

Regulamento Específico do Complexo de Piscinas

Capítulo I – Disposições Gerais

Artº 1º – Objecto

O presente regulamento interno foi elaborado no respeito pelo previsto no artigo 43.º da Lei n.º 5/2007, de 16 de janeiro (Lei de Bases da Atividade Física e do Desporto), conjugado com o estipulado na alínea c) do número 1 do artigo 18.º do Decreto-Lei n.º 141/2009, de 16 de junho (Regime Jurídico das Instalações Desportivas de Uso Público), e na Lei n.º 39/2012, de 28 de agosto (Responsabilidade Técnica).

Artº 2º – Âmbito

Este regulamento abrange todos os utentes da Complexo de Piscinas do EULISBOA.

Utentes da Complexo de Piscinas são todos aqueles que usufruem das instalações desportivas e das instalações de apoio adstritas ao Complexo de Piscinas, designadamente, os inscritos nas actividades do Programa de Actividade Física e Desportiva Orientada e os indivíduos que, a título individual ou em grupo procederam a uma reserva de instalações.

Artº 3º – Administração e gestão

1 - A Administração e Gestão das instalações afectas à Complexo de Piscinas é da responsabilidade do EULISBOA, o qual superintenderá em todos os aspectos das actividades a desenvolver e assegurará o regular funcionamento das instalações e equipamentos desportivos que lhe estão adstritos.

2 – A Complexo de Piscinas dispõe de um director técnico, pessoa singular que assume a direcção e responsabilidade pelas actividades físicas e desportivas que decorrem nas instalações desportivas.

Capítulo II – Descrição e Caracterização das Instalações

A Complexo de Piscinas do EULISBOA compreende as seguintes instalações desportivas:

- a) Complexo de Piscinas;
- b) Sala de Exercício;
- c) Estúdios;
- d) Gabinete de Saúde e Bem-Estar.

Artº 4º – Complexo de Piscinas

1 – O Complexo de Piscinas do EULISBOA é composto pelos seguintes espaços de prática desportiva:

- a) Piscina de 50x25 m, com uma profundidade de 2 metros a 2,2 metros. A lotação de serviço de 192;
- b) Piscina de 25x12,5 m, com profundidade de 0,9 metros a 1,3 metros, com rampa de acesso para deficientes motores. A lotação de serviço de 48;
- c) Tanque de aprendizagem e recreio 11x5,5m, com profundidade de 0,9 metros. A lotação de serviço de 10.
- d) Sala de exercício com 250 m² e lotação máxima é de 40 utentes;
- e) Dois ginásios com 40 m² cada, sendo a sua lotação máxima é de 12 utentes.

2 – O Complexo de Piscinas dispõe ainda dos seguintes espaços e equipamentos de apoio:

- a) Nave central com 1200 lugares sentados;
- b) Bancada VIP com 70 lugares sentados;
- c) Oito balneários para uso dos praticantes desportivos;
- d) Dois balneários específicos para bebés e crianças;
- e) Sistema de cronometragem electrónica, na piscina de 50 m;
- f) Dois balneários para uso dos técnicos;
- g) Cacifos individuais para uso dos utentes;
- h) Sala de Imprensa;
- i) Sala de Reuniões;
- j) Gabinetes Técnicos;
- k) Sala de primeiros socorros;
- l) Secretaria;
- m) WC públicos;
- n) Restaurante / Bar / Esplanada;
- o) Espaços sociais;
- p) Parque de estacionamento.

Artº 5º – Outros equipamentos e materiais

Fazem ainda parte da Complexo de Piscinas todos os equipamentos e materiais desportivos (fixos ou móveis), mobiliários administrativos, equipamentos informáticos, mobiliário médico e meios de combate a incêndios (extintores e baterias mangueiras), devidamente discriminados no inventário Patrimonial do Estádio Universitário de Lisboa.

Artº 6º – Lotação das áreas desportivas

A lotação de utilização das áreas desportivas podem variar por excesso ou defeito em função do tipo de actividade desportiva e da especificidade da prática, mediante autorização prévia dos Serviços Técnico Desportivos.

Capítulo III – Funcionamento

Artº 7º – Horário e Funcionamento

1 - Os horários de funcionamento da Complexo de Piscinas são os constantes da tabela de horários de utilização a divulgar anualmente pelo EULISBOA.

2 - O funcionamento e utilização das instalações afectas à Complexo de Piscinas do EULISBOA estão subordinados ao disposto no Regulamento Geral de Utilização das Instalações do Estádio Universitário de Lisboa.

Capítulo IV – Utilização das Instalações

Artº 8º – Complexo de Piscinas

1 - A utilização das instalações do Complexo de Piscinas está condicionada aos fins para as quais se destinam.

2 - A utilização das instalações desportivas do Complexo de Piscinas pode ser feita no âmbito de reservas das instalações a indivíduos e/ou entidades públicas ou privadas, ou integrado nas classes da Escola de Natação e Centro de Actividades Físicas, e noutras actividades do EULISBOA.

3 - As normas, procedimentos e condições de utilização relativas às reservas, são definidas em regulamento específico.

Capítulo V – Normas de Utilização das Instalações e Equipamentos

Artº 9º – Disposições Gerais

1 – O EULISBOA não se responsabiliza por furto que possam ocorrer nas suas instalações, nomeadamente nos balneários e cacifos, assim como nos parques de estacionamento anexos Às instalações;

2 – Os espaços desportivos são para uso exclusivo dos utentes, só sendo permitida a permanência de acompanhantes quando devidamente autorizados pelo responsável da instalação.

3 – Os tempos de permanência nos balneários circunscreve-se a:

- a) 15 minutos antes do início da actividade e a 30 minutos após o final da mesma;
- b) 20 minutos antes do início da actividade e a 30 minutos após o final da mesma para utentes com idade inferior a 14 anos.

4 – Sem prejuízo do disposto no ponto anterior, em situações pontuais, o EULISBOA pode autorizar alterações aos tempos de permanência nos balneários definidos.

5 – No decorrer de situações de prática desportiva, não é permitido a utilização de qualquer objecto que possa danificar as instalações desportivas e os equipamentos que lhes estão adstritos, ou colocar em perigo a segurança dos utentes.

6 – Todos os utentes ou acompanhantes deverão obedecer às regras ou instruções definidas para o Complexo de Piscinas e às transmitidas pelo pessoal de serviço (nadadores-salvadores, professores e pessoal de manutenção) podendo, em caso de desobediência ser-lhes retirado o direito de permanência no local.

Artº 10º – Utilização de Cacifos

1 – O Complexo de Piscinas dispõe de um conjunto de cacifos para a guarda de objetos durante a permanência dos utentes nas instalações para a prática desportiva.

2 – Não é permitido circular com as chaves dos cacifos individuais fora das instalações do Complexo de Piscinas.

3 – Não é permitida a utilização dos cacifos para além do tempo estritamente necessário à realização da atividade desportiva em causa;

4 – O EULISBOA não se responsabiliza por quaisquer furtos ocorridos na zona dos balneários ou de cacifos.

Artº 11º – Piscinas

1 - As piscinas apresentam diferentes organizações de espaço (número e disposição das pistas), consoante os dias e horários.

2 - A utilização de espaços para a prática da natação está dependente da realização de um teste diagnóstico comprovativo de saber nadar. Com a realização do teste, será determinado o nível em que o utente pode efectuar a sua inscrição, ou no caso da Utilização Livre, a confirmação de que o utente se pode inscrever numa actividade que funciona num plano de água “sem pé”;

3 - Os utentes estão dispensados da prova referida no ponto anterior em casos em que a sua aptidão esteja comprovada de outro modo;

4 - A aceitação do meio de prova depende do entendimento dos responsáveis técnicos do complexo de piscinas;

5 - Todos os utentes têm de utilizar fato de banho adequado (justo ao corpo e sem bolsos), touca e chinelos. Este vestuário terá de respeitar as características específicas de cada actividade e deverá obrigatoriamente ser trocado nos balneários/vestiários;

6 - Os bebés deverão frequentar as aulas com fraldas adequadas ao meio aquático, sendo que a sua falta implica a proibição de entrada na água;

7 - Todos os utentes terão, obrigatoriamente, de tomar duche utilizando sabão ou gel de banho antes de entrarem na piscina.

8 - A frequência das piscinas em regime de utilização livre faz-se nas seguintes condições:

- a) Só é possível o acesso a utentes que tenham realizado teste e obtido a menção de apto ou tenham feito prova da sua aptidão;
- b) Utesntes menores de 14 anos só poderão utilizar a piscina acompanhados de um adulto, que terá de preencher um termo de responsabilidade relativamente ao menor acompanhado ou portador de autorização previamente validada pela secretaria;
- c) O número de utentes em simultâneo é limitado;
- d) O uso de palas ou outro material, está condicionado ao facto de não constituir incómodo para os outros utentes;
- e) O material trazido pelo utente deverá estar em perfeitas condições de utilização e de higiene;

9 - Os utentes portadores de doenças transmissíveis no contexto das piscinas, não poderão frequentá-la, devendo, assim que tenham conhecimento, fazer uma comunicação da sua situação, tão rápida quanto possível;

10 – Nas piscinas é proibido:

- a) O acesso ao cais por qualquer indivíduo que não se apresente de fato de banho e calçado apropriado (chinelos), com excepção do pessoal da manutenção, professores, treinadores e indivíduos autorizados pelo dirigente máximo do EULISBOA;
- b) A não utilização de touca;
- c) Atirar para a água ou para o espaço envolvente objectos susceptíveis de provocar danos nas pessoas, infra-estruturas e equipamentos ou de alterar a qualidade da água;
- d) Empurrar pessoas para dentro de água ou afundá-las propositadamente;
- e) Correr no cais da piscina ou na zona dos balneários com excepção das classes de motricidade infantil;
- f) Entrar na água sem tomar um duche abundante no balneário (com sabão ou gel duche);
- g) Efectuar mergulhos em corrida ou perturbar outros utentes;
- h) Sentar nos separadores das pistas;
- i) Utilizar cremes, maquilhagens, óleos ou outros produtos susceptíveis de alterar a qualidade ou características da água;
- j) Ingerir qualquer tipo de bebidas;
- k) Cuspir na água ou nos pavimentos;
- l) O acesso ao cais antes do horário previsto.

Artº 12º – Estúdios e Sala de Exercício

- a) É obrigatório o uso de toalha em todas as actividades realizadas nos Estúdios e na Sala de Exercício.
- b) É obrigatória a arrumação e limpeza de um equipamento sempre que acabe de ser utilizado;
- c) O tempo máximo de utilização das máquinas cardio-vasculares não deverá exceder os 20 minutos sempre que a sala apresente um elevado número de utentes;

Nos Estúdios e Sala de Exercício, é proibido:

- a) Usar calçado desportivo previamente utilizado na rua;
- b) Transportar roupa, chapéus, sacos e outros objectos não necessários à prática das actividades, devendo estes ser guardados nos cacifos do Complexo de Piscinas;

- c) Utilizar garrafas de vidro e latas;
- d) Colocar os pés nas paredes.

Artº 13º – Gabinetes de Saúde e Bem-Estar

- a) É obrigatório o cumprimento dos pré-requisitos, quando aplicáveis.
- b) É obrigatória a utilização de vestuário desportivo e toalha para a realização das diferentes avaliações.
- c) Todos os serviços disponíveis no gabinete são destinados a utentes e não utentes.

Artº 14º - Estacionamento

- a) O estacionamento anexo à Complexo de Piscinas deverá ser utilizado apenas por utentes inscritos em actividades que decorrem no Complexo de Piscinas do EULISBOA;
- b) O acesso ao mesmo deverá estar dependente da existência de lugar vago;
- c) O nº de lugares disponíveis é de 151;
- d) Os utilizadores do estacionamento deverão respeitar os espaços definidos para parquear as viaturas;
- e) Os utilizadores deverão ainda adequar a utilização do estacionamento ao tempo de permanência nas instalações correspondentes à Delegação 03;
- f) A direcção do EULISBOA reserva o direito de cobrar taxas fora dos horários das actividades desportivas.

Capítulo VI – Disposições Finais

Artº 15º – Casos Omissos

- 1- O presente regulamento encontra-se subordinado a todas as disposições que constam do enquadramento legal do EULISBOA.
- 2- A resolução de casos omissos ou dúvidas surgidas no âmbito de aplicação do presente regulamento são da competência do EULISBOA.

Artº 16º – Alterações

O presente regulamento poderá ser alterado, caso o Estádio Universitário de Lisboa o entenda, tendo em consideração a evolução da procura dos serviços, bem como a melhoria da qualidade a prestar aos utentes.

Artº 17º – Entrada em Vigor

O presente regulamento entra em vigor a partir da data da sua aprovação pelo Presidente do EULISBOA.

ANEXOS
Estádio Universitário de Lisboa
COMPLEXO DE PISCINAS

PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO
(PEI)

Entidade	Telefone
Bombeiros Voluntários Lisbonenses	213 512 500
Regimento de Sapadores Bombeiros	808 215 215
PSP Campo Grande	217 961 834
INEM	112
Protecção Civil de Lisboa	800 205 742
Segurança exterior do EULISBOA	915 002 983

ORGANIZAÇÃO INTERNA DA SEGURANÇA

Estrutura Interna de Segurança

Equipa de Coordenadores de Evacuação

Os coordenadores de evacuação, sempre que soar o toque de evacuação ou sejam informados de que existe uma emergência, têm como responsabilidades:

- Conduzir todos os colaboradores e pessoas externas ao EULISBOA que se encontrem na sua área para o exterior do edifício e daí para o ponto de encontro definido.

Coordenadores de Evacuação durante o horário de trabalho normal:

Piso 3 – Sala de Exercício:

- Técnicos da empresa de fornecimento de professores.

Piso 2 – Instalações Sanitárias, corredor e bancadas:

- Técnico da empresa TDGI, S.A.

Piso 1 – Instalações Sanitárias, balneários, estúdios, corredor e bancadas

- Diretor Técnico

Piso 1 – Gabinetes

- Coordenador NISG

Piso 0 – Tanque de aprendizagem:

- Técnicos da empresa de fornecimento de professores.

Piso 0 – Balneários do tanque:

- Nadador-Salvador

Piso 0 – Piscina de 25m:

- Técnicos da empresa de fornecimento de professores.

Piso 0 – Balneários da piscina de 25m:

- Nadador-Salvador

Piso 0 – Piscina de 50m:

- Nadador-Salvador

Piso 0 – Balneários femininos da piscina de 50m:

- Técnicos da empresa de fornecimento de professores.

Piso 0 – Balneários masculinos da piscina de 50m:

- Técnicos da empresa de fornecimento de professores.

Piso 0 – Secretaria, gabinetes e instalações sanitárias:

- Coordenador da Secretaria

Piso -1 – Zona técnica:

- Técnico da empresa TDGI, S.A.

NOTAS: *O acompanhamento dos utentes e colaboradores confirmará a presença de todos os atletas no ponto de encontro.*

O diretor técnico e o técnico da empresa TDGI, S.A. são responsáveis por efectuar o corte parcial ou total do gás e electricidade (dependendo do grau do sinistro)

Quando for despoletada a activação do PEI o(s) Director(es) Técnico(s) deverá(ão) comunicar esse facto ao segurança do exterior.

Coordenadores de Evacuação durante o horário nocturno:

Piso 3 – Sala de Exercício:

- Técnicos da empresa de fornecimento de professores.

Piso 2 – Instalações Sanitárias, corredor e bancadas:

- Técnico da empresa TDGI, S.A.

Piso 1 – Instalações Sanitárias, balneários, estúdios, corredor e bancadas

- Diretor Técnico

Piso 1 – Gabinetes

- Coordenador NISG

Piso 0 – Tanque de aprendizagem:

- Técnicos da empresa de fornecimento de professores.

Piso 0 – Balneários do tanque:

- Nadador-Salvador

Piso 0 – Piscina de 25m:

- Técnicos da empresa de fornecimento de professores.

Piso 0 – Balneários da piscina de 25m:

- Nadador-Salvador

Piso 0 – Piscina de 50m:

- Nadador-Salvador

Piso 0 – Balneários femininos da piscina de 50m:

- Técnicos da empresa de fornecimento de professores.

Piso 0 – Balneários masculinos da piscina de 50m:

- Técnicos da empresa de fornecimento de professores.

Piso 0 – Secretaria, gabinetes e instalações sanitárias:

- Coordenador da Secretaria

Piso -1 – Zona técnica:

- Técnico da empresa TDGI, S.A.

NOTAS: *O acompanhamento dos utentes e colaboradores confirmará a presença de todos os atletas no ponto de encontro.*

O diretor técnico e o técnico da empresa TDGI, S.A. são responsáveis por efectuar o corte parcial ou total do gás e electricidade (dependendo do grau do sinistro)

Quando for despoletada a activação do PEI o(s) Director(es) Técnico(s) deverá(ão) comunicar esse facto ao segurança do exterior.

Plano de Evacuação

Identificação das Saídas

As saídas de emergência, bem como os caminhos de evacuação estão devidamente assinalados com sinalização de emergência e nas Plantas de Evacuação, existentes em todas as áreas.

Início da Evacuação

A evacuação terá início quando for dado o toque do alarme ou houver informação de emergência com evacuação.

Ponto de Encontro

A zona de concentração será espaço descoberto em frente da entrada no edifício do Complexo de Piscinas.

Plano de Intervenção

Incêndio

Alarme e Reconhecimento

O alarme pode ser dado por:

- Atuação das botoneiras de alarme existentes nos edifícios;
- Detetores automáticos de incêndios (SADI) existentes nos edifícios;
- Via rádio (vigilantes);
- Via telefone interno.

Activação do Plano de Emergência Interno (PEI)

Perante a ocorrência de um alarme na SADI, o coordenador de evacuação da área em causa, efectua a confirmação do alarme.

A confirmação de um foco de incêndio não controlado despoleta a activação do PEI.

ANEXO I - Instruções de segurança

UTILIZAÇÃO DO EXTINTOR

1

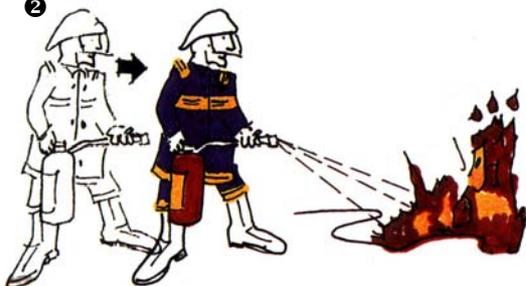


Retirar a cavilha de segurança.

Agarrar firmemente o extintor pela pega e pelo difusor.

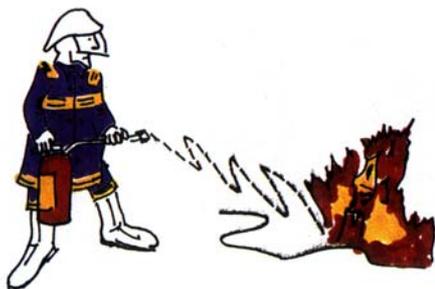
Premir o manípulo do difusor e dirigir o jacto para a base das chamas.

2



Aproximar-se do foco de incêndio progressiva e cautelosamente.

3



Varrer, lentamente, toda a superfície incendiada.

4



No caso do combustível ser líquido, evitar uma pressão muito forte na sua superfície impedindo o alargamento da área afectada.

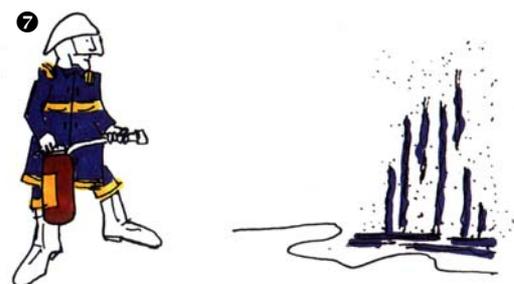
5



Não avançar senão quando estiver seguro de que o fogo não o envolverá pelas costas.



Actuar sempre no sentido do vento.



Dar por terminada a actuação só depois de se assegurar de que o fogo não se reacenderá.



Entregar o(s) extintor(es) utilizado(s) ao DQARS para que este assegure a sua recarga e reposição.

INCÊNDIO NA ÁREA ONDE TRABALHA

- Dê o alarme pressionando a botoneira mais próxima. Deve comunicar as seguintes informações:
 - Local, o mais preciso possível;
 - Extensão do incêndio;
 - Existência de feridos;
- Pegue no extintor mais próximo e actue sobre o foco de incêndio, lançando o produto extintor para a base das chamas.
- Retire, ou peça para retirar, os materiais ou objectos próximos do foco de incêndio, afim de circunscrever as chamas.
- Se não conseguir dominar o incêndio, siga os procedimentos do Plano de Evacuação.

INCÊNDIO NUMA ÁREA ADJACENTE

- Verificar a propagação de fumos por baixo da porta.
- Tocar com as costas da mão na porta, a fim de verificar se esta se encontra quente. Se o resultado for negativo, proceder da mesma forma para o puxador. Deve ter-se em atenção que todas as peças metálicas da porta são excelentes condutores de calor e por isso podem apresentar temperaturas mais elevadas.
- Sempre que verificar a presença de fumos ou temperatura elevada deve:
 - Manter a porta fechada;
 - Não tocar no puxador da porta. Este pode estar muito quente;
 - Tapar as frestas da porta com um tecido, ou outro material, molhado;
 - Seguir o definido no Plano de Evacuação.

PLANO DE EVACUAÇÃO

Ao ouvir o sinal de evacuação deverá seguir os seguintes procedimentos:

- Mantenha a calma, não grite, não entre em pânico e não corra;
- Se tiver a sua documentação crítica para a Empresa perto de si, pegue nela e leve-a consigo. Não se preocupe com material de trabalho. Deixe-o sobre as bancadas ou mesas;
- Aguarde instruções do Coordenador de Evacuação;
- Ajude, sempre que possível, as pessoas mais desfavorecidas fisicamente (deficientes, pessoas de idade);
- Ajude a tranquilizar as pessoas que, eventualmente perto de si, tenham mais dificuldade em manter o domínio emocional;
- Dirija-se ordeiramente para a porta de saída;
- Não deixe um colega sozinho para trás. Se este se encontrar ferido, comunique de imediato com o Coordenador de Evacuação;
- Não pare na porta de saída, pois esta deve estar desimpedida;
- Nunca, em caso algum, volte para trás, antes de estar normalizada a situação.

LOCAL DE CONCENTRAÇÃO:

Área descoberta em frente da entrada no edifício do Complexo de Piscinas

ANEXO II – Mapas

LOCALIZAÇÃO DO PONTO DE ENCONTRO

