

# TURMA DO **ROCHINHA**

## SEGURANÇA DO TRABALHO



**Rocha**

Olá pessoal, nós somos a  
turma do **ROCHINHA**.

Estamos aqui para ensinar  
algumas Dicas de Segurança  
para vocês!



Quando o assunto é Rocha, todos os colaboradores,  
parceiros, fornecedores e até mesmo os visitantes  
devem estar atentos às nossas  
**NORMAS DE SEGURANÇA.**



Antes de falarmos de segurança do trabalho é importante conhecer um pouco mais sobre a empresa em que trabalhamos!

## HISTÓRIA DA ROCHA

Em **1864**, a Rocha, então **Rocha & Cia**, levantou âncora e iniciou sua viagem em meio a um grande desenvolvimento comercial e cultural em todo o mundo.

O movimento nos portos tornou-se intenso. Uma nova economia, agora em escala mundial, exigia novos timoneiros à frente dos negócios.

Fundada em 29 de Janeiro de 1864, a Rocha é o resultado do sonho de quem entendeu os novos rumos do comércio exterior e soube aplicar conceitos e ideias inovadoras, tudo para poder permanecer, evoluir e contar uma história que apesar de centenária, ainda está em constante crescimento.

A Rocha possui aproximadamente 1300 colaboradores. A **matriz** fica situada na cidade de **Paranaguá (PR)** e suas **2** filiais nas seguintes cidades: **Curitiba (PR)** e **São Francisco do Sul (SC)**.

Colaborador, você faz parte desta história e é importante para continuarmos a construir uma empresa referência em todos os serviços que prestamos.

Cuidar das pessoas que constroem a Rocha está na nossa cultura. Esse é o objetivo do nosso Programa de Segurança.



Agora que você conhece a Rocha,  
vamos falar das regras que vão  
garantir sua **SEGURANÇA!**

**REGRA Nº 1:**

Observar e aplicar atentamente os procedimentos deste manual.

**REGRA Nº 2:**

As orientações contidas neste manual têm como objetivo a prevenção da integridade dos colaboradores e patrimônio da Empresa.

**REGRA Nº 3:**

Em caso de acidentes ou ocorrências anormais, mesmo que não tenha causado prejuízo patrimonial, seu encarregado deverá ser comunicado imediatamente.

**REGRA Nº 4:**

Você deverá colaborar para que todos cumpram as regras deste manual.

**REGRA Nº 5:**

Você deverá informar o encarregado sempre que notar algo que comprometa a aplicação destas regras e da segurança do trabalho.



# QUE LEGAL! VOCÊ JÁ CONHECE AS REGRAS!

Agora vamos compartilhar algumas dicas para garantir a sua segurança e também prevenir danos materiais!



Utilize sempre o seu crachá em local visível. Em caso de extravio, comunique seu gestor imediato e ao departamento de recursos humanos.



É proibida a entrada de pessoas portando entorpecentes, bebidas alcoólicas, armas brancas e armas de fogo. Também não é permitido o acesso de pessoas embriagadas ou sob efeito de entorpecentes.



**Agora vamos ao vestiário.  
Seu uniforme está esperando!**

## VESTIÁRIOS



**Cuidado com os seus pertences!  
A empresa não se responsabilizará  
pelos seus objetos de valor.**



**É muito mais agradável trabalhar em  
um ambiente com boa conservação!**

**Utilize os armários somente para  
guardar o vestuário pessoal, seu  
uniforme e EPI'S.**

**Nossos encarregados estão sempre  
prontos para acompanhar  
ocorrências. Você deverá comunicar  
os responsáveis sempre que notar  
avarias, mau uso ou outras  
irregularidades no local  
de trabalho.**



Cada colaborador deverá dirigir-se ao setor ou área a qual pertence. Não é permitido acessar os setores de trabalho sem camisa ou usando chinelos.

---

Fique atento às sinalizações e orientações de cada setor.



Em alguns setores o acesso é restrito!  
Respeite!

Em outros o acesso é permitido com a  
autorização de um responsável!  
Informe-se!

# REFEITÓRIOS



**Hora da refeição! Não se esqueça de registrar o seu ponto.**

**O uso dos refeitórios é permitido somente para realizar as refeições.**



**A higiene é muito importante para o nosso corpo e contribui para a nossa saúde e bem estar. Lavar as mãos antes e depois da refeição é essencial!**



**Não leve os alimentos para fora dos refeitórios.**

**Após o período de refeição é hora de registrar o seu ponto e voltar ao trabalho.**





## VISITANTES

As visitas devem ser agendadas com 24h de antecedência.  
Todos os visitantes deverão se identificar na recepção e aguardar no local até ser anunciado.

Visitantes desacompanhados não podem circular pelo interior da empresa!

Visitantes acompanhados de funcionários da Rocha podem acessar as áreas estipuladas na agenda.



Colaborador, esteja atento às normas e sinalização de cada setor. Você é responsável pelos visitantes que acompanha!



Filmagens e fotografias serão permitidas somente com autorização da gerência.

## ENTRADA DE VEÍCULOS

É necessário agendar com antecedência a entrada de veículos nos terminais, exceto nos casos de urgência e emergência.

Os motoristas devem realizar o cadastro na portaria.



Ao conduzir o veículos esteja atento atento à sinalização de trânsito do terminal ou estacionamento.



Atenção! Não é permitido transitar sem a presença do responsável.



A saída de objetos materiais dependem de autorização.



# CONHEÇA A CIPA

A CIPA é formada por colaboradores que participam de reuniões e representam os interesses dos trabalhadores no que diz respeito à **SEGURANÇA DO TRABALHO**

**COMISSÃO INTERNA DE PREVENÇÃO DE ACIDENTES**



## INFORMAÇÕES

Acidente de trabalho é quando ocorre algo imprevisto, indesejável, instantâneo ou não, relacionado com exercício do trabalho, que se resume ou possa resultar lesão pessoal.

**SUA SAÚDE É O BEM MAIS VALIOSO!**

**PARA EVITAR ACIDENTES DE TRABALHO, FIQUE ATENTO PARA ESTAS 10 DICAS:**

- 1 - PENSE ANTES DE AGIR
- 2 - NÃO SEJA APRESSADO
- 3 - NUNCA IMPROVISE
- 4 - UTILIZE EQUIPAMENTOS CORRETOS
- 5 - SE CONCENTRE NA SUA ATIVIDADE
- 6 - SINCRONIA NO TRABALHO EM GRUPO
- 7 - NÃO BRINQUE COM OS RISCOS
- 8 - NA DÚVIDA NÃO ARRISQUE
- 9 - RESPEITE OS AVISOS E SINALIZAÇÕES
- 10 - UTILIZE OS EPI'S E EPC'S

# COMO EVITAR INCÊNDIOS

A MELHOR FERRAMENTA CONTRA INCÊNDIOS É A PREVENÇÃO!

**FIQUE ATENTO PARA ESTAS DICAS DE SEGURANÇA:**

- Evite o uso de benjamins;
- Não utilize extensões elétricas com emendas;
- Serviços elétricos devem ser executados por pessoal habilitado para tal atividade;
- Nunca devemos improvisar quando falamos em eletricidade;
- Não jogue líquidos inflamáveis em ralos e canaletas;
- Verifique os recipientes vazios antes de jogar foras (evitar acúmulos de líquidos);
- Se você fuma, vá até um local apropriado;
- Nunca jogue um cigarro, papel ou fósforo aceso em cestos de lixo ou caçambas;
- Ao sair de um recinto feche o gás de cozinha;
- Armazene produtos em locais específicos, evitando associar produtos que podem interagir entre si;
- Apague a luz ao sair do ambiente;
- Ao sentir cheiro de gás abra as janelas e portas, não acenda luzes, não ligue o ventilador ou exaustor, não bata portas ou janelas e comunique imediato a Brigada ou alguém responsável pelo setor.
- Não realizar trabalhos a quente próximo de materiais combustíveis.



# CONHEÇA OS EPI'S

Todo equipamento individual destinado a proteger a saúde e integridade física do trabalho denomina-se de EPI

EQUIPAMENTO DE  
PROTEÇÃO INDIVIDUAL

## TIPOS DE EPI

### PROTEÇÃO PARA CABEÇA



- **Capacete:** Proteção do crânio contra impactos.
- **Capuz:** Proteção do crânio contra riscos de origem térmica, respingos de produtos químicos.

---

### PROTEÇÃO PARA OS OLHOS E FACE



- **Óculos e Proteção facial:** Proteção contra partículas volantes, luminosidade intensa, radiações infravermelha / violeta e contra respingos químicos.



## PROTEÇÃO AUDITIVA

- **Protetores auriculares:** Minimiza o nível de ruídos que poderiam causar danos à audição e ao sistema nervoso.



## PROTEÇÃO RESPIRATÓRIA

- **Máscaras e Respiradores descartáveis:** Proteção contra o pó, névoas tóxicas, odores de vapores, odores de gases, fumos.

- **Respiradores de PVC, Borracha ou Silicone;**

- **Respiradores com filtro:** Contra vapores orgânicos, gases ácidos, vapores e gases, amônia, poeira e névoas.



## PROTEÇÃO P/ MEMBROS SUPERIORES

- **Luvas e Cremes:** Protegem contra a contaminação por manuseio, produtos agressivos, choques elétricos, corte e prensagem.



## PROTEÇÃO PARA OS PÉS

- **Sapatos, Botas e Botinas:** Protegem contra umidade, contra agentes químicos, choque térmico e elétrico, e objetos perfurantes e de impacto.



Cuide da sua saúde!

Existem diversas variações de EPI'S.

Procure orientação para saber qual o melhor modelo para a atividade que você vai exercer!



## MÁQUINAS PESADAS

Nas áreas operacionais o cuidado deve ser redobrado.

Quando estiver próximo a máquinas ou equipamentos pesados fique atento e observe as dicas de segurança abaixo.

### DICAS DE SEGURANÇA:

- 1 - Procure sempre estar no raio de visão dos condutores.
- 2 - Se possível mantenha contato visual entre os condutores e operadores.
- 3 - Não fique embaixo de carga suspensa por máquinas.
- 4 - Não passe por trás de máquinas.
- 5 - Ao visualizar o pessoal transitando, ou parado em local inadequado (no meio de ruas) preserve a vida, dê preferência, buzine e espere que tenham deixado o caminho livre.

**Cada máquina e equipamento tem um modo de operação específico. Observando as normas técnicas o equipamento terá uma vida útil mais longa e será mais seguro o manuseio.**

**Você sabia que a Rocha possui check list de equipamentos como empilhadeiras, por exemplo?**

**Informe-se!**

**E utilize para facilitar sua rotina de atividades de trabalho.**



**A segurança é uma responsabilidade de todos!**

**Não deixe de comunicar quando constatar qualquer irregularidade em qualquer setor ou atividade.**

## Cuidados com o **MEIO AMBIENTE**



### **GOLETA SELETIVA**

A coleta seletiva de resíduos é fundamental para reduzir o impacto ambiental.

Fique atento aos coletores identificados por cores e símbolos e descarte os resíduos de maneira seletiva.



VIDROS



PAPEIS



PLÁSTICOS



METAIS



ORGÂNICOS

### **ÁGUA É VIDA!**

A água não é uma fonte inesgotável! Faça uso consciente!

- 1 - NÃO DESPERDICE;
- 2 - COMUNIQUE IMEDIATAMENTE AO CONSTAR VAZAMENTOS E GOTEIRAS;
- 3 - REUTILIZE A ÁGUA SEMPRE QUE POSSÍVEL;
- 4 - NÃO LAVE O PISO E OS CALÇAMENTOS DE FORMA INDISCRIMINADA;
- 5 - MANTENHA AS CAIXAS D'ÁGUA TAMPADAS E EVITE QUE SE TORNE UM FOCO DE PARASITAS E VETORES COMO O MOSQUITO DA DENGUE.



## MATERIAIS DE TRABALHO

Todo o material, por menor que seja, tem um custo. A soma dos custos ao final de um período pode ser de grande impacto.

Por esse motivo:

- 1 - Pense se o material requerido é importante ou indispensável naquele momento.
- 2 - Solicite somente aquilo que irá utilizar.
- 3 - Verifique se o colega de trabalho não possui o item para compartilhar com você.
- 4 - Evite fazer estoque de materiais.

## TELEFONE, E-MAIL E INTERNET

Os meios de comunicação são recursos essenciais em uma empresa, porém o mau uso destes equipamentos pode causar consequências desastrosas. Para fazer uso consciente da tecnologia, observe sempre as dicas:

- 1 - Ao utilizar a linha telefônica seja breve e conciso evite tratar assuntos pessoais.
- 2 - Utilize a internet somente para assuntos relativos ao trabalho.
- 3 - Abra somente sites conhecidos.
- 4 - Exclua e-mails que não precisem ser guardados.
- 5 - Utilize o e-mail somente para assuntos que estão relacionados ao trabalho.
- 6 - Cartas, correntes, arquivos e mensagens anexadas podem conter vírus. Não abra!



Ao economizar energia você está contribuindo com o meio ambiente e com a empresa.

## USO CONSCIENTE DA ENERGIA ELÉTRICA



1 - Apague a luz ao sair do recinto.



2 - Não deixe o computador ligado se não estiver em uso. Nos casos em que o retorno é muito rápido, desligue ao menos o monitor.



3 - Mantenha a porta fechada se o ar condicionado estiver ligado.



4 - Escolha as lâmpadas adequadas para cada ambiente.



5 - Desligue os equipamentos que não estiverem em uso.



6 - Aproveite a luz do dia! Abra as cortinas e apague as luzes.



É muito gratificante  
trabalhar em um local  
limpo e sadio!

## ORDEM, LIMPEZA E ARRUMAÇÃO

### ENTENDA A O.L.A E SAIBA COMO MELHORAR O AMBIENTE DE TRABALHO

**ORDEM:** Disciplina, boa administração, melhor aproveitamento dos recursos disponíveis e manutenção de um ambiente favorável.

**LIMPEZA:** A higiene é essencial para elevar a qualidade do ambiente de trabalho. Depois de realizar uma tarefa, retire o lixo resultante antes de iniciar outra atividade. Um ambiente limpo lembra qualidade e segurança.

**ARRUMAÇÃO:** Manter cada item no seu devido lugar também colabora com o bom desempenho nas tarefas. Cada coisa, após o uso, deve estar em seu devido lugar, facilitando o uso posterior.

Pratique a O.L.A ao chegar no local de trabalho, entre as tarefas, antes dos intervalos e antes de ir embora. Mantenha tudo sob controle e o ambiente estará sempre agradável, seguro e livre de pragas.



**Chegamos  
à conclusão**

**Agora que você já leu o manual:**

- 1 - Siga à risca as orientações e instruções;**
- 2 - Analise antes de executar qualquer atividade;**
- 3 - Garanta o seu retorno sempre com segurança;**
- 4 - Nunca se exponha ao desnecessário, “nada é tão importante que não possa ser feito com segurança”.**
- 5 - Tudo pode ser melhorado;**
- 6 - Tenha paciência e seja sempre profissional no que faz;**
- 7 - Com a segurança quem ganha é você;**
- 8 - Seja atencioso e companheiro com grupo, “trabalho em equipe é tudo”;**
- 9 - Seja zeloso e cuide bem do seu material;**
- 10 - Mantenha o seu ambiente de trabalho sempre limpo;**
- 11 - Preserve o meio ambiente.**

# FIM DA JORNADA DE TRABALHO!

Vamos voltar ao vestiário e guardar o uniforme. Depois é só registrar o seu ponto e voltar para casa!

Se cuide, sua família te espera!  
O seu amanhã depende da segurança de hoje.



# CAÇA PALAVRAS

AS PALAVRAS DESTA CAÇA PALAVRAS ESTÃO ESCONDIDAS NA HORIZONTAL E VERTICAL, SEM PALAVRAS AO CONTRÁRIO.

F W N D R Y I L N T B C  
S P R E V E N Ç Ã O O O  
E D G S R R P U I S H M  
E A C S R O A T P E R P  
E T U M L C R O O G T O  
M H L I S H I O I U G R  
A E T R E I B T C R F T  
I F U A T N U H S A D A  
W R R V I H I T O N R M  
A O A I I A T T H Ç L E  
R O I D T E E E E A C N  
T O S A Ú D E L S E M T  
A B T N L I Y R D N W O

**PALAVRAS QUE DEVEM SER PROCURADAS:**

**COMPORTAMENTO - CULTURA - PREVENÇÃO  
ROCHINHA - SAÚDE - SEGURANÇA - VIDA**



# AJUDE O ROCHINHA ENCONTRAR A LIXEIRA





Você usa todos os EPI's corretamente, parabéns! Avance uma casa.



Você tirou fotos ou vídeos com o celular na área portuária ou nas dependências da Rocha sem a devida autorização. Volte três casas.

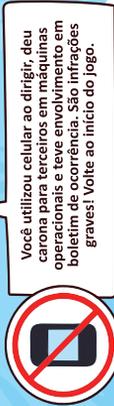


Parabéns, você respeita o meio ambiente, não joga lixo em vias públicas e pratica a coleta seletiva. Avance 3 casas.

Você pratica a cultura de segurança e através dos seus hábitos, contribui para que sua vida e dentro da empresa, parabéns! Avance duas casas.



Você esqueceu que é proibido estacionar nas faixas de pedestres, caminhos de segurança e áreas de emergência e deixou o carro em cima da faixa de pedestres. Volte 3 casas.



Você utilizou celular ao dirigir, deu carona para terceiros em máquinas operacionais e teve envolvimento em boletim de ocorrência. São infrações graves! Volte ao início do jogo.



# JOGO DOS 7 ERROS



A cluster of several blue bubbles of varying sizes, some with white highlights, floating around the main text.

# Rocha

Terminais Portuários e Logística

Two horizontal blue bars of equal length, positioned below the subtitle text.

desde 1864

