

CURSO SEGURANÇA BÁSICA / BASIC SAFETY TRAINING

69,5h (Presencial)

Rev. 01.24.11.2025



Objetivos Gerais (General objectives):

Capacitar Marítimos em formação de segurança básica em conformidade com o Decreto-Lei nº166/2019 de 31 de Outubro, que estabelece o novo regime jurídico da atividade profissional dos marítimos, nomeadamente as normas relativas à inscrição marítima, aptidão médica, formação, certificação, recrutamento e lotação das embarcações, prevendo, em especial, as normas relativas ao mínimo de formação a que estão sujeitos os marítimos a bordo de navios de mar e criando as condições necessárias para a efetiva aplicação da Convenção Internacional sobre Normas de Formação, de Certificação e de Serviço de Quartos para Pessoal de Navios de Pesca (Convenção STCW-F) e da Convenção Internacional sobre Normas de Formação, de Certificação e de Serviço de Quartos (STCW), conforme as respetivas emendas.

Objetivos Específicos (Specific objectives):

- Contribuir para a melhoria das condições de segurança individual e coletiva em que se desenvolve a atividade profissional a bordo dos navios e embarcações;
- Desenvolver as capacidades dos formandos e criar as condições para que adquiram as competências necessárias para a execução de uma profissão a bordo de navios de mar em condições de segurança pessoal e coletiva;
- Capacitar os formandos com as competências profissionais necessárias ao acesso, nas condições legalmente previstas;
- Estimular e contribuir para o aperfeiçoamento individual de modo a consolidar, alargar e aprofundar os conhecimentos teórico-práticos necessários à garantia da segurança a bordo dos navios;

CURSO SEGURANÇA BÁSICA / BASIC SAFETY TRAINING**69,5h (Presencial)**

Rev. 01.24.11.2025

Conteúdo Programático / Carga Horária por módulo (Program content / Workload per module)

Conteúdo Programático	Carga horária		
	Teórica	Prática	Total
Segurança Pessoal e Responsabilidades Sociais (de acordo com as Tabelas A-VI/1-4 da Convenção STCW e Emendas)	20,5h	3h	23,5h
Primeiros socorros básicos a bordo (de acordo com as Tabelas A-VI/1-3 da Convenção STCW e Emendas)	8h	7h	15h
Prevenção e combate a incêndios em embarcações (de acordo com as Tabelas A-VI/1-2 da Convenção STCW e Emendas)	6h	9h	15h
Segurança marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência (de acordo com as Tabelas A-VI/1-1 da Convenção STCW e Emendas)	6h	10h	16h
Total	69h		

Metodologias de Formação (Training Methodologies)

A metodologia da formação é predominantemente participativa e assenta na realização de situações práticas, análise de situações concretas, assim como na troca de experiências entre participante e o formador. Os métodos a utilizar serão o expositivo, interrogativo, demonstrativo e participativo/ativo.

Metodologias de Avaliação das Aprendizagens (Learning Assessment Methodologies)

A avaliação da formação é realizada através de um teste e de exercícios práticos. São também considerados para avaliação os parâmetros relativos: assiduidade e pontualidade; interesse e empenho; participação e a capacidade de aplicar os conhecimentos adquiridos.

Recursos pedagógicos / Espaços e equipamentos (Pedagogical resources / Spaces and equipment)

Material audiovisual e técnico a disponibilizar em cada ação: sala com equipamento adequado; videoprojector; quadro e outros. A cada formando será entregue um Manual de apoio à formação. De acordo com as necessidades detetadas ao nível de recursos específicos a utilizar pelos formadores estas serão solicitadas pelo mesmo.

CURSO SEGURANÇA BÁSICA / BASIC SAFETY TRAINING

69,5h (Presencial)

Rev. 01.24.11.2025

Espaços

Nas nossas instalações na Quinta do Anjo.

- Componente teórica
- Componente prática

Público-alvo (Target Group):

Completar 16 anos de idade até à data prevista para o final do respetivo curso;

Demonstrar possuir a robustez física exigida para o exercício de uma profissão a bordo de um navio de mar de acordo com a legislação relevante em vigor.

Duração Total do Curso (Total Training Duration):

69,5h

Características Específicas da Formação (Specific Characteristics of Training):

A conclusão com aproveitamento do Curso de Qualificação em Segurança Básica dá direito a uma certidão emitida pela CEDROS ao formando, a qual confere o direito a requerer junto da Direção Geral de Recursos Naturais, Segurança e Serviços Marítimos (DGRM), o Certificado de Qualificação em Segurança Básica.

Cronograma (Schedule):

Cronograma Segurança Básica Presencial – 69,5horas	1º dia	2º dia	3º dia	4º dia	5º dia	6º dia
Segurança Pessoal e Responsabilidades Sociais						
1-Introdução (1h)						
2 - Cumprir com os procedimentos de emergência (2h)						
3- Medidas preventivas para evitar a poluição no meio marítimo (4h)	09h00 às 18h00					
4 -Observação de práticas seguras de trabalho (1h)						

CURSO SEGURANÇA BÁSICA / BASIC SAFETY TRAINING

69,5h (Presencial)

Rev. 01.24.11.2025

4 -Observação de práticas seguras de trabalho (3h)		09h00 às 18h00				
5 -Contribuição para comunicações eficazes a bordo no navio (3h)						
6 -Contribuir para relacionamentos humanos efetivos a bordo das embarcações (2h)						
6 -Contribuir para relacionamentos humanos efetivos a bordo das embarcações (1h)						
7 - Prevenção e resposta à violência e assédio, incluindo assédio sexual, bullying e agressão sexual (3h)			09h00 às 17h30			
8 -Compreender e tomar medidas necessárias para controlar a fadiga (1h30)						
9 -Revisão e avaliação (2h)						
Primeiros socorros básicos a bordo						
1-Introdução			9h00 às 17h00			
2. Estrutura e Funções do Corpo						
3. Posicionamento de Vítimas						
4. A Vítima Inconsciente						
5. Reanimação			9h00 às 17h00			
6. Hemorragia						
7. Gestão de Choque						
8. Queimaduras e Escaldões, e Acidentes causados pela Electricidade			9h00 às 17h00			
9. Resgate e Transporte de Vítima						
10. Outros Assuntos			09h00 às 12h00			
11- Revisão e avaliação final						

CURSO SEGURANÇA BÁSICA / BASIC SAFETY TRAINING

69,5h (Presencial)

Rev. 01.24.11.2025

Cronograma Segurança Básica Presencial - 66horas	7º dia	8º dia	9ºdia	10ºdia
Prevenção e combate a incêndios em embarcações				
Introdução, segurança e princípios				
1-Minimizar o risco de incêndio				
2-Manutenção do estado de prontidão para emergências envolvendo incêndios	09h00 às 18h00			
3-Combater e extinguir incêndios		09h00 às 18h00		
4- Revisão e Avaliação		18h00		
Segurança marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência				
1- Introdução				
2-Princípios de Sobrevivência no Mar				
3-Manual de Treino (Formação) SOLAS				
4- Símbolos de Segurança				
5-Localização de Equipamento Salva-Vidas Pessoal			09h00 às 15h00	
6-Embarcações salva-vidas				
7-Meios de Salvamento				
8-Perigos para os sobreviventes no mar				
9-Boias Salva-vidas				
10-Colete Salva-vidas				
11-Coletes Insufláveis				
12-Fatos de Imersão				
13-Proteção Térmica				
14-Aparelho Rádio Portátil destinado a Embarcação salva-vidas			09h00 às 15h00	
15-Radiobalizas de Localização de Sinistros (EPIRB)				
16-Respondedor de Radar (SART)				
17-Pirotécnicos				

**CURSO SEGURANÇA BÁSICA / BASIC SAFETY
TRAINING**

69,5h (Presencial)

Rev. 01.24.11.2025

Cronograma Segurança Básica Presencial – 69,5horas	11ºdia
Segurança marítima – Técnicas pessoais de sobrevivência	
18- Boias Salva-vidas (Prática)	
19-Colete Salva-vidas (Prática)	
20-Coletes Insufláveis (Prática)	
21- Fatos de Imersão (Prática)	09h00 às 16h00
22-Sobrevivência Pessoal sem um colete salva- vidas (Prática)	
23-Embarcar na jangada pneumática(prática)	
24-Revisão e Avaliação	