

## Regulamento Específico da Delegação 04

---

### Capítulo I – Disposições Gerais

#### Artº 1º – Objecto

O presente regulamento tem por objecto definir as normas específicas de funcionamento, utilização e acesso a serem observadas pelos utentes da Delegação 04 do EUL. Por outro lado, importa referir que este regulamento específico foi elaborado no respeito pelo previsto no artigo 43.º da Lei n.º 5/2007, de 16 de Janeiro (Lei de Bases da Actividade Física e do Desporto), conjugado com o estipulado na alínea c) do artigo 18.º do Decreto-Lei n.º 141/2009, de 16 de Junho (Regime Jurídico das Instalações Desportivas de Uso Público), e no artigo 17.º do Decreto-Lei n.º 271/2009, de 1 de Outubro. Nessa medida, o mesmo inclui instruções de segurança e plano de evacuação (ver anexo).

#### Artº 2º – Âmbito

- 1 - Este regulamento abrange todos os utentes da Delegação 04 do EUL.
- 2 - Utesntes da Delegação 04 são todos aqueles que usufruem das instalações desportivas e das instalações de apoio adstritas aos Grandes Campos de Jogos, 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 Delegação 04 é da responsabilidade do EUL, 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 Delegação 04 dispõe de um director técnico (DT), pessoa singular que assume a direcção e responsabilidade pelas actividades físicas e desportivas que decorrem nas instalações desportivas, desempenhando as funções previstas no artigo 5.º do Decreto-Lei n.º 271/2009, de 11 de Outubro.

### Capítulo II – Descrição e Caracterização das Instalações

A Delegação 04 do EUL compreende as seguintes instalações desportivas:

Grandes Campos de Jogos (n.ºs 2, 3, 4, 5, 6 e 7) e corpo de balneários de apoio aos campos 3 a 7.

## **Artº 4º – Grandes Campos de Jogos**

1 – A Delegação 04 (Grandes Campos de Jogos) é composta pelos seguintes espaços de prática desportiva:

Campos de Relva Natural

- a) Grande Campo de Jogo nº 2 – Com 128m x 78m, sem iluminação artificial e homologado oficialmente para a prática de Futebol 11 e Râguebi;
- b) Grande Campo de Jogo nº 5 – Com 98m x 73m, com iluminação artificial e medidas oficiais de Futebol 11;
- c) Grande Campo de Jogo nº 6 – Com 98m x 73m, com iluminação artificial e medidas oficiais de Futebol 11.

Campos de Relva Sintética

- a) Grande Campo de Jogo nº 3 – Com 100m x 70m, com iluminação artificial e medidas oficiais de Futebol 11 e Râguebi;
- b) Grande Campo de Jogo nº 4 – Com 99m x 69m, com iluminação artificial e medidas oficiais de Futebol 11 e Râguebi;
- c) Grande Campo de Jogo nº 7 – Com 96m x 65m, com iluminação artificial e medidas oficiais de Futebol 11.

2 – A Delegação 04 dispõe ainda dos seguintes espaços e equipamentos de apoio:

- a) Edifício de balneários de apoio aos campos 3, 4, 5, 6 e 7, com 4 balneários, 1 escritório, 2 WC's, 1 posto médico e três arrecadações.

3 – A lotação máxima de utilização dos Campos de relva natural é de 40 adultos ou 80 crianças.

## **Artº 5º – Outros equipamentos e materiais**

Fazem ainda parte da Delegação 04 todos os equipamentos e materiais desportivos (fixos ou móveis), mobiliários administrativos, equipamentos informáticos, mobiliário médico e meios de combate a incêndios (extintores e baterias mangueras), 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 - O horário de funcionamento da Delegação 04 é o constante da tabela de horários de utilização a divulgar anualmente pelo EUL.

2 - O funcionamento e utilização das instalações afectas à Delegação 04 estão subordinados ao disposto no Regulamento Geral de Utilização das Instalações do Estádio Universitário de Lisboa.

## **Capítulo IV – Utilização das Instalações**

### **Artº 8º – Utilização das Instalações**

1 - A utilização das instalações da Delegação 04 está condicionada aos fins para as quais se destinam.

2 - A utilização das instalações desportivas da Delegação 04 pode ser feita no âmbito de reservas das instalações a indivíduos e/ou entidades públicas ou privadas, integrada nas classes da Escola de Desportos Colectivos e noutras actividades do EUL, da ADESL ou da FADU.

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

4 - Os campos de relva natural podem ser interditos sempre que estejam em causa a sua manutenção ou degradação.

## **Capítulo V – Normas de Utilização das Instalações e Equipamentos**

### **Artº 9º – Disposições Gerais**

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

2 – Os tempos de permanência nos balneários circunscreve-se a 15 minutos antes do início da actividade e a 30 minutos após o final da mesma.

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

4 – 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.

5 – Todos os utentes ou acompanhantes deverão obedecer às regras ou instruções definidas para a Delegação 04 e às transmitidas pelo pessoal de serviço (professores, funcionários da recepção e pessoal de manutenção) podendo, em caso de desobediência ser-lhes retirado o direito de permanência no local.

6 – O acesso dos técnicos e jogadores às áreas desportivas, é enquadrado pela recepção da Delegação 04.

7 – O acesso às áreas desportivas só é permitido aos utentes devidamente equipados e com calçado próprio.

8 – O uso de equipamentos ou materiais desportivos requer requisição prévia e autorização dos serviços técnico-desportivos do EUL.

#### **Artº 10º – Campos de Relva Natural**

Com o objectivo de preservar as condições de prática, estão definidas as seguintes regras de utilização:

- a) Privilegiar o uso das zonas mais secas do espaço disponível;
- b) Não repetir mais do que duas vezes os exercícios colectivos no mesmo espaço;
- c) Privilegiar as zonas menos solicitadas durante os jogos, nomeadamente os corredores laterais e zonas de validação. Os exercícios específicos de aquecimento e condição física devem ser realizados nestas zonas;
- d) Havendo grande precipitação é possível que os campos sejam interditos.

#### **Artº 11º – Campos de Relva Sintética**

Nos campos de relva sintética, os utentes tem cumprir o seguinte:

- a) É proibido qualquer tipo de fogo (cigarro, fósforos, etc.);
- b) É proibido comer pastilhas elásticas;
- c) Usar exclusivamente *Chuteiras* e ténis com *pitôns* de borracha devidamente limpas;
- d) É proibido manusear e utilizar os materiais e equipamentos adstritos às instalações sem autorização prévia e de acordo com as regras existentes.

#### **Artº 12º – Balneários**

1 – O uso dos balneários dos Grandes Campos de Jogos obedece aos seguintes aspectos:

- a) Os balneários são para utilização exclusiva dos utentes do EUL;
- b) Cabe a cada utente a responsabilidade de preservar a instalação, não devendo mandar papéis ou outro tipo de lixo para o chão;
- c) Os utentes deverão ter em atenção o uso adequado de água, evitando o desperdício;
- d) O acesso aos balneários deve ser feito 15 minutos antes do início da actividade;
- e) Excepcionalmente, havendo disponibilidade e depois da autorização do responsável, a entrada nos balneários pode ser antecipada;
- f) A ocupação dos balneários deve ser feita pelo tempo estritamente necessário.

2 – Os balneários encontram-se permanentemente abertos pelo que:

- a) Existem cacifos próprios para serem utilizados pelos utentes.

#### **Artº 13º - Cacifos**

1 – Os Grandes Campos de Jogos dispõem de um conjunto de cacifos para a guarda de objectos 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 EUL.

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

5 – O EUL reserva o direito de abrir os cacifos que no final do dia se encontrem fechados, sendo que:

- a) Os pertences que se encontrem dentro dos cacifos são guardados separadamente em sacos de plástico e registados em ficha própria;
- b) Estes pertences darão entrada no sistema de perdidos e achados do EUL, no que concerne ao seu arquivo e período de tempo em que estão disponíveis para levantamento;
- c) Para levantar estes pertences o utente terá de suportar o custo de substituição da fechadura, que se estabelece em € 10,00;
- d) Os utentes desta instalação desportiva deverão fazer o levantamento dos seus pertences no Complexo de Ténis.

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

#### **Artº 14º - Normas de Segurança**

A utilização dos equipamentos nos Grandes Campos de Jogos, nomeadamente as balizas, são vistoriadas e certificadas anualmente por uma entidade independente.

O EUL não se responsabiliza por quaisquer acidentes resultantes da utilização inadequada dos equipamentos que fazem parte da Delegação 04.

### **Capítulo VI – Disposições Finais**

#### **Artº 12º – Casos Omissos**

1 - A resolução de casos omissos ou dúvidas surgidas são da competência do EUL, de acordo com o previsto no Decreto-Lei nº 276/89, de 22 de Agosto.

2 - Este regulamento foi estabelecido nos termos do nº 16 da Portaria n.º 404/98, de 11 de Julho e da alínea f) do nº 1 do art. 5 do Decreto-Lei nº 276/89, de 22 de Agosto.

#### **Artº 13º – 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 14º – Entrada em Vigor**

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

ANEXO:  
Estádio Universitário de Lisboa  
**BALNEÁRIOS DOS CAMPOS 3 A 7**

## **PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO (PEI)**

Entidade	Telefone
Bombeiros	21 234 05 57
Regimento de Sapadores Bombeiros	808 215 215
PSP Campo Grande	21 234 80 71
INEM	112
Protecção Civil de Lisboa	800 205 742
Segurança exterior do EUL	935 895 459

# 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 EUL 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:**

##### Balneários e gabinetes:

- Vigilante da empresa 2045, S.A.

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

*O vigilante da empresa 2045, S.A., é responsável por efectuar o corte parcial ou total do gás e electricidade. (dependendo do grau do sinistro)*

*Quando for despoletada a activação do PEI o vigilante da empresa 2045, S.A. deverá comunicar esse facto ao segurança do exterior.*

#### **Coordenadores de Evacuação durante o horário nocturno:**

##### Balneários e gabinetes:

- Carlos Silva

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

*O funcionário, Carlos Silva, é responsável por efectuar o corte parcial ou total do gás e electricidade. (dependendo do grau do sinistro)*

*Quando for despoletada a activação do PEI o funcionário Carlos Silva deverá 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 no espaço aberto, com piso em saibro, entre o campo 3 e o edifício do Complexo de Piscinas.

## **Plano de Intervenção**

### **Incêndio**

#### **Alarme e Reconhecimento**

O alarme pode ser dado por:

- Actuação das botoneiras de alarme existentes nos edifícios;
- Detectores 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

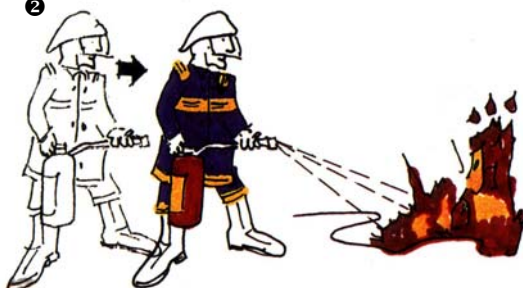
### UTILIZAÇÃO DO EXTINTOR

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:**

**Espaço aberto, com piso em saibro, entre o campo 3 e o edifício do Complexo de Piscinas**

## ANEXO II – Plantas / Mapas

### LOCALIZAÇÃO DO PONTO DE ENCONTRO

