



CDOS
PORTALEGRE

PLANO ANUAL DE ACTIVIDADES DO NÚCLEO



MERGULHO DO DISTRITO DE PORTALEGRE

ANO DE 2006

ÍNDICE

PREÂMBULO -----	3
INTRODUÇÃO -----	4
OBJECTIVOS -----	5
Objectivos Gerais -----	5
Objectivos Específicos -----	6
CALENDARIZAÇÃO DAS ACTIVIDADES -----	10
CARACTERIZAÇÃO DOS RECURSOS -----	12

PREÂMBULO

Estando o terminus do ano de 2005 a alguns dias de distância, é chegado o momento de planearmos as actividades para o Núcleo de Mergulho do Distrito de Portalegre para 2006.

Não sendo o documento próprio para avaliarmos o trabalho desenvolvido, não nos podemos deixar de congratular com o facto de começar a ser relevado aos Bombeiros de Portugal o trabalho que já desenvolvemos e que estamos a realizar. Até porque tal facto conduz-nos para objectivos altaneiros visando fazer mais e melhor.

Tudo faremos para continuarmos a dignificar o Núcleo de Mergulho do Distrito de Portalegre.

Que a Coragem, Abnegação e Amizade impere continuamente entre nós!!!!

INTRODUÇÃO

Para o ano de 2006 iremos visar para os mergulhadores o aperfeiçoamento das diversas técnicas de busca, introduzindo novas variantes e graus de dificuldade cada vez mais exigentes. Continuaremos a procurar cenários possíveis em todos os planos de água do Distrito, numa conjugação com outras áreas de intervenção atribuídas aos bombeiros.

Será dada uma atenção especial à preparação específica para os bombeiros mergulhadores que sejam seleccionados para a formação de nível 2, a realizar na Marinha Portuguesa, assim como preparação e selecção dos candidatos ao curso de Bombeiro Mergulhador, nível 1.

Iremos também dar inicio neste ano à formação continua dos condutores de embarcação credenciados, realizando uma avaliação e consequente classificação dos aptos ou não aptos a intervir em missão nas acções do Núcleo.

Na sequência dos ensinamentos do ano ainda em curso, teremos claramente durante o ano de 2006 momentos de maior e menor actividade, tendo em consideração a época balnear, as condições climatéricas esperadas e época de incêndios florestais.

OBJECTIVOS

Objectivos Gerais

- Elevar o nível funcional das capacidades condicionais e coordenativas gerais básicas, particularmente da Resistência a esforços de média duração, visando-se performances físicas adequadas ao desenvolvimento das missões.
- Conhecer os processos fundamentais das adaptações morfológicas, funcionais e psicológicas na actividade de mergulho, de forma a contribuir para o êxito das missões, fundamentalmente em mergulhos de profundidade.
- Conhecer e aplicar as técnicas de segurança subaquática, quer individuais quer de grupo, garantindo a segurança do trabalho desenvolvido.
- Conhecer e aplicar as técnicas de buscas mais evoluídas, conseguindo cumprir as manobras de execução propostas.
- Aumentar a capacidade de manuseamento e habituação com os materiais e equipamentos existentes minimizando a probabilidade de ocorrência de acidente.
- Fomentar a cooperação, sentido de entre ajuda e espírito de equipa entre os membros do Núcleo, favorecendo o sucesso das missões.
- Manter o equipamento e materiais em perfeito bom estado e em prontidão permanente.
- Usar de forma regular e sistemática os métodos de comunicação em mergulho adoptados no seio do Núcleo.

- Fomentar regras de ética profissional, mantendo o sigilo e o respeito pelos aspectos emocionais que envolvem este tipo de missões.
- Desenvolver as capacidades de condução e manobra de embarcações.

Objectivos Específicos

Período que antecede a pré época balnear (Meses de Janeiro a Março)

- Preparar e seleccionar entre os novos candidatos ao curso de Bombeiro Mergulhador, aqueles que apresentem melhores resultados, tendo em conta os pré-requisitos, provas técnicas de avaliação e avaliação psicológica.
- Desenvolver aptidões específicas aos candidatos seleccionados para os curso de mergulhadores, nível 1 e nível 2 a realizar no ano de 2006.
- Desenvolver a capacidade de realizar acções específicas referentes às diferentes técnicas de busca em clara verticalidade invertida.
- Aumentar os conhecimentos teóricos relativos aos fenómenos fisiológicos que envolvem a actividade de mergulho.
- Desenvolver aptidões aos condutores de embarcação para as missões do Núcleo no ano de 2006.

Período de pré época balnear (Meses de Abril a Junho)

- Acompanhar os mergulhadores envolvidos em processos de formação, num apoio teórico-prático adequado às dificuldades que vivenciem;
- Desenvolver capacidades técnicas de operação em mergulhos com corrente, adaptando os procedimentos técnicos das diversas buscas
- Minimizar as diferenças de capacidade dos mergulhadores, de forma a permitir a constituição de pares diversificados;
- Executar acções de resgate de vítimas encarceradas, manuseando as ferramentas de Desencarceramento, em adequada segurança de acordo com os procedimentos próprios desta área de intervenção.
- Fomentar a partilha e aquisição de conhecimentos no âmbito das "Emergências Médicas no Mergulho", através de momento próprio, envolvendo elementos exteriores ao Núcleo.
- Melhorar a capacidade de actuação em período nocturno, sempre que se considere a existência de condições de segurança.
- Cumprir o estabelecido no Regulamento do Núcleo de Mergulho do Distrito de Portalegre, efectuando a avaliação dos mergulhadores para a época balnear de 2006.

- Seleccionar os condutores de embarcações para actuarem no Núcleo no âmbito das diversas missões e actividades planeadas.

Durante a época balnear (Julho a Setembro)

- Melhorar a intervenção em mergulho profundo, desenvolvendo a capacidade de resistência a baixas temperaturas, sem perda de coerência operativa.
- Operar em água salgada sem perda de capacidade técnica, observando os procedimentos de segurança, face aos riscos próprios deste meio aquático.
- Manter as performances do grupo, conseguidas antes da época balnear.

Após da época balnear (Outubro a Dezembro)

- Desenvolver novos materiais de apoio às operações de buscas, perante as necessidades sentidas.
- Desenvolver as performances do grupo, conseguidas antes da época balnear em actividade de treino.
- Efectuar uma revisão geral a todos os equipamentos propondo a reparação e/ou a aquisição de novos equipamentos, para uma melhoria da capacidade de intervenção.

- Organizar actividades orientadas que permitam a participação de outros Núcleos ou grupos, mantendo a segurança de todos os intervenientes.
- Actuar em espaços confinados, adaptando-se ao uso de equipamentos próprios de espeleologia, como forma de vencer barreiras arquitectónicas.
- Relacionar-se favoravelmente com outras equipas que intervenham em conjunto com o Núcleo, procurando uma linha de camaradagem que propicie o sucesso do trabalho em equipa.

CALENDARIZAÇÃO DAS ACTIVIDADES

- Por norma os treinos terão uma sessão teórica e uma sessão prática, directamente relacionadas entre si, excepção a algumas sessões de preparação de novos candidatos a mergulhadores.

Janeiro

<i>Data</i>	<i>Local</i>	<i>Tema prático</i>	<i>Tema Teórico</i>	<i>Observações</i>
<u>Reunião</u> Dia 10 (Terça) 20.30 h	CDOS	-----	Avaliação dos Mergulhadores Plano Anual de Actividades	Reunião Geral de Mergulhadores
Dia 21 (sábado) 10.00 - 17.00	Barragem da Lameira (Alter do Chão)	Busca circular de minúcia	Busca circular Para objectos de pequeno porte	

Fevereiro

<i>Data</i>	<i>Local</i>	<i>Tema prático</i>	<i>Tema Teórico</i>	<i>Observações</i>
Dia 4 (Sábado) 09.00 - 13.00	Piscinas Municipais de Ponte de Sor	Exercícios de adaptação ao meio aquático	Apresentação da formação para candidatos a mergulhadores	Formação para Candidatos a mergulhadores
Dia 11 (sábado) 14.00 - 17.00	Barragem da Apartadura	Técnicas de navegação	A definir	Formação para Condutores de embarcações
Dia 17 (sesta) 09.00 - 18.00	Portalegre	-----	Jornadas Técnicas Stress Pós Traumático	Participação facultativa
Dia 18 (sábado) 09.00 - 16.00	Piscinas Municipais de Ponte de Sor	Exercício de adaptação ao material	A Física e o Mergulho	Formação para Candidatos a mergulhadores

Nota - Durante o mês de Fevereiro os candidatos ao curso de Bombeiros Mergulhador, nível 1, serão sujeitos a uma avaliação psicológica. Estas sessões serão calendarizadas posteriormente.

Março

Data	Local	Tema prático	Tema Teórico	Observações
Dia 4 (Sábado) 09.00 - 16.00	Piscinas Municipais de Ponte de Sor	Exercícios práticos essenciais	Comunicações e segurança no mergulho	Formação para Candidatos a mergulhadores
Dia 11 (sábado) 14.00 - 17.00	Barragem da Apartadura	Técnicas de navegação	A definir	Formação para Condutores de embarcações
Dia 25 (sábado) 09.00 - 16.00	Piscinas Municipais de Ponte de Sor	Avaliação e selecção dos candidatos	Teste de avaliação sumativa	Formação para Candidatos a mergulhadores

Abril

Data	Local	Tema prático	Tema Teórico	Observações
Dia 2 (Domingo) 14.00 - 17.00	Barragem da Apartadura	Avaliação e selecção dos candidatos	Teste de avaliação sumativa	Formação para Condutores de embarcações
Dia 22 (Sábado) 10.00 - 17.00	Rio Tejo (Nisa)	Mergulho com corrente	Tabelas de descompressão	

Maio

Data	Local	Tema prático	Tema Teórico	Observações
Dia 14 (Domingo) 10.00 - 17.00	Barragem de Montargil	Desencarcera- mento subaquático	Comunicações	
Dia 27 (sábado) 10.00 - 17.00	Auditório da CM de Avis	-----	Jornadas Técnicas "Emergências Médicas no Mergulho"	

Junho

<i>Data</i>	<i>Local</i>	<i>Tema prático</i>	<i>Tema Teórico</i>	<i>Observações</i>
Dia 10 (Sábado) 16.00 - 00.00	Barragem de Abrilongo (Campo Maior)	Mergulho com tecto	Segurança no Mergulho com tecto	Mergulho nocturno
Dia 24 (Sábado) 10.00 - 17.00	Barragem do Maranhão	Realização das Provas Aptidão Anual para Mergulhadores	Teste de avaliação diagnóstica	

Julho

<i>Data</i>	<i>Local</i>	<i>Tema prático</i>	<i>Tema Teórico</i>	<i>Observações</i>
Dia 9 (Sábado) 10.00 - 18.00	Barragem da Apartadura (Castelo de Vide)	Técnica de busca progressiva	Busca Progressiva	Localização de um manequim

Agosto

<i>Data</i>	<i>Local</i>	<i>Tema prático</i>	<i>Tema Teórico</i>	<i>Observações</i>
Dia 13 (Domingo) 10.00 - 17.00	Rio Tejo (Gavião)	Busca Circular com controlo de superfície	Fisiopatologia	

Setembro

<i>Data</i>	<i>Local</i>	<i>Tema prático</i>	<i>Tema Teórico</i>	<i>Observações</i>
Dia 16 (Sábado) 10.00 - 17.00	Oceano Atlântico (Berlengas)	Mergulho de Grupo	Riscos Marinhos	
Dia 17 (Domingo) 10.00 - 17.00	Oceano Atlântico (Berlengas)	Mergulho de Grupo	Riscos Marinhos	

Outubro

<i>Data</i>	<i>Local</i>	<i>Tema prático</i>	<i>Tema Teórico</i>	<i>Observações</i>
Dia 7 (Sábado) 9.30 - 16.00	Barragem de Montargil	1º Challenger de Mergulho do NMERG 12	-----	
Dia 21 (Sábado) 10.00 - 17.00	Desconhecido	-----	-----	Simulacro surpresa para todo o NMERG 12

Novembro

<i>Data</i>	<i>Local</i>	<i>Tema prático</i>	<i>Tema Teórico</i>	<i>Observações</i>
Dia 5 (sábado) 10.00 - 17.00	Nisa	Mergulho confinado	Manobras com cordas	Localização e resgate de um manequim num poço

Dezembro

<i>Data</i>	<i>Local</i>	<i>Tema prático</i>	<i>Tema Teórico</i>	<i>Observações</i>
Dia 8 (Sexta) 10.00 - 17.00	Barragem do Caia (Elvas)	Técnica de linha de mergulhadores	Técnica de linha de mergulhadores	Localização e resgate de multivítimas

CARACTERIZAÇÃO DOS RECURSOS

CORPO DE BOMBEIROS DE ALTER DO CHÃO

MERGULHADORES CREDENCIADOS	1
MERGULHADORES APTOS EM 2005	1
NADADORES SALVADORES	1
CONDUTORES DE BOTES APTOS P/ 2006	

EQUIPAMENTO INDIVIDUAL

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
EQUIPAMENTO BASE (FATO, MÁSCARA, BARBATANAS, SNORKE LASTRO E FACA)	1	
COLETES	1	
REGULAD. E OCTOPU.	0	
GARRAFAS (200 BR)	1	
COMPUDADORES	0	
ARDÓSIAS	0	
LANTERNAS	2	

EQUIPAMENTO DE APOIO

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
LINHAS DE VIDA	1	
LINHAS GUIA	0	
CABOS DE ARINQUES (25M)	0	
CABOS DE FUNDO (100M)	0	
LINHAS DE BUSCA (20M)	0	
ARINQUES	0	
POITAS (3 TAMANHOS)	0	
BOTES (RIGIDO)	0	
COMPRESSOR DE AR	0	
VIATURA ESPECIFICA	0	
BALÃO DE REFLUTUAÇÃO	1	(200 KG)

CORPO DE BOMBEIROS DE AVIS

MERGULHADORES CREDENCIADOS	4
MERGULHADORES APTOS EM 2005	2
NADADORES SALVADORES	1
CONDUTORES DE BOTES APTOS P/ 2006	

EQUIPAMENTO INDIVIDUAL

<i>DESIGNAÇÃO</i>	<i>QUANTIDADE</i>	<i>ESTADO DE CONSERVAÇÃO</i>
EQUIPAMENTO BASE (FATO, MÁSCARA, BARBATANAS, SNORKE LASTRO E FACA)	2	RAZOAVEL
COLETES	2	RAZOAVEL
REGULAD. E OCTOPU.	2	RAZOAVEL
GARRAFAS (200 BR)	3	BOM
COMPUDADORES	2	BOM
ARDÓSIAS	0	
LANTERNAS	1	BOM

EQUIPAMENTO DE APOIO

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
LINHAS DE VIDA	0	
LINHAS GUIA	0	
CABOS DE ARINQUES (25M)	2	RAZOAVEL
CABOS DE FUNDO (100M)	0	
LINHAS DE BUSCA (20M)	1	RAZOAVEL
ARINQUES	2	RAZOAVEL
POITAS (3 TAMANHOS)	3	RAZOAVEL
BOTES (PNEUMÁTICO)	1	RAZOAVEL
COMPRESSOR DE AR	1	BOM
VIATURA ESPECIFICA	0	
BALÃO DE REFLUTUAÇÃO	1	(100 KG)

CORPO DE BOMBEIROS DE CAMPO MAIOR

MERGULHADORES CREDENCIADOS	2
MERGULHADORES APTOS EM 2005	2
NADADORES SALVADORES	0
CONDUTORES DE BOTES APTOS P/ 2006	

EQUIPAMENTO INDIVIDUAL

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
EQUIPAMENTO BASE (FATO, MÁSCARA, BARBATANAS, SNORKE LASTRO E FACA)	3	BOM
COLETES	3	BOM
REGULAD. E OCTOPU.	3	BOM
GARRAFAS (200 BR)	3	BOM
COMPUDADORES	0	
ARDÓSIAS	0	
LANTERNAS	3	BOM

EQUIPAMENTO DE APOIO

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
LINHAS DE VIDA	0	
LINHAS GUIA	0	
CABOS DE ARINQUES (25M)	0	
CABOS DE FUNDO (100M)	0	
LINHAS DE BUSCA (20M)	0	
ARINQUES	0	
POITAS (3 TAMANHOS)	2	BOM
BOTES (SEMI-RIGIDO)	1	BOM
COMPRESSOR DE AR	0	
VIATURA ESPECIFICA	0	

CORPO DE BOMBEIROS DE CASTELO DE VIDE

MERGULHADORES CREDENCIADOS	2
MERGULHADORES APTOS EM 2005	1
NADADORES SALVADORES	3
CONDUTORES DE BOTES APTOS P/ 2006	

EQUIPAMENTO INDIVIDUAL

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
EQUIPAMENTO BASE (FATO, MÁSCARA, BARBATANAS, SNORKE LASTRO E FACA)	2	BOM
COLETES	2	BOM
REGULAD. E OCTOPU.	2	BOM
GARRAFAS (200 BR)	2	BOM
COMPUDADORES	1	BOM
ARDÓSIAS	2	BOM
LANTERNAS	4	BOM

EQUIPAMENTO DE APOIO

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
LINHAS DE VIDA	0	
LINHAS GUIA	0	
CABOS DE ARINQUES (25M)	2	BOM
CABOS DE FUNDO (100M)	0	
LINHAS DE BUSCA (20M)	3	BOM
ARINQUES	2	BOM
POITAS (3 TAMANHOS)	2	BOM
BOTES (SEMI- RIGIDO)	2	BOM
COMPRESSOR DE AR	0	
VIATURA ESPECIFICA	0	

CORPO DE BOMBEIROS DE NISA

MERGULHADORES CREDENCIADOS	4
MERGULHADORES APTOS EM 2005	2
NADADORES SALVADORES	4
CONDUTORES DE BOTES APTOS P/ 2006	

EQUIPAMENTO INDIVIDUAL

<i>DESIGNAÇÃO</i>	<i>QUANTIDADE</i>	<i>ESTADO DE CONSERVAÇÃO</i>
EQUIPAMENTO BASE (FATO, MÁSCARA, BARBATANAS, SNORKE LASTRO E FACA)	2	BOM
COLETES	2	BOM
REGULAD. E OCTOPU.	2	BOM
GARRAFAS (200 BR)	2	BOM
COMPUDADORES	0	
ARDÓSIAS	0	
LANTERNAS	2	BOM

EQUIPAMENTO DE APOIO

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
LINHAS DE VIDA	0	
LINHAS GUIA	0	
CABOS DE ARINQUES (25M)	0	
CABOS DE FUNDO (100M)	0	
LINHAS DE BUSCA (20M)	0	
ARINQUES	1	BOM
POITAS (3 TAMANHOS)	0	
BOTES (SEMI-RIGIDO)	1	BOM
COMPRESSOR DE AR	1	BOM
VIATURA ESPECIFICA	0	

CORPO DE BOMBEIROS DE PONTE DE SOR

MERGULHADORES CREDENCIADOS	4
MERGULHADORES APTOS EM 2005	3
NADADORES SALVADORES	5
CONDUTORES DE BOTES APTOS P/ 2006	

EQUIPAMENTO INDIVIDUAL

<i>DESIGNAÇÃO</i>	<i>QUANTIDADE</i>	<i>ESTADO DE CONSERVAÇÃO</i>
EQUIPAMENTO BASE (FATO, MÁSCARA, BARBATANAS, SNORKE LASTRO E FACA)	2	BOM
COLETES	2	BOM
REGULAD. E OCTOPU.	2	BOM
GARRAFAS (200 BR)	2	BOM
COMPUDADORES	1	BOM
ARDÓSIAS	2	BOM
LANTERNAS	5	BOM

EQUIPAMENTO DE APOIO

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
LINHAS DE VIDA	2	BOM
LINHAS GUIA	1	BOM
CABOS DE ARINQUES (25M)	5	BOM
CABOS DE FUNDO (100M)	2	BOM
LINHAS DE BUSCA (20M)	2	BOM
ARINQUES	4	BOM
POITAS (3 TAMANHOS)	10	BOM
BOTES (RIGIDO)	1	MAU
COMPRESSOR DE AR	0	
VIATURA ESPECIFICA	1	RAZOÁVEL

CORPO DE BOMBEIROS DE PORTALEGRE

MERGULHADORES CREDENCIADOS	1
MERGULHADORES APTOS EM 2005	1
NADADORES SALVADORES	10
CONDUTORES DE BOTES APTOS P/ 2006	

EQUIPAMENTO INDIVIDUAL

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
EQUIPAMENTO BASE (FATO, MÁSCARA, BARBATANAS, SNORKE LASTRO E FACA)	1	BOM
COLETES	1	BOM
REGULAD. E OCTOPU.	1	BOM
GARRAFAS (200 BR)	1	BOM
COMPUDADORES	0	
ARDÓSIAS	0	
LANTERNAS	1	BOM

EQUIPAMENTO DE APOIO

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
LINHAS DE VIDA	0	
LINHAS GUIA	0	
CABOS DE ARINQUES (25M)	0	
CABOS DE FUNDO (100M)	0	
LINHAS DE BUSCA (20M)	0	
ARINQUES	0	
POITAS (3 TAMANHOS)	0	
BOTES (RIGIDO)	0	
COMPRESSOR DE AR	2	BOM
VIATURA ESPECIFICA	0	

CORPO DE BOMBEIROS DE SOUSEL

MERGULHADORES CREDENCIADOS	1
MERGULHADORES APTOS EM 2005	1
NADADORES SALVADORES	5
CONDUTORES DE BOTES CREDENCIADOS	0

EQUIPAMENTO INDIVIDUAL

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
EQUIPAMENTO BASE (FATO, MÁSCARA, BARBATANAS, SNORKE LASTRO E FACA)	0	
COLETES	0	
REGULAD. E OCTOPU.	0	
GARRAFAS (200 BR)	0	
COMPUDADORES	0	
ARDÓSIAS	0	
LANTERNAS	0	

EQUIPAMENTO DE APOIO

DESIGNAÇÃO	QUANTIDADE	ESTADO DE CONSERVAÇÃO
LINHAS DE VIDA	0	
LINHAS GUIA	0	
CABOS DE ARINQUES (25M)	0	
CABOS DE FUNDO (100M)	0	
LINHAS DE BUSCA (20M)	0	
ARINQUES	0	
POITAS (3 TAMANHOS)	0	
BOTES (RIGIDO)	0	
COMPRESSOR DE AR	0	
VIATURA ESPECIFICA	0	

O Supervisor do NMERG do
Distrito de Portalegre,

Símlão Luís Pechirra Velez