

## Anexo 02 – Treinamentos e Carga Horária Mínimas da ELETROBRAS

Treinamento	Periodicidade	Carga Horária	Reciclagem
Integração/ambientação de SST da Eletrobras	Antes do início das atividades	4 a 8	-
MOPP - Movimentação Operacional de Produtos Perigosos	5 anos	50	16
Noções Básicas de Primeiros Socorros (NR 07, 10, 35, 33)	3 anos	4	4
NR 05 - CIPA	2 anos	16	16
NR 06 - Equipamentos de Proteção Individual e Coletiva	2 anos	2	2
NR 10 Básico	2 anos	40	8
NR 10 Complementar - SEP	2 anos	40	8
NR 11 Amarração, Movimentação e Manuseio de Cargas	2 anos	8	8
NR 12 Supervisor de Rigging	2 anos	32	32
NR 11 e NR 12 Máquina automotriz - Empilhadeira	3 anos	16	16
NR 12 Máquinas Portáteis Rotativas	3 anos	4	4
NR 12 Máquinas e Equipamentos Portáteis - Motosserra	3 anos	24	24
NR 12 Máquinas e Equipamentos Portáteis - Cesta Aérea	2 anos	8	8
NR 12 Máquinas e Equipamentos Portáteis - Cesto Acoplado	2 anos	8	8
NR 13 - Vaso sob Pressão - Noções Básicas e Entendimento da Norma	5 anos	2	2
NR 18 Plataforma Elevatória Móvel de Trabalho - PEMT	2 anos	8	8
NR-18 Operações de Corte a Quente	2 anos	8	8
NR 20 Iniciação Sobre Inflamáveis, Combustíveis e FDS	Trienal	4	4
NR 23 Noções Básicas de Combate a Incêndio - NBCI	Anual	8	8
NR 33 - Espaço Confinado - Supervisores	Anual	40	8
NR 33 - Espaço Confinado - Trabalhador/Vigia	Anual	16	8
NR 33 e 35 - Resgatista em Espaço Confinado e Trabalho em Altura (somente para os designados resgatistas)	2 anos	24	24

NR 34 - Trabalho a Quente	Anual	8	8
NR 35 Trabalho em Altura - Básico	2 anos	8	8
NR 35 Trabalho em Altura - Intermediário	2 anos	16	16
NR 35 Trabalho em Altura - Avançado	2 anos	24	24
Equipamentos Especiais - Guindauto (Munck)	2 anos	16	8
Equipamentos Especiais - Minicarregadeira	2 anos	16	8
Equipamentos Especiais - Pórtico e Ponte Rolante	2 anos	16	8
Equipamentos Especiais - Retroescavadeira	2 anos	16	8
Operação de Equipamentos Especiais - Trator	2 anos	16	8
Plano de Atendimento a Emergência	Anual	4	4
NORMAM 13 - CIR - Marinheiro Fluvial Auxiliar de Convés	5 anos	20	20
Conscientização de Risco em Segurança e Saúde Ocupacional	Antes do início das atividades	2	-

REV	DATA	ELABORAÇÃO	APROVAÇÃO	DESCRIÇÃO
00	25/11/2024	Rogério Werkema Adelma Sobreira	Marcos Tanaka	Versão inicial
01	01/07/2025	Tatiana Coelho Cordeiro Wendel Silva	Marcos Tanaka	<p>Nesse documento foi inserido o treinamento de ambientação/integração em SST com carga horária variando entre 4 a 8 horas.</p> <p>Treinamento de NR 06 com carga horária reduzida de 4h para 2h.</p> <p>Revisão da carga horária de diferentes treinamentos (inicial e reciclagem).</p> <p>Treinamento de NR 35 desmembrado em básico, intermediário e avançado.</p>