



Folheto de Segurança

- **Segurança**
- **Saúde**
- **Ambiente**

GOODMORNING BV
Penningweg 25
4879 AE Etten-Leur
www.goodmorning.eu
tel: +31 (0)88-5008855

Declaração do Conselho de Administração

O diretor da GOODMORNING BV, enquanto empregador, assume a responsabilidade pela saúde e segurança dos seus trabalhadores e trabalhadores temporários, doravante designados neste folheto como trabalhadores, e compromete-se, na medida do possível, a prevenir quaisquer danos materiais e ambientais.

Para o efeito, o Conselho de Administração, no âmbito da VGM (Segurança, Saúde e Ambiente), decidiu o seguinte para os próximos três anos:

- Satisfazer as necessidades dos nossos clientes, colocando sempre a segurança das pessoas como prioridade máxima.
- O sucesso da empresa depende da prestação de serviços de elevada qualidade aos nossos clientes.
- A qualidade e a segurança são da responsabilidade de todos os nossos colaboradores.
- A empresa continuará a cumprir todas as disposições legais e regulamentares aplicáveis.
- A qualidade, a segurança e a melhoria contínua exigem investimento nas pessoas e são alcançadas através da educação, formação e desenvolvimento.
- O nosso programa contínuo de melhoria da qualidade e da consciencialização em VGM (Segurança, Saúde e Ambiente) é mantido através do trabalho em equipa e da resolução estruturada de problemas, onde as leis e regulamentos desempenham um papel ativo.
- Promover condições de trabalho seguras e prevenir lesões resultantes de acidentes e incidentes. A motivação, o comportamento seguro e a responsabilidade de todos os colaboradores, bem como a definição das bases para uma empresa saudável, são fundamentais.
- Iniciativa na observância ativa das regras de VGWM e na gestão da qualidade, apoiando e assegurando que a Segurança, Saúde, Bem-estar, Ambiente e a melhoria contínua estão integrados em tudo o que os nossos colaboradores e trabalhadores terceiros fazem.
- Ao assumir a Responsabilidade Social, a GOODMORNING BV procura alcançar o equilíbrio Pessoas, Planeta e Lucro (People, Planet, Profit). Para Pessoas, o principal foco é o respeito pelos direitos humanos no trabalho. Os produtos e serviços são regidos pelas diretrizes da União Europeia no âmbito do Lucro e estas atividades não terão qualquer impacto negativo na diversidade ambiental (biológica) existente, no âmbito do Planeta.

This statement is part of a safety brochure which is provided to all employees employed via GOODMORNING BV and which will be signed by them using a dedicated form.

This document has been established and approved by the board of directors of Goodmorning BV on September 14th, 2022.

Table of contents

1. REGRAS GERAIS	4
2. Medidas de segurança e equipamentos de proteção individual.....	5
3. Regras adicionais de higiene	6
4. Regras de segurança para elevação de cargas	7
5. Regras de segurança para empurrar e puxar	7
6. Regras de segurança para trabalhos repetitivos	8
7. Regras de segurança para trabalho em pé.....	8
8. Regras de segurança para trabalho sentado	8
9. Regras de segurança relativas a vibrações: mãos, braço e corpo	8
10. Trabalho com ferramentas manuais	9
11. Trabalho com máquinas (em movimento)	9
12. Regras de Segurança para trabalhos em altura.....	10
13. Regras de segurança para elevação / fixação de cargas.....	11
14. Regras de segurança para trabalhos de terraplanagem e escavação	12
15. Trabalho com empilhadores e porta-paletes.....	12
16. Trabalho no setor da horticultura.....	15
17. Pictogramas.....	16
18. Reunião de Segurança (TOOLBOXMEETING).....	17
19. Situações de emergência	18
20. Disponibilidade da GOODMORNING BV	19

1. Regras GERAIS

Safety, Health and Environment

Segurança, Saúde e Ambiente

A preocupação com a segurança, a saúde e o ambiente é uma parte importante da forma como gerimos os riscos para os nossos trabalhadores permanentes e temporários na GOODMORNING BV. Os riscos são avaliados antecipadamente e, sempre que necessário, são disponibilizadas medidas de segurança aos trabalhadores pelo cliente ou pela Goodmorning BV. Esperamos que todos os trabalhadores cumpram as normas de segurança que são distribuídas através deste folheto de segurança e que utilizem efetivamente os seus equipamentos de proteção individual.

As normas do cliente também devem ser respeitadas.

Princípios gerais

- O responsável hierárquico deve ser informado sobre a utilização de medicamentos (fármacos). O consumo de álcool e drogas é estritamente proibido.
- Discriminação, assédio (sexual), intimidação, agressão e violência não são tolerados e devem ser comunicados ao responsável hierárquico.
- Todos devem poder comprovar a sua identidade através de um documento de identificação válido.
- Antes de iniciar o trabalho, o trabalhador recebe instruções e explicações sobre a função. Em caso de dúvidas ou questões, deve contactar imediatamente o responsável hierárquico do cliente.
- O trabalhador participa nas reuniões (de segurança) e briefings realizados pelo cliente.
- Situações de risco de acidente (quase-acidentes) devem ser comunicadas ao responsável hierárquico.
- Acidentes e quase-acidentes devem ser comunicados imediatamente ao responsável hierárquico (ou a um socorrista).
- A utilização de telemóveis, iPods ou leitores de música durante o trabalho não é permitida.
- Sempre que possível, utilize as instalações sanitárias durante as pausas.

Regras de higiene

- Não é permitido fumar, comer, beber, mascar pastilha elástica e/ou consumir doces nas instalações da empresa e nos balneários.
- O local de trabalho deve ser mantido limpo; após a utilização, o posto de trabalho deve ser limpo com os produtos de limpeza adequados (mediante solicitação).
- Todos os utensílios auxiliares devem ser devidamente limpos.
- Lave as mãos antes de iniciar o trabalho, após as pausas e depois de utilizar as instalações sanitárias.
- Lave as mãos antes de iniciar o trabalho, após as pausas e depois de utilizar as instalações sanitárias.
- Não utilize joias durante o trabalho (incluindo relógios, anéis ou outros adornos corporais).
- Todos os resíduos devem ser depositados nos recipientes apropriados.
- A cantina deve ser mantida limpa. Sacos de pequeno-almoço, copos, papel, etc., devem ser colocados nos recipientes adequados. Quanto mais limpo o local de trabalho, mais seguro será.
- Cubra feridas não infetadas nas mãos com um penso azul impermeável.
- Se as feridas nas mãos estiverem infetadas, nunca toque em alimentos sem utilizar luvas descartáveis.

Regras de segurança

- Antes de iniciar o trabalho, o trabalhador recebe instruções e explicações do cliente. Não entre em áreas ou instalações onde não esteja autorizado a trabalhar. Em caso de dúvidas ou questões, contacte imediatamente o responsável hierárquico.
- O trabalho com máquinas só é permitido mediante autorização do cliente ou do responsável hierárquico.
- Trabalhe sempre com cuidado! Se não tiver a certeza do que deve fazer ou se tiver dúvidas quanto à segurança ou ao estado das máquinas, interrompa o trabalho e contacte o responsável hierárquico.
- Comunique imediatamente ao responsável hierárquico quaisquer riscos de segurança relacionados com produtos que não consiga resolver por si próprio.
- O trabalhador deve executar as suas tarefas de forma a não colocar em risco a sua própria segurança nem a de terceiros.
- O trabalhador não deve utilizar substâncias perigosas.
- A não utilização de calçado de segurança com biqueira de aço (S3) é da inteira responsabilidade do trabalhador.
- Utilize apenas equipamentos e equipamentos de proteção individual devidamente aprovados.



- Verifique a localização das saídas de emergência, dos extintores e do estojo de primeiros socorros.
- Avise os seus colegas e responsáveis hierárquicos sobre acidentes e situações perigosas.

- Os locais de trabalho devem manter-se livres de lixo, detritos e outros resíduos.

2. Medidas de segurança e equipamentos de proteção individual

Todas as medidas de segurança são disponibilizadas individualmente a cada trabalhador, sempre que tal seja exigido pelo cliente e pela natureza do trabalho. Caso seja necessário, receberá instruções do cliente para o qual presta serviço. Estas medidas de segurança destinam-se a protegê-lo.

Devem ser utilizadas nas áreas designadas e mantidas em boas condições. Os equipamentos de proteção individual mais frequentemente comunicados incluem:

Proteção ocular



- Nome: Óculos de segurança
- Utilização: usar óculos de segurança ao realizar trabalhos que apresentem risco de lesões oculares devido a poeiras, peças projetadas e/ou líquidos salpicados.
- Manutenção: limpeza regular com água e sabão.

Proteção da cabeça



- Nome: Capacete de proteção com rede de proteção.
- Utilização: Pode ser utilizado em todas as situações que apresentem risco de impacto da cabeça contra objetos, bem como exposição da cabeça a objetos que caíam, sejam projetados ou estejam em rotação. As informações no local de trabalho (como sinalização) indicam quando e se o uso do capacete é obrigatório.
- Manutenção: Não exponha o capacete à luz solar quando não estiver a ser utilizado; limpe-o regularmente com água e verifique se apresenta danos. Verifique a data de validade do capacete (após 3 anos). Não coloque autocolantes nem faça quaisquer inscrições no capacete.

Proteção das mãos



- Nome: Luvas de trabalho / luvas impermeáveis
- Utilização: Podem ser utilizadas em qualquer situação em que sejam realizados trabalhos ligeiros e exista risco de lesão.
- Manutenção: Em caso de danos, as luvas devem ser substituídas. Não utilize luvas de trabalho ao manusear líquidos e/ou produtos químicos ou quando o desgaste mecânico for excessivo.

Proteção auditiva



- Nome: Abafadores auriculares / tampões auriculares
- Utilização: Podem ser utilizados em qualquer situação em que o nível de ruído exceda **85 dB(A)** (estes locais estão assinalados com pictogramas)
- Manutenção: Limpar regularmente com um pano húmido. Caso as propriedades de atenuação dos abafadores ou tampões auriculares diminuam, estes devem ser substituídos. Os abafadores/tampões auriculares devem ser substituídos regularmente. Se tiver patilhas compridas ou usar óculos, certifique-se de que os abafadores auriculares estão corretamente ajustados.

Proteção dos pés



- Nome: Calçado de segurança classe S3.
- Utilização: O uso de calçado de proteção é obrigatório em todos os locais (posto de trabalho, armazém, etc.)
- Manutenção: Limpar regularmente o exterior do calçado. Arejar regularmente o interior do calçado.

Proteção respiratória



- Nome: Máscara contra poeiras / máscara de proteção
- Utilização: Utilizar máscara contra poeiras/máscara de proteção ao realizar trabalhos que envolvam substâncias perigosas presentes no ar inalável.
- Manutenção: A máscara contra poeiras / máscara de proteção é reutilizável, mas o filtro deve ser substituído regularmente (após alguns dias ou após utilização intensiva). A barba pode afetar negativamente o funcionamento da máscara; siga as instruções indicadas na embalagem.

Proteção do corpo



- Nome: Fato de trabalho / blusa / calças (vestuário de proteção)
- Utilização: O vestuário de proteção deve ser utilizado na realização de trabalhos em que poeiras ou sujidade possam contaminar o corpo ou a roupa e/ou em que o corpo possa estar exposto a riscos de lesão.
- Manutenção: O vestuário de proteção não necessita de manutenção em condições normais de utilização (exceto lavagem regular). Em caso de risco de danos mecânicos (como, por exemplo, devido a uma serra), deve ser utilizada uma blusa de proteção e/ou calças de proteção.

Utilize vestuário térmico em condições de frio. Em situações de exposição ao sol, deve ser usada, no mínimo, uma camisola (branca).

Para Equipamentos de Proteção Individual e comunicação de danos, contacte o seu responsável hierárquico.

As medidas de segurança destinam-se à sua proteção. Mantenha-as em boas condições e utilize-as sempre que necessário!

As normas de segurança de terceiros devem ser respeitadas. Quaisquer obstáculos no trabalho devem ser discutidos com o representante responsável do cliente e/ou com o responsável hierárquico.

3. Regras adicionais de higiene

Poderá estar colocado junto de um cliente que exija o cumprimento de requisitos rigorosos de higiene.

- **O que é o HACCP?**

HACCP significa Hazard Analysis and Critical Control Points (*Análise de Perigos e Pontos Críticos de Controlo*). O HACCP é um sistema associado a produtos certificados ao abrigo de um sistema de qualidade. O HACCP é frequentemente utilizado em referência à segurança alimentar, mas também pode ser aplicado a aspetos ambientais ou no âmbito da legislação de segurança e saúde no trabalho (Lei Arbo).

O HACCP é um sistema completo que aborda todos os potenciais problemas, ou seja, desde as matérias-primas até ao consumidor final. A indústria alimentar é tão extensa que os produtos são comercializados e distribuídos em larga escala, tornando necessários sistemas de controlo rigorosos para evitar problemas. Quando corretamente aplicado, o HACCP garante um nível muito elevado de segurança do produto.

- **O que é o BRC?**

O **BRC** é uma extensão do **HACCP**. O BRC abrange um conjunto muito mais amplo de temas do que apenas a segurança alimentar. Inclui aspetos como o **compromisso da gestão** e questões **ARBO/técnicas** relacionadas com a segurança e saúde no trabalho.

Regulamento sobre vestuário

Utilize **vestuário de trabalho limpo todos os dias** (se esse vestuário for disponibilizado, por exemplo, aventais, batas ou roupa de trabalho fornecida pelo cliente, estes devem ser utilizados nas áreas de produção).

-Todo o cabelo deve estar coberto com uma touca descartável azul ou branca, devendo a touca também cobrir completamente o cabelo

- A barba e/ou o bigode devem estar cobertos.

-Os trabalhadores que tenham contacto com produtos alimentares devem utilizar luvas, proteções de mangas e aventais.

- Sempre que necessário, devem ser utilizados protetores de calçado.

- O vestuário de trabalho deve estar devidamente abotoado.



Higiene pessoal

- O rosto, o cabelo e as mãos devem estar limpos e bem cuidados.
- A barba ou o bigode devem estar aparados (curtos).
- As unhas devem ser curtas e limpas; não é permitido o uso de verniz durante o trabalho. Unhas artificiais são proibidas.
- Não é permitido o uso excessivo de perfumes ou loções pós-barba.
- Fumar é permitido apenas nas áreas designadas.
- Lave as mãos com água e sabão durante, pelo menos, 10 segundos:



- Antes de iniciar o trabalho e após as pausas
- Ao mudar de atividade
- Após sujar as mãos
- Após espirrar, após utilizar as instalações sanitárias, após assoar o nariz.

- Enxague bem as mãos para remover resíduos de sabão e desinfete-as utilizando um desinfetante.
- Não utilize quaisquer joias durante o trabalho (incluindo relógios, anéis ou outros adornos corporais).

Feridas, doenças e consumo de medicamentos

- Cubra as feridas não infetadas nas mãos com um penso azul impermeável.
- Se as feridas nas mãos estiverem infetadas, é proibido tocar em produtos alimentares, exceto se forem utilizadas luvas descartáveis.
- Não é permitido tomar medicamentos nas áreas de produção.
- Caso, por motivos médicos, seja necessário tomar medicação durante o horário de trabalho, isso deve ser feito sempre no balneário (apenas permitido mediante comunicação prévia ao supervisor de produção).
- Não é permitida a posse de medicamentos nos bolsos enquanto se encontra nas áreas de produção.

4. Regras de segurança

para elevação de

cargas

A elevação incorreta de cargas pode causar sobrecarga da coluna vertebral. Com técnicas de elevação adequadas, essa sobrecarga pode ser facilmente evitada. Na realidade, qualquer pessoa pode desenvolver problemas na coluna, mas determinadas pessoas estão expostas a um maior risco de lesões na coluna quando realizam trabalhos físicos exigentes.

O que é uma elevação correta?

A elevação correta consiste em levantar cargas de forma adequada, utilizando uma postura e técnica corretas, de modo a reduzir o esforço sobre a coluna vertebral e prevenir lesões. Isto inclui, entre outros aspetos, dobrar os joelhos em vez das costas, manter a carga próxima do corpo e evitar movimentos bruscos ou torções durante a elevação.

10 regras de ouro para uma elevação correta

- Não se dobre nem levante cargas desnecessariamente; utilize meios auxiliares sempre que necessário.
- A elevação correta demora o mesmo tempo que a elevação incorreta; por isso, faça-o corretamente.
- Primeiro, pense como e para onde pretende deslocar a carga, de forma a considerar as diferentes opções possíveis.
- Determine antecipadamente o peso da carga; nunca levante demasiado peso de uma só vez. Peça ajuda aos seus colegas para objetos pesados ou volumosos.
- Coloque-se sempre de frente para a carga; nunca levante com a coluna rodada. Se precisar de virar, mova os pés em vez de torcer o tronco.
- Determine o eixo da carga e encontre o equilíbrio antes de iniciar a elevação.
- Levante a carga com ambas as mãos, mantendo-a o mais próximo possível do corpo e sem a elevar demasiado.
- Dobre os joelhos, mantenha a coluna o mais direita possível e mova o corpo. Utilize sobretudo os músculos abdominais e das pernas. O mesmo se aplica ao pousar a carga.
- Certifique-se de que o percurso está livre de obstáculos. Em pisos escorregadios, utilize calçado antiderrapante.
- Ouça o seu corpo e leve os sinais a sério. Pequenos incómodos iniciais podem rapidamente agravar-se.

5. Regras de segurança para puxar e empurrar

Ao empurrar e puxar cargas, expõe-se a uma sobrecarga da zona lombossacra da coluna vertebral. Isto pode provocar problemas de saúde, como dores nas costas.



- Sempre que possível, é preferível empurrar em vez de puxar. Ao empurrar, a carga exercida sobre as articulações dos ombros é menor do que ao puxar..
- Utilize os músculos das pernas e o peso do corpo. Desta forma, aumentará a sua força ao empurrar e evitará sobrecarga desnecessária nas mãos, ombros e tronco.

- Remova todos os obstáculos do percurso.
- Certifique-se de que o empurrar não é desnecessariamente pesado. Remova película/filme, se existente.
- Utilize calçado de segurança adequado com sola antiderrapante.
- Movimente as cargas de forma calma e controlada. Movimentos rápidos provocam esforços curtos, mas intensos, nos músculos e articulações.
- Utilize 50 kg como limite máximo de força para empurrar ou puxar. O peso total, incluindo a carga, pode ser aproximadamente 400 kg. Este valor pode ser superior ou inferior consoante o tipo de piso, o tamanho das rodas e o equipamento utilizado para movimentar o veículo.
- Utilize 30 kg como limite máximo de força para empurrar ou puxar de forma repetida (em média, mais de 12 vezes por hora). O peso total, incluindo a carga, pode ser aproximadamente 200 kg.

6. Regras de segurança para trabalho repetitivo

Os trabalhos de colheita, triagem e cultivo envolvem atividades repetitivas e monótonas, com repetição frequente dos mesmos movimentos e manutenção da mesma postura, muitas vezes sob pressão de tempo. Isto pode provocar dores nos músculos, articulações, costas, pernas e braços. Keep your arms and elbows low and loosely. It will help you avoid shoulder muscle tension. With elbows next to the body, the weight of the hands is lower. This will reduce the load on your arms.

- Realize o trabalho à altura adequada. Isto evita que se dobre ou levante os braços desnecessariamente. A altura ideal de trabalho é com as mãos ao nível do umbigo. Desta forma, os cotovelos mantêm um ângulo adequado e os braços permanecem relaxados.
- Mantenha os pulsos direitos. Não dobre os pulsos na direção do polegar nem para o lado oposto.
- Trabalhe, sempre que possível, com a coluna vertebral direita.
- Em posições curvadas ou torcidas, a coluna fica sujeita a uma elevada sobrecarga.
- Durante o trabalho, mantenha as mãos próximas do corpo. A elevação frontal ou lateral dos braços provoca sobrecarga das articulações e dos músculos dos braços.
- Alterne o trabalho entre o lado direito e o esquerdo. Faça pausas curtas regularmente.

7. Regras de segurança para trabalho em pé

Na posição em pé, o alcance das mãos é maior em comparação com a posição sentada. Além disso, a força exercida também é superior. Para além disso, a posição em pé melhora a mobilidade. Quando a mobilidade, o alcance e a força desempenham um papel importante, trabalhar em pé pode ser uma opção adequada.

Em todas as outras situações, deve optar-se por trabalhar sentado. Permanecer em pé durante longos períodos num espaço reduzido pode provocar dores na zona lombossacra da coluna vertebral ou o aparecimento de varizes nas pernas.

- Organize bem o seu posto de trabalho.
- Utilize um apoio ou um tapete antifadiga para permanecer em pé.
- Alterne as tarefas sempre que possível.
- Utilize calçado adequado.
- Adote uma postura ativa.

8. Regras para trabalho sentado

O trabalho sentado pode parecer fácil, mas trabalhar na mesma posição e/ou realizar tarefas repetitivas pode originar problemas de saúde. Podem surgir problemas ao nível da zona lombossacra da coluna vertebral, do pescoço, dos ombros ou das mãos/pulsos.

Ainda assim, o trabalho sentado é geralmente preferível ao trabalho em pé. O trabalho em pé é mais adequado do que o trabalho sentado apenas quando é necessária muita força, quando o trabalho envolve o manuseamento de objetos grandes ou quando é necessário alcançar distâncias maiores.

O trabalho é considerado trabalho sentado quando envolve permanecer sentado por mais de uma hora por dia.

- Prepare o seu posto de trabalho antes de iniciar as tarefas.
- Ajuste a altura de trabalho entre 5 cm acima e 5 cm abaixo da altura do cotovelo, para atividades básicas.
- Para tarefas de inspeção, ajuste a altura de trabalho para 20–30 cm abaixo do nível dos olhos.
- Não coloque casacos ou outros objetos na cadeira ou no encosto. Não transporte a carteira no bolso traseiro, para evitar permanecer sentado de forma incorreta durante longos períodos ou provocar inclinações do corpo.

9. Regras de segurança relativas a vibrações: mão, braço e corpo

Issues involving exposure to vibrations:

- Posicionamento de dispositivos amortecedores de vibração
- Verificação regular da manutenção das medidas adotadas
- Limitação do tempo de exposição



• Realização de pausas regulares

- Change of tasks

10. Trabalho com ferramentas manuais

Trabalhar com ferramentas manuais pode ser perigoso. Cada ferramenta apresenta os seus próprios riscos e, por isso, devem ser adotadas medidas para reduzir esses riscos. As ferramentas inspecionadas possuem um autocolante de inspeção com a data da inspeção. Tenha atenção a essa informação!

Perigos ao trabalhar com ferramentas elétricas:

- Electric shock, short-circuit burns.
- Getting hit by flying parts.
- Injury inflicted by rotating or moving parts (of grinders, drills, saws, etc.).
- Physical effort (shocks, wrong posture)
- Hearing damage caused by exposure to noise above 80 dB(A).

Safe working practices for power tools.

As ferramentas elétricas existem em diferentes tipos. Independentemente da ferramenta que utilize, se seguir as regras indicadas abaixo, o risco de ocorrência de acidentes será reduzido.

- Se não estiver familiarizado com a ferramenta, siga o manual de utilização ou peça ao seu responsável hierárquico que o ajude a aprender a utilizá-la corretamente.
- Utilize apenas acessórios destinados à ferramenta em questão.
- Fixe a peça de trabalho com grampos ou coloque-a num torno.
- Certifique-se de que a superfície é estável, de modo a evitar o ressalto (kick-back) da máquina ou do objeto, que pode causar ferimentos.
- Não utilize joias nem roupa larga que possa ser puxada por partes rotativas ou em movimento.
- Desligue a alimentação elétrica após a utilização ou sempre que necessitar de ajustar a ferramenta, por exemplo, ao trocar a broca.
- Nunca segure as ferramentas pelo cabo elétrico.
- Preste atenção ao ambiente de trabalho. Mantenha a área de trabalho limpa e bem iluminada. Verifique a localização dos meios de extinção de incêndio.
- Utilize ferramentas à prova de explosão em atmosferas potencialmente explosivas.
- Utilize equipamentos de proteção adequados, como óculos de segurança ou viseiras e, quando aplicável, proteção respiratória, das mãos e auditiva.

Antes de utilizar ferramentas, verifique o seguinte:

- Isolamento do cabo danificado ou fissurado, tornando os fios visíveis. Não tente reparar o cabo; substitua-o.
- Ficha danificada ou partida. Durante a verificação, a ficha deve ser moldada ou cumprir a norma IP44 (à prova de poeiras e resistente à água).
- Carcaça solta ou danificada, ou interruptor defeituoso.
- As ferramentas devem ser inspecionadas pelo menos uma vez por ano. A data da inspeção deve estar indicada num autocolante afixado na máquina ou através de outro sinal. Verifique se a data no autocolante é válida. Se a ferramenta necessitar de nova inspeção, comunique ao seu responsável hierárquico.

11. Trabalhar com máquinas (em movimento)

Trabalhar com máquinas é muito arriscado. Cada máquina apresenta os seus próprios riscos e, por isso, devem ser adotadas medidas para reduzir esses riscos. As máquinas inspecionadas possuem um autocolante de inspeção com a data da inspeção. Preste atenção a essa informação!

Medidas de Segurança:

- Antes de iniciar o trabalho, receberá instruções e explicações sobre a função. Em caso de dúvidas ou preocupações, contacte imediatamente o seu responsável hierárquico.
- Antes de utilizar a máquina, verifique a localização do botão de paragem de emergência.
- Só é permitido trabalhar com máquinas após receber instruções e autorização do cliente ou do responsável hierárquico.
- Trabalhe sempre com cuidado! Se não tiver a certeza do que deve fazer ou se tiver dúvidas quanto ao estado ou funcionamento das máquinas, interrompa o trabalho e contacte o seu responsável hierárquico.
- Comunique imediatamente ao seu responsável hierárquico quaisquer riscos

relacionados com a segurança dos produtos.

- O trabalhador deve executar as suas tarefas de forma a não colocar em risco a sua própria segurança nem a de terceiros.
- As máquinas devem ser devidamente mantidas e as normas de segurança não devem ser violadas.
- As modificações nas máquinas só podem ser efetuadas por pessoal devidamente qualificado.
- Só é permitido trabalhar utilizando calçado de segurança classe S3

Utilize sempre equipamentos de proteção individual sempre que tal seja exigido por lei (ver Equipamentos de Proteção Individual).

Tenha atenção às partes rotativas ou em movimento:

Não utilize vestuário desapertado

Cabelo solto não é permitido: o cabelo deve estar preso ou recolhido

Não utilize joias

Mantenha a calma quando o trabalho não estiver a correr bem. Nunca tente remover um objeto auxiliar (como uma faca) que tenha caído ou um produto de uma máquina em movimento. Desligue a máquina e verifique o que aconteceu. O mesmo se aplica ao ajuste ou acionamento da máquina. Informe imediatamente o seu responsável hierárquico.

Trabalhe sempre com pelo menos duas outras pessoas nas proximidades da máquina e/ou da correia transportadora (quando aplicável).

Desligue a máquina após concluir o trabalho.

12. Regras de segurança para trabalhos em altura

Trabalhar em altura é muito arriscado. Qualquer queda, independentemente da altura, pode ter consequências trágicas.

Medidas de segurança:

- Adote medidas de segurança adequadas, mesmo ao realizar pequenas tarefas.
- Discuta com o seu responsável hierárquico quais as medidas de segurança necessárias.
- Previna o risco de queda utilizando andaimes seguros, plataformas elevatórias ou andaimes suspensos, ou através da instalação de vedações e corrimãos.
- Ao trabalhar numa plataforma elevatória: trabalhe sempre preso a uma linha de segurança.
- Os trabalhos em altura devem ser sempre realizados por duas pessoas.
- Utilize uma escada apenas se não existir outra alternativa e apenas nas condições especificadas nas instruções.
- Evite que objetos em queda atinjam outras pessoas.
- Certifique-se de que os trabalhadores possuem conhecimentos e experiência adequados aos riscos associados à plataforma, ao trabalho e ao ambiente do local de trabalho.
- Utilize equipamentos que cumpram as normas CE.
- Utilize equipamentos de proteção individual adequados à máquina e ao ambiente.
- Assegure meios de comunicação eficazes entre os trabalhadores em altura e os trabalhadores no solo.
- Utilize uma escada apenas se não existir outra alternativa.

Instruções para a utilização segura de uma escada:

- Abaixo encontrará algumas dicas sobre como posicionar a escada e utilizá-la de forma segura (estas dicas aplicam-se, regra geral, também à utilização de escadas em escadas fixas).
- Assegure espaço suficiente para a colocação da escada. Não é permitido utilizar a escada com força de vento igual ou superior a 6 graus;
- A escada deve ser posicionada com um ângulo de 75 graus (a regra é colocar os pés na base da escada e segurar a escada com os braços estendidos para a frente);
- A parte inferior da escada não deve mover-se nem escorregar; se necessário, a escada deve estar equipada com uma barra estabilizadora;
- Fixe a parte superior da escada para evitar deslizamentos laterais; se necessário, prenda-a com corda ou fio;
- A escada deve prolongar-se pelo menos um metro acima do ponto a atingir. Ao descer da escada em altura, assegure um apoio firme;
- Não coloque a escada sobre superfícies inclinadas, macias, irregulares ou escorregadias, sobre mesas ou arcas, nem a utilize ao contrário ou invertida;
- Mantenha os degraus e o calçado limpos; não suba a escada com solas escorregadias ou sujas;

- Suba a escada sempre de frente para ela e utilizando ambas as mãos;
- É aconselhável elevar materiais e ferramentas utilizando uma corda;
- O acesso à escada deve estar desobstruído e, se necessário, devidamente sinalizado ou isolado;
- Se a escada for colocada em frente a uma porta, esta deve ser mantida fechada ou o acesso deve ser impedido;
- Nunca coloque uma escada metálica perto de partes sob tensão elétrica; mantenha uma distância mínima de dois metros ou utilize uma escada não condutora (madeira/plástico);
- Não se incline excessivamente para fora da escada nem se apoie com o pé em caixilhos de janelas, soleiras, etc.; a escada pode deslocar-se;
- Nunca coloque a escada diretamente à janela; nestes casos, utilize um escadote;
- Nunca suba uma escada sem plataforma acima do quarto degrau a contar de cima;
- Por razões de segurança pública, especialmente de crianças, nunca deixe escadas sem vigilância; For reasons of public safety, especially of children, never leave ladders unattended;

Instruções para a utilização segura de andaimes

Os andaimes (com rodas) existem em diferentes formatos. A montagem e a manutenção destes andaimes são extremamente importantes. Por esse motivo, os andaimes são montados por profissionais experientes (através de formação ou instruções). Estes profissionais são capazes de avaliar se o andaime está corretamente montado e se é seguro trabalhar nele.

O trabalho seguro com andaimes depende de um projeto adequado do andaime. Por esta razão, aplicam-se regulamentos rigorosos, que devem ser cumpridos por todos. Caso detete ou suspeite de qualquer desvio, comunique-o imediatamente ao encarregado.

Aplicam-se as seguintes regras para a utilização segura de andaimes:

- Não efetue quaisquer modificações na estrutura ou conceção do andaime.
- Se suspeitar ou detetar quaisquer desvios na conceção, comunique-os imediatamente ao encarregado.
- Não deixe materiais ou ferramentas espalhados sobre o andaime. Pode tropeçar neles ou deixá-los cair inadvertidamente, colocando os seus colegas em perigo.
- Após queda de neve, limpe o andaime; se estiver escorregadio, utilize material antiderrapante (como sal ou areia).
- Não devem ser utilizados andaimes auxiliares com altura superior a 0,5 m no local de trabalho.

Aplicam-se regras adicionais para a utilização segura de andaimes com rodas:

- Suba sempre aos andaimes com rodas pelo interior.
- Puxe os materiais e as ferramentas para cima utilizando uma corda. Não coloque ferramentas nos bolsos.
- Nunca permaneça em cima do guarda-corpos do andaime.
- Não utilize o andaime se a força do vento exceder 6 graus.
- Os andaimes devem estar fixos para evitar o risco de tombamento.
- Os andaimes devem ser deslocados a partir da base.
- Durante a deslocação do andaime, não deve permanecer nenhuma pessoa sobre o mesmo.

13. Regras de segurança para elevação / fixação de cargas

Devem ser observadas as seguintes orientações ao realizar trabalhos de elevação:

- Utilize sempre capacete de proteção durante trabalhos de elevação.
- Utilize apenas equipamentos de elevação aprovados/certificados.
- Os guindastes devem ser inspecionados regularmente por uma entidade autorizada.
- Os dados de inspeção podem ser consultados no livrete anexo. O mesmo se aplica a guindastes móveis.
- Os trabalhos de elevação devem ser sempre realizados sob a supervisão de outra pessoa. As instruções podem ser transmitidas por radiotelefone.
- Verifique os dispositivos de elevação quanto a defeitos antes da utilização.
- Certifique-se de que a carga está devidamente fixada; a carga deve estar equilibrada e os dispositivos de elevação corretamente posicionados.
- Utilize apenas ganchos de guindaste equipados com fecho de segurança.
- A elevação de cargas com vento forte apresenta riscos acrescidos. Não execute trabalhos de elevação quando a força do vento for igual ou superior a 6 graus.
- Os dispositivos de elevação devem ser utilizados corretamente e nunca devem ser sobrecarregados para além das especificações.
- Pessoas não qualificadas nunca devem fixar cargas aos dispositivos de elevação.
- As cordas nunca devem ser encurtadas através de nós ou grampos.

- As cordas não devem passar por arestas vivas. Se tal não puder ser evitado, devem ser utilizadas proteções de canto.
- Ao utilizar dois, três ou mais ramais de elevação, o ângulo no vértice entre os ramais não deve ser superior a 120 graus.
- Aos 120 graus, a força exercida é igual à carga de um único ramal.
- Os elos da corrente nunca devem ser carregados na zona de curvatura; não é permitido atar ou passar a corrente através de nós.
- Os parafusos com manípulo devem estar totalmente apertados, voltados para o elemento, e não devem ser carregados em zonas de curvatura.
- As pontas dos ganchos nunca devem ser sujeitas a carga.

14. Regras de segurança para trabalhos de terraplanagem e escavação

As questões relacionadas com trabalhos de terraplanagem e escavação incluem:

- Prevenção do desmoronamento ou deslizamento das paredes de escavações ou taludes.
- As escavações ou aterros devem ser executados com uma inclinação segura dos taludes.
- A utilização de estacas-prancha, cofragens ou outras estruturas de contenção deve, por vezes, ser combinada com o uso de películas, tecidos, gravilha ou com a redução do nível freático.
- O transporte pesado, os materiais e a terra escavada devem ser mantidos a uma distância segura da vala.
- Assegure que a terra escavada e os equipamentos de carga não caiam inadvertidamente na escavação, adotando medidas adequadas e através de uma coordenação cuidadosa.
- O pessoal deve possuir formação adequada.

15. Trabalho com empilhadores e porta-paletes

Trabalhar com empilhadores e porta-paletes envolve riscos que podem ter consequências graves.

Início dos trabalhos

- Utilize todos os equipamentos de proteção necessários para o trabalho: calçado de segurança, luvas e proteção auditiva.
- Leia atentamente as instruções antes de iniciar o trabalho.

Postura do condutor

Utilize sempre o cinto de segurança.

Mantenha sempre a cabeça, os braços e as pernas dentro da cabine do veículo.

Não salte do empilhador quando este inclinar; em vez disso, segure-se utilizando os braços e as pernas.

Estado do mastro e dos garfos

- Mantenha os garfos a 25 cm do chão durante a deslocação.
- Nunca conduza com os garfos levantados, quer estejam vazios quer carregados. Ao transportar uma carga, mantenha o mastro ligeiramente inclinado para trás.

Visibilidade

Certifique-se de que tem visibilidade suficiente durante a condução e peça ajuda em caso de visibilidade reduzida.

Olhe sempre na direção do movimento. Ao conduzir, cumpra as regras do seu local de trabalho.

Conduza em linha reta e tenha atenção a pisos escorregadios (óleo, gelo) ou húmidos.

Respeite os limites de velocidade.

Cumpra as regras de trânsito ao atravessar vias ou ao carregar e descarregar camiões em estradas.

Reduza a velocidade antes de curvas, em cruzamentos e nas proximidades de peões.

Utilize a buzina sempre que necessário (curvas, cruzamentos, entrada em armazéns).

Em rampas, conduza sempre a baixa velocidade e mantenha o mastro ligeiramente inclinado para trás.

Mantenha a condução em linha reta nas rampas.

Com o empilhador carregado, desça rampas em marcha-atrás.

Tenha em consideração a altura livre (portas, teto de camiões).

Mantenha uma distância de segurança suficiente em relação ao veículo à sua frente (pelo menos três vezes o comprimento do empilhador).





Ligação entre a rampa e o camião

Verificações iniciais:

- Verifique se a capacidade de carga da rampa é adequada ao peso total do empilhador e da carga.
- Verifique se a rampa está devidamente fixada.
- Verifique se o camião está devidamente imobilizado e estável.

Fim do trabalho:

- Estacione junto aos corredores de circulação e, sempre que possível, numa área designada.
- Utilize a cunha ao estacionar em rampas ou superfícies inclinadas.
- Posicione o mastro ligeiramente inclinado para a frente e coloque os garfos no chão.
- Coloque a caixa de velocidades em ponto morto, mantenha as rodas direitas, desligue o motor e acione o travão manual.
- Retire a chave, caso as regras do seu local de trabalho assim o exijam.
- Não se esqueça de carregar a bateria no caso de empilhadores elétricos.
- Registe quaisquer observações sobre o meio de transporte no livro de registo de inspeção.

Proibido:

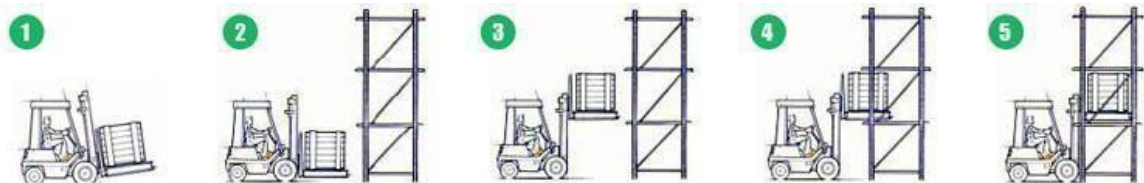
- Conduzir um empilhador sem as qualificações adequadas.
- Transportar ou elevar outras pessoas com o empilhador.
- Elevar cargas que excedam a capacidade de carga do empilhador.
- Elevar cargas que não estejam equilibradas.
- Elevar cargas utilizando apenas um garfo.
- Conduzir com os garfos levantados.
- Efetuar travagens de emergência desnecessárias.
- Deixar o empilhador estacionado sobre vias ou carris.
- Fumar perto de uma bateria em carregamento ou durante o reabastecimento de empilhadores com motor de combustão interna.



Regras para colocação/empilhamento

Antes:

- Certifique-se de que a carga não excede a capacidade de elevação.
- Também ao mudar ou ligar uma ferramenta auxiliar. Não é permitido qualquer tipo de sobrecarga!
- Nunca sobrecarregue os contrapesos colocando uma carga ou uma pessoa na parte traseira do empilhador.
- Certifique-se de que as paletes estão em boas condições e que são adequadas às estantes do armazém.
- Garanta que a carga está equilibrada e estável no momento da elevação.



Explicação:

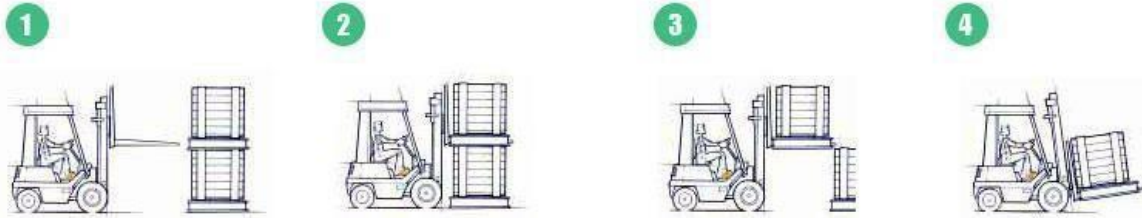
Conduza, com carga ou sem carga, com os garfos elevados a 25 cm do chão e o mastro inclinado para trás.

Imobilize o veículo (caixa em ponto morto, travão de mão acionado), no centro da abertura de carga, alinhado com a área de armazenamento. Posicione o mastro na vertical.

Eleve a carga até à altura correta. Certifique-se de que a carga permanece horizontal quando se encontra ao nível do campo de visão.

Quando a carga atingir a altura de empilhamento, avance lentamente com o empilhador (libertando o travão de mão).

Imobilize novamente o empilhador. Coloque a carga lentamente e retire os garfos de forma gradual, baixando-os ligeiramente.



Explicação:

1. **Eleve os garfos até à altura correta.**
2. **Avance lentamente e introduza os garfos na palete sem a tocar.**
3. **Eleve a carga com o mastro na posição vertical.** Levante a carga, certifique-se de que o percurso está desobstruído e recue com a carga nos garfos elevados.
4. **Quando a carga for baixada, incline o mastro para trás** (com os garfos a cerca de 25 cm do chão).

Porta-paletes elétrico

Antes do trabalho:

- **Utilize todos os equipamentos de proteção necessários para a execução do trabalho.**
- **Calçado de segurança** (biqueira de aço e solas antiderrapantes).
- **Luvas de proteção** contra cortes e outras lesões.
- **Capacete de proteção** (se necessário).
- **Desobstrua o percurso**, removendo quaisquer obstáculos.
- **Certifique-se de que a carga está estável.**
- **Verifique o estado do porta-paletes e comunique imediatamente quaisquer defeitos ao responsável.**

Durante o trabalho:

- **Ao puxar o porta-paletes, indique a direção com o timão.**
- **Caminhe ao lado do carrinho/veículo com o braço estendido e a coluna direita, deslocando-se pelo interior das curvas.**
- **Olhe sempre na direção do movimento.**

Após o trabalho:

- **Não estacione o porta-paletes nos corredores de circulação.**

Proibido:

- **Transportar pessoas num porta-paletes.**

Dicas:

- a. **Caminhe sempre ao lado do porta-paletes, nunca à frente, mantendo uma distância suficiente entre a parede e o veículo.**
- b. **Evite rampas e desníveis.**
- c. **Não sobrecarregue o porta-paletes** (normalmente limitado a um determinado peso em kg).



16. Trabalho no setor hortícola

Registo / Trabalho

- Todos os colaboradores são obrigados a registar as suas atividades no sistema de registo, caso o cliente utilize um. Para apoio, contacte o seu responsável hierárquico.

Higiene:

- É proibido um colaborador trabalhar/entrar numa estufa/jardim após ter estado noutra estufa/jardim anteriormente, devido ao risco de transmissão de doenças.
- A estufa/jardim só pode ser acedida com vestuário de trabalho limpo (prevenção da transmissão de doenças).
- Siga as instruções relativas à desinfeção do calçado.
- O cabelo comprido deve estar preso.
- Unhas compridas (artificiais) e verniz nas unhas não são permitidos, salvo se forem utilizadas luvas.
- Não é permitido o uso de correntes, pulseiras, etc. (anéis e outros adornos corporais só são permitidos em casos excecionais, desde que sejam lisos).
- Utilize vestuário de proteção em caso de doenças infecciosas ou doenças de pele.
- Não é permitido o uso excessivo de perfumes.

Safety:

• Trabalho com plataformas elevatórias tipo tesoura:

As plataformas elevatórias tipo tesoura são utilizadas em plantações de tomate, pimento, pepino e beringela. Estas plataformas deslocam-se ao longo dos tubos de aquecimento numa estufa. Os tubos de aquecimento assentam em suportes no solo. Os tubos, os suportes e as plataformas elevatórias em conjunto formam um sistema ferroviário de tubos.

O maior perigo ao trabalhar com plataformas elevatórias tipo tesoura é o risco de tombamento da plataforma e de queda do trabalhador.

- Verifique as funções da plataforma antes de iniciar o trabalho. Trabalhe de acordo com as instruções e procedimentos aplicáveis no local.
- Certifique-se previamente de que os tubos estão estáveis e de que o solo não cedeu.
- Comunique imediatamente qualquer deslizamento ao seu responsável hierárquico ou através do registo de percurso.
- Para efeitos de inspeção, desligue o motor, retire a ficha e pressione o botão de emergência.
- Tenha atenção ao risco de tombamento; trabalhe com calma e de forma ponderada.
- Utilize o ajuste hidráulico de altura apenas se não existir risco de entalamento junto à plataforma elevatória.
- Mantenha uma distância mínima de 2 metros em relação a veículos em movimento.
- Durante operações de carga e descarga, o veículo deve estar imobilizado.
- A máscara de proteção só pode ser retirada quando o veículo estiver parado e o botão de emergência acionado.
- O veículo só pode ser utilizado por uma pessoa.
- Certifique-se de que as medidas de segurança são adequadas ao veículo e às operações (guarda-corpos e indicadores de inclinação).
- Pessoas com problemas de equilíbrio, tonturas ou medo de alturas não podem trabalhar em plataformas elevatórias.
- Previna curto-circuitos (evite ligações entre baterias).
- Durante o carregamento da bateria, não se aproxime com chamas.
- Os colaboradores não estão autorizados a reabastecer o líquido da bateria.
- Durante o carregamento da bateria, assegure que o espaço se encontra bem ventilado.
- Se a cablagem estiver danificada, desligue o veículo da alimentação elétrica e informe imediatamente o seu responsável hierárquico.



correcto



incorrecto

Ferramentas:

- Arrume as ferramentas utilizadas no local adequado após a sua utilização.
- Deixe o veículo limpo no final do trabalho.
- Certifique-se de que a faca utilizada está afiada e coloque-a no local correto no final do trabalho.
- Coloque sempre o sistema de registo de volta no local apropriado.

During work, make sure that diseases and plagues such as aphids, white flies, caterpillars, mold and botrytis are timely reported to your line manager.

17. Pictogramas

O objetivo dos **pictogramas** é indicar, de forma clara e precisa, os **riscos** e as **responsabilidades** no local de trabalho, na situação e/ou no projeto. Ao entrar em qualquer local de trabalho, os pictogramas indicam as **medidas de segurança aplicáveis**. Estes sinais devem estar **sempre claramente visíveis e legíveis**.

Os diferentes sinais relacionados com a **segurança e a saúde** são os seguintes:

- Sinais de proibição: circulares, pictograma a preto sobre fundo branco, com rebordo vermelho.
- Sinais de aviso: triangulares, pictograma a preto sobre fundo amarelo, com rebordo preto (a cor amarela deve ocupar pelo menos 50% do sinal).
- Sinais de obrigação: circulares, pictograma branco sobre fundo azul (a cor azul deve ocupar pelo menos 50% do sinal).
- Sinais de emergência: retangulares ou quadrados, pictograma branco sobre fundo verde (a cor verde deve ocupar pelo menos 50% do sinal).

The following pages depict the most important pictograms which can be found in various industries.

Mandatory signs



Proteção facial obrigatória



Proteção auditiva obrigatória



Calçado de segurança obrigatório



Proteção Obrigatoria



Capacete de segurança obrigatorio



Óculos de segurança obrigatórios



Luvas de segurança obrigatórias



Equipamento de Proteção individual obrigatorio

Sinais de interdição



Proibido fazer fogo ou fumo



Proibido fumar



Proibido a pessoal não autorizado



Proibido utilizar luvas



Proibido usar os veículos de transporte



Proibido transportar pessoas nos veículos de transporte



Água não potável.



Proibido extinguir fogo com água.



Proibido comer ou beber



Proibido a peões

Sinalização de emergência



Primeiros socorros (medico)



Lava-olhos de Emergência



Primeiros socorros



Maca



Chuveiro de emergência



Telefone de primeiros socorros



Saída de Emergência



Saída de Emergência



Saída de Emergência



Saída de Emergência



Saída de Emergência



Ponto de encontro

Warning signs



Radiação laser



Veículos de carga



Perigo de electrocussão



Veneno



Material radioativo ou radiação



Materiais corrosivo



Perigo



Explosivos radioativos

18. Reunião de Segurança

Quando um cliente ou o responsável hierárquico da Goodmorning BV, que gere o projeto, considere necessário, do ponto de vista da segurança e da correta execução dos trabalhos, pode decidir realizar uma reunião de arranque (kick-off). Esta reunião destina-se a discutir os riscos e as medidas de segurança. Todas as pessoas envolvidas devem estar presentes numa reunião de arranque ou numa reunião de segurança (toolbox meeting).
A safety meeting ("toolbox meeting") is important for everyone's safety!

19. Situações de emergência

O que devo fazer em caso de incêndio ou de acidente grave? Mantenha a calma — cada segundo conta.

- Avise imediatamente outras pessoas, os primeiros socorros, colegas e responsáveis; chame a ambulância ou a polícia.
- Ligue para o número de emergência: 112.
- Fale de forma clara e explique quem é, o que aconteceu e onde ocorreu o incidente.

Em caso de acidente

- Certifique-se de que alguém permanece junto da vítima até à chegada de ajuda.
- Não toque nem mova a vítima.
- Se necessário, cubra a vítima para evitar a perda de calor.
- Verifique se existe um socorrista (primeiros socorros) nas proximidades.
- Siga as instruções do socorrista ou da equipa de emergência/ambulância.

Em caso de incêndio

- Assegure-se de que todas as pessoas abandonam o edifício. Always run away from the smoke.
- Afaste-se sempre do fumo.
- Confirme que todas as pessoas saíram do edifício.
- Evite a propagação do incêndio.
- Utilize os extintores de incêndio disponíveis no local.
- A água só pode ser utilizada para extinguir incêndios em papel e madeira.
- Nunca utilize água em aparelhos elétricos nem em materiais que não sejam madeira ou papel.
- Feche portas e janelas. Dirija-se ao ponto de encontro num local seguro.
- Nunca abandone o local sem informar previamente a pessoa responsável pela evacuação, o funcionário da receção em serviço, o responsável, o cliente e/ou o responsável da Goodmorning BV.
- Siga sempre as instruções dos bombeiros.
- Coordene todas as ações com os seus colegas.

Em caso de derrames ou fugas.

Se forem utilizadas **substâncias perigosas**, existe a possibilidade de ocorrerem **fugas ou derrames**.

Para prevenir os efeitos de uma fuga, devem ser consideradas as seguintes possibilidades:

- Recolher a fuga para um recipiente adequado;



- Conter ou absorver os líquidos derramados utilizando areia, aparas ou outros materiais absorventes adequados;
- Selar a origem da fuga;
- Utilizar ventilação natural ou forçada.

Além disso, certifique-se de que o seguinte está sempre disponível:

- **equipamentos de proteção** (óculos de proteção, viseira facial, vestuário especial, botas de borracha, luvas, proteção respiratória);
 - **bidões/recipientes;**
 - **agentes neutralizantes;**
 - **areia ou outros materiais absorventes adequados**

Procedimento.

Para além das informações relativas a substâncias perigosas, podem ser consideradas as seguintes orientações adicionais em caso de derrame ou fuga:

- **Evacuar a área envolvente e notificar especialistas.** Esta medida aplica-se a substâncias muito perigosas que representem um risco grave para as pessoas no ambiente quando libertadas. Caso isso aconteça, deve ser chamado um especialista o mais rapidamente possível.
- **Ventilação.** Sempre que seja possível remover as substâncias por evaporação sem riscos, ou quando outros métodos sejam mais prejudiciais, pode recorrer-se à ventilação.
- **Enxaguar os resíduos com grande quantidade de água.** Este método só pode ser utilizado para sólidos e líquidos quando a substância, em pequenas quantidades, não provocar poluição ambiental grave nem representar risco de explosão no sistema de esgotos.
- **Conter o derrame com areia ou outro material absorvente e transferi-lo para um local seguro.** Este método aplica-se a substâncias que não devem entrar no sistema de esgotos por serem altamente corrosivas, perigosas para a saúde ou poluentes para o ambiente. Um local seguro é um local sem risco de explosão, onde não haja exposição de pessoas à substância e onde esta não cause contaminação ambiental.
- Recolher cuidadosamente os resíduos, de modo a evitar a sua propagação.
- Se a substância puder provocar poluição ambiental grave ou danos no sistema de esgotos, impeça a sua entrada nos esgotos ou em águas abertas.
- No caso de gases inflamáveis e líquidos altamente inflamáveis, utilize ferramentas que não produzam faíscas.
- Durante a limpeza de grandes quantidades de substâncias, podem surgir riscos; sempre que as medidas existentes sejam insuficientes, devem ser aplicadas medidas de proteção adicionais..



Doença

Em caso de doença, contacte a **pessoa de contacto designada da Goodmorning** antes do início do seu turno de trabalho e, se aplicável, o **condutor com quem se desloca para o trabalho**.

Esteja preparado para uma **avaliação médica** por parte do serviço de saúde ocupacional (Arbo) e da organização. Caso necessite de uma **avaliação independente pelo médico do trabalho**, deverá contactar o serviço Arbo da sua região. Se não dispuser dos respetivos contactos, solicite-os à sua pessoa de contacto.

Quando estiver apto a **regressar ao trabalho**, deve entrar em contacto com a sua pessoa de contacto o mais rapidamente possível. **Ausências sem motivo justificado** podem resultar na **retenção da remuneração** e na aplicação de **sanções disciplinares**.

Acordos no escritório da GOODMORNING BV

- Em caso de emergência, o escritório é gerido por um assistente designado.
- Certifique-se de que todos conhecem a localização do kit de primeiros socorros.
- Certifique-se de que todos conhecem a localização dos meios de combate a incêndios.
- Reveja as instruções relativas aos extintores de incêndio existentes.

Não entre em pânico. Mantenha a calma

20. Availability of GOODMORNING BV

Escritório em Etten-Leur	088 - 5008855
Plano	088 - 5008855
O responsável VG	088 - 5008855