

Lingador, Sinaleiro_ GWO SLS / Slinger, Signaller

(15:40 horas – inclui pausas) / (15:40 hours – including breaks)

Rev. 00.26112025



Objetivos Gerais (General objectives):

Capacitar os participantes a assumir a responsabilidade de apoiar e cuidar de si próprios e dos outros enquanto trabalham com sinalização de lingas na indústria eólica, possuindo os conhecimentos, competências e capacidades necessários para realizar as tarefas atribuídas com segurança e eficiência.

Trabalhar dentro da na indústria eólica utilizando as técnicas de linguagem e sinalização durante operações simples de elevação, ou seja, elevações realizadas com base num plano de elevação ou cobrindo riscos conhecidos.

Objetivos Específicos (Specific objectives):

O participante deverá ficar apto a responsabilizar-se por:

- Engatar e desengatar a carga ao gancho da grua;
- Iniciar e direccionar o movimento seguro da grua, incluindo vários sinaleiros durante içamentos limitados ou cegos, tanto em situações familiares como desconhecidas;
- Identificar o seu papel e as suas responsabilidades durante o levantamento;
- Realizar a pré e pós-inspeção visual dos acessórios de elevação e da carga;
- Manusear os acessórios de elevação;
- Garantir a elevação e posicionamento seguros da carga;
- Saber amarrar vários tipos de carga, com base no peso, centro de gravidade, forma e tamanho e pedir orientações quando necessário;
- Realizar levantamentos de rotina genéricos de acordo com o plano de levantamento, de forma independente e responsável;

Lingador, Sinaleiro_ GWO SLS / Slinger, Signaller**(15:40 horas – inclui pausas) / (15:40 hours – including breaks)**

Rev. 00.26112025

- Cumprir as instruções/procedimentos estabelecidos pelo empregador para gerir o levantamento de pesos e procurar orientação quando necessário;
- Garantir que o equipamento seja adequadamente utilizado, mantido e que os defeitos são reportados.

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

Conteúdos Programáticos		Tempo Estimado
1. Introdução à formação	Introdução	45 min
	Fatores humanos	
	Motivação	
	EPI	
2. Teoria Geral	Função e Sinais Básicos	145 min
	Legislação	
	Tipos de equipamento de elevação	
	Acessórios	
	Dinâmico ou estático	
	Planos genéricos de levantamentos de rotina	
	Avaliação de Risco	
	Impacto ambiental	
3. Prática	Movimentação Manual de cargas	570 min
	Estropos, Manilhas, Sacos de elevação	
	Armazenamento de acessórios	
	Verificação pré e pós uso	
	Quarentena do equipamento	
	Funções da grua	
	Dispositivos de orientação da carga, Ângulos de levantamento, Centro de Gravidade (COG)	
	Cargas suspensas e queda de objetos	
	Zonas de levantamento	

Lingador, Sinaleiro_ GWO SLS / Slinger, Signaller

(15:40 horas – inclui pausas) / (15:40 hours – including breaks)

Rev. 00.26112025

	Funções e responsabilidades do sinaleiro	
	Reunião prévia de Segurança	
	Sinais manuais	
	Técnicas de amarração	
4. Revisão, Feedback e Avaliação	Revisão da formação	60 min
	Feedback	
	Teste teórico	
TOTAL		820 min

Exercícios Práticos

- utilizar os sinais para movimentação de cargas
- identificar marcações incorretas
- utilização de cintas
- utilização de manilhas
- utilização de acessórios de elevação de carga
- orientar a movimentação de cargas simples
- Demonstrar conhecimento sobre o centro de gravidade das cargas
- demonstrar habilidade de identificar cargas que necessitem de quarentena
- demonstrar conhecimento sobre as forças aplicadas nas cintas com base no ângulo
- navegar a grua de forma a que a carga circule por obstáculos

Forma de Organização da Formação (Training Organization Form)

Presencial.

Metodologias de Formação (Training Methodologies)

A metodologia da formação é predominantemente participativa e assenta na realização de situações práticas.

Os métodos a utilizar serão o expositivo, demonstrativo e participativo/ativo.

Metodologias de Avaliação das Aprendizagens (Learning Assessment Methodologies)

222 456 974 | 210 868 855
www.cedros.pt - cedros@cedros.pt

Lingador, Sinaleiro_ GWO SLS / Slinger, Signaller



(15:40 horas – inclui pausas) / (15:40 hours – including breaks)

Rev. 00.26112025

A avaliação da formação é realizada a partir de um exercício de avaliação, teste teórico e 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 mobiliário adequado; videoprojector; quadro e outros.

A cada formando será enviado um Manual de apoio à formação em formato digital.

De acordo com as necessidades detetadas ao nível de recursos específicos a utilizar pelos formadores estas serão solicitadas pelo mesmo.

Equipamentos:

- Documentação:
 - Plano de elevação para cargas que serão levantadas durante o treino prático
- Ferramentas:
 - Rádio bidirecionais
- Cintas: sintética sem fim, web sling, corrente, cabo de ancoragem;
- Viga de distribuição;
- Ganchos;
- Manilhas: Tipo rosca e porca; Tipo giratória;
- Acessórios de elevação: sacos de levantamento; Linha de Tag;
- Fixações de carga: parafuso e porca de olhal; Munhões; olhais giratórios; conectores CLB/CLT (Travamento de cam); alças de elevação permanentes;
- Vários tipos de carga para elevar: deve incluir uma carga com o centro de gravidade desnivelado, obrigando ao uso da linha de tag;
- Exemplos de equipamentos de elevação defeituoso: em sobrecarga; com certificação expirada; tags incompletas ou ilegíveis;

Lingador, Sinaleiro_ GWO SLS / Slinger, Signaller



(15:40 horas – inclui pausas) / (15:40 hours – including breaks)

Rev. 00.26112025

- Grua;
- Consumíveis;
- EPI;
- Outros equipamentos que possam ser pertinentes para a prática formativa.

Público-alvo (Target Group):

Trabalhadores que operam no ramo da indústria eólica realizando técnicas de amarração e sinalização durante operações simples de elevação, ou seja, elevações realizadas com base num plano de elevação que abrange riscos conhecidos.

Duração Total do Curso (Total Training Duration): 15:40 horas, incluindo pausas

Características Específicas da Formação (Specific Characteristics of Training):

Validade: Não é aplicado período de validade a este certificado.

De acordo com o Standard versão 4.

Processo de Revisão da Avaliação:
O processo de avaliação do formando poderá ser alvo de revisão, sempre que se justificar, podendo ocorrer a pedido do formando ou caso seja detetada alguma não conformidade. Caso ocorra esta revisão ao processo de avaliação do formando, o teste de avaliação é revisto por outro formador GWO do respetivo módulo, podendo ainda verificar-se a necessidade de repetir a componente prática dos módulos, através da reavaliação dos exercícios com outro formador.