



MAR Shopping Matosinhos

Guia de Informação do Utilizador



Versão 03.07.2020



Índice

1 INTRODUÇÃO.....	4
1.1 SUSTENTABILIDADE E ÉTICA CORPORATIVA.....	4
1.2 ENQUADRAMENTO.....	9
1.3 INFORMAÇÃO GENÉRICA	111
2 DADOS SOBRE O EDIFÍCIO.....	16
2.1 ENVOLVENTE DO EDIFÍCIO	166
2.2 CARACTERÍSTICAS DO EDIFÍCIO.....	177
3 DADOS SOBRE AS INSTALAÇÕES.....	42
3.1 GESTÃO TÉCNICA CENTRALIZADA DO EDIFÍCIO.....	222
3.2 FORNECIMENTO DE ENERGIA.....	222
3.3 CLIMATIZAÇÃO E VENTILAÇÃO	233
3.4 ILUMINAÇÃO E CORRENTE ELÉTRICA.....	244
3.5 TELECOMUNICAÇÕES.....	266
3.6 ELEVADORES E ESCADAS MECÂNICAS	266
3.7 FORNECIMENTO E CONSUMO DE ÁGUA	277
3.8 SISTEMAS DE SEGURANÇA	299
4 ACESSOS E MEIOS DE TRANSPORTE.....	33
5 INFORMAÇÕES PARA CASOS DE EMERGÊNCIA	47
5.1 MEDIDAS PREVENTIDAS	377
5.2 CARACTERIZAÇÃO DOS RISCOS	399
5.3 INSTRUÇÕES EM CASO DE EMERGÊNCIA	41
5.4 PRIMEIROS SOCORROS.....	46
5.5 SERVIÇOS DE SEGURANÇA.....	49
6 MATERIAIS E RESÍDUOS	51
6.1 POLÍTICA DE AQUISIÇÃO DE BENS E PRODUTOS	51
6.2 POLÍTICA DE GESTÃO DE RESÍDUOS.....	52
6.3 POLÍTICA DE LIMPEZA.....	53
7 MANUTENÇÃO PREVENTIVA E CORRETIVA.....	555
7.1 POLÍTICA E PLANO MANUTENÇÃO PREVENTIVA.....	555
7.2 MANUTENÇÃO CORRETIVA.....	566
7.3 AUDITORIAS DE SEGURANÇA	577



8 MODIFICAÇÕES E REMODELAÇÕES	588
8.1 POLÍTICA DE AQUISIÇÃO DE PRODUTOS E MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO	58
8.2 POLÍTICA DE GESTÃO DE RESÍDUOS DE DEMOLIÇÃO E CONSTRUÇÃO	58
8.3 MODIFICAÇÕES NO EDIFÍCIO OU PARTES DO EDIFÍCIO	59
9 FORMAÇÃO	61
9.1 FORMAÇÃO OBRIGATÓRIA	61
9.2 FORMAÇÃO ADICIONAL	63
10 CONTACTOS	Error! Bookmark not defined. 4



1 INTRODUÇÃO

1.1 SUSTENTABILIDADE E ÉTICA CORPORATIVA

Estratégia de sustentabilidade do Grupo Ingka

O Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” é detido pelo Grupo Ingka para quem uma das suas maiores contribuições será tornar a vida saudável e sustentável uma escolha viável, atraente e acessível ao maior número de pessoas possível. Como tal, a sua principal ambição é criar um impacto positivo nas pessoas e no planeta, inspirando e criando condições para que, até 2030, os colaboradores, fornecedores, clientes e visitantes, afetados direta ou indiretamente pelo Grupo Ingka, possam viver uma vida melhor. Para atingir esse objectivo, dentro da sua estratégia de sustentabilidade foram identificados três fatores de mudança:

- Vida Saudável & Sustentável: inspirar e permitir que 1 bilião de pessoas tenham uma vida melhor dentro dos limites do planeta.
- Circular & Clima positivo: tender para o desperdício zero, ser 100% circular e clima positivo nas operações própria, e promover a mudança positiva na sociedade.
- Justo & Inclusivo: melhorar o bem-estar de milhões de pessoas através da sua afirmação como marca, empresa e empregador verdadeiramente inclusivo e centrado nas pessoas.

Particularmente em relação à entidade que gere e opera o Centro Comercial, a empresa Ingka Centres Portugal S.A., a sua estratégia de sustentabilidade assinala a vontade de querer criar locais apelativos que se tornam o coração de sua comunidade; ambientes agradáveis para se estar e que tenham impacto positivo para muitas pessoas e para o planeta, contribuindo para um melhor dia-a-dia comum e individual.

Vida Saudável e Sustentável	
OBJECTIVO	
A oferta de experiências e serviços acessíveis através dos nossos meeting place irão inspirar e permitir que milhões de pessoas tenham uma vida melhor, mais sustentável, saudável e feliz – respeitando os limites do nosso planeta. Juntos, nós e os nossos lojistas e parceiros, vamos fazer com que uma vida saudável e sustentável seja uma opção desejada e atrativa, acessível e viável para tantas pessoas quanto possível.	
ÁREAS DE AÇÃO	METAS E INICIATIVAS
Criar um movimento na sociedade em redor de uma vida melhor	<ul style="list-style-type: none">- Inspirar e permitir que clientes e colaboradores façam escolhas informadas em termos de saúde e sustentabilidade: ambas através da oferta, envolvimento, serviços e eventos, e pela promoção de fornecedores e parceiros com credencias sustentáveis consolidadas.- Envolver e apoiar ativamente os nossos parceiros na promoção de iniciativas sobre cadeias de fornecimento e de distribuição sustentáveis, comunicando as suas práticas de extração de matérias-primas e de produção, e/ou permitindo que os clientes reduzam a sua pegada ecológica ou criem alterações positivas na sociedade, potenciando assim em conjunto uma experiência inspiradora aos nossos clientes.- Até 2020, desenvolver pelo menos 1 dos 10 Laboratórios Ingka de Inovação no Retalho, através de um interface num centro (off e/ou online) para motivar as pessoas a colaborar explorando, experimentando e



	<p>recriando soluções de vida sustentável. Até 2023 disseminar noutras 100 localizações parte da experiência adquirida pelo Grupo.</p> <ul style="list-style-type: none">- Incluir a sustentabilidade na comunicação com os clientes, incluindo redes sociais, páginas web e nos espaços comerciais.- Desenvolver ações de marketing sobre tópicos de sustentabilidade estratégicos, com relevância local e impacto a longo prazo, integradas na calendarização de marketing (potencialmente alinhadas com a loja IKEA e outros retalhistas).
Promoção ao consumo circular e colaborativo	<ul style="list-style-type: none">- Até 2021, fornecer conhecimento, inspiração, serviços e plataformas que apoiem os clientes na reparação, partilha, revalorização, revenda e reutilização de produtos através de iniciativas circulares.- Colaborar com os lojistas e parceiros, incluindo empresários sociais, na promoção de produtos e serviços com capacidade circular, isto é, projetados para serem reutilizados, revalorizados, reparados, alugados, partilhados, etc.
Inspirar e permitir uma vida saudável	<ul style="list-style-type: none">- Potenciar o envolvimento e a procura de comida saudável, inspirando e permitindo que milhões de pessoas tenham uma vida mais saudável, isto é:<ul style="list-style-type: none">• Assegurar a oferta de comida sustentável e saudável nos restaurantes, incluindo refeições para crianças• Oferecer refeições equilibradas, sustentáveis e saudáveis nas cantinas dos colaboradores <p>Encorajar a atividade física, o descanso e o relaxamento</p> <ul style="list-style-type: none">- Promover a saúde e o bem-estar de todos os que visitam ou trabalham nos locais de encontro – isto é, através da qualidade do ar, iluminação, conforto térmico, conforto acústico e design biofílico.

Circular & Impacto Climático Positivo

OBJECTIVO

Iremos contribuir para uma sociedade de baixo carbono envidando esforços para atingir a produção nula de resíduos depositados em aterro, tornando-nos, tanto quanto possível, 100% circulares, e com impacto climático positivo nas nossas operações. Os nossos *meeting place* devem refletir a sustentabilidade através do design e das operações eficientes, inovadores e inteligentes. Cada novo *meeting place* deve ser localizado, projetado, equipado, colocado em funcionamento e operado da forma mais sustentável possível, de acordo com o respetivo contexto local.

ÁREAS DE AÇÃO

METAS E INICIATIVAS

100% renováveis e aumento da eficiência energética	<ul style="list-style-type: none">- A partir de 2020, todos os edifícios novos e renovados vão utilizar energia renovável para os sistemas de aquecimento e arrefecimento. O objetivo a longo prazo é ter aquecimento e arrefecimento 100% renovável.- Até 2025, ambicionar o consumo e a aquisição de eletricidade 100% renovável para todos os edifícios.- Definir localmente metas anuais de eficiência energética com vista a suportar a meta de longo prazo do Grupo para aumentar a eficiência energética em 35% até 2030 em relação aos valores de 2015, e maximizar oportunidades através da reabilitação e modernização.
--	---



	<ul style="list-style-type: none">- Até 2030, reduzir as emissões absolutas de gases com efeito estufa derivadas das nossas operações em 80% em relação aos valores de 2016.
<i>Meeting Places</i> operados de modo sustentável	<ul style="list-style-type: none">- Integrar a sustentabilidade nas nossas operações – focados na energia, água, resíduos, materiais – e reduzir o consumo de energia e de água através da definição local de metas anuais.- Até 2020, obter certificações BREEAM in Use / LEED for Existing Buildings para as operações de todos os centros, com o objetivo de obtenção do nível de desempenho “Excellent”.- Assegurar que a sustentabilidade é uma parte integrante do projeto, construção, reabilitação e ampliação – Todos os novos edifícios e grandes reabilitações devem obter o nível de desempenho BREEAM “Excellent” / LEED “Gold”- A partir de 2020, todos os novos edifícios e grandes renovações devem avaliar a sua pegada ao longo de todo o ciclo de vida e reduzir o carbono incorporado, usando metodologias e ferramentas comuns de LCC (life cycle cost) / LCA (life cycle assessment) adaptadas pelo Grupo Ingka.- A partir de 2020, todos os novos edifícios e grandes renovações devem incluir projetos de regeneração para salvaguardar a biodiversidade.- Evitar esforços no sentido de até 2030 nos tornamos autónomos em termos de necessidades de águas nas nossas operações.- Envolver os lojistas na implementação de projetos de interiores e operações sustentáveis nos seus espaços comerciais, através da utilização de contratos verdes, caso seja apropriado.
Redução de emissões em 50% relativas às viagens dos colaboradores e dos visitantes	<ul style="list-style-type: none">- Inspirar e permitir que os colaboradores e clientes se desloquem até aos nossos <i>meeting places</i> usando soluções de mobilidade e acessibilidade sustentáveis, incluindo veículos elétricos, programas de partilha de automóveis ou bicicletas, serviços de entrega.- Até 2030, ambicionar a redução relativa de emissões em 50% por viagem de colaboradores e visitantes até aos nossos <i>meeting places</i>.- Até 2025, todos os veículos detidos / alugados / partilhados da nossa frota serão elétricos ou caracterizados por outra opção sem emissões.
Evitar esforços para atingir a produção nula de resíduos depositados em aterro e tornarmo-nos 100% circulares	<ul style="list-style-type: none">- Permitir e contratar as melhores práticas de gestão de resíduos, com o foco na não deposição em aterro e incineração, e no aumento da reciclagem. Explorar oportunidades de licitar com retalho utilizando um sistema de gestão integrado.- Até 2030, reduzir o volume de resíduos em 25% em relação aos valores de 2017, e evitar esforços para reciclar 100% de todos os resíduos geridos por nós enquanto proprietários. Até 2020, incluir na nossa recolha de dados os resíduos da demolição, construção e reabilitação, e estabelecer metas de redução e reciclagem.- Até 2020, não enviar para aterro nenhum lixo orgânico gerido por nós, devendo reduzir em 50% os desperdícios de comida gerados nas cantinas dos colaboradores operadas diretamente por nós.- Até 2022, implementar pelo menos uma iniciativa de “operação circular”, contribuindo para o uso de 25% menos materiais virgens indiretos.- Até 2020, implementar requisitos de extração responsável no Grupo Ingka para produtos e materiais.



	- Até 2030, todos os materiais adquiridos serão renováveis, recicláveis e/ou reciclados, e todos os plásticos serão reciclados e/ou de fontes renováveis.
--	---

Justo & Inclusivo

OBJECTIVO

Iremos criar *meeting place* que se tornarão o coração da comunidade. Nós seremos um parceiro na resolução de necessidades e aproveitamento de oportunidades locais, desenvolvendo simultaneamente o nosso negócio e a comunidade local. Não só acreditamos que esta é a forma correta de agir, como também sabemos que assim sustentamos e fortalecemos esta nossa ideia de negócios baseada na criação de *meeting place*.

ÁREAS DE AÇÃO

METAS E INICIATIVAS

Participar na criação de comunidades sustentáveis, conectadas e amigas das crianças.

- Até 2020, em todos os nossos centros participar na criação de atividades de interação com as comunidades, envolvendo colaboradores e clientes, na resolução de necessidades locais onde possamos maximizar o impacto positivo – usando os nossos *meeting place*, experiência comercial e trabalho conjunto com a IKEA e os nossos parceiros lojistas. Isto é, lançando “academias de retalho” para fomentar trabalhos locais no setor do retalho, colaborando com parceiros locais para oferecer empregos, habilitações, formação e oportunidade empresariais. Trabalhar com o Grupo Ingka no desenvolvimento de novas abordagens para a interação com as comunidades.
- Até 2025, mandar pelo menos 50% dos colaboradores do Ingka Centres para atuarem como “agentes transformadores” nas nossas atividades de interação com a comunidade. Envolver os clientes também!
- Desenvolver a definição corrente para “orientado para as pessoas” e “valor comunitário”, assente nas prioridades e atividades centrais do nosso negócio, para nos permitir articular e medir a nossa contribuição na criação de comunidades bem-sucedidas e sustentáveis.
- Explorar oportunidades para adaptar a fórmula da IKEA relativa ao orçamento para a interação com a comunidade, para desenvolver uma abordagem consistente nos Centros Ingka.
- Ter um canal de comunicação permanente com os lojistas sobre trabalho legal e com sentido, criando comunidades sustentáveis e colaborando na interação com a comunidade.
- Desenvolver processos robustos de interação com a comunidade como parte de todos os planos e projetos de expansão.

Oferecer e apoiar trabalho legal e com sentido

- Até ao final de 2018, desenvolver uma abordagem consistente nos Centros Ingka relativamente à conformidade e implementação dos Requisitos de Sustentabilidade Ingka para Fornecedores (IWAY), adotando a abordagem baseada no risco que está a ser desenvolvida no Grupo Ingka, com o foco em impulsionar melhorias através de parcerias e colaborações.
- Até 2021, juntamente com os nossos fornecedores e parceiros exteriores, alcançar e manter 100% IWAY para melhorar as condições sociais, ambientais e laborais de todas as pessoas que desempenham



	<p>tarefas ou serviços dentro e fora das nossas instalações (prestadores de serviços e fornecedores contratados pelo Grupo Ingka).</p> <p>- Assegurar que todos os requisitos aplicáveis às nossas operações são cumpridos ou excedidos por aqueles que são exigidos aos nossos fornecedores.</p> <p>Até 2021, trabalhar com a abordagem do Grupo Ingka relativamente a meios de subsistência sustentáveis para os nossos colaboradores e para os participantes na nossa cadeia de fornecimento. O nosso compromisso relativo a uma remuneração justa faz parte desta abordagem.</p> <p>- Até 2025, todos os nossos centros devem participar na criação de serviços prestados por empresários sociais locais, incluindo aqueles que criam oportunidades de rendimento para pessoas em contexto de pobreza e/ou de desigualdades.</p>
--	--

Outros requisitos

Os fornecedores do Grupo Ingka são obrigados a garantir que não recorrem à utilização de trabalho Infantil, que não tenha sido especificamente aprovado pela IKEA como trabalho leve ou de aprendizagem / profissional, conforme especificado na “IKEA Way on Preventing Child Labour and Supporting Young Workers”. O trabalho infantil é o trabalho realizado por uma criança, abaixo da idade mínima para o trabalho, que interfere com o direito da criança ao crescimento e desenvolvimento saudável, negando-lhe o direito a uma educação de qualidade. A idade mínima para o trabalho é definida pela legislação nacional e é a idade, acima do qual uma pessoa pode ser trabalhadora em regime de tempo integral. Pode ser 16 anos, 15 anos ou 14 anos em certos países em desenvolvimento. A documentação da prova de idade de todos os colaboradores está implementada.

Além disso, não poderá existir trabalho forçado, preso, coercivo ou involuntário. Deverá ser mantido um sistema de registo de horas de trabalho e de salários transparente e fiável para todos os colaboradores. O trabalhador recebe um salário igual ou superior ao salário mínimo nacional.

Os Trabalhadores:

- Têm o direito legal de trabalhar nas instalações do Fornecedor;
- Têm a liberdade de terminar a relação laboral a qualquer momento, de acordo com o período de aviso prévio acordado, sem penalizações ou reduções salariais;
- Têm a liberdade de abandonar as instalações no fim do seu turno de trabalho;
- Não têm documentos pessoais ou outros pertences retidos;
- Não lhes foram cobradas, direta ou indiretamente, taxas ou comissões relacionadas com o recrutamento e/ou com o processo de emprego. Se o agente de recrutamento solicitou qualquer taxa deste tipo, o Trabalhador foi reembolsado pelo Fornecedor;
- Não lhes foi pedido que fizessem depósitos e não têm pagamentos por receber, nem lhes foram oferecidos adiantamentos salariais ou empréstimos com o propósito de os endividar e de os vincular ao trabalho em questão.

Os fornecedores do Grupo Ingka devem ainda assegurar a existência de seguros de acidente para todos os colaboradores, cobrindo o tratamento médico para acidentes de trabalho e a compensação por acidentes de trabalho, que resultem em **invalidez permanente**.

INGKA
CENTRES

Ingka Centres Portugal, S.A.
Avenida Doutor Óscar Lopes, s/n
4450-337 Leça da Palmeira
Matosinhos, Portugal

www.marshopping.com
+351 22 999 87 00
NIF 507 161 025



Os colaboradores devem estar protegidos contra exposições a riscos graves para a sua saúde e segurança, que devem ser entendidos como riscos para a saúde e segurança suscetíveis de constituir um risco imediato de causa de morte, invalidez permanente ou doença.

Os fornecedores do Grupo Ingka não podem ser responsáveis por focos de poluição ambiental grave, a qual deve ser entendida como toda a poluição que é suscetível de se difundir amplamente a partir de um determinado local e em que os seus efeitos sejam muito difíceis ou dispendiosos de serem corrigidos.

Ética corporativa

No Grupo Ingka, somos guiados e inspirados pela nossa visão “de criar um melhor dia-a-dia para a maioria das pessoas”, pela nossa perspetiva de negócio e pelos nossos valores. Juntos, estes valores descrevem e promovem uma visão de longo prazo relativamente à realização de bons negócios, ajudando a criar um elevado grau de confiança e construindo relacionamentos sólidos e sustentáveis.

Colocamos expectativas elevadas sobre nós próprios de forma a realizar o nosso negócio de uma forma honesta, aberta e ética. Essas expectativas são igualmente compartilhadas pelos nossos clientes, parceiros comerciais e sociedade em geral. A corrupção é contraditória ao objetivo de realizar bons negócios, prejudicando a confiança dos nossos colaboradores, fornecedores, clientes e outras partes interessadas no Grupo Ingka. Além disso, a corrupção compromete o Estado de Direito, distorce os mercados e afasta muitas pessoas da sua justa quota-parte de recursos.

Assim, não podemos aceitar qualquer forma de corrupção. Por “corrupção” entende-se o uso indevido de funções oficiais para obtenção de vantagens indevidas não oficiais e pessoais ou vantagens para terceiros. É igualmente conferida tolerância zero em relação à fraude e suborno, tal como benefícios, favores e omissões que são considerados ilegais, antiéticos ou uma quebra de confiança.

- Nenhuma pessoa, colega de trabalho ou parceiro comercial, que atue em nome do Grupo Ingka ou com quem o Grupo Ingka tenha uma relação (incluindo fornecedores, vendedores e contratados) pode, direta ou indiretamente, solicitar, oferecer, pagar, aceitar ou receber subornos ou cometer outras práticas de corrupção.
- O Grupo Ingka não permite qualquer forma de facilitação de pagamento.
- Os colaboradores do Grupo Ingka não podem pedir presentes ou hospitalidade, sendo fortemente aconselhados a não aceitar e/ou fornecer presentes ou hospitalidade de/a qualquer parceiro comercial ou terceiro. Se e quando o Grupo Ingka aceitar ou fornecer presentes será de uma forma transparente e previamente aprovada.

1.2 ENQUADRAMENTO

Âmbito e objectivo do Guia de Informação do Utilizador

O presente Guia de Informação do Utilizador diz respeito ao edifício, equipamentos e áreas afectas ao Centro Comercial “MAR Shopping MATosinhos”, localizado em Leça da Palmeira, Matosinhos, e inclui as seguintes áreas sob responsabilidade da Administração do Centro Comercial:

Áreas comuns e circulações do Centro Comercial (Mall);

LEGO Fan Factory;

Áreas exteriores;

Parques de Estacionamento;

Zonas técnicas;

Escritórios da Administração do Centro Comercial.

INGKA
CENTRES

Ingka Centres Portugal, S.A.
Avenida Doutor Óscar Lopes, s/n
4450-337 Leça da Palmeira
Matosinhos, Portugal

www.marshopping.com
+351 22 999 87 00
NIF 507 161 025



O presente Guia de Informação do Utilizador não inclui a área sob responsabilidade dos lojistas, com exceção das instalações de proteção e segurança.

O objetivo do Guia de Informação do Utilizador do Edifício é garantir o fornecimento de orientação adequada para os utilizadores não técnicos do edifício, para que eles possam aceder, entender e operar o edifício de maneira eficiente e de acordo com a intenção original do projeto.

Um Guia de Informação do Utilizador deve ser escrito para fornecer informações facilmente acessíveis e compreensíveis para as seguintes partes interessadas:

- O pessoal do edifício
- A equipa de gestão das instalações não técnicas ou administração do edifício
- Outros utilizadores do edifício, como por exemplo, visitantes.

O conteúdo do Guia de Informação do Utilizador é específico para o tipo de edifício e para o tipo de utilizadores finais, devendo abranger os seguintes pontos:

- Descrição geral do edifício e da sua estratégia ambiental, por ex. política ou estratégia de gestão de energia, água ou resíduos, e o papel dos utilizadores na concretização dessas políticas ou estratégias
- Descrição geral dos sistemas instalados e modos de operação e controlo, por exemplo acesso aos controlos e respetivo alcance.
- Informações prévias à chegada para visitantes, por ex. procedimentos e disposições de acesso e segurança
- Existência e acesso a áreas e instalações partilhadas
- Informações sobre instruções de segurança e procedimentos em caso de emergência
- Procedimentos operacionais específicos para o tipo de edifício ou operação
- Procedimento de registo de incidentes e feedback
- Existência e acesso a meios de transporte, por ex. transporte público ou vias/instalações para ciclistas
- Localização e acesso a serviços locais
- Procedimentos relativos a modificações e remodelações
- Hiperligações, referências e contatos relevantes.

O Guia de Informação do Utilizador deve ser disponibilizado em formatos alternativos, que incluam, por exemplo, vários idiomas, versão em braille, versão web, caracteres aumentados ou suportes de áudio.

Documentos de referência

A informação contida no presente Guia de Informação do Utilizador resulta em grande parte da adaptação de excertos de documentos de referência, nomeadamente elementos de projecto e ferramentas de operação e manutenção do edifício. Sendo estas últimas alvo de revisão e actualização periódica, haverá necessidade de proceder igualmente à actualização periódica do Guia de Informação do Utilizador.

No caso de se verificar a existência de informação contraditória ou ambígua entre o presente Guia de Informação do Utilizador e qualquer um dos documentos que lhe servem de base, deverá sempre prevalecer a informação contida na versão mais recente dos documentos de referência.



Os documentos de referência que servem de base ao presente Guia de Informação do Utilizador são os seguintes:

- Memória descritiva e justificativa do projeto de licenciamento de Arquitetura *
- Memória descritiva e justificativa do projeto de licenciamento de Condicionamento Acústico *
- Memória descritiva e justificativa do projeto de execução de Instalações e Equipamentos Mecânicos *
- Memória descritiva e justificativa do projeto de execução de Instalações, Equipamentos e Sistemas Elétricos Tipo A, B e C *
- Memória descritiva e justificativa do projeto de execução de Instalações e Equipamentos Mecânicos – BMS *
- Memória descritiva e justificativa do projeto de execução de Instalações, Equipamentos e Sistemas de Comunicações – Projeto ITED *
- Memória descritiva e justificativa do projeto de execução de Instalações e Equipamentos Mecânicos – Ascensores *
- Memória descritiva e justificativa do projeto de execução de Instalações Hidráulicas – Rede de Abastecimento de Águas *
- Memória descritiva e justificativa do projeto de execução de Instalações Hidráulicas – Rede de Drenagem de Águas Pluviais e de Lavagem*
- Memória descritiva e justificativa do projeto de execução de Instalações Hidráulicas – Rede de Drenagem de Águas Residuais Domésticas *
- Memória descritiva e justificativa do projeto de execução dos Espaços Exteriores – Arquitetura Paisagística
- Plano de Segurança – Medidas de Autoproteção
- Regulamento de funcionamento e utilização do Centro Comercial
- Termos e Condições da Certificação BREEAM
- BREEAM Clauses for IKEA Centres Suppliers' Contracts (v02)
- Caderno de Encargos de Prestação de Serviços de Limpeza
- Maintenance Policy
- People and Planet Positive – Ingka Group Sustainability Strategy
- Ética empresarial do grupo IKEA
- Requisitos IWAY Must

Os documentos assinalados com (*) são elementos de projeto em relação aos quais não se prevê qualquer atualização. No caso de se verificarem alterações construtivas substanciais no edifício, ou modificações nos sistemas ou equipamentos instalados, o conteúdo do Guia de Informação do Utilizador será verificado e atualizado de acordo com os novos elementos de projecto, caso aplicável.

1.3 INFORMAÇÃO GENÉRICA

Tipos de utilização e ocupação

O Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” entrou em funcionamento no dia 16 de outubro de 2008.

De acordo com o Decreto-Lei n.º 555, o edifício do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” é considerado como sendo de utilização mista, destinada a comércio, serviços e garagem coletiva integrando diversas utilizações tipo (UT’s) e respeitando as condições técnicas gerais e específicas para cada uma.



Destacam-se as seguintes actividades e/ou utilizações principais no Centro Comercial:

- Piso -2: Estacionamento e áreas técnicas
- Piso -1: Estacionamento e Zonas Técnicas
- Piso 0: Supermercado e Lojas
- Piso 1: Lojas, Restauração e Cinema
- Cobertura: Zonas técnicas

Áreas comuns

São comuns as seguintes partes do Centro Comercial:

- O átrio, as áreas de circulação, nomeadamente halls, corredores, escadas, elevadores, caminhos pedestres, áreas de restauração, saídas de emergência;
- Os caminhos de serviço, as áreas de serviço e os cais;
- As casas de banho e lavabos para uso público;
- Os lugares de estacionamento do piso -2, -1 e o parque exterior do Centro Comercial;
- Os Pátios, átrios e praças;
- As áreas de manuseamento de produtos e as áreas de cargas comuns;
- As áreas ajardinadas;
- As instalações gerais de água, gás, electricidade, telefones, sistemas de som, os sistemas de detecção e combate de incêndio e de roubo, e em geral quaisquer outras instalações ou equipamentos instalados ou a instalar no Centro Comercial;
- Todas as outras áreas, passagens e equipamentos, providenciados ou destinados pela Proprietária para uso e utilização comum dos Lojistas e ocupantes do Centro Comercial que não estejam afectos ao uso exclusivo de nenhuma loja;
- Os elementos decorativos instalados ou por instalar nas zonas públicas.

Todas as áreas comuns, instalações, máquinas e equipamento de uso comum, ou seja, todos os que não estejam afectos especialmente a um Lojista através do respectivo Contrato de Utilização, sendo administrados e fiscalizados pela Proprietária e/ou pela Entidade Gestora, podendo explorar os mesmos para neles instalar, ou neles fazer funcionar serviços considerados com interesse para o Centro Comercial.

Horário de funcionamento

O Centro Comercial tem estabelecido o seguinte horário de abertura ao público:

- Todos os dias: 10h00 – 24h00
- As Lojas ou espaços com atividade específica podem praticar horários diferentes do acima mencionado.

Poderão haver alterações ao horário de funcionamento acima exposto, pelo que sugerimos a consulta do nosso site <https://www.marshopping.com/pt-pt/matosinhos>

Fora do horário de funcionamento a estrutura operacional é garantida com um menor número de efetivos que asseguram a segurança e atuação em situações de emergência. Nesse período



são desenvolvidas atividades que podem entrar em conflito com o funcionamento normal do shopping (manutenção, limpeza, etc.).

Os lojistas e seus colaboradores possuidores do respetivo cartão de acesso poderão aceder ao Centro Comercial a partir das 7h00 da manhã, através dos pontos de acesso identificados para tal, e sair até uma hora após o seu encerramento. Caso necessitem de permanecer por um período de tempo superior, deverão pedir autorização expressa para esse efeito à administração, indicando o motivo, o tempo necessário e a identificação da pessoa ou pessoas que permanecerão no local. Em caso de permanência na loja por um período de tempo superior ao solicitado, os acessos às zonas comuns do Centro Comercial manter-se-ão encerradas e utilizar-se-ão exclusivamente os acessos privados.

Kit de Boas Vindas

Antes de começar a desenvolver a sua actividade no Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos”, cada colaborador ou lojista deverá dirigir-se à área de receção dos escritórios da administração onde lhe será entregue a documentação específica e um cartão de acesso, o qual deverá acompanhar o seu titular sempre que este permaneça nas instalações.

A Ingka Centres Portugal S.A coloca à disposição um vídeo de boas vindas no qual são apresentadas normas básicas de utilização e segurança. Depois da sua visualização, cada colaborador, lojista ou fornecedor será convidado a responder a um questionário relativo ao conteúdo visualizado.

Incluído no dossier de formação inicial, cada colaborador terá acesso a um conjunto de instruções de segurança pública no âmbito de *Run, Hide, Tell*, aplicável em eventuais situações de terrorismo, as quais estruturam-se em 3 passos:

Corra para um lugar seguro
Esconda-se em vez de optar pelo confronto
Contacte/Informe as autoridades

A Administração do Centro Comercial estará sempre à disposição para esclarecer qualquer dúvida relacionada com estas questões.

Portal do Lojista

Através do Portal do Lojista é possível realizar todos os trâmites necessários entre os lojistas e a Administração do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos”. O seu principal objetivo é ser um instrumento que facilite a comunicação entre os Lojistas e a equipa de Gestão do Centro, eliminando o uso de papel e mantendo um arquivo digital.

Este portal é acessível a todos os lojistas que tenham uma loja no Centro, permitindo através dele a consulta de todas as informações relacionadas com as suas operações, colocar e receber questões, obter esclarecimentos e notificações, bem como partilhar documentação entre ambas as partes. Esta é uma ferramenta de trabalho "user friendly", onde todas as informações estão

INGKA
CENTRES

Ingka Centres Portugal, S.A.
Avenida Doutor Óscar Lopes, s/n
4450-337 Leça da Palmeira
Matosinhos, Portugal
www.marshopping.com
+351 22 999 87 00
NIF 507 161 025



disponíveis de forma integrada, contribuindo para uma gestão mais eficiente para todos. O portal é acessível a partir de qualquer local com acesso a Internet.

Sempre que uma loja inicia a sua operação é entregue ao Lojista um cartão com os códigos de acesso e um cartão matriz que garantem a confidencialidade do acesso e da informação – acesso encriptado.

É através do Portal que a Administração do Centro partilha toda a informação relevante da operação diária – Circulares Informativas, Atas das Reuniões de Lojistas, Campanhas de Marketing, Notícias, entre outros documentos.

Além dos benefícios para o meio-ambiente, esta ferramenta apresenta as seguintes vantagens:

- Administrar todas as lojas a partir de uma única central;
- Concentrar todas as comunicações feitas num único arquivo digital;
- Permitir a identificação inequívoca dos Lojistas (somente os utilizadores com códigos de acesso podem aceder ao portal);
- Direcionar pedidos de autorização directamente às pessoas responsáveis pela sua aprovação;
- Ter toda a informação centralizada e disponível 24 horas por dia;
- Garantir o acesso fiável e seguro à plataforma.

Encontra-se em desenvolvimento uma nova plataforma que permitirá uma maior abrangência da comunicação/informação dado que todos os colaboradores do Centro Comercial terão coordenadas individuais, com níveis de acesso, de forma a que possam ter uma interação mais direta e mais facilitada com a Administração.

Sistemas de gestão e certificações

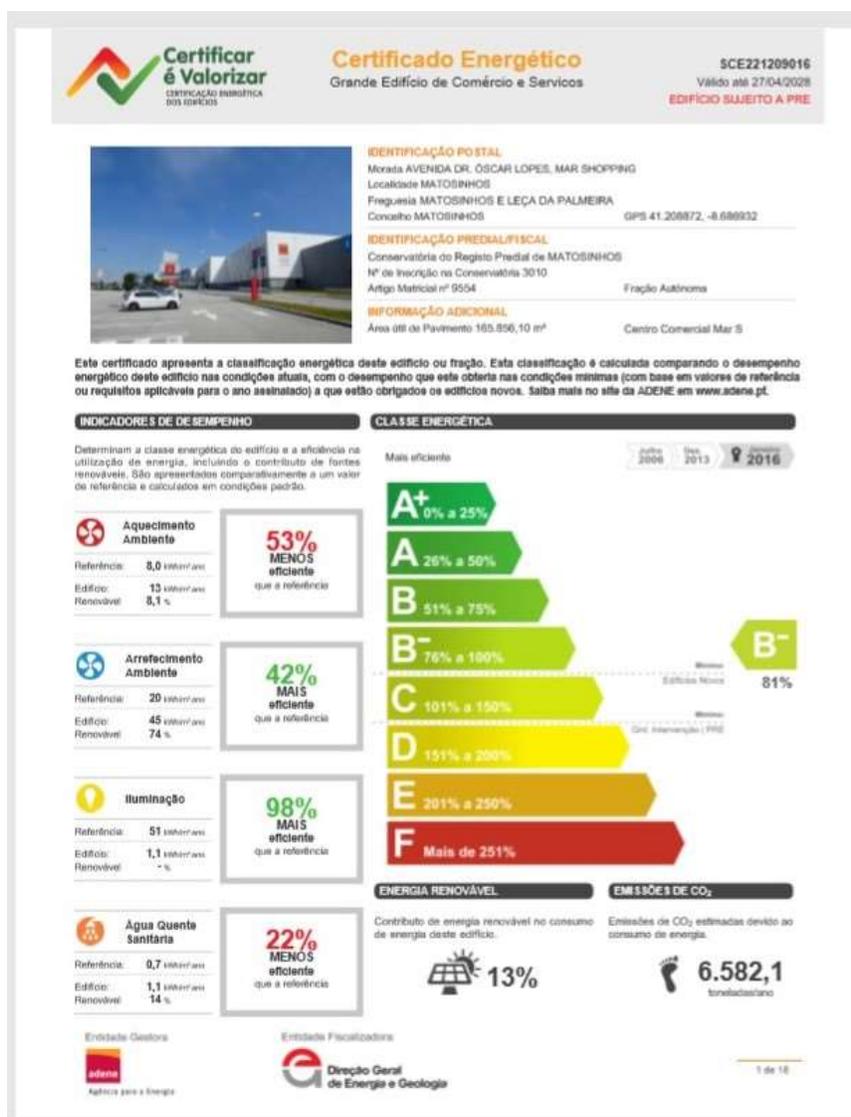
O edifício do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” não tem implementado nenhum Sistema de Gestão Ambiental ISO 14001, ou equivalente. De igual modo, não está implementado nenhum Sistemas de Gestão da Segurança Saúde Ocupacional OHSAS 18001, ou equivalente.

O edifício do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” encontra-se em fase de obtenção do certificado BREEAM in-Use, o qual monitoriza e certifica o desempenho sustentável do edifício através de três partes distintas, nomeadamente as características do edifício, os procedimentos de gestão do edifício e/ou a prestação e hábitos dos ocupantes do edifício. Para manter ou melhorar o nível de desempenho obtido será necessário proceder à recertificação das partes aplicáveis de três em três anos. Por isso, o BREEAM in-Use é também uma ferramenta de verificação e controlo, a qual permite estabelecer metas e objectivos de melhoria periódica e comparar diferentes edifícios através de indicadores de desempenho (KPIs) devidamente ponderados em termos de áreas ou número de ocupantes.



Eficiência energética

De acordo com a legislação em vigor, o edifício do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” possui um certificado energético, registado sob o número SCE221209016, com validade até 27/02/2028. A classe de eficiência energética mínima admissível para edifícios construídos depois de 2006 é B-, tendo o presente edifício obtido a classe B-.





2 DADOS SOBRE O EDIFÍCIO

2.1 ENVOLVENTE DO EDIFÍCIO

O edifício do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos”, encontra-se localizado na Freguesia de Leça da Palmeira, Concelho de Matosinhos, no lote 2 do loteamento designado por “Complexo Comercial Ikea”. O processo de loteamento contemplou a criação de 5 lotes distintos, dois com uma ocupação prevista de edifícios isolados, lotes 3 e 4, e outros dois, os lotes 1 e 2, de dimensão consideravelmente maior, que foram pensados e dimensionados para receberem construções complementares de um programa comercial mais alargado e de funcionamento coordenado. O lote 5 seria sem utilização

O processo de licenciamento foi desenvolvido em duas fases com início simultâneo, mas durações no tempo distintas. A primeira fase, significativamente mais pequena, correspondente à Loja Ikea, no lote 1, e a segunda fase, relativa à massa construída mais significativa, correspondente ao Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos”





O lote 2 apresenta configuração ligeiramente longitudinal com um eixo maior de orientação Norte - Sul. O edifício do centro comercial posiciona-se ao longo do limite Nordeste do lote, a partir da estrema com o lote 1 (situado a Norte), com o objetivo de garantir a sua articulação direta com a loja IKEA do lote vizinho.

Por esta razão, a loja IKEA assume-se, em termos funcionais, como um destino para os visitantes do conjunto comercial, com o papel de uma loja âncora de grande dimensão, garantindo a geração de um fluxo de clientes em ambos os sentidos da ligação que assim vai ser estabelecida.

A área envolvente apresenta características urbanas, de comércio e transportes, com relativa baixa habitacional. Neste sentido, o ambiente sonoro verificado no lote e sua envolvente próxima é fundamentalmente condicionado pelas vias de tráfego. As condições de ruído atuais são estáveis, mas é de prever uma evolução do volume de tráfego nas principais vias de acesso circundantes ao empreendimento, em consonância com a evolução da envolvente

Em relação às fontes de ruído com origem no edifício, consideram-se os equipamentos de uso geral que formam parte das instalações mecânicas, hidráulicas, elétricas e de segurança, assim como os equipamentos particulares de cada lojista. Os níveis admissíveis para estes últimos estão definidos no manual do lojista.

2.2 CARACTERÍSTICAS DO EDIFÍCIO



O edifício do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” é constituído por 5 pisos sendo 2 respeitantes a parte comercial, 2 a parques de estacionamento interiores e a cobertura puramente técnica.



A área comercial desenvolve-se em dois pisos, segundo uma implantação sensivelmente retangular com uma área de construção cerca de 177.000 m².

Lojas	66.644 m ²
Mall e Foad Court	15.799 m ²
Inst. Sanitárias	823 m ²
Administração	893 m ²
Áreas técnicas	10.427 m ²
Varanda Exterior	216 m ²
<u>Estacionamento</u>	<u>76.231 m²</u>
	176.969 m ²

O centro comercial tem 5 áreas de acesso distintos (pedonais e rodoviárias), que permitem estabelecer alternativas efetivas de acesso para o público, em função dos diferentes locais de estacionamento disponíveis interiores e exteriores, reduzindo os percursos a efetuar a distâncias muito confortáveis:

Entradas poentes, orientadas para as zonas de parque exterior, com 2 acessos pedonais e 1 para o parque interior, particularmente vocacionadas para o acesso primordial à loja Ikea e Centro Comercial

Uma outra entrada rodoviária, a sul, que assume particular importância no acesso ao Centro Comercial com entrada direta ao piso de estacionamento -2.

A nascente existem duas, a pedonal que tem um papel secundário no acesso ao empreendimento e a rodoviária que é única nesta face do edifício.

Este esquema de acessos reflete igualmente o princípio funcional que organiza as componentes comerciais promovidas no conjunto dos dois lotes: a loja Ikea a Norte, e o Centro Comercial a Sul, os fluxos que se estabelecem em função dos diferentes destinos disponíveis para os visitantes.

Os dois níveis comerciais encontram-se unidos, de forma direta, ao longo da referida estrema Norte à Loja Ikea, implantada no lote 1, que aqui tem acesso a partir das zonas de público do Centro Comercial.

A cobertura é basicamente destinada às unidades de climatização do Centro Comercial, bem como dos diversos lojistas.



Espaços exteriores



A área exterior tem por vocação parque de estacionamento para todo o empreendimento (Loja Ikea e Centro Comercial). Foram adotadas soluções paisagísticas muito simples, integradas no parque de estacionamento de superfície e zonas envolventes, com manchas verdes genericamente periféricas e de desenvolvimento controlado. Os percursos pedonais no contexto do parque de estacionamento exterior foram ainda valorizados através da introdução de alguns caminhos dedicados, fora das zonas de circulação de veículos, com presença de elementos arbóreos. Foi colocado um particular cuidado na envolvente do cais de descarga exterior a sul, minimizando a sua expressão no contexto geral da intervenção.

Fachadas e Envolvente térmica

O edifício do centro comercial “MAR Shopping Matosinhos” utiliza uma linguagem marcante e de forte identidade, assumindo uma imagem reconhecível e facilmente identificável, na sua relação com a envolvente e com as vias de circulação locais e de passagem. Pretende-se criar um efeito visual de alguma dinâmica, suportado por soluções de iluminação que reforcem o carácter de identidade do edifício, de forma a manter a actualidade da sua presença e de imagem junto dos visitantes. Salienta-se a fachada principal do Edifício marcada pelo envidraçado a norte, varanda exterior central e torre com revestimento metálico mais a sul.

Os materiais adoptados reforçam a ideia formal das fachadas, com alguma sofisticação na sua natureza e manipulação do detalhe construtivo, enfatizando a imagem actual e contemporânea que se pretende atingir.

As zonas de embasamento são materializadas em painéis de betão / “grc” pintados. As zonas transparentes são construídas em caixilharia de alumínio anodizado ou estrutura metálica sem corte térmico e vidro duplo incolor.



A solução de fachada confere um isolamento acústico capaz de minimizar os impactos das fontes sonoras (exteriores e interiores), especialmente nos gabinetes e salas de reunião (≥ 30 dB) e nos espaços públicos de restauração (≥ 25 dB).

A envolvente térmica do edifício, a qual encerra os espaços interiores climatizados, caracteriza-se por uma qualidade bastante acima dos valores de referência indicados pela legislação em vigor. Os valores relativos aos coeficientes de transmissão térmica desses elementos podem ser retirados do certificado energético.

A envolvente térmica do edifício não foi alvo de nenhum teste de estanquidade (blower door test), nem de nenhuma análise termográfica.

Espaços interiores

Em termos interiores, o centro comercial desenvolve-se em anel, dividido em três áreas principais, criando um circuito vertical de circulação com espaços vazados entre o piso 0 e piso 1, potenciando a relação visual e de ambiente dos diferentes níveis.

Para além das áreas de circulação destinadas ao público, que constituem a parte mais significativa do empreendimento, existem ainda um conjunto de compartimentos de natureza diversificada que, sendo essenciais para a atividade desenvolvida, se localizam de forma dispersa pelo edifício.

- Para apoio direto ao público existem seis blocos de instalações sanitárias públicas (tres por piso) caracterizados por instalações femininas, masculinas, mobilidade reduzida, fraldários.
- Áreas de apoio dedicadas a famílias com bebés e um espaço controlado e vigiado para atividades de crianças.
- Um balneário feminino e masculino, localizados no piso 1 do edifício no corredor técnico de acesso à zona de restauração.
- Escritórios da administração e gestão do centro comercial com duas unidades de WC feminino e masculino e ainda 1 balneário feminino e masculino, zonas de descanso para colaboradores.
- Áreas de armazenagem e tratamento de lixos e materiais recicláveis, armazenagem de produtos e equipamentos, salas de bombagem, depósitos, quadros e outras áreas técnicas.
- Em algumas traseiras de lojas existem corredores técnicos, que permitem aos lojistas efetuarem o reabastecimento das lojas e o transporte dos resíduos, sem interferirem com zonas públicas do Centro Comercial.

Os espaços de circulação interiores do centro comercial foram pensados de forma a incluir uma componente de iluminação natural significativa, minimizando os ganhos térmicos correspondentes.

Todas as frentes de loja possuem grandes superfícies envidraçadas. As guardas dos passadiços apresentam também grandes áreas envidraçadas embora em determinadas zonas tenham um revestimento adicional com elementos de madeira. Desta forma, para compensar essas grandes superfícies com elevada reflexão sonora e o desconforto causado pela elevada reverberação, houve necessidade de colocar elementos absorventes adicionais nos ductos técnicos sobre as frentes de loja e nos tetos.



A compartimentação interior confere um isolamento acústico capaz de minimizar os impactos dos sons de condução aérea e de percussão, especialmente nas salas de reunião (≥ 45 dB / ≤ 60 dB).

Os Lojistas são responsáveis pelo cumprimento das especificações estabelecidas pela Proprietária ou pela Entidade Gestora em matéria de isolamento acústico. Caso necessário, os Lojistas deverão efetuar um estudo de ruído, de modo a comprovar que os limites legais estão a ser cumpridos. Este estudo deve contemplar o impacto do ruído produzido por eventuais karts e equipamentos de diversão, para o exterior do centro e para o seu interior.

A instalação de equipamentos na cobertura só poderá ocorrer mediante aprovação da Proprietária ou pela Entidade Gestora e de acordo com a legislação em vigor.

O Centro Comercial, incluindo lojas e espaços comuns, cumpre os requisitos da normativa europeia EN 52, relativa à utilização do sistema de som (public address system) na componente de emergência.



3 DADOS SOBRE AS INSTALAÇÕES

3.1 GESTÃO TÉCNICA CENTRALIZADA DO EDIFÍCIO

(Building Management System (BMS))

O centro comercial “MAR Shopping Matosinhos” possui um sistema BMS que permite controlar as principais instalações técnicas presentes no edifício. O sistema de BMS é do tipo controlo localizado e comunicação bidireccional total via MOD BUS e IP.

O sistema BMS possui um protocolo aberto que garante a integração, comunicação e operação total entre todos os controladores (locais, de zona, estação e de equipamento) e entre estes e equipamentos periféricos. Através destas estações torna-se possível obter uma instalação com funcionamento passível de ser completamente monitorizado, alterado, controlado e gerido.

No presente edifício existe a possibilidade de monitorização e/ou controlo dos seguintes sistemas:

- AVAC
- ELETRICIDADE
- HIDRAULICAS
- SEGURANÇA CONTRA INCÊNDIO
- GÁS
- MEIOS MECÂNICOS DE ELEVAÇÃO
- OUTROS SISTEMAS

3.2 FORNECIMENTO DE ENERGIA

Alimentação de energia

A alimentação de energia do Centro comercial “MAR Shopping Matosinhos” é realizada a partir da rede pública de média tensão do distribuidor do distribuidor - EDP – Distribuição, S.A. As redes de distribuição de energia em média tensão, destinam-se a alimentar os postos de transformação existentes.

A alimentação de energia aos serviços comuns do edifício será executada através de meios diferentes, cobrindo a alimentação normal e de emergência.

A alimentação de energia aos espaços comerciais autónomos do edifício foi executada por diversos ramos provenientes da rede pública do distribuidor de energia.

Todos os locais afectos a serviços eléctricos estão dotados de meios adequados de extinção de incêndios, como tal existem nestes locais os seguintes meios:

- Extintores portáteis de CO2
- Os dispositivos de extinção devem ser apropriados ao valor da tensão nominal da instalação.



- Os aparelhos portáteis devem ter indicações, claras e bem visíveis, de que se destinam a apagar fogos eléctricos

Os Lojistas são responsáveis pela adoção de sistemas de monitorização dos seus consumos energéticos.

3.3 CLIMATIZAÇÃO E VENTILAÇÃO

Dos cinco pisos ao longo dos quais se desenvolve o Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos”, dois deles são destinados a comércio e restauração, bem como zona administrativa. No piso -1 e -2 existe parques de estacionamento e zonas técnicas de apoio á edificação. A cobertura é do tipo plano e alberga as áreas técnicas onde esta instalada praticamente a totalidade dos equipamentos de AVAC do Centro Comercial e Lojistas, nomeadamente, unidades de tratamento de ar, ventiladores, central de produção térmica, etc.

O centro comercial está dotado de uma central de produção de água gelada e respetivas centrais de bombagem, regulação e distribuição. Esta encontra-se localizada na cobertura do edifício. A central é constituída por chillers do tipo ar-agua e de condensação a água e respetivas torre de arrefecimento. Existem igualmente bombas de calor de condensação a ar, de baixa potencia.

A produção de agua quente é assegurada por duas caldeiras e respetiva central de bombagem, regulação e distribuição, esta localizada no piso -2.

A zona administrativa está dotada de um sistema independente centralizado do tipo VRV por possuir características de utilização distintas.

A renovação do ar é efetuada através de unidades de tratamento de ar, bem como ventiladores de extração.

Todas as unidades de tratamento de ar e ventiladores de insuflação estão dotadas de secções de filtragem adequadas. As redes aerólicas de insuflação e extração permitem a distribuição uniforme de ar pelos espaços alvo, sendo equipadas com portas de visita e inspeção e registos de regulação de caudal.

Os espaços destinados a estacionamento, corredores técnicos e de evacuação, bem como Mall estão providos de sistemas de desenfumagem, pressurização e controlo de fumos consoante os casos.

Nos parques de estacionamento cobertos encontra-se instalado um sistema de controlo de fumos e poluição interior, constituído por um sistema de deteção de CO por aspiração, ventiladores de impulso reversíveis.

É obrigatória a instalação de ar condicionado para todas as lojas. O respetivo projeto deverá ser preparado pelo Lojista de acordo com as características e potência adequada à unidade central comum, assegurando-se da respetiva compatibilidade e do respeito pelos níveis de consumo energético permitidos. É vedado aos Lojistas instalar aparelhos de ar condicionado cujo funcionamento utilize CFCs ou HCFCs, de acordo com a legislação em vigor.



O Lojista deverá garantir que a renovação de ar é suficiente às necessidades do seu espaço comercial.

3.4 ILUMINAÇÃO E CORRENTE ELÉTRICA

Iluminação normal

O Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” está dotado de iluminação ambiente artificial, genericamente constituída por aparelhos de iluminação ou pontos de luz comandados localmente por aparelhagem de manobra, e/ou comandados nos quadros principais dos pisos/áreas respectivos, e/ou à distância a partir da gestão técnica do edifício.

Os aparelhos de iluminação foram escolhidos em concordância com os requisitos luminotécnicos exigidos para cada local, características técnicas adequadas ao local e tipo de lâmpada que o equipa. Teve-se em consideração o aspecto estético dos aparelhos, em especial nos locais frequentados ao público em geral. Após a escolha de cada aparelho de iluminação em função do espaço e considerando-se os níveis de iluminação e os critérios de uniformidade de iluminação pretendidos, em conformidade com o disposto na EN 12464-1:2002(E), obteve-se a distribuição de aparelhos por espaço.

Em todos os locais dos estabelecimentos recebendo público, a instalação eléctrica está concebida por forma a que a avaria de um foco luminoso ou do respectivo circuito não deixe esses locais integralmente sem iluminação normal.

A iluminação normal dos parques de estacionamento cobertos garante, em condições normais de exploração, a visibilidade à circulação de veículos e de peões quando a iluminação natural for insuficiente. A iluminação nas rampas de saída e nas rampas de entrada de veículos deve garantir uma variação gradual da iluminação entre o interior e o exterior do parque, por forma a favorecer a adaptação visual das pessoas.

A iluminação será obtida fundamentalmente a partir de aparelhos de iluminação equipados com tecnologia LED. As luminárias serão especificadas tendo em conta o seu desempenho fotométrico, distribuição adequada, eficiência e controle de brilho, para que a iluminação seja eficaz em função de uma tarefa ou espaço particular.

O controlo de iluminação foi concebido por forma a conseguir um equilíbrio dinâmico entre a iluminação artificial e luz natural no projeto, permitindo poupar energia e, ao mesmo tempo, proporcionar a quantidade adequada de luz, dependendo da hora do dia, acrescentando interesse visual ao espaço.

Os objectivos dos esquemas de iluminação projectados, são:

- Criar um ambiente acolhedor, estimulante e visualmente diversificado;
- Prover o edifício de iluminação geral interior e exterior, tendo em consideração o seu papel de espaço de comércio e lazer, ao mesmo tempo que o torne atraente e funcione como complemento da sua forma arquitetónica, função e construção. O ênfase a dar à forma e função de cada espaço estará dependente da natureza e uso destes;



- Destacar características arquitectónicas chave, através do uso de iluminação adequada, garantindo que o edifício tenha presença tanto no período do dia, como de noite;

Integrar e conciliar os equipamentos de iluminação sempre que possível, assegurando que o foco de atenção seja colocado no efeito que a luz produz no espaço;

- Iluminar tanto os planos verticais e horizontais, dando aos utilizadores do edifício, um ambiente seguro e confortável, onde é fácil de se circular;
- Controlar a iluminação de modo a fornecer níveis adequados a cada espaço, incluindo segurança, manutenção e operação normal, ao mesmo tempo que maximiza a vida útil da luminária e minimiza o consumo de energia e necessidades de manutenção;
- Proporcionar um sistema eficaz, sustentável e eficiente em termos de consumo de energia, tendo em conta os custos do investimento inicial e os custos de exploração.
- Selecionar os tipos de lâmpadas em função da sua eficácia, do índice de restituição de cor (CRI > 80) e longevidade para fornecer um sistema de iluminação eficiente, com um regime de manutenção previsível.
- A escolha das luminárias foi efectuada tendo em conta o seu desempenho técnico, qualidade de construção, a estética visual e índice de protecção.
- Implementar um sistema de iluminação racional, coerente em termos de efeito luminotécnico, tipos de lâmpadas, luminárias e fornecedores de produtos.
- A segurança é um requisito inerente. O equipamento será localizado tendo em conta a instalação e manutenção segura e deve ser adequado à finalidade em todos os aspectos.

Os Lojistas são responsáveis pela escolha de dispositivos de iluminação adequados às necessidades reais da loja, definindo para esse efeito objetivos de iluminação que assegurem a maior eficiência energética possível. Os Lojistas obrigam-se a utilizar lâmpadas de baixo consumo nos espaços das lojas de acesso ao público e em todas as zonas de armazéns.

Iluminação de Segurança

A iluminação de segurança do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” tem como objetivo assegurar o nível mínimo de iluminância quando em presença da falta de energia, bem como ajudar a orientação das pessoas para o exterior através da instalação de letreiros de saída. Estes letreiros têm as indicações do sentido de saída será realizada por armaduras de emergência com pictogramas normalizados de evacuação e aprovação pela ANPC.

Os parques de estacionamento cobertos estão dotado de aparelhos de iluminação instalados ao longo das passadeiras de circulação de peões, em cada piso, nas saídas dos pisos para as escadas, e ao longo das escadas e nas saídas das escadas para o exterior do parque.

Tomadas de usos gerais e equipamentos

As tomadas destinam-se a alimentar cargas permanentes ou ocasionais, como sejam equipamentos de limpeza, de iluminação, etc., tendo sido feita uma distribuição de pontos terminais em número e local de acordo com as necessidades.

As tomadas de corrente serão previstas para as seguintes características eléctricas:

Intensidade nominal: 16A

Tensão de serviço: 250V

INGKA
CENTRES

Ingka Centres Portugal, S.A.
Avenida Doutor Óscar Lopes, s/n
4450-337 Leça da Palmeira
Matosinhos, Portugal

www.marshopping.com
+351 22 999 87 00
NIF 507 161 025



Frequência nominal: 50Hz

Foram considerados circuitos independentes para alimentação de equipamentos de acordo com a potência do equipamento a alimentar e o tipo de funcionamento do equipamento. Procurou-se realizar alimentações directas a cada equipamento de modo a garantir maior selectividade de funcionamento.

As tomadas de corrente foram concebidas para que a disposição dos contactos seja tal que aquando da introdução da ficha, se estabeleça em primeiro lugar o contacto de terra, e para que em qualquer situação não seja possível o contacto directo com partes activas.

A protecção das pessoas contra contactos directos é garantida pela estrutura das instalações, pela utilização de aparelhagem adequada, pela separação ou isolamento das partes activas e pela colocação de anteparos nos locais de maiores riscos. A protecção de pessoas contra contactos indirectos será assegurada pela adopção do Sistema TN-S, onde o condutor de protecção (distinto do condutor neutro) é utilizado na totalidade da instalação.

3.5 TELECOMUNICAÇÕES

A ligação com as redes dos operadores dota o edifício de uma rede de comunicações fixa e por um sistema de recepção e distribuição de sinais de CATV e MATV.

As redes individuais dos lojistas foram definidas e licenciadas em função das necessidades de cada lojista e em projecto próprio.

Para as zonas comuns do centro comercial foi previsto um bastidor com funções de ATI, a partir do qual se desenvolve a rede individual de cliente em função das necessidades da utilização. Esta rede serve as necessidades previstas do centro comercial.

O presente sistema foi projectado de forma a não existirem tensões prejudiciais ou perigosas na parte condutora externa de qualquer cabo ou em partes metálicas externas de qualquer equipamento mesmo que seja passivo. Todas as caixas metálicas que contêm equipamentos ligados à instalação eléctrica (rede) estão ligadas equipotencialmente. Quando se colocarem ou removerem componentes constituintes do sistema devem-se tomar as devidas precauções de forma a garantir sempre a continuidade eléctrica dos condutores externos. O condutor que faz a ligação equipotencial e que se encontra ligado à terra deverá ser em cobre, mecanicamente estável e com uma secção mínima de 4mm².

3.6 ELEVADORES E ESCADAS MECÂNICAS

No edifício do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” estão instalados 9 ascensores (2 exteriores, 6 interiores e 1 interior panorâmico), 7 monta-cargas (interiores em caixa individual), 11 escadas rolantes interiores e 14 tapetes rolantes.

As escadas rolantes e os tapetes mecânicos possuem guardas laterais em acrílico contra “suspensão” de pessoas pelo exterior. Os motores possuem mecanismo de variação de velocidade, para economia de energia quando não estejam em utilização.



Os ascensores e elevadores monta cargas possuem um sistema de receção de sinal de alarme proveniente da central de detecção de incêndio (CDI), de forma que estes sejam encaminhados e estacionem no piso de referência com as portas abertas assim que este alarme for acionado. As escadas rolantes suspendem o seu funcionamento, através de informação a transmitir via CDI.

Todos os equipamentos, bem com os respetivos componentes de segurança, ostentam a marcação CE acompanhada de declaração de conformidade. Adicionalmente, antes de colocados em funcionamento, esses equipamentos foram verificados por entidade fiscalizadora em termos de segurança de pessoas e bens.

3.7 FORNECIMENTO E CONSUMO DE ÁGUA

Rede de abastecimento de água

No edifício do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” existe apenas um único ramal de alimentação ligado à rede pública. O contador totalizador dos serviços municipalizados está localizado em local exterior expressamente criado para o efeito. No interior da zona técnica encontra-se instalado um contador totalizador, para a gestão dos consumos de água por parte da gestão/manutenção do centro comercial.

No espaço técnico a jusante da central estão dispostos contadores parciais de água, destinados à contabilização dos consumos de serviços gerais, dos consumos das lojas e outros. Nos serviços gerais estão consideradas as instalações sanitárias, as águas para lavagem das zonas técnicas, a alimentação dos equipamentos de AVAC da cobertura e o abastecimento do conjunto de espaços destinados à administração do centro comercial.

Está igualmente instalado na respetiva zona técnica um contador para ligação da rede de rega. A instalação dos contadores das lojas fica a cargo de cada lojista, devendo o mesmo ser instalado de acordo com as prescrições da entidade municipal gestora de água e ficarem instalados no corredor técnico do centro comercial, embutidos na parede.

A rede de abastecimento de água potável tem início no contador totalizador localizado no piso -1, a partir do qual segue uma ramificação para os reservatórios instalados no mesmo piso. No piso -1 estão instaladas as centrais de bombagem do abastecimento de água às lojas e da rede para as instalações sanitárias, a central de abastecimento das sanitas e dos mictórios e as centrais de incêndio, bem como a central de alimentação á torre de arrefecimento.

Considerou-se o aproveitamento da água do furo artesiano existente para as necessidades de rega.

Os depósitos de água terão controlo de qualidade da água e de correção dos parâmetros da água se não se situarem dentro dos valores legalmente estabelecidos, ou dos valores preconizados pela gestão e operação do centro comercial se estes forem mais conservadores do que a própria legislação.

A produção de águas quentes sanitárias é feita por intermédio de sistemas de coletores solares termodinamicos, com bomba de calor de apoio. Existem 2 sistemas de produção de água quente, todos localizados na cobertura do edifício que alimentam as necessidades do edifício.



Instalação de equipamentos sanitários

A selecção dos equipamentos sanitários instalados, bem como a regulação dos respectivos fluxos de descarga ou caudais, obedeceu a critérios de eficiência hídrica.

Os Lojistas são responsáveis pela adoção e instalação de sistemas de equipamento que minimizem o consumo de água e pela adoção de sistemas de monitorização do consumo de água.

Rede de drenagem de águas pluviais

A rede de drenagem das águas pluviais é composta por 3 sistemas, um pressurizado e outro gravítico e o terceiro de emergência

Devido à complexidade em termos de condicionalismos arquitectónicos, optou-se por drenar a cobertura através de um sistema de drenagem sifónica tirando-se partido de todas as vantagens que lhes são inerentes. O sistema em questão baseia-se na utilização de ralos anti-vortex nas coberturas. Estes elementos, prevenindo a entrada de ar pela formação de um remoinho (força de Coriolis), permitem um escoamento a secção cheia em toda a rede (sob pressão), facultando assim uma redução significativa do número de tubos de queda e/ou dos respectivos diâmetros. Dado que se trata de um escoamento sob pressão (mais concretamente em depressão), os tubos podem ser horizontais.

A drenagem das águas pluviais é efetuada separadamente da drenagem das águas residuais domésticas.

Rede de drenagem de águas residuais

A rede doméstica permite a drenagem das águas residuais provenientes da cozinha, instalações sanitárias, lojas e zona da administração.

A captação dos efluentes é feita através de ramais de descarga individuais e colectivos que dirigem os esgotos aos tubos de queda domésticos. Os efluentes existentes no piso 0 e 1 são encaminhados por intermédio de um sistema de colectores instalados junto ao tecto do piso inferior, que os encaminharão até às caixas de visita por intermédio de tubos de queda.

A rede de drenagem das águas das cozinhas é independente das demais e será constituída por ferro fundido, sendo encaminhada para dois separadores de gorduras e de féculas, localizados nas áreas técnicas, antes de ligação à rede geral. De igual modo, foi prevista a ligação da rede de drenagem da rede do supermercado para um separador de gorduras/féculas.

Os sifões dos lavatórios, mictórios, bacias de retrete, chuveiros e lava-louças foram instalados verticalmente, de modo a poder manter-se o seu fecho hídrico, e colocados em locais acessíveis para facilitar operações de limpeza e manutenção. É proibida a dupla sifonagem nos sistemas de águas residuais domésticas. Nas instalações em bateria, cada aparelho sanitário está munido de sifão individual.



Os tubos de queda domésticos prolongam-se, até pelo menos 0.50m ou 2.00m, acima da cobertura, para garantir a ventilação primária, sendo providos de bocas de limpeza ao nível de cada piso. Foram colocadas bocas de limpeza em pontos pré-definidos dos tubos de queda e colectores instalados no tecto da cave: O calibre das bocas de limpeza é sempre igual ao do troço onde se inserem.

A drenagem das águas residuais domésticas é efectuada separadamente da drenagem das águas pluviais.

Rega dos espaços exteriores

Apesar do tipo de revestimento vegetal existente ser composto por espécies adaptadas ao clima, com exigências hídricas diminutas, encontra-se instalado um sistema de rega automática para facilitar a instalação e manutenção da vegetação nos primeiros anos, bem como um sistema com tomadas de água para processo complementar de rega por mangueira.

A solução adoptada para o sistema de rega privilegia a rega localizada, com reduzidas perdas e maior eficiência. Nas áreas de arbustos, sub-arbustos e herbáceas a solução definida foi a rega por aspersão de baixo caudal, conseguida com pulverizadores que possibilitam uma rega muito precisa e localizada, sem perdas e sem os inestéticos tubos de gota-a-gota, que nestas situações de utilização mais intensa do espaço não são os mais adequados.

Para rega por aspersão das zonas de relvado, bem como nas zonas de sub-arbustos e herbáceas, são utilizados pulverizadores com bico, ligados às condutas por tubo de Polietileno de Baixa Densidade. Na gota a gota são utilizados gotejadores autocompensantes de 3.5 l/h, com a tubagem colocada sobre o terreno e fixada ao solo por meio de grampos, para evitar que ao longo do tempo o seu espaçamento seja modificado.

As electroválvulas de 1" e 1 ½" estão protegidas por caixa rectangular em plástico drenada no seu fundo por uma camada de gravilha, e ligadas à central de programação existente. De igual modo, encontra-se ligado à central de programação um pluviómetro para evitar a rega sempre que se verificar a incidência de chuva representativa.

3.8 SISTEMAS DE SEGURANÇA

O edifício possui sistemas e equipamentos de protecção e intervenção que se revelam fundamentais em situação de emergência, nomeadamente:

- Extintores portáteis;
- Rede de Incêndios Armada;
- Saídas de coluna húmida de 2ª. Intervenção;
- Sistema Automático de Detecção de Incêndios;
- Sistema Automático de Extinção de Incêndios;
- Sistema fixo de extinção automática de incêndio por água (sprinklers);
- Sistema fixo de extinção automática de incêndio por agente diferente da água;
- Sistema de Monitorização de Monóxido de Carbono;
- Sistema de Detecção de Gás;
- Sistema de controlo de fumos (Desenfumagem);
- Compartimentação corta-fogo;



- Sistema de CCTV;
- Sinalização de Segurança;
- Energia e Iluminação de Emergência.

O Centro dispõe de uma série de dispositivos e sistemas de segurança de modo a garantir as melhores condições de resposta e mitigação dos efeitos, em caso de ocorrência de um incidente, nomeadamente:

- Um sistema de deteção automática de incêndios que cobre 100% da área dos pisos -2,-1, 0, 1 bem como, das áreas técnicas ou de serviço e das arrecadações, incluindo botões manuais de alarme.
- No estacionamento, existe um sistema de deteção de Monóxido de Carbono (CO) que monitoriza a concentração deste gás e que comanda o sistema de ventilação aí existente de modo a garantir uma boa qualidade do ar.
- Para combate a incêndio, existe uma rede de incêndios armada, que inclui uma rede de sprinklers, que cobre integralmente o edifício e que é complementada por bocas-de-incêndio distribuídas por todas as zonas do espaço comercial, corredores de emergência e parque de estacionamento.
- Como meios de primeira intervenção existem também em todos os locais atrás referidos extintores portáteis do tipo adequado ao local.
- Para emissão de mensagens de segurança existe um sistema de som que cobre todas as zonas de público e escadas de emergência, existindo mensagens previamente gravadas em Português, Inglês e Espanhol, que serão difundidas no caso de ser ordenada a evacuação geral do edifício.
- Todos os vigilantes do edifício estão equipados com rádios portáteis de modo a assegurar o contacto permanente entre eles e a Central de Segurança.
- Para indicação dos percursos de saída em caso de evacuação encontram-se criteriosamente distribuídos pelas áreas comerciais, corredores e escadas de emergência, diversos aparelhos luminosos de sinalização de saída, assim como plantas de evacuação distribuídas pelos diversos pisos.

Os equipamentos e sistemas existentes relevantes sob o ponto de vista da segurança são os mencionados nos pontos seguintes que incluem igualmente as características básicas de funcionamento e desempenho de cada um deles.

Sistema Automático de Deteção de Incêndios

O Sistema de deteção automática de incêndios visa a deteção de qualquer princípio de incêndio e o desencadeamento de uma série de procedimentos que deverão ocorrer em caso de incêndio.

A instalação de deteção é constituída por detectores de fumos (ópticos), botões de alarme manual, interfaces de comandos, interfaces de zonas, indicadores de acção e as centrais de comando.

Existem botões de alarme manual em todo o edifício, localizados junto das saídas de emergência, nos corredores técnicos ou nos caminhos de evacuação.



Rede de águas, meios de 1ª Intervenção e 2ª Intervenção e Sprinklers

O Centro dispõe de reserva de água para combate a incêndios, abastecida pela rede pública, constituída por um depósito localizado em zona técnica.

O grupo hidropressor é constituído por bombas principais em redundância, e bombas jockey (equilibradoras de pressão).

A bocas-de-incêndio do tipo carretel estão implantados em pontos estratégicos, de modo a cobrir eficazmente qualquer ponto do empreendimento, é constituída por armários metálicos embebidos nas paredes ou murais, que abrigam um lança de 30 metros de mangueira semi-rígida de 5mm, enrolada num carretel e dotado de uma válvula de seccionamento e uma agulheta de 3 posições (fechada/jacto/nevoeiro).

Existe a possibilidade de alimentação alternativa desta rede pelos bombeiros através de tubo seco (boca siamesa), de diâmetro apropriado e com ligação do tipo storz, ligado ao colector de saída das bombas sobreprensoras. A boca siamesa de alimentação está devidamente sinalizada e está localizada na fachada exterior da central de bombagem, no piso 0 (cota +80,50m), junto a um ponto de acesso dos bombeiros.

As bocas-de-incêndio de 2ª intervenção estão dispostas nos patamares de acesso das comunicações verticais, ou nas câmaras corta-fogo, quando existam, em todos os pisos, excepto no piso do plano de referência.

O edifício encontra-se protegido por um sistema fixo de extinção automática de incêndio por água húmido. O sistema é composto por sprinklers automáticos instalados numa tubagem contendo água. A pressão da água no interior da tubagem é permanente, considerando-se o sistema como húmido.

Apesar de não ser exigido regulamentarmente, o parque estacionamento situado no piso -1 está protegido por uma rede de extinção automática de água. Nos cais estão instalados sprinklers como forma de combate a um incêndio que possa deflagrar pelo possível armazenamento de materiais nessa zona. Estes sprinklers têm protecções mecânicas adicionais.

O edifício está equipado com meios portáteis e móveis, extintores portáteis, de primeira intervenção no combate a incêndios. Os tipos de extintores existentes, são os seguintes:

- Extintor de pó químico seco, do tipo ABC, de 6kg;
- Extintor de dióxido de carbono (CO₂), de 5kg.

Deteção de poluição de ar (monóxido de carbono)

O Centro dispõe no piso -1 e -2 de um sistema de deteção de poluição de ar (monóxido de carbono) que está concebida de forma a enviar toda a informação para a central de monóxido de carbono localizadas no posto de comando. Esta central está interligada com o sistema de ventilação e desenfumagem instalado no parque de estacionamento.

As instalações de ventilação mecânica são accionadas automaticamente por activação da central de controlo de monóxido de carbono e manualmente por comando.



Pára-raios

O edifício possui uma rede de pára-raios instalada nas coberturas do piso 0 e do piso 1, constituída por hastes captoras em alumínio, que se destina a protegê-lo atraindo as descargas elétricas atmosféricas e desviando-as para serem descarregadas no solo.



4 ACESSOS E MEIOS DE TRANSPORTE

O centro comercial “MAR Shopping Matosinhos” e loja IKEA encontra-se rodeado por um anel viário que define o sistema de acessos mais próximos ao empreendimento. Este anel viário garante a eficiente acessibilidade do local a partir da IC1/A28, tanto a norte como a sul. Existem igualmente outras ligações de carater mais local.

O Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” encontra-se integrado num complexo com um programa comercial alargado e de funcionamento coordenado com a Loja Ikea. Tal facto pressupõe que a utilização regular desses edifícios seja feita de forma comum, em termos ligações pedonais e viárias, de percursos comerciais e da envolvente, havendo também paragens para transportes públicos.

Acessos e circulação viária

A circulação viária de proximidade, conforme acima referido, é feita através de um anel rodoviário que circunda todo o complexo.





O lote 2, onde se inserem o Centro comercial “MAR Shopping Matosinhos” tem acesso direto, para os visitantes, a partir das rotundas A e B, a Sul, sendo a C particularmente vocacionada para o estacionamento de superfície, B, , para o estacionamento no piso inferior, coberto. Existe ainda uma entrada menos visível, D, no limite este, que permite aceder ao piso -1.

De acordo ainda com os princípios estabelecidos de ligação com a Loja IKEA no lote 1, o fluxo de chegada, circulação interior e saída dos veículos pode ser igualmente feito de forma fluida, e em ambos os sentidos, através da área de estacionamento desse lote pelo que a entrada Sul também poderá ser utilizada sem qualquer condicionamento. Segundo este esquema de acessos está garantida a flexibilidade e redundância dos acessos viários dedicados ao público e visitantes em função da sua origem e trajeto de chegada ao complexo comercial.

O fluxo viário de serviço para acesso aos dois Cais (nascente eSul) está organizado, , com entrada e saída pelo ponto D para Norte e entrada por A e saída por E , permitindo o suporte a todas as atividades deste lote, com vantagens operacionais de gestão do tráfego de descargas. Esta circulação de serviço é exclusiva ao Centro Comercial. A loja Ikea localizada no Lote 1, tem a sua própria infraestrutura. O objetivo que está subjacente a esta localização é o de afastar, o mais possível, este local das zonas de público, em termos funcionais e relativamente à sua permeabilidade visual para os visitantes que circulam nos parques de estacionamento.

Estacionamento

As áreas de estacionamento para público estão organizadas de forma a garantir a circulação fluida, dos pontos de acesso da rede viária envolvente até às diferentes entradas do edifício, e em sentido inverso, para os pontos de saída no final da permanência no complexo comercial.



INGKA[™]
CENTRES

Ingka Centres Portugal, S.A.
Avenida Doutor Óscar Lopes, s/n
4450-337 Leça da Palmeira
Matosinhos, Portugal

www.marshopping.com
+351 22 999 87 00
NIF 507 161 025



A implantação geral do complexo permite localizar as áreas de estacionamento público ao ar livre a Poente e Sul dos edifícios, e ainda em cave com ligação através de um esquema de circulação entre o Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” e a Loja Ikea. O número de lugares e estacionamento é aproximadamente 5314 lugares.

A área para estacionamento de lojistas e colaboradores é a que se encontra definida no esquema seguinte:



Estacionamento público com ponto de recarregamento de carros elétricos

Existem 2 pontos de carregamento para viaturas eléctricas devidamente assinalados no parque -1, zona amarela, próximo do vestíbulo do Auchan. O carregamento é feito em baixa tensão, através de postos de carregamento de 22 Kw.

Em breve será concluída a instalação de 12 supercarregadores TESLA tecnologia V3, no parque de estacionamento, lado sul junto á entrada Torre Farol

Zonas de cargas e descargas

O Edifício, dispõe de 2 zonas de cargas e descargas (Cais Nascente e Cais Sul), que são utilizadas para a realização de logística de todas as lojas do empreendimento, bem como dos serviços pertencentes ao Centro Comercial, nomeadamente logística interna e gestão de resíduos.

A localização dos cais de cargas e descargas, foi selecionado de modo a minimizar os pontos de interceção dessas entre as rotas dos veículos de logística e recolha de resíduos e as redes pedonal. Os veículos de entrega de mercadorias apenas poderão estacionar nos locais designados para esse efeito, durante os horários designados pela Proprietária ou Entidade Gestora.



Acesso a meios de transporte público coletivo e individual

O complexo Comercial, Centro Comercial e Loja Ikea, são servidos por transportes públicos coletivos, havendo as respetivas paragens a Nascente e oente.

Além da oferta deste serviço de transporte rodoviário coletivo, existe a possibilidade de recorrer ao serviço de táxi. As viaturas em serviço encontram-se estacionadas no estacionamento exterior, junto á entrada principal. No caso de não existirem viaturas disponíveis, este serviço pode ser solicitado no Balcão de Informações do centro comercial.

Rede de ciclovias e infraestruturas para bicicletas

Na envolvente do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” não existem atualmente ciclovias ou infraestruturas para bicicletas.

Atualmente, as imediações do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” não se encontram incluídas em nenhum programa tipo “sharing” de partilha de veículos (bicicletas, motociclos e/ou automóveis). De igual modo, não existe nenhum programa do tipo “ride to work”, promovido por grupos de utilizadores do próprio edifício.



5 INFORMAÇÕES PARA CASOS DE EMERGÊNCIA

5.1 MEDIDAS PREVENTIDAS

Operacionalidade dos meios de evacuação

O mobiliário e o equipamento dos locais devem ser dispostos de maneira a que os acessos às saídas de emergência fiquem perfeitamente desimpedidos. Nos caminhos de evacuação não devem ser colocados quaisquer objetos ou materiais que, ao reduzirem a sua largura, prejudiquem a evacuação dos ocupantes ou possam cair sobre eles.

Todas as portas dispostas ao longo dos caminhos de evacuação devem estar desimpedidas, permitindo a sua fácil e rápida manobra. Nenhuma porta ao longo dos caminhos de evacuação deve ser mantida fechada com chave durante os períodos de ocupação do respetivo edifício.

Não devem ser deixados nos caminhos de evacuação equipamentos, materiais ou qualquer outro objeto que possa favorecer a deflagração de um incêndio, ser derrubado ou deslocado, dificultar a abertura das portas de saída, dificultar a visibilidade da sinalização de segurança ou iludir o sentido da saída.

Deve ser mantido o nível de iluminação suficiente nos locais de circulação.

Acessibilidade aos meios de alarme e de intervenção

A Central de Detecção de Incêndios e o quadro de sinalização e comando, devem estar devidamente assinalados e desobstruídos de qualquer objeto ou elemento decorativo.

Os dispositivos de accionamento manual do alarme estão localizados junto as saídas e em locais sujeitos a riscos especiais, não podendo ser ocultados por quaisquer elementos decorativos ou outros, nem por portas quando abertas.

Os extintores devem ser convenientemente sinalizados e instalados em locais bem visíveis. Devem estar colocados em suporte próprio de modo a que o seu manípulo fique a uma altura não superior a 1,2 metros do pavimento, e devem estar distribuídos de modo que a distância a percorrer de qualquer saída ou caminho de evacuação até ao extintor mais próximo, não exceda 15 metros.

A agulheta do carretel não deve estar situada a mais de 1,50m de altura do pavimento. Deve existir um espaço desimpedido e livre de quaisquer elementos que possam comprometer o seu acesso ou manobra, com um raio mínimo de 1m na horizontal e 2m na vertical.

O acesso aos meios de alarme e de intervenção que servem o empreendimento é garantido através de uma política de vigilância permanente dos espaços do estabelecimento cuja implementação é assegurada pelos elementos das equipas de vigilantes internos e pelos elementos afectos às áreas das operações e da manutenção do Centro de modo a garantir a permanente acessibilidade e disponibilidade destes meios.



Os Lojistas estão obrigados a instalar nas suas lojas extintores de incêndio em boas condições de funcionamento e a cumprir com a legislação de incêndio aplicável. Os Lojistas estão igualmente obrigados a expor nas suas lojas recomendações específicas de proteção de incêndio de acordo com a legislação aplicável e assegurar o seu cumprimento pelo pessoal.

As saídas de emergência e de incêndio das lojas estarão sempre abertas durante todo o período de tempo que clientes e pessoal estejam dentro da loja. É estritamente proibido remover, destruir ou danificar as instalações de controlo e segurança localizadas no Centro Comercial e nas lojas ocupadas pelos Lojistas.

Conservação dos espaços limpos e arrumados

Todos os espaços do Edifício, devem ser conservados em boas condições de limpeza e arrumação, com especial atenção às vias verticais de evacuação e os locais de difícil acesso ou com uma menor utilização.

As saídas e vias de circulação, em especial as saídas e vias de circulação previstas para a evacuação em casos de emergência, devem permanecer livres de obstáculos de forma a serem utilizadas a qualquer altura e sem dificuldade.

Os equipamentos e instalações técnicas, tal como os relativos à segurança contra incêndio, devem ser conservados em boas condições de utilização, com sistemáticas ações de verificação, conservação e manutenção, de acordo com as recomendações dos respetivos instaladores ou fabricantes e com a regulamentação que lhes seja imputada, devendo as anomalias verificadas ser imediatamente solucionadas.

O edifício, as zonas técnicas e armazéns devem ser limpos periodicamente e sempre que necessário, com o objectivo de manter as condições de higiene e segurança adequadas.

Todos produtos devem estar devidamente arrumados em locais próprios de forma a serem localizados facilmente. Deverão ser colocados à disposição dos colaboradores os materiais e produtos necessários ao seu trabalho, bem como recipientes para colocar os resíduos e materiais que já não são necessários.

Existem recipientes para a separação de resíduos para reciclagem. As operações de limpeza não deverão constituir por si mesmos, uma fonte de risco para os colaboradores que as executam ou aos ocupantes do Empreendimento. Deve existir um plano de limpeza periódica para manter as condições de segurança e higiene.

A Conservação dos espaços limpos e arrumados é da responsabilidade de todos, mas é garantido através de uma política de vigilância permanente dos espaços do estabelecimento cuja implementação é efectuada pelos elementos das equipas de vigilantes internos e pelos elementos afectos às áreas das operações e da manutenção do Centro de modo a garantir as condições de segurança nesses locais.

Exercícios e Simulacros



Para criar rotinas de comportamento e atuação, e ainda aperfeiçoar os procedimentos em caso de emergência, promove-se a realização de exercícios e simulacros de forma, a testar os procedimentos pré-planeados em caso de emergência, assim como, treinar os colaboradores, em especial, aqueles com atribuições de intervenção nas equipas de emergência.

Os simulacros e exercícios simulacros devem ser realizados com uma periodicidade anual ou bienal, de acordo com a legislação em vigor para cada utilização-tipo do edifício e manuais internos. Os exercícios devem ser devidamente planeados, executados e avaliados, com a colaboração dos Agentes de Protecção Civil, nomeadamente o corpo de bombeiros, em cuja área de atuação própria se situe o edifício, e os coordenadores ou delegados da proteção civil.

As práticas de evacuação devem tornar-se num procedimento de rotina e num dever do Empreendimento, porque é a única forma de se conseguir um triplo objetivo:

De criar rotinas, procedimentos e competências nos utilizadores dos estabelecimentos (colaboradores, clientes, utentes, gestores, directores) a comportar-se adequadamente em situações de emergência;

Conhecer as condições do edifício em que estão inseridos para conseguir a evacuação de uma forma ordenada e sem riscos para os seus ocupantes, sem a danificação do edificado e do respectivo recheio, procurando realizar tudo isto num menor tempo possível;

Mentalizar e sensibilizar os utilizadores dos problemas relacionados com a segurança e emergência nos edifícios.

Os Lojistas estão obrigados a cooperar periodicamente com a Proprietária ou Entidade Gestora na execução de testes e testes de alarme e evacuação. Os Lojistas estão obrigados a assegurar que o seu pessoal está informado sobre os ensaios de alarmes levados a cabo no Centro Comercial, sobre as saídas / itinerários de emergência no edifício e sobre o ponto de encontro coletivo recomendado no sistema de proteção contra incêndios sito no exterior do Centro Comercial.

5.2 CARACTERIZAÇÃO DOS RISCOS

Fontes de Risco Internas

No empreendimento existem locais cujas actividades/ocupações estão associadas a um agravamento dos riscos, na perspectiva do incêndio, dos quais se destacam os seguintes:

- Áreas comuns onde o número de pessoas presentes pode ser considerável;
- As áreas técnicas localizadas nos diferentes pisos, onde existem equipamentos, instalações e cablagens eléctricas consideradas, de um modo geral, como fontes potenciais de risco. Têm particular importância as centrais de bombagem, os postos de transformação, as centrais de AVAC, as casas das máquinas de elevadores e o grupo de geradores;
- As áreas de recolha de lixos, devido à acumulação eventual de matérias, potencialmente inflamáveis/combustíveis;
- As cozinhas e sistemas de exaustão dos restaurantes.



Os produtos perigosos presentes nestas instalações são:

- Gasóleo, dos Geradores de Emergência e bombas , Piso -1 e Piso -2
- Gás para a restauração e caldeiras do edifício , proveniente de ramal exterior

Os vários estabelecimentos comerciais, bem como todas as zonas comuns, a zona de restauração a zona de lazer e o estacionamento, são espaços que se destinam a receber público que, numa perspectiva de incêndio, são zonas de risco agravado. São também fontes potenciais de risco as áreas técnicas, localizadas nos diferentes pisos, que englobam diversos tipos de equipamentos, instalações e cablagens eléctricas.

Consideram-se ainda como potenciais fontes de risco internas as arrecadações por possuírem cargas térmicas elevadas, não só devido aos produtos armazenados, mas também pelos vários tipos de materiais que constituem as embalagens e as casas de lixos, onde são temporariamente armazenados cartão e plástico.

Fontes de Risco Externas

Atendendo ao tipo de edifícios existentes, existe uma probabilidade, que, no entanto, é muito baixa, de um incêndio num dos edifícios vizinhos vir a afetar o centro comercial.

No que se refere a um acidente rodoviário com um veículo que transporte mercadorias perigosas cujos efeitos afetem de forma significativa o Centro Comercial, constitui um cenário possível, ainda que seja reduzida a probabilidade de os efeitos do acidente serem significativos para o Centro.

Risco naturais

O Risco de cheias e inundações é baixo. Considera-se, no entanto, possível que, na sequência de um período de chuva intensa e prolongada em que o sistema de drenagem municipal seja insuficiente para escoar todo o caudal gerado, possam existir áreas/sectores do Centro afectados, nomeadamente o piso -1 e piso -2. Neste contexto, considera-se como zona vulnerável a este risco, todo o piso -1 e piso -2, espaço ocupado por estacionamento e zonas técnicas.

Para além das chuvas intensas e prolongadas, subsiste a possibilidade do Centro Comercial ser afectado por tempestades a que se podem encontrar associados ventos fortes, queda de granizo e queda de raios. A estrutura do edifício foi dimensionada para suportar, sem danos relevantes, as acções mecânicas de ventos fortes e/ou queda de granizo. As superfícies exteriores são, regra geral, suficientemente resistentes e dimensionadas para suportar estes efeitos. Admite-se, em situações extremas, que possam ocorrer danos ligeiros ao nível de estruturas ligeiras não prevendo, no entanto, que estes efeitos possam constituir um risco relevante para o Centro. No que diz respeito à queda de raios, situação possível, o edifício encontra-se protegido por um sistema contra descargas atmosféricas.

Em relação aos riscos sísmicos, todo o edifício está construído de acordo com as normas mais exigentes, no entanto, para intensidades superiores, todo o edifício pode ser considerado zona de risco. Em caso de sismo, a queda de objectos, estruturas, ocorrência de incêndios, inundações, falha de energia e o possível bloqueamento das passagens fundamentais para o socorro, podem causar danos significativos aos ocupantes do empreendimento.



Riscos sociais

Numa zona onde a presença de um elevado numero de pessoas é uma constante, os riscos deste tipo podem ser de grande importancia.

A concretização de uma ameaça de bomba e de acções de sabotagem constituirão sempre uma situação grave, dado que podem causar danos pessoais e materiais significativos. Nesta categoria, consideram-se como zonas principais de risco todas as zonas que recebem público, nomeadamente as lojas âncora e as zonas de lazer. Este risco, no entanto, abrange todo o edifício.

Consideram-se ainda como relevantes os aspectos associados a distúrbios sociais e ao vandalismo. Devido ao elevado número de pessoas que se pode encontrar no estabelecimento, uma situação deste tipo pode ter consequências graves. Consideram-se como zonas de risco, todas as zonas que recebem público.

Ao mesmo tempo, a concentração de grande número de pessoas impõe necessariamente maior vigilância às instalações e particular cuidado nos procedimentos de evacuação em situação de emergência.

Níveis de gravidade

Atendo às características do Centro, sua ocupação, tipologia e actividades considera-se que as incidências susceptíveis de gerar uma emergência são as que em seguida se descrevem.

- Incêndio;
- Explosão;
- Derrame de produto perigoso;
- Emissão de Gás;
- Sismo;
- Inundação;
- Ameaça de bomba / Pacote suspeito;
- Manifestações e Distúrbios sociais

5.3 INSTRUÇÕES EM CASO DE EMERGÊNCIA

Alarme

Se sentir cheiro a queimado ou observar qualquer outro sinal que o faça suspeitar da existência de um incêndio, mas não exista chama ou fumo visíveis, transmita a sua suspeita a um vigilante ou à central de segurança.

Se detectar uma emergência contacte a central de segurança, indicando:

Nome, local e a área afectada;

Aguarde a chegada de um vigilante e siga as suas instruções.

Tente acalmar as pessoas presentes no local.



O Código 1000 é o sinal de alerta que informa a existência de uma situação de emergência no interior do Centro Comercial.

O conteúdo da mensagem do Código 1000 é:

“ATENÇÃO – Código 1000 activado no..... (Lugar do potencial sinistro)”.

Esta mensagem será difundida pelo menos três vezes através do sistema sonoro para informar todos os colaboradores que foi activado o estado de Alarme Geral no edifício.

Quando a ocorrência deixa de constituir perigo o Código 1000 é cancelado e é difundida pelo sistema sonoro a seguinte mensagem: “Atenção Código 1000 cancelado.”

Se ouvir uma mensagem de Código 1000, deve:

- Actuar com calma e tranquilidade e ficar extra-alerta;
- Manter-se no posto de trabalho e aguardar por informações relativas ao desenrolar dos acontecimentos;
- Verificar a loja/secção preparando uma possível evacuação (garantir a desobstrução das vias de evacuação, quadros eléctricos, meios de extinção, portas ou portões corta-fogo, etc...).

Como proceder em caso de Evacuação:

Em caso de evacuação será difundida através do sistema sonoro uma mensagem pré gravada em 3 línguas (Português, Inglês e Espanhol):

“Estimado visitante, por motivos de ordem técnica teremos que encerrar o Mar Shopping de imediato. Lamentamos o inconveniente causado e pedimos que abandone o centro comercial e se dirija a uma das várias saídas que lhe serão indicadas pelos nossos colaboradores. Abriremos logo que possível. Obrigado pela sua colaboração.

As crianças ao cuidado do Mar Júnior já estão a ser evacuadas e levadas para o ponto de encontro no exterior.

Por favor consulte o seu recibo para saber a localização exacta. Não tente reentrar no Mar Shopping. Obrigado.”

Recomendações:

- Continue a proceder com toda a tranquilidade;
- Informe os seus clientes, um a um, que o Centro comercial vai encerrar por motivos de ordem técnica, que desconhece, pelo que deverão encaminhar-se com calma para o exterior do edifício;
- Avise-os para nunca utilizarem o parque de estacionamento;
- Informe-os que mal se encontrem resolvidos os problemas técnicos, o Centro Comercial será reaberto ao público e poderão retirar a sua viatura do parque de estacionamento;
- Efectue uma vistoria rigorosa às instalações da sua loja para garantir que saíram todos os seus clientes e funcionários;
- Desligue o quadro eléctrico;
- Feche convenientemente a sua loja;
- Encaminhe todos os seus funcionários para o ponto de encontro designado para a sua loja;
- Quando for efectuada a chamada da sua loja, informe que se encontra no ponto de encontro e que a sua loja está evacuada.

Incêndio

Se tiver recebido formação na utilização de meios de primeira intervenção e enquanto não estiver no local a equipa de intervenção. Localize um colega e peça-lhe que o acompanhe.

- Sempre que possível, um incêndio deve ser combatido por duas pessoas;
- Tente extinguir o incêndio com os extintores portáteis ou outros meios de primeira intervenção disponíveis no local, sem correr riscos;
- Nunca utilize extintores de água ou outros agentes extintores à base de água (por exemplo espumas) em equipamentos de natureza eléctrica;

INGKA™
CENTRES

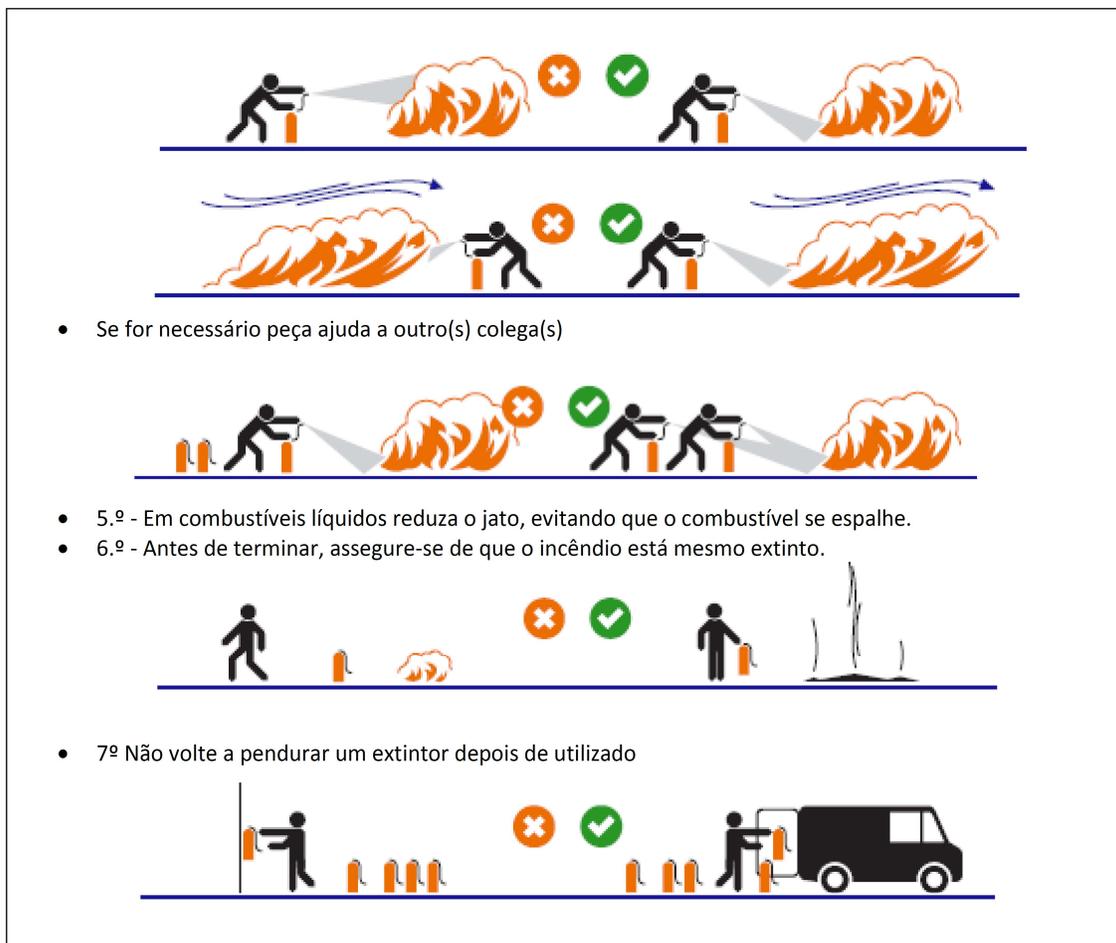
Ingka Centres Portugal, S.A.
Avenida Doutor Óscar Lopes, s/n
4450-337 Leça da Palmeira
Matosinhos, Portugal

www.marshopping.com
+351 22 999 87 00
NIF 507 161 025



- Se ficar sem meios para combater o incêndio, ou estes não funcionarem, tente retirar os materiais combustíveis das proximidades do foco de incêndio;
- Se as condições piorarem e tiver de abandonar a área, feche todas as portas, que forem possíveis;
- Quando um elemento da equipa de vigilantes chegar ao local este assumirá o controlo da situação. Siga as suas instruções;

Se não tiver recebido formação, abandone imediatamente o local, colocando-se em local seguro, sem entrar em pânico.



O extintor deverá ser acionado premindo o manípulo da válvula de descarga do agente extintor.

O Delegado de Segurança e Técnico responsável, deverão ser informados de cada suspeição ou existência de avaria.

As seguintes situações são indicadoras de avarias:

- Suporte ou caixa de instalação visivelmente danificadas;
- Extintor (ou seu componente) visivelmente danificado ou com falta de limpeza;
- Falta de extintor no local de instalação;

INGKA[™]
CENTRES

Ingka Centres Portugal, S.A.
Avenida Doutor Óscar Lopes, s/n
4450-337 Leça da Palmeira
Matosinhos, Portugal

www.marshopping.com
+351 22 999 87 00
NIF 507 161 025



- Selo de segurança violado;
- Peso do extintor no caso do agente extintor ser CO₂, indica falta de carga;

Para mais informações deve consultar as instruções de funcionamento dos equipamentos. Não dispensa a leitura atenta dos respetivos manuais e formação para operar com os equipamentos.

Derrame

Em caso de derrame de produtos químicos tente controlar a situação, mas sem correr riscos: Tente limitar a fuga utilizando, se possível, os meios de contenção disponíveis na zona; Caso não tenha conhecimentos técnicos adequados, afaste-se do local em segurança e aguarde a chegada um elemento da equipa de vigilantes. Siga as suas instruções.

Fuga de gás

Em caso de uma fuga de gás tente controlar a situação, mas sem correr riscos:

- Feche a válvula de corte de gás, se possível;
- Se for possível, areje o espaço correspondente, abrindo portas e janelas;
- Não acenda fósforos ou isqueiros, nem accione interruptores;
- Caso não tenha conhecimentos técnicos adequados, afaste-se do local em segurança e aguarde a chegada um elemento da equipa de vigilantes. Siga as suas instruções.

Pacote suspeito

Qualquer pessoa que receba um telefonema de ameaça de bomba deve prestar a máxima atenção à ocorrência.

Ao receber telefonicamente um aviso de bomba/pacote suspeito:

- Mantenha a calma e responda ao interlocutor com a habitual cortesia que utiliza normalmente na recepção das chamadas telefónicas.
- Ouça com muita atenção e tomar notas, literalmente, de cada palavra que escuta.
- Solicite a repetição da mensagem, alegando que não está a ouvir bem.
- Pergunte ao interlocutor sobre a localização da bomba e o possível momento da sua explosão. Tentar que o interlocutor indique o tipo de bomba, quem a colocou e porquê.
- Tente identificar ruídos de fundo, máquinas, música, comboios a passar, ruído de bar, etc. que possam proporcionar indícios sobre a respectiva localização.
- Tente identificar a voz, se é homem ou mulher, qual a idade (velho ou novo), qual o estado de espírito
- (excitado, calmo, com raiva), etc.

Após desligar:

- Mantenha a calma. Informe unicamente a Central de Segurança e aguarde instruções;
- Colabore com o Vigilante no preenchimento da Ficha de Registo;

Considere esta informação como confidencial. Não divulgue esta mensagem a colaboradores próximos.

Menor de idade abandonado

- Procure tranquilizá-lo.

INGKA
CENTRES

Ingka Centres Portugal, S.A.
Avenida Doutor Óscar Lopes, s/n
4450-337 Leça da Palmeira
Matosinhos, Portugal

www.marshopping.com
+351 22 999 87 00
NIF 507 161 025



- Tente que o menor de idade lhe informe o nome e a idade;
- Comunique a situação a um vigilante ou à central de segurança, fornecendo o nome e idade do menor de idade (se conseguiu essa informação), o aspecto (cor dos cabelos e dos olhos, altura aproximada) e a forma como está vestido;
- Siga as instruções dos Vigilantes.

Inundação

- Tente efectuar o corte de água;
- Tente efectuar o corte de energia na zona;
- Caso não tenha conhecimentos técnicos adequados para actuar, afaste-se do local em segurança e aguarde a chegada um elemento da equipa de vigilantes e siga as suas instruções.

Acidente pessoal / acidente rodoviário

- Comunique a situação a um vigilante ou à central de segurança
- Caso não tenha conhecimentos técnicos adequados para prestar os primeiros socorros, mantenha-se no local e aguarde a chegada um elemento da Equipa de Vigilantes;
- Siga as suas instruções.

Sismo

Durante um Sismo:

- Afaste-se de janelas, estantes, armários e outros objectos pesados que possam cair,
- Coloque-se debaixo de uma mesa que o proteja de destroços e objectos em queda; se estiver longe de uma mesa, encoste-se a um pilar, ou parede interior, e proteja a cabeça mantendo-a entre os braços com as mãos cruzadas sobre a nuca
- Não se assuste se, durante um sismo, faltar a energia eléctrica e tocarem Alarmes. Estas situações são normais,
- Não tente sair do Edifício durante o sismo.
- Permaneça protegido até terminar o abalo.

Após o sismo:

- Após o abalo principal podem ocorrer réplicas fortes. Embora de menor magnitude, estas podem provocar a queda de destroços. Proteja-se sempre que houver uma réplica;
- Verifique se há incêndios. Tente extingui-los, sem correr riscos;
- Não fume nem acenda fósforos nem isqueiros. Não ligue os interruptores. Pode haver curto-circuitos. Utilize uma lanterna eléctrica;
- Não reocupe as áreas com grandes estragos nem se aproxime das estruturas danificadas;
- Verifique se há feridos junto a si. Preste-lhes os Primeiros Socorros. Se não estiver seguro do que está a fazer, não toque nos feridos. Peça ajuda;

Se houver pessoas soterradas, e se for capaz, sem perigo, de os começar a libertar, tente fazê-lo retirando os escombros um a um, começando pelos de cima. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua.



Evacuação

- Mantenha-se junto de grupos de pessoas, não se isole. Mantenha a calma;
- Não utilize os elevadores;
- Cumpra as instruções transmitidas pelo sistema de som e/ou pelos Vigilantes;
- Ajude, sempre que possível, as pessoas mais desfavorecidas fisicamente (crianças, deficientes, pessoas de idade);
- Siga pelos caminhos de evacuação e saídas de emergência estabelecidos, de acordo com a informação contida nas plantas de emergência e seguindo a indicação dos membros das Equipas de Emergência do Centro, em direcção ao Ponto de Encontro.
- Após o encerramento do Centro ao público, a responsabilidade da evacuação até ao PE Ponto de Encontro) é de cada um dos presentes; a Central de Segurança tem informação relativa à sua presença.

Recomendações

- Não entre em pânico;
- Mantenha a calma;
- Não grite, nem corra;
- Cumprir com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Gerais de Segurança;
- Cumprir com os procedimentos estabelecidos nas Instruções Particulares de Segurança, afixadas junto dos acessos aos locais de risco particular;
- Obedecer às instruções dadas pelos elementos da Equipa de Vigilantes;
- Prestar as informações solicitadas, as que considerar pertinentes e aguardar instruções;
- No Ponto de Encontro:
- Dar indicação ao Vigilante da sua chegada;
- Apenas regressa ao seu local de trabalho, se receber indicação para tal da Equipa de Vigilantes.

5.4 PRIMEIROS SOCORROS

Cuidados Essenciais na Prestação de Primeiros Socorros:

- Só retire a vítima do local do acidente se isso for absolutamente necessário, para livrá-lo de perigo maior (risco de explosão, de envenenamento por gás, desabamento) e nos casos em que levar imediatamente a vítima ao hospital é o único meio de salvar-lhe a vida.
- Se for obrigado a mover a vítima, siga criteriosamente às instruções relativas a transporte de acidentados, com especial atenção às suspeitas de lesões na coluna vertebral.
- Nunca dê líquidos as pessoas inconscientes ou semiconscientes.
- Evite o pânico da vítima, das pessoas em volta e o seu próprio.
- Mantenha a vítima deitada de costas e com a cabeça de lado, mesmo que ela tenha voltado a si, até o socorro médico chegar.
- Transmita à equipe de socorro médico suas observações sobre os sinais apresentados pela vítima enquanto você a socorria.

Mesmo que a vítima aparentemente esteja em boas condições de saúde, obrigue-a a receber tratamento médico.

INGKA
CENTRES

Ingka Centres Portugal, S.A.
Avenida Doutor Óscar Lopes, s/n
4450-337 Leça da Palmeira
Matosinhos, Portugal

www.marshopping.com
+351 22 999 87 00
NIF 507 161 025



Acidente	O que se deve fazer	O que não se deve fazer
ESTADO DE CHOQUE (Se a vítima apresentar pulso rápido, respiração acelerada e superficial, suores frios, frio e palidez é porque está em ESTADO DE CHOQUE)	<ul style="list-style-type: none"> • Desapertar a roupa; • Acalmar a vítima, conversando com ela; • Levantar as pernas a cerca de 30 cm do chão; • Agasalhar a vítima, por exemplo tapando-a com uma manta. 	<ul style="list-style-type: none"> • Dar de beber a vítima.
INCONSCIENTE (Se a vítima não reage a estímulos verbais e não reage a estímulos físicos, encontra-se INCONSCIENTE)	<ul style="list-style-type: none"> • Transportar a vítima para um lugar arejado; • Desapertar a roupa; • Deitá-la na posição lateral de segurança (vítima deitada de brucos com a cabeça virada para o lado direito; braço direito fletido, servindo de apoio a cabeça; perna direita fletida, apoiada na perna esquerda). 	<ul style="list-style-type: none"> • Dar de beber a vítima.
AMPUTAÇÃO (Se a vítima apresenta um membro ou parte dele totalmente separado do resto do corpo, sofreu uma AMPUTAÇÃO)	<ul style="list-style-type: none"> • Guardar o membro num saco de plástico limpo e fechá-lo; • Colocar esse saco dentro de outro com gelo e sal e fechá-lo também; • Transportar a vítima, rapidamente para o Hospital, juntamente com saco que contem o membro. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desfazer-se do membro amputado; • Não enviar o membro juntamente com a vítima para o Hospital.
ENVENENAMENTO POR VIA RESPIRATÓRIA (Se a vítima sente tonturas, está eufórica (intoxicação com Monóxido de Carbono), sente-se a desfalecer (intoxicação com Gás Butano), sofreu um ENVENENAMENTO POR VIA RESPIRATÓRIA)	<ul style="list-style-type: none"> • Levar a vítima para um local arejado, tendo o cuidado de não respirar o ar contaminado; • Deixar a vítima em repouso; • Aguardar socorro profissional; • Se a vítima tiver uma paragem respiratória apenas um socorrista devesse aplicar respiração boca-a-boca. 	<ul style="list-style-type: none"> • Entrar no local contaminado, sem proteção respiratória, tornando-se outra vítima. • Se o gás for inflamável, ligar interruptores.
FRACTURA (Se a vítima apresenta dor localizada, mobilidade anormal, incapacidade de fazer alguns movimentos, hemorragia (no caso de fratura exposta), muito possivelmente tem uma FRACTURA)	<ul style="list-style-type: none"> • O menor número possível de movimentos a vítima; • Instalá-la confortavelmente; • Cortar a roupa, se necessário; • Imobilizar a articulação; • Se a fratura for exposta, colocar uma compressa. 	<ul style="list-style-type: none"> • Pegar na vítima.
HEMORRAGIA (Se a vítima apresenta uma ferida de onde jorra sangue vivo, está com uma HEMORRAGIA)	<ul style="list-style-type: none"> • Elevar a parte do corpo que sangra; • Estancar a hemorragia colocando um pano limpo e comprimindo sobre a ferida; • Se o pano ficar ensopado, colocar outro por cima; • Proteger a zona com uma ligadura, sem apertar. 	<ul style="list-style-type: none"> • Garrote caso não seja socorrista, e só em caso extremo. • Aplicar ligaduras apertadas.



Acidente	O que se deve fazer	O que não se deve fazer
QUEIMADURA (Se a vítima apresenta pele vermelha, quente e seca (queimadura do 1º Grau) e ainda bolhas com líquido claro (queimaduras do 2º Grau); destruição profunda dos tecidos (queimadura do 3º Grau), sofreu uma QUEIMADURA)	<ul style="list-style-type: none">• No caso de Queimaduras do 1º e 2º Grau, imergir a zona afetada em água fria, até que a vítima não sinta dor e aplicar uma pomada hidratante, tendo o cuidado de não rebentar as bolhas.• Nos casos de Queimaduras do 3º Grau, aplicar uma compressa a cobrir a zona afetada e transportar imediatamente a vítima ao Hospital.	<ul style="list-style-type: none">• Rebentar as bolhas.

Desfibrilhador automático externo (DAE)

O DAE é um dispositivo computadorizado que é conectado por eléctrodos adesivos a uma vítima sem sinais de vida. A maioria dos DAE opera da mesma maneira e tem componentes similares. Este dispositivo só recomenda a aplicação do choque se o ritmo cardíaco da vítima for passível de tratamento por choque. O DAE fornece mensagens sonoras e visuais para orientar as ações do reanimador.

O Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” tem 2 DAE, estando localizados:

- Piso 1 – A área da Restauração
- Piso 0 – Junto a LFF

Os DAE são extremamente seguros, principalmente quando usados adequadamente. O movimento da própria vítima (ex. ventilação espontânea após recuperação de sinais de circulação) pode afetar a análise do DAE, pelo que se deve tentar assegurar a sua imobilização.

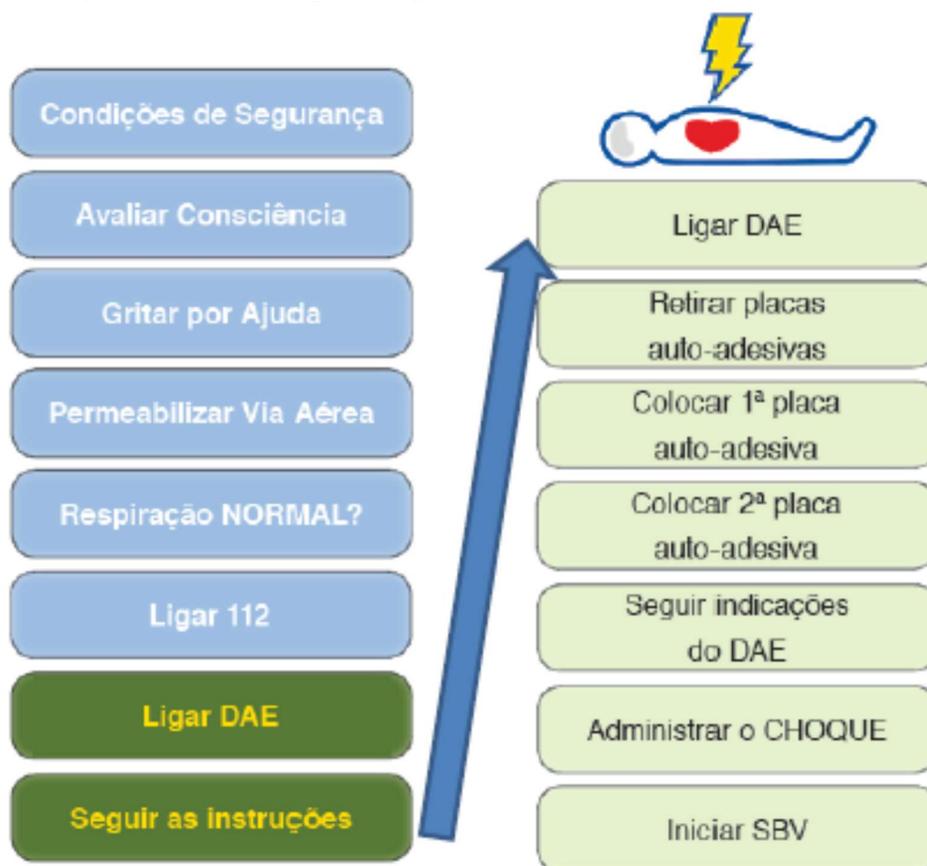
Considerações a ter:

- Tórax húmido: Algumas vítimas podem ter o tórax húmido (ex. sudorese, pré-afogamento). O tórax húmido faz divergir a corrente pela superfície do tórax diminuindo a eficácia da desfibrilhação. Seque rapidamente o tórax antes de colocar as placas autoadesivas.
- Tórax com pelos: Raramente os pelos torácicos poderão causar um problema na aderência das placas autoadesivas. Nessas situações poderá ser necessário rapar/cortar os pelos com a lâmina de barbear para conseguir um adequado contacto (não deve ser feito por rotina).
- Pacemakers e/ou CDI: Algumas vítimas são portadoras de pacemaker e/ou CDI (Cardioversor Desfibrilhador Implantado). Geralmente visíveis debaixo da pele do tórax logo abaixo da clavícula. Estes dispositivos têm uma componente metálica na qual pode ser absorvida parte da corrente utilizada na desfibrilhação, este facto reduz a quantidade de energia que chega ao coração reduzindo a eficácia da mesma. Assim, deve assegurar-se que as placas autoadesivas não são colocadas em cima mas ao lado ou abaixo do pacemaker e/ou CDI (afastadas pelo menos 2,5 cm). Se o desfibrilhador implantado estiver a aplicar choques à vítima, aguardar 30-60 segundos antes de aplicar o choque com o DAE.



- Joalheria: Remova qualquer peça de joalheria em metal que possa estar em contacto com as placas autoadesivas do DAE pela mesma razão apresentada para os pacemaker e/ou CDI. As placas autoadesivas devem permanecer afastadas das peças não removíveis, como piercings.
- Adesivos transdérmicos: Remova adesivos ou qualquer outro material colado à pele da vítima para assegurar um bom contacto das placas autoadesivas do DAE. Algumas vítimas podem ter medicamentos de absorção transcutânea na parede torácica que devem ser removidos e limpos de forma a evitar faíscas, queimaduras ou o bloqueio da transferência de energia para o coração.

A utilização do DAE deve seguir o seguinte procedimento:



5.5 SERVIÇOS DE SEGURANÇA

Os serviços de segurança são prestados vinte e quatro horas por dia para a totalidade do Centro Comercial. A equipa de vigilância assegura a segurança nas zonas internas e externas do Centro Comercial, nas áreas comuns e nas áreas de pessoal. Os Lojistas serão responsáveis pela segurança nas suas lojas.

Os serviços de segurança do Centro Comercial são responsáveis por:

INGKA™
CENTRES

Ingka Centres Portugal, S.A.
Avenida Doutor Óscar Lopes, s/n
4450-337 Leça da Palmeira
Matosinhos, Portugal

www.marshopping.com
+351 22 999 87 00
NIF 507 161 025



- Vigilância dos acessos e das áreas comuns, informando a Proprietária / Entidade Gestora e os Lojista de todos os factos que possam perturbar a atividade do Centro Comercial ou causar prejuízos às suas instalações;
- Abrir e encerrar o Centro Comercial, de acordo com o horário de abertura determinado pela Proprietária / Entidade Gestora;
- Supervisionar a limpeza de todas as Áreas Comuns do Centro Comercial e assegurar que as mesmas são mantidas limpas e operacionais;
- Intervir e/ou solicitar a intervenção das autoridades sempre que esta se mostre necessária ou conveniente.

Os Lojistas conduzindo uma atividade de especial importância para o Centro Comercial como um todo ou que necessite medidas especiais de segurança serão autorizados a manter o seu próprio pessoal de supervisão e controlo desde que tenham obtido a prévia autorização da Proprietária ou da Entidade Gestora. O pessoal de segurança selecionado por um Lojista em particular estará obrigado a cumprir com as normas especificadas pela Proprietária ou pela Entidade Gestora e a participar em cursos ou sessões de formação práticas e reuniões de coordenação organizadas pela Proprietária ou Entidade Gestora.



6 MATERIAIS E RESÍDUOS

Os materiais dos acabamentos interiores foram determinados em função da utilização prevista para os diferentes espaços e com o ciclo de vida que se pretende obter dos mesmos. Neste contexto, as zonas de público vão ter pavimentos cerâmicos, de pedra natural e de madeira, paredes em painéis fenólicos, cerâmicos e de gesso cartonado e tectos falsos metálicos e de painéis de gesso cartonado, acessíveis nas zonas em que tal seja necessário.

As zonas técnicas e de serviço têm pavimentos em betão à vista, com endurecedor de superfície, mosaicos cerâmicos nas zonas de sanitários e vestiários, pavimentos acrílicos e pavimentos contínuos à base de resina epoxy anti-derrapante. Paredes em blocos de cimento de face à vista e paredes divisórias em gesso cartonado, cerâmicos e facilmente laváveis nas zonas de lixos e trajectos de abastecimento. Os tectos destas áreas serão em betão descoberto ou em chapa perfilada à vista nas áreas sob a cobertura e os tectos falsos fechados em gesso cartonado e placas de fibra mineral prensada.

Todas as unidades comerciais são consideradas, no contexto do centro comercial, como áreas sem intervenção, sendo objeto de projeto específicos desenvolvidos pelos diferentes lojistas que ocupam as áreas disponíveis.

6.1 POLÍTICA DE AQUISIÇÃO DE BENS E PRODUTOS

No Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” está implementada uma política de compra de produtos e materiais, a qual tem por objetivo a definição dos requisitos mínimos em termo de saúde, segurança e impacto ambiental que têm de ser respeitados aquando da aquisição de consumíveis de uso corrente, nomeadamente:

- Detergentes
- Agentes desinfetantes
- Tintas e solventes
- Fitofármacos e fertilizantes
- Químicos para tratamento de água
- Combustíveis (diesel, óleos, etc.)
- Equipamento de proteção de pessoal
- Equipamento mecânico e ferramentas manuais.

Os requisitos mínimos dizem respeito à origem e extração responsável das matérias-primas, incluindo toda a cadeia de transformação e fornecimento de produtos e materiais, bem como à composição e ingredientes dos produtos, incluindo dados das fichas de segurança relativos à toxicidade e ao conteúdo / emissões de compostos orgânicos voláteis.

Esta política é específica do Centro Comercial e está de acordo com o exigido pelo sistema de certificação BREEAM In-Use International.



6.2 POLÍTICA DE GESTÃO DE RESÍDUOS

No Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” está implementada uma política de gestão de resíduos, a qual tem por objetivo a definição dos requisitos mínimos em termo de procedimentos de reutilização, separação, recolha e reciclagem de resíduos gerados no edifício.

É expressamente proibida aos Lojistas a utilização ou introdução no Centro Comercial de quaisquer produtos químicos, tóxicos ou radioativos ou substâncias consideradas perigosas (materiais inflamáveis explosivos, corrosivos, irritantes ou outros que exijam condições de segurança específica), salvo autorização prévia e expressa da Proprietária ou Entidade Gestora.

Não é permitido juntar lixo e outros materiais nos corredores de pessoal e ao longo dos percursos de emergência, halls, áreas de entrega e estradas de acesso. Será igualmente proibido juntar lixo que possa de alguma forma causar obstáculos ao acesso a tais áreas, estradas e halls.

Os Lojistas estão obrigados a colocar todo o lixo e desperdícios em recipientes indicados pela Proprietária ou pela Entidade Gestora. Caso os recipientes de lixo sejam removidos de salas indicadas para o efeito, os Lojistas obrigam-se a remover o seu lixo e desperdícios todos os dias, em horário fixo, isto é, dentro de meia hora após o encerramento do Centro Comercial ou antes da abertura.

Os Lojistas deverão proceder à separação seletiva dos resíduos produzidos nas respetivas lojas de acordo com as categorias segregadas no centro e com o definido no procedimento de gestão dos resíduos. Os Lojistas são responsáveis pelo armazenamento temporário dos resíduos nas suas instalações, devidamente separados de acordo com as categorias segregadas no centro, e pelo seu transporte pelos percursos, horários e locais definidos Proprietária ou pela Entidade Gestora.

Os resíduos enumerados de seguida não poderão ser colocados nos contentores do Centro Comercial, sendo o respetivo Lojista responsável pelo seu correto encaminhamento para destino final adequado:

- Resíduos resultantes de cópias ou de impressão de documentos, como tinteiros ou toners
- Óleos usados
- Pneus
- Solventes
- Massas lubrificantes
- Filtros de óleos
- Trapos contaminados
- Material de limpeza

Os produtos e resíduos líquidos perigosos só poderão ser armazenados em bacias de retenção. Em caso de derrame deverá assegurar-se que estes não atingem os sistemas de drenagem através da utilização de areia ou outro meio absorvente. Os resíduos resultantes (solos ou trapos contaminados) devem ser encaminhados para destino final adequado.

Os materiais utilizados na limpeza dos utensílios de limpeza deverão ser colocados em recipientes metálicos e removidos, por empresa licenciada para o efeito, o mais rapidamente possível da zona de trabalho e para destino final adequado.



Os Lojistas deverão proceder a uma utilização prudente das canalizações, não podendo dar-lhes uma finalidade diferente daquela que lhe está destinada. É expressamente proibido aos Lojistas o lançamento na rede de drenagem de resíduos sólidos ou dos resíduos líquidos perigosos, nomeadamente óleos, ácidos, solventes, tintas ou líquidos de revelação, produzidos ou utilizados no desenvolvimento da sua atividade.

Será obrigatório nas lojas de restauração a inclusão de uma caixa de retenção de gorduras e uma caixa de retenção de sólidos para as águas residuais produzidas. É proibida a instalação de trituradores nos sistemas de drenagem de águas residuais das lojas de restauração. Sempre que existam caixas de separação de gorduras nas lojas, os Lojistas são responsáveis por efetuar a limpeza e entrega dos resíduos produzidos a um operador de resíduos licenciado para o efeito.

Esta política é específica do Centro Comercial e está de acordo com o exigido pelo sistema de certificação BREEAM In-Use International.

6.3 POLÍTICA DE LIMPEZA

No Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” está implementada uma política de limpeza, a qual tem por objetivo garantir que os serviços de limpeza e tratamento de manutenção sejam executados com qualidade, rigor e eficiência e com completa satisfação de todas as disposições legais, regulamentos, normas e especificações em vigor, quer no que se refere à natureza e qualidade dos materiais, quer no que respeita aos processos de execução a adotar.

A prestação de serviços de limpeza abrange as seguintes áreas:

- Limpeza de equipamentos e instalações;
- Prevenção de acidentes e danos;
- Apoio em evacuação do edifício, em caso de necessidade;
- Assistência e informação ao Público/Cliente, se necessário;
- Apoio geral a emergências;
- Apoio à Administração do Centro Comercial.

A intervenção da empresa de limpeza garante toda a limpeza do Centro Comercial, zona exterior e dos parques de estacionamento e desenvolvem-se em duas vertentes:

A limpeza geral noturna efetuada no período compreendido entre o horário das 00h00 às 08h00, todos os dias do ano, nos locais referidos anteriormente e nos pontos abaixo, segundo o programa de manutenção definido, incluindo o tratamento de manutenção de todos os pavimentos com produtos e equipamentos adequados, de forma a se atingir níveis de limpeza e preservação desejáveis.

Os piquetes de manutenção compreendem grupos de colaboradores, que durante o horário de funcionamento, todos os dias do ano, são os responsáveis por manter o Centro Comercial dentro dos padrões de qualidade exigidos, atuando respetivamente em todas as áreas do edifício, públicas e de acesso restrito.

Os serviços de limpeza e tratamento de manutenção desenvolvem-se com base em planos operacionais, previamente elaborados e aprovados pelo edifício, com o objetivo de atingir os níveis de limpeza exigidos.



Os lojistas obrigam-se a manter, a todo o tempo, o interior dos seus espaços comerciais em perfeito estado de higiene e limpeza. Os trabalhos respeitantes à sua limpeza deverão ter lugar fora do horário de abertura do Centro Comercial. Não deverão ser utilizados produtos de limpeza que emitam maus odores.

Os Lojistas são responsáveis pela limpeza das condutas de exaustão e dos filtros dos aparelhos de ar condicionado nos seus espaços comerciais.

As lojas de Fotografia, Lavandarias, Centros de cópias ou Gráficas deverão promover a monitorização das emissões de Compostos Orgânicos Voláteis no interior da loja.

Segurança na manipulação e no armazenamento de matérias e substâncias perigosas

As substâncias perigosas são frequentemente empregues na limpeza e em ações de conservação dos espaços. Os produtos utilizados são principalmente agentes potencialmente tóxicos, nocivos ou inflamáveis. Por estes motivos todos os produtos considerados perigosos contêm uma ficha de segurança que permitem determinar se existem agentes químicos perigosos no local de trabalho e, se assim for, avaliar os riscos para a segurança e a saúde dos colaboradores decorrentes da utilização desses agentes. Também permitem aos utilizadores profissionais, tomar as medidas necessárias, em matéria de proteção da saúde e do ambiente.

Estão indicadas na ficha de segurança do produto, as precauções a tomar e o manuseamento seguro, recomendando nomeadamente medidas de carácter técnico tais como:

- Confinamento;
- Ventilação geral e local;
- Medidas destinadas a impedir a formação de partículas em suspensão e de poeiras;
- Prevenção de incêndios;
- Medidas de proteger o ambiente;
- Regras ou requisitos específicos relativos à substância ou preparação.

A utilização deste tipo de produtos em situações pontuais, carece de uma autorização prévia do Delegado de Segurança. A responsabilidade de verificação da limpeza e arrumação dos vários locais do Empreendimento é do Delegado de Segurança.

A Conservação dos espaços limpos e arrumados é da responsabilidade de todos, mas é garantido através de uma política de vigilância permanente dos espaços do estabelecimento cuja implementação é efetuada pelos elementos das equipas de vigilantes internos e pelos elementos afetos às áreas das operações e da manutenção do Centro de modo a garantir as condições de segurança nesses locais.

Esta política é específica do Centro Comercial e está de acordo com o exigido pelo sistema de certificação BREEAM In-Use International.



7 MANUTENÇÃO PREVENTIVA E CORRETIVA

7.1 POLÍTICA E PLANO MANUTENÇÃO PREVENTIVA

A administração do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” é responsável por garantir que a manutenção seja realizada pela equipa de manutenção ou por entidade contratada para esse efeito. Para tal, existe uma política de manutenção em vigor, a qual estabelece a criação de um plano de manutenção preventiva, utilizado para monitorizar o desempenho das atividades de manutenção para todos os equipamentos relevantes. Esse plano de manutenção inclui o nome e localização do equipamento, bem como o tipo de trabalho de manutenção (rotina, inspeção ou acompanhamento), periodicidade (diária, semanal, mensal ou anual) e data planeada para o efectuar.

O plano de manutenção preventiva é mantido actualizado em termos de equipamentos relevantes e de estado de execução das tarefas previstas. Os registos de todo o trabalho de manutenção são mantidos e assinados pela equipa de manutenção ou entidade contratada.

A manutenção das condições de segurança é assegurada através de um conjunto de medidas preventivas, que compreendem as atitudes, procedimentos e acções destinadas a limitar os riscos de eclosão de incêndios e a garantir permanentemente as condições de segurança do edifício do Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos”.

A preservação da integridade e das condições de utilização das instalações do edifício ao longo do tempo exige um plano de manutenção preventiva, através de acções programadas ou rotinas. O plano inclui a descrição das acções de manutenção necessárias, a sua periodicidade e outros pormenores relacionados com a execução, tais como anomalias, materiais e técnicas a utilizar para a sua correcção.

O plano de manutenção preventiva das instalações esta organizado da seguinte forma:
Verificação, desde simples inspeções visuais (vistorias) até à realização de medições e ensaios;
Pequenas reparações, para correcção de deficiências sobretudo devidas ao uso das instalações, como por exemplo, a reparação de revestimento dos pavimentos, substituição de filtros, etc.

Todas as operações de manutenção encontram-se inseridas no Plano de Manutenção Preventiva do Cento Comercial “MAR Shopping Matosinhos”, o qual inclui os respectivos calendários e as correspondentes listas de testes de verificação periódica, a concretizar em inspecções de segurança, para as instalações técnicas e dos equipamentos e sistemas de segurança. Havendo um software específico para o registo de toda a manutenção efectuada.

O Departamento de Operações verifica o cumprimento dos programas de manutenção com a calendarização e periodicidade recomendada pelos fabricantes e instaladores de todos os equipamentos relacionados com a segurança e restantes instalações técnicas referidas anteriormente.

A manutenção de equipamentos e sistemas instalados é efectuada por recurso a empresas especializadas, com base em contratos de prestação de serviços, ou através dos técnicos de



manutenção, procedendo-se ao registo de todas as intervenções efectuadas, quer sob o ponto de vista da manutenção preventiva quer sob o ponto de vista da manutenção corretiva.

O Centro Comercial assegura diretamente ou por entidade contratada para o efeito as acções de inspecção ao nível do utilizador de acordo com o programa de inspecções definido para cada sistema, órgão e equipamento definido no plano de manutenção.

Os lojistas obrigam-se a manter, a todo o tempo, o interior dos seus espaços comerciais em perfeito estado de manutenção e de segurança, incluindo entradas, vidros, estrutura, montras, fachadas, divisões, portas, acessórios, equipamentos, benfeitorias, iluminação, ventilação, cabos, tubos e demais instalações elétricas e hidráulicas e de AVAC, executando, inclusive, as pinturas, reparações periódicas e remodelações necessárias, de modo a manter a loja em perfeitas condições e sempre modernizada.

7.2 MANUTENÇÃO CORRETIVA

A deteção de qualquer anomalia, ocorrência ou avaria deverá ser registada e encaminhada para o Responsável de Manutenção que verifica a avaria e procede à sua reparação através de um técnico de manutenção. Apenas em situações de comprovação de incapacidade de obtenção dos componentes necessários à reparação e reposição dos sistemas e seus componentes, serão aceites tempos de reparação superiores a 48 horas, após reconhecimento técnico local.

Os Lojistas são responsáveis pelos danos causados ao Centro Comercial resultantes da atividade por si exercida, quer direta ou indiretamente, e mesmo que tal resulte de atos ou omissões dos seus colaboradores, pessoal temporário ou fornecedores.

Corte de Energia

Com situações climatéricas adversas, sobretudo trovoadas existe um maior risco de picos e cortes de energia. Após o corte de energia, e de forma quase imediata, os geradores entram em funcionamento de forma a alimentar as áreas comuns do Centro.

O técnico da manutenção deve fazer uma verificação aos quadros elétricos a fim de verificar e rearmar os disjuntores disparados.

Os vigilantes devem verificar se não existem pessoas presas nos elevadores e monta-cargas, logo que haja energia devem ligar as escadas e tapetes rolantes e fazer ponto de situação das falhas de iluminação. Ter atenção especial a ourivesarias e aconselhar a encerrar a porta durante o corte de energia.

O centralista deve ligar para a EDP para obter informações sobre a duração do corte de energia.

Corte de Gás

No caso de cheirar a gás deve proceder-se da seguinte forma.

Acionar a válvula de corte

O técnico da manutenção deve tentar localizar a fuga.

Os vigilantes devem colaborar nesta verificação e ter atenção a possíveis fontes de ignição.



No caso de o cheiro persistir e não se localizar a loja de onde provém deve-se contactar o Piquete de Emergência da entidade comercializadora. Uma fuga de gás pode conduzir a uma evacuação parcial ou total do edifício. Os cortes de gás normalmente acontecem devido a fuga de gás na loja que provoca o disparo da electroválvula. O lojista deve contactar o Piquete de Emergência da entidade comercializadora para enviar um técnico. Em caso algum a electroválvula deve ser forçada.

Falha no fornecimento de água

Se a falha for relativa a apenas uma loja provavelmente alguém terá fechado o passador do contador de água da loja.

Comunicar ao técnico da manutenção para confirmar o passador.

Se a falha abranger todas as lojas e áreas comuns, solicitar ao técnico da manutenção, para verificar a Central de Bombagem.

Se a falha de fornecimento de água for da responsabilidade fornecedor, contactar a Indagua.

Entupimento rede esgotos

No caso de se verificar o entupimento de um elemento da rede de esgotos deve proceder-se da seguinte forma:

Comunicar ao elemento da manutenção para tentar solucionar o problema.

No caso de não conseguir e a situação requerer resolução urgente deve-se ser contactada uma empresa que preste serviço de desentupimento.

A deteção de alguma irregularidade ao normal funcionamento do Centro Comercial deverá ser comunicada à central de segurança, disponível 24 horas por dia. Dentro das lojas será o lojista responsável pela resolução de qualquer procedimento corretivo, devendo o Proprietário ou Entidade Gestora ser informado.

7.3 AUDITORIAS DE SEGURANÇA

O MAR Shopping Matosinhos realiza periodicamente Auditorias não-técnicas de Segurança desenvolvidas pela Equipa de Vigilância em todas as lojas do edifício. O objectivo das auditorias será o apuramento das condições de operação e funcionamento da loja dentro de parâmetros de segurança definidos pela legislação e por normas internas do Grupo Ingka.

O relatório de auditoria é partilhado com o Lojista, via Portal do Lojista, evidenciando os pontos que necessitam de correcção imediata ou a curto prazo. Todas as anomalias eventualmente detectadas em relatório de auditoria, apresentam a sua responsabilidade de execução por parte do Lojista.



8 MODIFICAÇÕES E REMODELAÇÕES

8.1 POLÍTICA DE AQUISIÇÃO DE PRODUTOS E MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO

Os requisitos mínimos dizem respeito à origem e extração responsável das matérias-primas, incluindo toda a cadeia de transformação e fornecimento de produtos e materiais, bem como à composição e ingredientes dos produtos, incluindo dados das fichas de segurança relativos à toxicidade e ao conteúdo / emissões de compostos orgânicos voláteis.

Na seleção dos materiais utilizados na montagem e decoração das lojas deverá ser dada preferência à utilização de matérias-primas secundárias e renováveis, devendo ainda ser considerado o respetivo desempenho energético e resíduos resultantes. Considerações a ter:

As alcatifas devem ser antialérgicas e com garantia que não têm produtos tóxicos na composição.

Deverá ser utilizada preferencialmente madeira proveniente de explorações sustentáveis e certificadas

Deverão ser utilizadas tintas sem solventes para pinturas exteriores sobre madeira e metais e pinturas de base aquosa para paramentos de paredes.

Nos interiores deverão ser utilizadas tintas de base aquosa, solúveis em água, sem solventes ou chumbo, a menos que tintas mais resistentes devam ser aplicadas em utilizações específicas

Não poderão ser incluídos nos projetos matérias cuja composição integre:

- Amianto ou produtos que incorporem amianto;
- HCFCs ou CFCs;
- Chumbo;
- Alcatrão;
- Cimentos com teores elevados de alumínio em elementos estruturais;
- Espuma de formaldeído de ureia ou materiais que possam libertar formaldeído em quantidades consideradas perigosas;
- Tijolos ou telhas compostos por silicato de cálcio;
- Cimento ou betão com agregados de sílica;
- Qualquer substância que à data da especificação e ou utilização seja denominada como perigosa para a saúde e segurança dos utilizados ou para a integridade do edifício.

Esta política é específica do Centro Comercial e está de acordo com o exigido pelo sistema de certificação BREEAM In-Use International.

8.2 POLÍTICA DE GESTÃO DE RESÍDUOS DE DEMOLIÇÃO E CONSTRUÇÃO

No Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” está implementada uma política de gestão de resíduos, a qual tem por objetivo a definição dos requisitos mínimos em termo de procedimentos de reutilização, separação, recolha e reciclagem de resíduos de demolição e construção.

Os resíduos resultantes da construção das lojas devem ser obrigatoriamente separados no local de produção e depositados nos contentores adequados, providenciados pela entidade lojista responsável pelo seu encaminhamento e destino final. Não pode ser efetuado o lançamento em



local não autorizado de qualquer efluente resultante das obras realizadas dentro da loja, nomeadamente tintas, solventes e entulhos.

Esta política é específica do Centro Comercial e está de acordo com o exigido pelo sistema de certificação BREEAM In-Use International.

8.3 MODIFICAÇÕES NO EDIFÍCIO OU PARTES DO EDIFÍCIO

A execução de obras de adaptação e renovação apenas poderá ser iniciada com o prévio consentimento da Proprietária ou Entidade Gestora. A Proprietária ou Entidade Gestora é responsável pela execução das obras nas áreas comuns, quer sejam obras de manutenção ou de modificação. As modificações e remodelações executadas no interior dos espaços comerciais dos lojistas devem obedecer às disposições incluídas nos seguintes documentos:

- Technical Design Manual – IKEA Centres Europe
- Risk Manual – IKEA Centres Europe
- Manual de Fachadas de Lojas – MAR Shopping Matosinhos
- Anexo Técnico para Apresentação dos Projetos das Lojas
- Regulamento de Funcionamento e Utilização do Centro Comercial
- Termos e Condições da Certificação BREEAM

A remodelação de espaços interiores, incluindo a reconfiguração de mobiliário ou de partições interiores, deve assegurar que o desempenho dos equipamentos e sistemas instalados não é afetado. Como tal, pontos de controlo, sensores, grelhas, portinholas de manutenção ou pontos de ligação às redes prediais (tomadas, torneiras) devem permanecer desbloqueados e facilmente acessíveis.

Uma vez que o Centro Comercial está equipado com um sistema de proteção contra incêndios, incluindo um sistema de extintores de incêndio localizados em todas as áreas comuns e instalações de proteção e dispositivos de alarme em cada loja, os Lojistas, durante a execução de trabalhos de adaptação ou reparação, não desligarão ou alterarão de qualquer forma os extintores de incêndio, o complexo de sistema de alarme contra incêndio e os sistemas de som contra incêndios, sem o consentimento prévio por escrito da Proprietária ou Entidade Gestora.

Segurança nos trabalhos de manutenção ou alteração das instalações

É necessário verificar o cumprimento das regras de segurança em todos os trabalhos de manutenção, recuperação, beneficiação, alteração ou remodelação das instalações e dos sistemas de segurança quando implicam o agravamento de risco de incêndio, limitações à eficácia dos sistemas de proteção instalados ou afetem a evacuação dos ocupantes por obstrução das saídas ou redução da largura das vias.

É necessário assegurar a análise dos trabalhos que na sua execução impliquem alterações à estrutura, espaços e equipamentos, como o objetivo de minimizar o risco em comprometer a eficácia dos meios de compartimentação, isolamento e proteção no empreendimento bem como a praticabilidade dos caminhos de evacuação definidos e destina-se a assegurar que:



Qualquer alteração ao estado de compartimentação, designadamente pela abertura de orifícios, roços, nichos ou vãos de passagem de canalizações ou condutas é submetida à prévia aprovação do Delegado da Segurança;

As portas, bem como as portinholas de acesso a ductos, para as quais se exige resistência ao fogo, são mantidas fechadas;

Que os sistemas e equipamentos que, directa ou indirectamente, têm implicações nas condições de segurança do empreendimento mantêm o desempenho e eficácia previstos ao longo do respectivo ciclo de vida;

Os caminhos de evacuação mantêm as condições previstas no projecto inicial

As intervenções das empresas prestadoras de serviços no edifício serão programadas previamente com o Diretor de Segurança, salvo em situações de emergência. Serão acompanhadas pelo trabalhador designado pelo Diretor de Segurança ou pelo um elemento da equipa de manutenção.

Deverá ser respeitada a regulamentação em vigor sobre higiene e segurança no trabalho assim como as disposições funcionais e de segurança constantes no plano de prevenção do estabelecimento, incluindo as presentes regras de exploração;

Os colaboradores apresentarão a sua identificação na receção do edifício, sendo a sua entrada apenas autorizada pelo Diretor de Segurança.

Os colaboradores são obrigados ao cumprimento das seguintes disposições relativas à utilização de vestuário de trabalho:

Apresentar-se no edifício devidamente equipados com vestuário de trabalho (roupa e calçado) adequado ao tipo de tarefas a executar, sendo obrigatório o seu uso durante a permanência no edifício.

O vestuário deverá apresentar-se em boas condições de higiene e limpeza identificando claramente a empresa, bem como o nome do funcionário.

Todos os trabalhos que tiverem que ser realizados a quente ou com produção de chamas só poderão ser realizados após a retirada de todo o material combustível na sua proximidade.

Colocar sempre um extintor de Pó Químico nas proximidades da área de trabalho.



9 FORMAÇÃO

9.1 FORMAÇÃO OBRIGATÓRIA

Instalações técnicas

A instalação dos diferentes sistemas existentes no edifício pressupõe a formação dos técnicos que irão operar 24/24 horas com os mesmos. Todos os equipamentos e sistemas estão abrangidos por um plano de formação aconselhado pelo fabricante desses equipamentos e sistemas, para o qual existe uma calendarização de todas as ações de formação previstas. Assim deve ser contemplado o período de formação que decorrerá nos 15 a 20 dias anteriores ao início de funções desses técnicos.

Segurança

Todos os elementos da equipa de segurança têm formação em primeiros socorros, DAE e em equipamentos de 1ª e 2ª intervenção de segurança contra incêndios.

Medidas de autoproteção

É fornecida uma ampla informação e divulgação das Medidas de Autoproteção (Plano de Segurança), a todos os colaboradores, explicando o essencial da segurança dentro do edifício e dos procedimentos a seguir em caso de emergência. A formação em segurança contra incêndios é considerada essencial, para uma correta atuação perante uma situação de incêndio.

O Responsável de Segurança proporcionará as condições de formação / informação com o intuito de que todos os colaboradores tenham sempre presentes os procedimentos de prevenção e de emergência a observar no edifício. Devem possuir formação no domínio da segurança contra incêndio:

- Os colaboradores do estabelecimento

- Todas as pessoas que exerçam actividades profissionais por períodos superiores a 30 dias por ano no edifício

- Todos colaboradores que fazem parte da equipa de segurança

As ações de formação em SCIE serão a definir em programa estabelecido pelo RS prevendo-se que a sua periodicidade seja anual, alternando os temas, mediante as necessidades, devendo consistir em:

- a) Sensibilização para a segurança contra incêndio, constantes de sessões informativas a todos os colaboradores, com o objetivo de:

- Familiarização com os espaços da utilização-tipo e identificação dos respetivos riscos de incêndio;

- Cumprimento dos procedimentos genéricos de prevenção contra incêndios;

- Cumprimento dos procedimentos de alarme;

- Cumprimento dos procedimentos gerais de atuação em caso de emergência, nomeadamente dos de evacuação;

- Instrução de técnicas básicas de utilização dos meios de primeira intervenção, nomeadamente os extintores portáteis;



- b) Formação específica para os elementos que possuem atribuições especiais de actuação em caso de emergência, nomeadamente para:
- A emissão do alerta;
 - A evacuação;
 - A utilização dos comandos de meios de atuação em caso de incêndio e de segunda intervenção, que sirvam os espaços da utilização-tipo;
 - A receção e o encaminhamento dos bombeiros;
 - A direção das operações de emergência;
- c) Primeiros socorros

O conteúdo programático da formação é o seguinte:

Sessão	Conteúdos Programáticos	Objetivos específicos
Sensibilização para a segurança contra incêndio	Módulo I – Apresentação sucinta do Plano de Segurança Interno; Módulo II – Fenomenologia da combustão; Módulo III – Meios de segurança Instalados no Edifício; Módulo IV – Meios de 1ª intervenção, e respetiva atuação em caso de emergência (prática), Manuseamento de combate a incêndio com meios de 1ª intervenção	No final da formação os participantes deverão ser capazes de: Identificar os espaços da utilização-tipo. Identificar os respetivos riscos de incêndio. Cumprir os respetivos procedimentos genéricos de prevenção contra incêndios. Cumprir os procedimentos de alarme. Cumprir os procedimentos gerais em caso de emergência, nomeadamente o manuseamento dos meios de 1ª intervenção.



Equipas de segurança	Modulo I – Fenomenologia da combustão; Módulo II – Meios de segurança Instalados no Edifício: Sistema Automático de Detecção de Incêndio (SADI) Sinalização de Segurança Iluminação de Segurança Módulo III – A apresentação do Plano de Segurança Apresentando todos os procedimentos, funções e responsabilidades que todos estes elementos têm no plano de segurança, face a uma situação de emergência; Módulo IV – Meios de 1ª intervenção, e respetiva atuação em caso de emergência (prática), Manuseamento de combate a incêndio com meios de 1ª intervenção, Detecção, Alarme e Alerta, cortes de água, luz. Modulo V – Simulacro de quadros, onde deve ter aplicação prática dos procedimentos definidos de atuação e evacuação definidos no plano de segurança; Módulo VI - Formação em suporte básico de vida e primeiros socorros.	No final da formação os participantes deverão ser capazes de: Conhecer as Medidas de Autoproteção (Plano de segurança) Conceitos gerais de segurança contra Incêndios; Apresentação de fundamentos gerais de instalações e meios de proteção contra o risco de incêndio; Utilizar os meios de primeira intervenção; Cumprir com às instruções e normas específicas de atuação em caso de emergência. Prestar primeiros socorros.
----------------------	---	--

9.2 FORMAÇÃO ADICIONAL

As Empresas prestadoras de serviços ao Centro Comercial “MAR Shopping Matosinhos” são responsáveis pela formação necessária, adequada e exigível, para o desempenho funcional de todos os seus colaboradores. As horas e custos decorrentes dessas formações deverão ser assumidos integralmente pelas ditas Empresas;

Os Lojistas obrigam-se a promover a frequência dos seus colaboradores em ações de formação ambiental, nomeadamente nas promovidas pela Proprietária ou Entidade Gestora.



10 Contactos

Contacto da Administração das 9:00h-18:00h

Tel. 229 998 700

Email: administracao@marshopping.com

Contacto Central de Segurança 24h/24h

Situações de emergência

Tel. 229 998 703

Contacto Balção de informações durante horário de funcionamento

Informações sobre o funcionamento do edifício, lojas e serviços disponíveis

Apresentação de sugestões/reclamações

Assistência de primeiros socorros

Tel. 229 998 235

WhatsApp: 967 084 444