar o recurso a cuidados médicos de emergência (cãibras, desidratação, esgotamento, ou golpe de calor).

Grupo de pessoas mais vulneráveis ao calor:

- Crianças nos primeiros anos de vida;
- Idosos;
- Acamados;
- Obesos;
- Indivíduos com problemas de saúde mental;
- Indivíduos com doenças crónicas (cardiovasculares, respiratórias, renais, diabetes, alcoolismo, etc.);
- Indivíduos que tomam medicamentos anti-hipertensores, anti-arrítmicos, diuréticos, anti-depressivos, neurolépticos, etc.
- Trabalhadores manuais expostos ao calor.

CÃIBRAS

As cãibras são contracções involuntárias, dolorosas e transitórias de um músculo ou grupo muscular, provocadas por circunstâncias muito diversas. As causas mais frequentes de cãibras são um exercício físico intenso, a manutenção de posições incómodas durante um determinado período de tempo, a exposição ao frio ou calor excessivos e estados de desidratação que provoquem suores intensos, vómitos e diarreia. São mais perigosas nas pessoas com problemas cardíacos ou com dietas com pouco sal.

Os principais **sinais e sintomas** das cãibras são o aparecimento de dor e a contracção involuntária dos músculos afectados, que ficam de tal forma rígidos que impedem o movimento do segmento corporal correspondente, mesmo com a ajuda de outras pessoas.

O que fazer quando ocorrerem cãibras:

- Parar o que está a fazer.

- Procurar um local fresco e calmo.
- Beber sumos de fruta natural sem açúcar ou bebidas com minerais.
- Alongar a massajar a área muscular afectada.
- Procurar ajuda médica se as câibras persistirem.



ESGOTAMENTO DEVIDO AO CALOR

O esgotamento pelo calor é devido à perda excessiva de líquidos e sal através da transpiração. É uma situação grave em pessoas idosas e pessoas com hipertensão arterial.

Os **sinais e sintomas** mais frequentes no esgotamento pelo calor são: forte transpiração; palidez; câibras musculares; cansaço e fraqueza; dor de cabeça; náuseas (enjoo); desmaio; pele fria e húmida; pulso fraco e rápido; respiração rápida e superficial.

O que fazer em caso de esgotamento pelo calor:

- Chamar de imediato o médico ou ligar para o número de emergência 112;
- Mover o indivíduo para um local fresco ou para uma sala com ar condicionado;
- Refrescar o indivíduo aplicando toalhas húmidas ou pulverizando com água fria o seu corpo;
- Deitar o indivíduo e levantar-lhe as pernas;
- Dar a beber sumos de fruta natural sem açúcar e/ou bebidas contendo electrólitos (bebidas para desportistas), se estiver consciente.

GOLPE DE CALOR

O golpe de calor é o resultado de uma prolongada exposição ao calor e ao Sol, originando uma sudação excessiva e a não reposição das quantidades de água e sais minerais (especialmente sal) do organismo. Os principais sinais e sintomas são: cansaço; tonturas; Dor de cabeça; suores; vômitos; confusão; fraqueza; câibras musculares; desmaios.

O que fazer em caso de golpe de calor:

- Retirar a pessoa do local onde está e transportá-la para uma zona fresca (ou com ar condicionado) e à sombra;
- Colocar os pés numa posição mais elevada e desapertar a roupa;
- Refrescar a vítima borrifando-a com água ou colocando um lençol molhado por cima e abanando-a com um leque ou uma revista até chegar assistência médica.



RECOMENDAÇÕES PARA PREVENIR OS EFEITOS DO CALOR

- Aumentar a ingestão de água, ou sumos de fruta natural sem açúcar, mesmo sem ter sede.
- Evitar bebidas alcoólicas, gaseificadas, com cafeína, ou ricas em açúcar, porque podem provocar desidratação.
- Ter atenção especial a recém-nascidos e crianças, idosos e doentes, porque são mais vulneráveis ao calor e podem não sentir ou não manifestar sede. Neste grupos deve-se promover/incentivar a ingestão de água, mesmo sem sede.
- Fazer refeições leves e mais frequentes, evitando refeições pesadas e muito condimentadas.
- Permanecer em ambiente fresco, ou com ar condicionado.
- Tomar duche de água fria ou tépida no período de maior calor, evitando contudo as mudanças bruscas de temperatura – um duche muito frio após exposição prolongada a calor intenso pode causar hipotermia, sobretudo em idosos e crianças.
- Evitar a exposição directa ao sol, principalmente entre as 11 e as 16 horas. Sempre que houver exposição solar deve-se usar um protector solar, com um índice de protecção igual ou superior a 15 nos adultos, ou igual ou superior a 20 em crianças e pessoas de pele clara e sensível.
- Usar óculos e chapéu, de preferência de abas largas, sempre que se passear ao ar livre, principalmente crianças e pessoas de pele clara.
- Evitar a permanência em viaturas expostas ao sol, principalmente nos períodos de maior calor. Se a viatura não tiver ar condicionado, não se deve fechar completamente as janelas.
- Nunca deixar crianças, doentes ou idosos dentro de veículos expostos ao sol.
- Diminuir, sempre que possível, os esforços físicos durante os períodos de calor, e repousar em locais protegidos do sol, frescos e arejados.
- Usar roupa larga e solta, de preferência em algodão e com cores claras.

- Usar menos roupa na cama, sobretudo no caso de bebés e doentes acamados.
- Evitar a entrada de calor no interior das habitações, fechando persianas e portadas, mas mantendo a circulação de ar. A abertura de janelas e portas durante a noite pode facilitar a diminuição da temperatura no interior das casas.
- Pedir ajuda, sem hesitar, a familiares ou vizinhos, no caso de má disposição ou mal estar com o calor.

Elisabete Afonso (TSST)

ÁLCOOL EM MEIO LABORAL: COMO INTERVIR?



Os indivíduos passam cerca de um terço da vida adulta no **meio laboral**, sendo este vulnerável aos problemas de **consumo excessivo de álcool**, os quais podem causar graves consequências no trabalho e na organização. De acordo com dados da *Organização Internacional do Trabalho* (OIT) e da *Organização Mundial de Saúde* (OMS), **20 a 25 % dos acidentes de trabalho e 30% das mortes ligadas à actividade laboral, estão relacionados com o consumo de álcool.**

Os factores inerentes a algumas condições de trabalho (trabalhos perigosos, horários prolongados, trabalho por turnos, ritmos excessivos, frustração, falta de estímulo, baixos salários, insegurança no emprego, etc.) são susceptíveis de afectar negativamente a saúde dos trabalhadores, comportando múltiplos factores de risco, quer físicos, quer psicossociais, interagindo e potenciando os problemas laborais ligados ao consumo de álcool e outras drogas.

O QUE É O ALCOOLISMO?

O **Alcoolismo** é uma doença crónica caracterizada por uma tendência a beber excessivamente, ao ponto deste comportamento interferir com aspectos da vida pessoal, familiar, social ou profissional.

É fácil fazer-se o diagnóstico de abuso quando se vê alguém em estado de embriaguez. No entanto, é difícil fazer este diagnóstico quando a ingestão, embora menos maciça, é mais frequente e prolongada. Este tipo de consumidores geralmente exerce uma profissão e está integrado na sociedade, mantendo um ligeiro ou moderado nível de alcoolémia ao longo do dia. Muitos acidentes de trabalho e de viação, assim como muitos problemas de relação familiar e laboral são devidos a este tipo de consumo.

A quantidade de álcool no sangue (taxa de alcoolemia medida em gramas por litro), está relacionada com os seguintes factores:



- **Peso e sexo** (indivíduos com baixo peso e do sexo feminino atingem taxas de alcoolemia mais altas, com menor ingestão de álcool).
- **Quantidade** de bebida ingerida (uma ingestão rápida e maciça, especialmente se for feita fora das refeições, leva a que se atinjam taxas mais altas).

SINTOMAS ASSOCIADOS AO CONSUMO EXCESSIVO DE ÁLCOOL

É importante realçar que os sintomas da embriaguez só aparecem cerca de **15 a 30 minutos** após a ingestão alcoólica (consoante esta é feita, respectivamente, fora ou durante as refeições) e o álcool no sangue só baixa após muitas horas de trabalho do fígado.

De facto, o fígado é responsável pela eliminação da quase totalidade de álcool ingerido (cerca de 95%) e tem apenas uma capacidade de eliminar cerca de 0,1 gr/litro de alcoolémia por hora.

Quantidade de álcool por litro de sangue (em gramas) ^a	Efeitos
0,2 a 0,3 g/l - equivalente a um copo de cerveja, um cálice pequeno de vinho, uma dose de uísque ou outra bebida destilada	As funções mentais começam a ficar comprometidas. A percepção da distância e da velocidade são prejudicadas
0,3 a 0,5 g/l - dois copos de cerveja, um cálice grande de vinho, duas doses de bebidas destiladas	O grau de vigilância diminui, assim como o campo visual. O controle cerebral relaxa, dando sensação de calma e satisfação
0,51 a 0,8 g/l - três ou quatro copos de cerveja, três copos de vinho, três doses de uísque	Reflexos retardados, dificuldades de adaptação da visão a diferenças de luminosidade, superestimação das possibilidades e minimização de riscos e tendência à agressividade
0,8 a 1,5 g/l - a partir dessa taxa, as quantidades são muito grandes e variam de acordo com o metabolismo, com o grau de absorção e com as funções hepáticas de cada indivíduo	Dificuldades de controlar automóveis, incapacidade de concentração e falhas na coordenação neuromuscular
1,5 a 2,0 g/l	Embriaguez, torpor alcoólico, dupla visão
2,0 a 5,0 g/l	Embriaguez profunda
5,0 g/l	Coma alcoólica

CONSEQUÊNCIAS DO CONSUMO DE ÁLCOOL NO TRABALHO

- Maior probabilidade de ocorrência de acidentes (até 40% dos acidentes de trabalho envolvem ou estão relacionados com o consumo do álcool);
- Aumento do absentismo;
- Diminuição no desempenho (indivíduos cometem mais erros e faltam mais no primeiro dia útil da semana);
- Envolvimento frequente em conflitos, comportamentos violentos e furtos;
- Adopção frequente de comportamentos de risco para a sua segurança, nomeadamente:
 - Diminuição dos reflexos;
 - Alterações da visão, da audição e do equilíbrio;
 - Modificação da percepção do espaço (distâncias, alturas, velocidades, etc.);



- Redução significativa da memória (esquecimento de normas de segurança e de trabalho);
- Aumento da agressividade para com os colegas e para com o próprio;
- Impaciência e intolerância;
- Envelhecimento prematuro.

INTERVENÇÃO EM MEIO LABORAL

Os **programas de intervenção** em meio laboral devem integrar três tipos de prevenção: **primária** (informação e sensibilização), **secundária** (detecção precoce e assistência) e **terciária** (tratamento e reabilitação).

A **prevenção primária** visa informar e sensibilizar os trabalhadores relativamente aos efeitos do consumo de bebidas alcoólicas e promover estilos de vida saudáveis. A **prevenção secundária e terciária** têm como objectivos efectuar a detecção precoce de situações de alcoolismo, fazer o seguimento dos casos detectados, e motivar para o tratamento e para a reabilitação, em complementaridade com serviços de saúde externos à organização.

No âmbito do **controlo de substâncias psicoactivas em meio laboral**, o **Instituto de Droga e Toxicoddependência** em conjunto com a **Autoridade para as Condições de Trabalho** definiu um conjunto de linhas orientadoras da intervenção, do qual se destacam:

- Elaboração de programas de informação, formação e qualificação sobre substâncias psicoactivas que devem, na medida do possível, ser integrados em programas de segurança e saúde mais amplos;
- Implementação de um sistema que assegure o carácter confidencial de toda a informação, em todos os pontos da cadeia de custódia assim como durante o tratamento e a reabilitação;
- Sensibilização para o facto dos problemas ligados ao consumo de substâncias psicoactivas no local de trabalho serem considerados problemas de saúde. Deste modo, os trabalhadores que desejem ser alvo de intervenção clínica não devem ser objecto de discriminação por parte do empregador e devem gozar da segurança do emprego e das mesmas oportunidades de promoção dos seus pares;
- Proibição de qualquer forma de coacção com o intuito de impor o tratamento ou reabilitação. Estes só poderão processar-se mediante a aceitação voluntária do trabalhador;
- A dependência de drogas ou álcool deve ser entendida como uma doença e tratada como tal no que respeita a incapacidade temporária, subsídio de doença e outros benefícios sociais, especialmente nos períodos em que o trabalhador se encontra em tratamento;
- Confidencialidade de todas as informações relativas ao processo de reabilitação e tratamento;
- Manutenção do posto de trabalho do trabalhador enquanto este se encontrar em tratamento ou garantir a sua transferência para outras funções que não constituam risco para a segurança do próprio ou de terceiros, sem perda de direitos ou outras regalias.



As medidas adoptadas de promoção da segurança e saúde em contexto laboral, nomeadamente na área do consumo de bebidas alcoólicas, contribuem, sem ser a solução definitiva, para a melhoria da qualidade de vida dentro da organização, aumentando a eficácia e a eficiência no trabalho. Contribuem igualmente para o aumento da produtividade e da segurança e, de uma maneira geral, melhoram as condições de trabalho. Indiscutivelmente, promovem o desenvolvimento dos trabalhadores, bem como a imagem da organização na comunidade onde se insere.

Consultar também:

- **Linhas Orientadoras para Intervenção em Meio Laboral.**
- **Deliberação n.º 890/2010.**

Elisabete Afonso (TSST)

INCÊNDIOS FLORESTAIS: MEDIDAS DE PREVENÇÃO E PROTECÇÃO



A chegada do **Verão** traz consigo a **época mais crítica em incêndios florestais**. Estes, em Portugal Continental, constituem uma das catástrofes naturais mais graves, não só pela elevada frequência com que ocorrem e extensão que alcançam, como pelos efeitos destrutivos que causam. A **prevenção** passa por todos nós e baseia-se na adopção de algumas medidas de simples bom senso, sempre que haja risco de incêndio e sobretudo durante os períodos mais quentes e secos.

As **causas** dos incêndios florestais são das mais variadas tendo, na sua maioria, origem humana (quer por negligência e acidente - queimadas, queima de lixos, lançamento de foguetes, cigarros mal apagados, linhas eléctricas - quer intencionalmente). Os incêndios de causas naturais correspondem a uma pequena percentagem do número total de ocorrências.



MEDIDAS DE PREVENÇÃO

Queimadas: É proibida a realização de queimadas durante o período compreendido entre 01 de Julho e 30 de Setembro. A sua realização só é permitida:



- Após licenciamento na respectiva Câmara Municipal, ou pela Junta de Freguesia se a esta for concedida delegação de competências;
- Na presença de técnico credenciado em fogo controlado ou, na sua ausência, de equipa de bombeiros ou de equipa de sapadores florestais.

Lançamento de foguetes: Durante o período compreendido entre 01 de Julho e 30 de Setembro, a utilização de fogo de artifício nos espaços rurais está sujeita a autorização prévia da respectiva Câmara Municipal.

Utilização de fósforos e cigarros: Durante o período compreendido entre 01 de Julho e 30 de Setembro é proibido fazer fogo de qualquer espécie (incluindo fumar) nos espaços florestais e nas vias que os delimitam ou atravessam. Fora deste período, desde que o índice de risco temporal de incêndio seja de nível muito elevado e máximo, mantêm-se as restrições referidas.

Fogueiras: Durante o período compreendido entre 01 de Julho e 30 de Setembro é proibido, nos espaços rurais, fazer fogo de qualquer espécie, incluindo a realização de fogueiras para lazer ou recreio e para a confecção de alimentos, bem como a utilização de equipamentos de queima e combustão destinados à iluminação e/ou confecção de alimentos.

Piqueniques: É proibida a realização de piqueniques com uso do fogo para confecção ou aquecimento de alimentos. Deverão ser utilizados os espaços próprios para o efeito, construídos pelas autarquias ou outras instituições, locais estes onde deverão ser disciplinados todos os actos relacionados com o uso do fogo e eliminação de resíduos.

Chaminés: As chaminés de residências ou de fábricas poderão ser responsáveis pela emissão de material incandescente, que poderá provocar focos de ignição caso encontrem na sua trajectória combustíveis vegetais finos e muito secos. Para evitar tais acontecimentos sugere-se a instalação de dispositivos de retenção de faúlhas, como uma simples rede de malha adequada.

MEDIDAS DE PROTECÇÃO

Antes do Incêndio:

- Tenha sempre um meio para extinguir de imediato e completamente o início dum incêndio (exemplo: extintor);
- Utilize materiais resistentes ao fogo na construção ou renovação das suas habitações;
- Crie uma zona de segurança, nunca inferior a 50 metros, entre a sua habitação e os materiais combustíveis;
- Sempre que possível, deverá ser criada uma faixa pavimentada de 1m a 2m de largura, circundando todo o edifício;
- Armazene materiais combustíveis em zonas seguras e fora da sua habitação;
- Tenha em atenção a localização das linhas eléctricas em relação às copas das árvores;
- Não se esqueça que as copas das árvores e dos arbustos deverão estar distanciadas no mínimo 5 m da edificação e nunca se poderão projectar sobre o seu telhado;
- Planeie a utilização de estradas alternativas para fugir das zonas de perigo;
- Tenha o seguinte equipamento de reserva:
 - Lanterna eléctrica com pilhas de reserva;
 - Caixa de primeiros socorros;
 - Comida e bebidas em embalagens de conserva;



- Sapatos fortes e isolantes do calor (exemplo: couro);
- Um rádio de pilhas.

Durante o Incêndio:

- Se for surpreendido pelo início dum incêndio florestal **contacte de imediato os Bombeiros ou Forças de Segurança** (GNR ou PSP) utilizando para o efeito o número **112** ou o **117**;
- Ligue o seu rádio de pilhas para obter informação actualizada sobre a situação de emergência;
- Tome em atenção a protecção da sua habitação, no caso do incêndio se desenvolver nas proximidades;
- Retire os cortinados inflamáveis e feche todas as persianas, ou coberturas, de janelas não combustíveis, para tentar evitar a propagação do incêndio para o interior da casa;
- Feche todas as janelas e portas para evitar fenómenos de sucção;
- Feche todas as válvulas do gás e regue os depósitos com água;
- Acenda uma luz em todas as divisões para ter visibilidade em caso de presença de fumos;
- Ponha os objectos que não sejam danificados pela água no interior de piscinas ou de tanques;
- Remova materiais combustíveis do interior e das imediações da sua casa;
- Molhe abundantemente as paredes e toda a zona circundante da casa;
- Esteja preparado para evacuar todos os membros da sua família e os seus animais, caso o incêndio se aproxime da sua habitação, ou por ordem das autoridades;
- As piscinas ou tanques são zonas potencialmente mais seguras.

Depois do Incêndio:

- Tome cuidado quando regressar a uma área recentemente ardida, podem haver reacendimentos.
- Verifique se existem zonas em combustão na sua casa ou à sua volta e extinga-os, caso existam;
- Se a sua casa for evacuada, regresse só quando os bombeiros o aconselharem;
- Assegure-se que a sua casa não está em risco de ruir. Tenha cuidado com os fios eléctricos expostos e outros perigos;
- Impeça as crianças de brincarem no local do incêndio a seguir à sua extinção. Lembre-se que há o perigo de reacendimento;
- Se as autoridades competentes solicitarem a sua ajuda nas operações de rescaldo e vigilância, COLABORE!

Uma rápida primeira intervenção é crucial para que um incêndio não se desenvolva para proporções incontroláveis.

Elisabete Afonso (TSST)

Fonte: Autoridade Nacional de Protecção Civil

FICHA TÉCNICA:

Gestão de Conteúdos e Redacção | Elisabete Afonso
Colaboração | Funcionários do Grupo 4Work
Concepção Gráfica | Ricardo Trindade
Edição | Departamento Formação
Periodicidade | Mensal

GRUPO 4 WORK

R. Tenente Espanca, nº 34 – 3º | 1050-223 Lisboa
Telef. (+351) 21 353 00 03 | Fax: (+351) 21 356 22 66
Home Page: www.4work.pt | E-mail: formacao@4work.pt