

# PLANO FORMAÇÃO

abril - junho



## 1. SEGURANÇA E HIGIENE NO TRABALHO

### 1.1 CONDUTORES/MANOBRADORES DE EQUIPAMENTOS

#### EQUIPAMENTOS DE ELEVAÇÃO DE PESSOAS E CARGAS

	🕒	Abr	Maio	Jun
Segurança na Condução de Empilhadores	8H	12 30	10 28	14 25
Renovação da Certificação de Empilhadores	8H	12 30	10 28	14 25
Formação Inicial de Condutores de Empilhadores	14H	28 e 29	26 e 27	23 e 24
Segurança na Operação de Plataformas Elevatórias	8H	24		30
Formação Inicial na Operação de Plataformas Elevatórias: Verticais e Multidirecionais	14H			26 e 27
Segurança na Operação de Camião dotado de Barquinha Elevatórias	8H		5	
Formação Inicial de Operação de Camião dotado de Barquinha Elevatórias	14H		19 e 20	
Segurança na Condução de Empilhadores Telescópicos Multifunções	8H		9	

**Nota: A realização das ações de formação depende do número mínimo de inscrições e de confirmação prévia da Entidade Formadora.**

# PLANO FORMAÇÃO

abril - junho



## 1. SEGURANÇA E HIGIENE NO TRABALHO

### EQUIPAMENTOS DE ELEVAÇÃO DE CARGAS SUSPENSAS

	🕒	Abr	Maio	Jun
Segurança na Operação de Gruas	8H		3	
Formação Inicial de Operadores de Gruas	14H			27 e 28
Segurança na Operação de Camião Grua	8H		30	
Segurança na Operação de Pontes Rolantes	8H	14		16
Formação Inicial de Segurança na Operação de Pórticos e Pontes Rolantes	14H		20 e 21	
Elaboração de Planos de elevação de Cargas: Gruas e Camião Grua -Online <b>NOVO</b>	12H			

**Nota: A realização das ações de formação depende do número mínimo de inscrições e de confirmação prévia da Entidade Formadora.**



## 1. SEGURANÇA E HIGIENE NO TRABALHO

### 1.1 Condutores/manobradores de Equipamentos

#### CONDUTORES/MANOBRADORES DE MOVIMENTAÇÃO DE TERRAS



**Abr Maio Jun**

Condutor/ manobrador de Equipamentos de Movimentação de Terras - Teórico	4H			
Segurança na Condução de Retroescavadora *	8H			
Segurança na Condução de Retroescavadora - prática *	4H			
Segurança na Condução de Escavadora - Giratória *	8H			
Segurança na Condução de Escavadora - Giratória - prática*	4H			
Segurança na Operação de Pás Carregadoras *	8H			
Segurança na Operação de Pás Carregadoras - prática*	4H			
Segurança na Operação de Mini Carregadora*	8H			

\* NOTA: Formação a realizar na modalidade Intra Empresas

#### OUTROS EQUIPAMENTOS

Segurança na Utilização de Motosserras e Motorroçadoras	8H	16	15	12
Inspeção de Acessórios e Lingagem de Cargas- Online	4H		5	
Segurança no Manuseamento de Equipamentos sob Pressão (Caldeiras)	7H			2
Segurança na Utilização de Escadas e Escadotes	7H		12	



## 1.2 FORMAÇÃO DE SHST (Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho)

### CURSOS GERAIS DE SHST



**Abr Maio Jun**

		Abr	Maio	Jun
Passaporte Segurança e Ambiente - Online	14H		29 e 30	
Renovação de Passaporte Segurança e Ambiente - Online e/ou presencial	8H		6	
Boas Práticas de Higiene e Segurança no Trabalho - Online e/ou presencial	8H	4		
Emergência e Primeiros Socorros no local de Trabalho	14H			16 e 17
Primeiros Socorros: Reciclagem - Online e/ou presencial	8H			23
Prevenção de Combate a Incêndios (c/ componente prática)	8H	5	21	
Ergonomia e Movimentação Manual de Cargas: Exercícios práticos de prevenção de lesões músculo esqueléticas	8H	21		
Implementação de Medidas de Auto Proteção (1ºs socorros, PC Incêndios e Evacuação)	14H			x
Verificação de EPI's nos Trabalhos em Altura - Online	4H		14	
Verificação de Equipamentos de Trabalho (DL 50/2005) - Online	8H		26	
Segurança na Utilização de Ferramentas e Outros Equipamentos de Trabalho	8H			27

**Nota: A realização das ações de formação depende do número mínimo de inscrições e de confirmação prévia da Entidade Formadora.**

# PLANO FORMAÇÃO

abril - junho



## 1.2 FORMAÇÃO DE SHST (SEGURANÇA, HIGIENE E SAÚDE NO TRABALHO)

### CURSOS ESPECÍFICOS DE SHST

🕒 **Abr Maio Jun**

Segurança nos Trabalhos em Altura e Técnicas de Resgate (c/ componente prática)	14H		8 e 9	
Segurança nos Trabalhos em Altura - Online e/ou presencial	8H	24		27
Inspeção e Utilização de Andaimés	8H		5	
Segurança no Manuseamento de Equipamentos Sob Pressão	8H		x	
Segurança em Atmosferas potencialmente Explosivas: Diretiva ATEX - Online	4H	11		
Segurança em Estabelecimentos abrangidos pela Diretiva SEVESO III - Online	4H			13
Segurança em Espaços Confinados (c/ componente prática)	8H	9		18
Trabalhador Designado/Representante do Trabalhador -Online e/ou presencial <b>NOVO</b>	40H		x	
Liderança e Segurança no Trabalho <b>NOVO</b>	7H		7	

Nota: A realização das ações de formação depende do número mínimo de inscrições e de confirmação prévia da Entidade Formadora.



## 2. METALÚRGIA E METALOMECÂNICA

	🕒	Abr	Maio	Jun
Manutenção Industrial I	14H		x	
Ventiladores Industriais	14H			x
Pneumática Industrial - Nível I	21H			25 e 26
Óleo Hidráulica Industrial: Nível I	21H	22 e 23		
Eletro-Hidráulica	14H			x
Rolamentos e Chumaceiras	14H		x	
Técnicas de Lubrificação - Online	14H	29 e 30		
Controlo de Fluídos na Industria - Online	14H		27 e 28	
Eletropneumática	14H			17 e 18
Metrologia Dimensional	8H		20	
Metrologia e Calibração	8H	15		

**Nota: A realização das ações de formação depende do número mínimo de inscrições e de confirmação prévia da Entidade Formadora.**



# PLANO FORMAÇÃO

abril - junho



## 3. ELETRÓNICA E AUTOMAÇÃO



**Abr Maio Jun**

Autómatos Programáveis -Inicial	14H		x	
Sensores Industriais -Essencial	7H			x
Variadores de Velocidade -Essencial	7H		x	
Microcontroladores -Arduíno	7H	x		
Redes de Comunicação Industrial - Ethernet	16H			x

**Nota: A realização das ações de formação depende do número mínimo de inscrições e de confirmação prévia da Entidade Formadora.**

# PLANO FORMAÇÃO

abril - junho



## 4. ELETRICIDADE E ENERGIA

		Abr	Maio	Jun
Segurança Elétrica: Prevenção de Riscos	7H		12	
Manutenção de Quadros Elétricos Industriais	7H			x
Noções Básicas de Eletricidade - Online e/ou presencial	14H	29 e 30		
Manutenção Elétrica: Trabalhos em Baixa Tensão	7H			12
LOTO: Consignação de Máquinas, Equipamentos e Instalações Elétricas	8H		5	
Técnicas de Manutenção de Motores Elétricos	7H		9	

**Nota: A realização das ações de formação depende do número mínimo de inscrições e de confirmação prévia da Entidade Formadora.**



# PLANO FORMAÇÃO

abril - junho



## 5. INDÚSTRIA, LOGÍSTICA E ARMAZÉM



**Abr Maio Jun**

Aprovisionamento e Gestão de Stocks - Online	14H	3 e 4		
Gestão de Armazém e Logística- Online	14H		8 e 9	
Six Sigma	8H	24		5
Conceito Lean -Online	14H			2 e 3
Técnicas de Venda: Orientação para o Cliente -Online	14H		12 e 13	

## 6. COMÉRCIO E COMPORTAMENTAL

Liderança e Motivação de Equipas - Online	14H		26 e 27	
Gestão de Conflitos - Online	8H			17 e 18
Gestão da Mudança Organizacional e Inovação <b>NOVO</b>	8H			21

**Nota:** A realização das ações de formação depende do número mínimo de inscrições e de confirmação prévia da Entidade Formadora.



## 7. LÍNGUAS E INFORMÁTICAS

**Abr Maio Jun**

Língua Inglesa - acolhimento e assistência ao cliente: UFCD 3444 (Pós Laboral) *	50H			
Língua Inglesa: Informação e Orientação UFCD 3462 *	25H			
Língua Francesa - atendimento - UFCD 3455 *	50H			
Língua Alemã - acolhimento e assistência ao cliente: UFCD 3455 (Pós Laboral) *	50H			
Língua Espanhola - Informação e Orientação UFCD 6948 (Pós Laboral) *	25H			
Excel Avançado*	25H			
Word Avançado*	25H			
Autocad	25H		7, 8 e 9	
Iniciação á Impressão 3D –Software Cura (c/ componente prática)	8H			14
Fotografia Digital -básico	21H			x

\* Formação a realizar na modalidade Intra Empresas

**Nota: A realização das ações de formação depende do número mínimo de inscrições e de confirmação prévia da Entidade Formadora.**

# PLANO FORMAÇÃO

abril - junho



## 8. QUALIDADE E AMBIENTE

	🕒	Abr	Maio	Jun
Auditorias da Qualidade: Referencial ISO 19011 - Online	14H	x		16 e 17
Migração para a Norma NPISO 45001:2019 e sua implementação - Online	14H		5 e 6	
Sensibilização Ambiental - Online	4H	11		
Gestão de Resíduos - Online	8H			13
QAS-Gestão Integrada	21H			25, 26 27

**Nota: A realização das ações de formação depende do número mínimo de inscrições e de confirmação prévia da Entidade Formadora.**

## CONTACTOS



geral@atarservicos.pt



+351 244 827 188  
+351 961 418 707



Av. Heróis de Angola, nº 76 2º C  
2400-153 Leiria



[www.atarservicos.pt](http://www.atarservicos.pt)



### NECESSITA DE FORMAÇÃO Á MEDIDA?

ENTRE EM CONTACTO E NÓS AJUDAMOS A ENCONTRAR  
FORMAÇÃO ESPECÍFICA PARA OS SEUS COLABORADORES!



### CONHECE TODOS OS APOIOS E INCENTIVOS Á FORMAÇÃO?

**NÓS AJUDAMOS!**