

## PROGRAMA DE FORMAÇÃO

Designação: MANOBRAS DE ESCADAS

Código: UFCD9882

Tipo de formação: Ingresso e atualização.

Área de formação: Manobras com equipamentos.

### Objetivo geral:

Dotar os estagiários com competências técnico-operacionais nas manobras com escadas.

### **Objetivos específicos:**

Após a conclusão da UFCD, os formandos devem:

### 1. Saber:

- Identificar as diferentes peças de equipamento utilizadas no serviço de bombeiros.

### 2. Saber fazer:

- Montar escadas manuais e mecânicas de diversos tipos;
- Arvorar escadas manuais e mecânicas para acesso a pisos acima do piso térreo.

### 3. Saber ser e estar:

- Acatar prontamente as orientações operacionais emanadas do chefe de equipa;
- Manter-se fisicamente preparado para o desempenho da função.

### Destinatários:

De acordo com o referencial de formação de Bombeiro/a, destina-se a estagiários da carreira de bombeiro profissional.

Em atualização, destina-se a pessoal dos corpos de bombeiros voluntários.

**Modalidade de formação**: Modular certificada.

Organização da formação: Presencial.

### **Conteúdos programáticos**:

Escalada com escada de ganchos:

- Individual;
- A dois.

Montagem e acesso por escada extensível.

Montagem e acesso por veículo com meios elevatórios:

- Com cesto;
- Com plataforma de trabalho.

Montagem e acesso por veículo com meios elevatórios, por escada.

Procedimentos de segurança.

Ordem unida e preparação física.

### Carga horária: 50 horas.

### Horários/cronograma:

Sessão	Designação	Du	ıração	previs	sta
363340	Designação	СТ	PS	TP	VE
9882-S1	Escalada com escada de ganchos	-	21	-	-
9882-S2	Montagem e acesso por escada extensível	1	12	-	1
9882-S3	Montagem e acesso por veículo com meios		3		
9002-33	elevatórios	-	0	-	•
9882-S5	Montagem para acesso com linhas de mangueira	-	7		
9881-S5	Ordem unida e preparação física	1	7	-	1
	Subtotal	-	50	-	-
	Total		5	0	

CT: científico-tecnológico; PS: prática simulada; TP: teórico-prática; VE: visita de estudo.

Metodologias de formação: Sessões práticas. Métodos ativos.

### Critérios e metodologias de avaliação:





A avaliação dos formandos compreende uma **avaliação prática contínua** que incide sobre a execução das manobras, de acordo com as respetivas fichas de avaliação.

Para que o formando seja aprovado é necessário que obtenha, numa escala de 0 a 20, uma classificação igual ou superior a 10 valores em cada uma das provas da avaliação prática. As classificações são apresentadas às centésimas, não havendo lugar a arredondamentos.

<u>Local de realização</u>: Nas instalações dos corpos de bombeiros ou em outros locais devidamente homologados pela ENB.

### Recursos técnico-pedagógicos:

A disponibilizar pela ENB:

- Escalada com escada de ganchos (sessão 1):
  - MA81-020, manobra com escada de ganchos.
- Montagem e acesso por escada extensível (sessão 2):
  - MA81-021, manobra com escada extensível;
- Montagem e acesso por veículo com meios elevatórios (sessão 3):
  - MA81-022, manobra com meios elevatórios.
- Montagem para acesso com linhas de mangueira (sessão 4):
  - MA01-004, estabelecimento de linhas de ataque por meio exterior.
- Ordem unida e preparação física (sessão 5):
  - MA08-001, movimentos e posições;
  - MA08-002, alinhamentos e mudanças de frente a pé firme;
  - MA08-003, passo em frente e à retaguarda, abrir e unir fileiras;
  - MA08-004, passos laterais, em frente e à retaguarda;
  - MA08-005, continência, marcar passo a pé firme e trocar passo;
  - MA08-006, marchas.

### Espaços e equipamentos (a disponibilizar pelo corpo de bombeiros):

- Casa-escola ou edifício similar com cerca de 15 metros de altura, constituído por quatro pisos, um dos quais térreo, janelas e varandas protegidas, com dimensões normalizadas;
- Parada do quartel ou terreno plano, isento de obstáculos, preferencialmente com dimensões mínimas aproximadas de 20 metros por 20 metros;
- Veículos do corpo de bombeiros, equipados conforme o Regulamento de Especificações
   Técnicas de Veículos e Equipamentos Operacionais dos Corpos de Bombeiros;
- Agulhetas com ligação Storz C;
- Alavanca de arrombamento ou similar;
- Aparelhos respiratórios isolantes de circuito aberto (ARICA);
- Chaves de manobra para ligação das uniões (Storz AxBxC);
- Disjuntor com uniões Storz BxCxC;
- Equipamentos de proteção individual, conforme ficha técnica n.º 11;
- Escada com três lanços de três metros cada;
- Escada extensível de 12 a 15 metros de alcance;
- Escadas de ganchos;
- Francaletes de gancho;
- Lanços de mangueira flexível DN38/45 e DN70;
- Porta-mangueiras (se disponível);
- Rádios portáteis.

<u>Número de formandos</u>: Mínimo 10, máximo 16. As ações de formação iniciam-se com 16 formandos. Sendo sem honorários, podem iniciar-se com o mínimo de 10 formandos. Em qualquer dos casos, até ao final da ação de formação, o número de formandos não pode ser inferior a 10.

### Pré-requisitos:

- Os constantes na legislação em vigor;
- Robustez física e perfil psíquico necessário ao desempenho de funções, comprovada por





declaração do formando, conforme o Decreto-Lei n.º 242/2009, de 16 de setembro.

Critérios de seleção: Da responsabilidade do comandante do corpo de bombeiros.

### Critérios de exclusão:

De verificação alternativa:

- Os previstos no regulamento interno do corpo de bombeiros;
- Ter cometido infração no que respeita às regras estabelecidas no âmbito da formação;
- Ter faltado a um número de horas superior a 10% do total da UFCD.

Certificação: Concluído o módulo com aproveitamento, é emitido um certificado pela ENB.

### Observações:

Os formandos devem apresentar-se na formação com:

- Uniforme n.º 3;
- Cartão de Cidadão.

Na primeira hora de formação os formandos verificam e atualizam os dados constantes na ficha de identificação do formando e assinam o termo de responsabilidade para a frequência da UFCD.

### **Bibliografia:**

- ALMEIDA, João; PARRULAS, Jorge e VELEZ, Simão Educação Física e Desportos. In "Manual de Formação Inicial do Bombeiro". 1.ª ed. Sintra: Escola Nacional de Bombeiros, 2015. ISBN 978-972-8792-33-6. Vol. XVIII;
- ALVES, Armindo Branco Oliveira Manobras de Mangueiras e Motobombas. In "Manual de Formação Inicial do Bombeiro. 1.ª ed. Sintra: Escola Nacional de Bombeiros, 2004. ISBN 972-8792-15-8. Vol. XIV;
- CARVALHO, Pedro e MIRA, Rodrigo Manual de Manobras de Escadas Manuais para Serviço de Bombeiros, Ed. Serviço Regional de Proteção Civil e Bombeiros dos Açores (SRPCBA). Açores: SRPCBA. 2012, pp. 39-64. ISBN 978-989-20-3206-1;
- Regulamento de Ordem Unida, Honras e Continências para os Corpos de Bombeiros.
   Lisboa: Serviço Nacional de Bombeiros, 1994;
- Textos e documentos eletrónicos disponíveis em http://elearning.enb.pt/



	de Bombeiros														ποτατίο ιας	,or a
	Tipo			Ingresso a Atualização			gnação				nobras de Escadas		Coordenação			
	Semana de:			a			ăo n.º			digo UFC		N.º S		N.º	Ação SIGO	
Н	SEGUNDA FEIRA			TERÇA FEIRA		QUARTA FEIRA			QUINTA FEIRA		SEXTA FEIRA		SÁBADO		DOMINGO	
09:00 10:00	Ordem unida e preparação física (S5)		PS	Ordem unida e preparação física (S5)	PS	Ordem unida e preparação física (S5	)	PS	Ordem unida e preparação física (S5)		Ordem unida e preparação física (SS)		Ordem unida e preparação física (S5)	30	Ordem unida e preparação física (S5)	PS
10:00 11:00	Escalada com escada de ganchos (S1)		PS	Escalada com escada de ganchos (S1)	PS	Escalada com escada de ganchos (S1	)	PS	Escalada com escada de ganchos (S1)	1	2 Escalada com escada de ganchos (S1)		Escalada com escada de ganchos (S1)	30	Escalada com escada de ganchos (S1)	PS
11:00 12:00	Escalada com escada de ganchos (S1)		PS	Escalada com escada de ganchos (S1)	PS	Escalada com escada de ganchos (S1	)	PS	Escalada com escada de ganchos (S1)	1	Escalada com escada de ganchos (S1)		Escalada com escada de ganchos (S1)	ž	Escalada com escada de ganchos (S1)	PS
12:00 13:00	Escalada com escada de ganchos (S1)		PS	Escalada com escada de ganchos (S1)	PS	Escalada com escada de ganchos (S1	)	PS	Escalada com escada de ganchos (S1)	1	Escalada com escada de ganchos (S1)		Escalada com escada de ganchos (S1)	30	Escalada com escada de ganchos (S1)	PS
	Intervalo para refeição -	Intervi	alo p	ara refeição - Intervalo para refeição	- Intervo	ılo para refeição - Intervalo para rej	eição -	Inte	ervalo para refeição - Intervalo para r	feição	<ul> <li>Intervalo para refeição - Intervalo par</li> </ul>	a rețeiçi	io - Intervalo para refeição - Interval	o para refe	ição - Intervalo para refeição	
14:00 15:00	Montagem e acesso por escada extensível (S2)		PS	Montagem e acesso por escada extensível (S2)	S	Montagem e acesso por escada extensível (S2)		PS	Montagem e acesso por escada extensível (S2)	ā	Montagem e acesso por veículo com meios elevatórios (S3)		Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	ğ	Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	PS
15:00 16:00	Montagem e acesso por escada extensível (S2)		PS	Montagem e acesso por escada extensível (S2)	PS	Montagem e acesso por escada extensível (S2)		PS	Montagem e acesso por escada extensível (S2)	1	Montagem e acesso por veículo com meios elevatórios (S3)		Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	3	Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	PS
16:00 17:00	Montagem e acesso por escada extensível (S2)		PS	Montagem e acesso por escada extensível (S2)	PS	Montagem e acesso por escada extensível (S2)		PS	Montagem e acesso por escada extensível (S2)		Montagem e acesso por veículo com meios elevatórios (S3)		Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	30	Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	PS
17:00 18:00													Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	30	2	
	Intervalo para refeição -	Interv	alo p	ara refeição - Intervalo para refeição	- Intervo	ılo para refeição - Intervalo para rej	eição -	Inte	ervalo para refeição - Intervalo para r	ețeição	- Intervalo para refeição - Intervalo par	a rețeiçi	o - Intervalo para refeição - Interval	o para refe	ição - Intervalo para refeição	
20:00 21:00																
21:00 22:00																
22:00 23:00																
23:00 24:00																
СТ	A Distância  Científico Tecnológico  Prática Simulada 50	Le	PC V	la / horas semana CT Prática em contexto de trabalho E Visitas de estudo A Sensibilização ambiental		To D CT PS 50	al horas o	P(	O CT //E							



	de Bombeiros	Ingresso	Designação	Montagem de Bom	nbas e Linhas de Mangueira	Coordenação			
Sem	mana de:	а	Ação n.º	Código UFCD			N.º Ação SIGO		
Н	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA	SÁBADO	DOMINGO		
09:00 10:00						Ordem unida e preparação física (S5)	Ordem unida e preparação física (SS)		
10:00 11:00						Ordem unida e preparação física (SS)	Ordem unida e preparação física (SS)		
11:00 12:00						Escalada com escada de ganchos (S1)	Escalada com escada de ganchos (S1)		
12:00 13:00						Escalada com escada de ganchos (S1)	Escalada com escada de ganchos (S1)		
	Intervalo para refeição - Intervalo	para refeição - Intervalo para refeição - Intervalo	para refeição - Intervalo para refeição - Interval	o para refeição - Intervalo para refeição -	Intervalo para refeição - Intervalo para refei	ção - Intervalo para refeição - Intervalo par	ra refeição - Intervalo para refeição		
14:00 15:00						Escalada com escada de ganchos (S1)	Escalada com escada de ganchos (S1)		
15:00 16:00						Escalada com escada de ganchos (S1)	Escalada com escada de ganchos (S1)		
16:00 17:00						Escalada com escada de ganchos (S1)	Escalada com escada de ganchos (S1)		
17:00 18:00						Escalada com escada de ganchos (S1)	Escalada com escada de ganchos (S1)		
20:00 21:00	Intervalo para refeição - Intervalo	para refeição - Intervalo para refeição - Intervalo	para refeição - Intervalo para refeição - Interval	o para refeição - Intervalo para refeição -	Intervalo para refeição - Intervalo para refei	ção - Intervalo para refeição - Intervalo par	ra refeição - Intervalo para refeição		
21:00 22:00									
22:00 23:00									
23:00 24:00									
CT Cie	Distância F entífico Tecnológico	olda/ horas semana PCT Prática em contexto de trabalho VE Visitas de estudo SA Sensibilização ambiental	Total horas curso   D						



Tipo	de Bombeiros			Designaç	ão					Coordenação			
Semana	na de:	а	ı	Ação n.	.9	Có	ligo UFCD		N.º SIIF		N.º A	ção SIGO	
Н	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	Q	UARTA FEIRA		QUINTA FEIRA		SEXTA FEIRA		SÁBADO		DOMINGO	
09:00 10:00										Ordem unida e preparação física (S5)	PS	Ordem unida e preparação física (SS)	PS
10:00 11:00										Montagem e acesso por escada extensível (S2)	PS	Ordem unida e preparação física (S5)	PS
11:00 12:00										Montagem e acesso por escada extensível (S2)	PS	Escalada com escada de ganchos (S1)	PS
12:00 13:00										Montagem e acesso por escada extensível (S2)	PS	Escalada com escada de ganchos (S1)	PS
	Intervalo para refeição - Intervalo	para refeição - Intervalo para refeição -	Intervalo para refeição	- Intervalo para refeiçã	o - In	tervalo para refeição - Intervalo para re	feição -	Intervalo para refeição - Intervalo para i	ețeição	- Intervalo para refeição - Intervalo	para refeio	ão - Intervalo para refeição	
14:00 15:00										Escalada com escada de ganchos (S1)	PS	Montagem e acesso por escada extensível (S2)	PS
15:00 16:00										Escalada com escada de ganchos (S1)	PS	Montagem e acesso por escada extensível (S2)	PS
16:00 17:00										Escalada com escada de ganchos (S1)	PS	Montagem e acesso por escada extensível (S2)	PS
17:00 18:00										Escalada com escada de ganchos (S1)	PS		
	Intervalo para refeição - Intervalo	para refeição - Intervalo para refeição -	Intervalo para refeição	- Intervalo para refeiçã	o - In	tervalo para refeição - Intervalo para re	teição -	Intervalo para refeição - Intervalo para i	ețeição	- Intervalo para refeição - Intervalo	para refeio	ão - Intervalo para refeição	
20:00 21:00		Montagem e acesso por escada extensível (S2)		acesso por escada nsível (S2)	PS	Escalada com escada de ganchos (S1)	PS	Montagem e acesso por veículo com meios elevatórios (S3)	PS				
21:00 22:00		Montagem e acesso por escada extensível (S2)		acesso por escada nsível (S2)	8	Escalada com escada de ganchos (S1)	8	Montagem e acesso por veículo com meios elevatórios (S3)	æ				
22:00 23:00		Montagem e acesso por escada extensível (S2)		acesso por escada nsível (S2)	82	Escalada com escada de ganchos (S1)	8	Montagem e acesso por veículo com meios elevatórios (S3)	88				
23:00 24:00													
		nda / horas semana			oras cur								
D A Distâ CT Científi PS Prática	fico Tecnológico	PCT Prática em contexto de trabalho VE Visitas de estudo SA Sensibilização ambiental		D CT PS 43		VE SA							



	de Bombeiros						Horario pos-iaborai
	Tipo Semana de:	а	Designação Ação n.º	Código UFCD	N.º SIIF	Coordenação	N.º Ação SIGO
Н	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
09:00 10:00						Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	8
10:00 11:00						Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	8
11:00 12:00						Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	8
12:00 13:00						Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	8
14:00 15:00	Intervalo para refeição - * Interva	olo para refeição - Intervolo para refeição - Interva	lo para refeição — Intervalo para refeição — Int	tervalo para refeição - Intervalo para refeição - Interva	lo para refeição - Intervalo para refeição	- Intervalo para refeição - Intervalo par Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	a refeição - Intervalo para refeição
15:00 16:00						Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	8
16:00 17:00						Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	8
17:00 18:00							
20:00 21:00	Intervalo para rejeição - Interva	para refeição - Intervalo para refeição - Interva	lo para refeição — Intervalo para refeição — Int	tervalo para refeição - Intervalo para refeição - Interva	lo para refeição — Intervalo para refeição	- Intervalo para referção - Intervalo par	a refeição - Intervalo para refeição
21:00 22:00							
22:00 23:00							
23:00 24:00							
CT	Leg A Distância Científico Tecnológico Prática Simulada 7	penda / horas semana PCT Prática em contexto de trabalho VE Visitas de estudo SA Sensibilização ambiental	CT N	DOCT VE SA			

# Horário fim de semana

Tip	de Bombeiros	Ingresso e Atualização	Designação	Manob			
Seman		а	Ação n.º	Código UFCD	9882 N.º SII	Coordenação N.º	<sup>2</sup> Ação SIGO
Н	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
09:00 10:00						Ordem unida e preparação física (SS)	Ordem unida e preparação física (55)
10:00 11:00						Ordem unida e preparação física (SS)	Escalada com escada de ganchos (S1)
11:00 12:00						Escalada com escada de ganchos (S1)	Escalada com escada de ganchos (S1)
12:00 13:00						Escalada com escada de ganchos (S1)	Escalada com escada de ganchos (S1)
14:00 15:00	intervalo para refeição - Intervalo	para rejeição - Intervão para rejeição - Intervá	no para rejeição - Intervalo para rejeição - Inte	ervalo para rejeição - Intervalo para rejeição -	mtervalo para rejeição — Intervalo pará rejeição	Montagem e acesso por escada extensível (S2)	Montagem e acesso por escada extensível (S2)
15:00 16:00						Montagem e acesso por escada extensível (S2)	Montagem e acesso por escada extensível (S2)
16:00 17:00						Montagem e acesso por escada extensível (S2)	Montagem e acesso por escada extensível (S2)
17:00 18:00						Montagem e acesso por escada extensível (S2)	Montagem e acesso por escada extensível (S2)
20:00 21:00	mervalo palo rejecco - mervalo	para refeição - Intervalo para refeição - Interva	para refeição - Intervalo para refeição - Int	ervalo para refeição - Intervalo para refeição -	imervalo para rejeli, da 🥌 imervalo para rejeli, de	o = mreivano para rejentao = mreivano para rej	ercuo - mervaro para rejercuo
21:00 22:00							
22:00 23:00							
23:00 24:00							
D A Dista CT Científ PS Prática	ância I Ífico Tecnológico	nda / horas semana PCT Prática em contexto de trabalho VE Visitas de estudo SA Sensibilização ambiental	CT V	O CT			



# Horário fim de semana

	de Bombeiros		Designação			Coordenação	morano jim de semana
Se	emana de:	а	Ação n.º	Código UFCD	N.º SI		N.º Ação SIGO
н	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
09:00 10:00						Ordem unida e preparação física (SS)	Ordem unida e preparação física (SS)
10:00 11:00						Escalada com escada de ganchos (S1)	Escalada com escada de ganchos (S1)
11:00 12:00						Escalada com escada de ganchos (S1)	Escalada com escada de ganchos (S1)
12:00 13:00						Escalada com escada de ganchos (S1)	Escalada com escada de ganchos (S1)
0	Intervalo para refeição - Intervalo	para refeição - Intervalo para refeição - Intervalo	para refeição - Intervalo para refeição - Interval	o para refeição - Intervalo para refeição -	Intervalo para refeição - Intervalo para refeição	- Intervalo para refeição - Intervalo para	refeição - Intervalo para refeição
14:00 15:00						Montagem e acesso por escada extensível (S2)	Montagem e acesso por veículo com meios elevatórios (S3)
15:00 16:00						Montagem e acesso por escada extensível (S2)	Montagem e acesso por veículo com meios elevatórios (S3)
16:00 17:00						Montagem e acesso por escada extensível (S2)	Montagem e acesso por veículo com meios elevatórios (S3)
17:00 18:00						Montagem e acesso por escada extensível (S2)	84
	Intervalo para refeição - Intervalo	para refeição - Intervalo para refeição - Intervalo	para refeição - Intervalo para refeição - Interval	o para refeição - Intervalo para refeição -	Intervalo para refeição - Intervalo para refeição	o - Intervalo para refeição - Intervalo para	refeição - Intervalo para refeição
20:00 21:00					Escalada com escada de ganchos (S1)	2	
21:00 22:00					Escalada com escada de ganchos (S1)	2	
22:00 23:00					Escalada com escada de ganchos (S1)	2	
23:00 24:00					Escalada com escada de ganchos (51)	2	
		da / horas semana	Total horas curso				
		Prática em contexto de trabalho  VE Visitas de estudo	D         PCT           CT         VE				
		SA Sensibilização ambiental	PS 35 SA				



	de Bombeiros		Designação			Coordenação		Jim de sem	
Ser	mana de:	а	Ação n.º	Código UFCD	N.º SIIFSI		N.º Ação	o SIGO	
н	SEGUNDA FEIRA	TERÇA FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA FEIRA	SEXTA FEIRA	SÁBADO		DOMINGO	
09:00 10:00						Ordem unida e preparação física (S5)	S (	Ordem unida e preparação física (SS)	PS
10:00 11:00						Escalada com escada de ganchos (S1)	SA E	Escalada com escada de ganchos (S1)	PS
11:00 12:00						Escalada com escada de ganchos (S1)	SA E	Escalada com escada de ganchos (S1)	PS
12:00 13:00						Escalada com escada de ganchos (51)	S E	Escalada com escada de ganchos (S1)	PS
	Intervalo para refeição - Intervalo p	ara refeição - Intervalo para refeição - Intervalo	para refeição - Intervalo para refeição - Interval	o para refeição - Intervalo para refeição - Inter	valo para refeição - Intervalo para refeição -	Intervalo para refeição - Intervalo p	ara refeição	- Intervalo para refeição	
14:00 15:00						Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	PS v	Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	PS
15:00 16:00						Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	S	Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	PS
16:00 17:00						Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	PS	Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	PS
17:00 18:00						Montegem para acesso com linhas de mangueira (S4)	PS		
	Intervalo para refeição - Intervalo p	para refeição - Intervalo para refeição - Intervalo	para refeição - Intervalo para refeição - Interval	lo para refeição - Intervalo para refeição - Inter	valo para refeição - Intervalo para refeição	Intervalo para refeição - Intervalo p	ara refeição	- Intervalo para refeição	
20:00 21:00									
21:00 22:00									
22:00 23:00									
23:00 24:00									
		da / horas semana	Total horas curso						
	Distância PC	CT Prática em contexto de trabalho	D PCT						
I C.16		<ul><li>Visitas de estudo</li><li>A Sensibilização ambiental</li></ul>	CT         VE           PS         50         SA						