



Rego de Almeida, LDA > 508266548 | Viana do Castelo

Proposta para: CONSULTA PRÉVIA Nº 50/2025_CPR_S -
“PRESTAÇÃO DE SERVIÇO DE LIMPEZA, HIGIENIZAÇÃO E
MANUTENÇÃO DE ESPAÇOS MUNICIPAIS – PISCINAS MUNICIPAIS
VILA PRAIA DE ÂNCORA E BIBLIOTECA MUNICIPAL DE
CAMINHA” NPC 500 843 139.

Data: 28/03/2025 - VITOR ARIEIRA MORAIS DA PEDREIRA, [REDACTED], na qualidade de representante legal da Empresa Rego de Almeida, LDA com o NIPC 508266548, com sede em Estrada de Tourim n.º 259, 4925-303 Amonde Viana do Castelo, na qualidade de representante legal de Empresa Rego de Almeida, LDA com o NIPC 508266548, com sede em Estrada de Tourim n.º 259, 4925-303 Amonde Viana do Castelo, depois de ter tomado inteiro conhecimento do objeto e âmbito do procedimento nº “50/2025_CPR_S - “Prestação de serviço de limpeza, higienização e manutenção de espaços municipais – Piscinas Municipais Vila Praia de Âncora e Biblioteca Municipal de Caminha” e de todas as condições estabelecidas no Caderno de Encargos e restantes peças patenteadas, propõe-se executar o contrato, de acordo com o preço a seguir discriminado:

Proposta Ref: 21.B/2025

Serviços de Limpeza – Conforme Lista de artigos do procedimento	Valor mensal / unidade	Valor Global
Lote 1 - Piscinas Municipais Vila Praia de Âncora	1.386,00€	16.632,00€
Lote 2 - Biblioteca Municipal de Caminha	686.00€	8.232,00€
Valor mensal	2.072,00 €	24.864,00€
Acresce o valor do IVA em vigor		

Preço Total de 24.864,00 € (vinte e quatro mil oitocentos e sessenta e quatro euros).

A este valor acrescerá o IVA à taxa legal de 23 % no valor **de 5.718.72 €** (cinco mil setecentos e dezoito euros e setenta e dois cêntimos).

Declara ainda que se obriga a manter a sua proposta pelo período de 66 dias a contar da data limite para a sua entrega.

Rego de Almeida, LDA > Serviços - 962783382 - 964286150 VPEDREIRA@HOTMAIL.COM regodalmeidalda@gmail.com
Sociedade por Quotas – Capital Social 50.000,00€, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Viana do Castelo
com o N.º 508266548



Rego de Almeida, LDA > 508266548 | Viana do Castelo

Prazo do fornecimento: O contrato será executado no prazo de 12 meses a partir da assinatura do contrato, não havendo lugar a renovação.

Gestor do Contrato: Vitor Pedreira – 962783382 – vpedreira@hotmail.com
regopalmeidalda@gmail.com

Descrição do plano de trabalhos

Plano de higienização

A boa higiene exige uma limpeza eficaz e regular dos estabelecimentos, equipamentos e utensílios.

Todos os equipamentos e utensílios que contactem com os alimentos devem ser limpos após cada utilização e/ou no final de cada período de trabalho e sempre que se justifique.

Processo de Higienização

O processo de higienização compreende as seguintes fases:

1. Limpeza prévia (força física e remoção de detritos);
2. Limpeza profunda (aplicação de detergente para remover matéria orgânica e inorgânica, respeitando as dosagens e o tempo de ação prescrito);
3. Enxaguamento;
4. Desinfecção (quando aplicável e respeitando sempre as indicações de dosagens, tempo de contacto e modo de aplicação);
5. Enxaguamento;
6. Secagem.

Nota: O uso de certos desinfetantes químicos pode dar lugar à seleção de micro-organismos resistentes, assim deverá ter-se em atenção em alternar os desinfetantes, no plano de higienização, de um modo periódico.

Produtos Químicos

De forma a serem tomadas as medidas necessárias para proteger a saúde e o ambiente e garantir a segurança nos locais de trabalho, é necessário ter no estabelecimento as fichas de dados de segurança dos produtos (vulgarmente designadas por fichas técnicas) que constam no plano de higienização.



Rego de Almeida, LDA > 508266548 | Viana do Castelo

Os produtos químicos devem estar devidamente rotulados e fechados, bem como devem ser conservados nas suas embalagens de origem, de modo a evitar o risco de contaminação dos alimentos.

Os produtos químicos devem ser armazenados fora das áreas onde são nouseados os alimentos, em local fechado e devidamente identificado.

Nota: As fichas de dados de segurança devem ser datadas e nelas devem constar a identificação do produto e a sociedade/empresa, a composição/informação sobre os componentes, a identificação de perigos, os primeiros socorros, as medidas de combate a incêndios, as medidas a tomar em caso de fugas acidentais, o manuseamento e armazenagem, o controlo da exposição/proteção individual, as propriedades físicas e químicas, a estabilidade e reatividade, a informação toxicológica, a informação ecológica, as considerações relativas à eliminação, as informações relativas ao transporte, a informação sobre regulamentação e outras informações.

Plano de Higienização

Após a definição dos produtos químicos a utilizar nas operações de limpeza e de desinfeção deverá ser estabelecido um plano de higienização, onde deverão constar, entre outras, rubricas como: o que deve ser limpo (zonas, estrutura/equipamento), com o que deve limpar/desinfetar (detergente/desinfetante utilizado), quando deve ser limpo (periodicidade de higienização), como deve ser limpo (equipamento utilizado na limpeza/desinfeção e instruções de limpeza/desinfeção) e quem deve limpar responsável pela execução da operação).

O plano de higienização deverá estar afixado em local visível.

A realização de um registo de higienização permite demonstrar a aplicação do estabelecido no Plano de Higienização, devendo nesse registo constar, entre outras, rubricas como: data, com o que limpou (detergente/desinfetante utilizado), como limpou (acessórios de limpeza utilizados), quem limpou (responsável pela limpeza).

Verificação dos procedimentos de higienização

Deverá ser feito regularmente um controlo para a verificação da adequação do plano de higienização e da execução do mesmo, que poderá ser:

1. Qualitativo, através de uma verificação dos procedimentos de limpeza e desinfeção efetuados ou por inspeção visual.
2. Quantitativo, através de controlo analítico (microbiológico/químico)



Rego de Almeida, LDA > 508266548 | Viana do Castelo

O registo da verificação efetuada poderá ser individual ou acrescentado ao registo de higienização, com as rubricas quem verificou e como verificou.

Regras básicas:

1. Antes de iniciar as operações de limpeza, proteger todos os alimentos (incluindo os colocados em expositores e vitrines);
2. Separar os lixos de acordo com as práticas da autarquia local e efetuar a sua remoção diariamente, no final do serviço de limpeza das instalações, evitando a coincidência com o horário de receção de matéria-prima ou período de laboração. Utilizar recipientes apropriados, acionados por pedal, devidamente tapados e ensacados;
3. Utilizar preferencialmente, para limpeza de bancadas e equipamentos, material descartável para evitar focos de contaminação;
4. Não varrer a seco os pavimentos das áreas de manipulação de alimentos e toda a zona de exposição/ zona de venda;
5. As operações de limpeza devem ser feitas sempre de cima para baixo;
6. Quando efetuar a limpeza, cobrir todas as partes elétricas dos equipamentos;
7. Desmontar, quando possível, os equipamentos, de modo a remover todos os resíduos, lavar com água corrente, aplicar o detergente adequado e enxaguar. Quando previsto aplicar o desinfetante.

TÉCNICA DE LIMPEZA

- a) A técnica de limpeza deve ser sempre húmida;
- b) A técnica de limpeza deve ser realizada sempre no sentido de cima para baixo e, das áreas mais limpas para as mais sujas:

1. Paredes e teto;
2. Superfícies acima do chão (bancadas, mesas, cadeiras, corrimãos, outros);
3. Outros equipamentos;

Rego de Almeida, LDA > Serviços - 962783382 - 964286150 VPEDREIRA@HOTMAIL.COM regopalmeidalda@gmail.com
Sociedade por Quotas - Capital Social 50.000,00€, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Viana do Castelo
com o N.º 508266548



Rego de Almeida, LDA > 508266548 | Viana do Castelo

4. Instalações sanitárias;
5. Chão (é sempre o último a limpar).

MATERIAIS DE LIMPEZA

a) Os materiais de limpeza (panos, baldes e esfregonas) devem:

1. As pegas devem ser de material não poroso e higienizável (p.e.: excluir cabos em madeira);
2. Ser distintos de acordo com as áreas a limpar (p.e.: os baldes e esfregonas utilizados nas instalações sanitárias não devem ser utilizados em outras áreas);

Os panos de limpeza:

1. Devem ser, preferencialmente, de uso único/descartáveis. Caso não seja possível, podem ser reutilizáveis (laváveis), se houver condições para lavar e desinfetar pela ação do calor, em máquinas de lavarroupa¹;
2. No caso de serem reutilizáveis, devem ser diferenciados por um código de cores para cada uma das áreas:

Cor	Área(s)/superfície(s) a limpar
Vermelho	Parte exterior de sanitas e urinóis
Verde	Mesas de refeição e áreas de preparação de alimentos
Amarelo	Lavatório e azulejos
Azul	Bancadas, mesas, cadeiras, cadeirões

3. Após utilização devem ser acondicionados em saco fechado antes de serem encaminhados para lavagem;

c) Os baldes e esfregonas:

1. Devem ser lavados com água quente e detergente, depois desinfetados, e finalmente guardados secos ou invertidos (a escorrer);

PRODUTOS DE LIMPEZA E DESINFECÇÃO

Rego de Almeida, LDA > Serviços - 962783382 - 964286150 VPEDREIRA@HOTMAIL.COM regopalmeidalda@gmail.com
Sociedade por Quotas - Capital Social 50.000,00€, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Viana do Castelo
com o N.º 508266548



Rego de Almeida, LDA > 508266548 | Viana do Castelo

- a) Devem ser cumpridas as indicações do fabricante e instruções que constam nos rótulos dos produtos e nas fichas de segurança;
- b) Os produtos químicos devem estar devidamente rotulados, fechados e conservados nas suas embalagens de origem;
- c) Os produtos químicos devem ser armazenados em local fechado e devidamente identificado, de modo a evitar o risco de contaminação de alimentos, e fora do alcance de crianças ou pessoas com necessidades especiais;
- d) Os detergentes a usar são os comuns ou de uso doméstico;
- e) Os desinfetantes a usar são:
 - 1 Caso a desinfecção por calor não possa ser efetuada, devem ser imersos em solução de hipoclorito de sódio.

1. Lixívia a concentração original de 5%. As diluições utilizadas são as seguintes:

Área/superfície	Quantidade a obter	Volumes
Áreas comuns	1 litro	10 ml lixívia 990 ml água
	5 litros	50 ml lixívia 4950 ml água
	10 litros	100 ml lixívia 9900 ml água
Instalações sanitárias Sala de isolamento Superfícies de toque frequente	1 litro	20 ml lixívia 980 ml água
	5 litros	100 ml lixívia 4900 ml água
	10 litros	200 ml lixívia 9800 ml água
Superfícies com sangue ou outros produtos orgânicos	1 litro	100 ml lixívia 900 ml água

- 2. Sprays de ação rápida à base de amónio quaternário ou outro equivalente;
- 3. Álcool a 70º (para as superfícies que não são compatíveis com lixívia – por exemplo, superfícies metálicas).



Rego de Almeida, LDA > 508266548 | Viana do Castelo

- f) Nas embalagens deve constar a data de abertura;
- g) As diluições de lixívia devem ser feitas no momento da sua utilização e descartadas ao final de um turno de trabalho;

FREQUÊNCIA DE LIMPEZA

- a) A frequência de limpeza mínima é definida por área e é descrita no quadro infra, não obstante as especificidades de frequência referidas no plano de higienização de cada área mediante a necessidade do cliente e conforme o CE e PP do procedimento:

Área	Frequência
Instalações Sanitárias	2 x durante o período do horário
Zonas e objetos de toque frequente ou comum	4 x durante o período do horário
Salas	No fim de cada utilização (salas partilhadas)
Escritórios	2 x durante o período do horário

Nota: Método a agilizar com o cliente, conforme estipulado no CE ou PP.

PROCEDIMENTO DE LIMPEZA

- a) No caso das áreas comuns:
1. Abrir as janelas e arejar a área, sempre que possível;
 2. Lavar primeiro as superfícies com água quente e detergente;
 3. Em seguida, espalhar uniformemente a solução desinfetante nas superfícies;
 4. Deixar atuar a solução desinfetante durante pelo menos 10 minutos;
 5. Enxaguar as superfícies com água quente;
 6. Deixar secar ao ar.
- b) No caso das instalações sanitárias:



Rego de Almeida, LDA > 508266548 | Viana do Castelo

1. Iniciar limpeza pelos lavatórios (1º as torneiras e só depois o lavatório) e as superfícies à volta deste;
2. Limpar as sanitas;
 - A. Parte interior:
 - a. Descarregar primeiro o autoclismo;
 - b. Aplicar o detergente com base desinfetante, deixando atuar, pelo menos, 5 minutos;
 - c. Esfregar bem por dentro com piaçaba;
 - d. Puxar o autoclismo com o piaçaba ainda dentro da sanita para que este também fique limpo;
 - e. Voltar a descarregar o autoclismo.
 - B. Parte exterior:
 - a. Espalhar detergente com base desinfetante na parte de cima da sanita e sobre os tampos;
 - b. Esfregar com o pano – primeiro os tampos e só depois em cima e dos lados;
 - c. Passar com pano só com água quente;
 - d. Deixar secar ao ar;
 - e. Limpar e desinfetar o botão do autoclismo (se for metálico com álcool a 70º).
3. Limpar o chão.

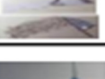
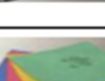
Material e técnicas/procedimento de limpeza



Rego de Almeida, LDA > 508266548 | Viana do Castelo

Materiais de Limpeza	Exemplo	Comentários
Pulverizador Manual (bem rotulado)		Não usar pulverizadores nas áreas de exposição e preparação de alimentos
Panos de Limpeza		Os panos de limpeza devem ser, preferencialmente, de uso único e descartável; Se forem panos reutilizáveis, devem ser de microfibras e que aguentem a lavagem e desinfeção pelo calor em máquina de lavar.
Balde		O balde e esfregona para o chão são habitualmente reutilizáveis, pelo que se deve garantir uma limpeza e desinfeção destes equipamentos no final de cada utilização. O balde e esfregona usados nas casas de banho não devem ser usados nas áreas de alimentação, ou em outros espaços.
Esfregona		

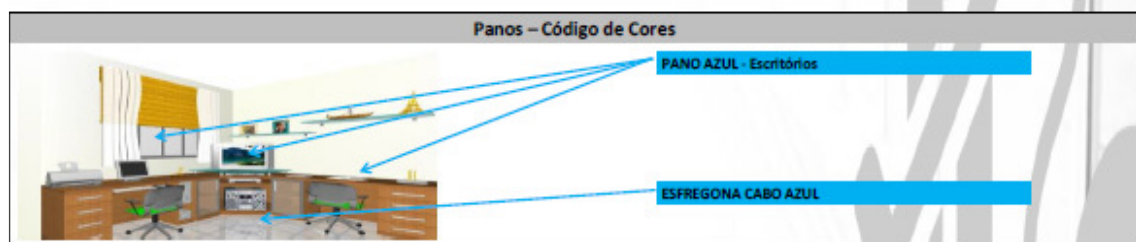
Tabela 1: Material de Limpeza.

Aspiradores Nilfisk ATEX	0	
Aspiradores de Líquidos TASKI Vacumat 12	0	
Aspiradores de Pó TASKI Vento 8 e Vento 15	1	
Máquina de lavar alcatifas TASKI aquamat 45	0	
Lavadora TASKI Ergodisc 200	0	
Auto-lavadora ultra Compacta TASKI Swingo 150	0	
Carro Multifunções Diversey	1	
Mopas DUO DUSTER SWEP	2	
Pás Aberta Base Metálica	2	
Equipamento para limpeza de vidros	2	
Cabo extensível	2	
Panos Quickstar Micro - Amarelo, Vermelho e Azul	6	

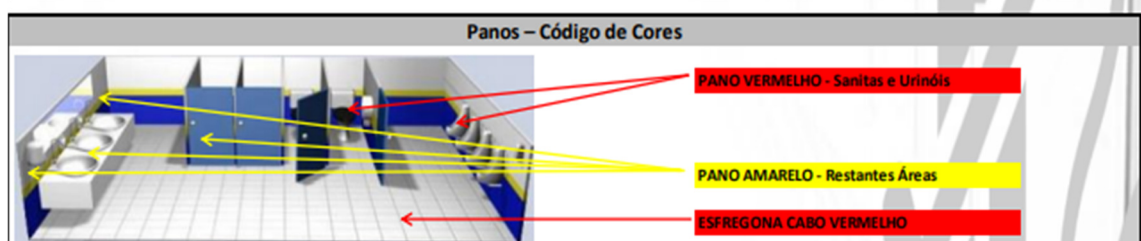


Rego de Almeida, LDA > 508266548 | Viana do Castelo

Área a Higienizar	Produto	Dosagem	Equipamento	Metodologia	Frequência	
	Aspiração do Pavimento	---	---	Aspirador	.Ligar o equipamento à corrente eléctrica; .Aspirar todo o pavimento incluindo debaixo das secretárias, das cadeiras e dos armários;	De acordo com a proposta
	Lavagem do Pavimento	Lava Tudo EGI ou CLEAN & FRESH	1,5 tampas p/litro	Balde Duplo e Esfregona	Aplica-se na água de lavagem, 1,5 tampas para cada litro de água, ou directamente, dependendo do nível de sujidade. Dosagem: meia tampa para 1 litro de água. Para sujidades difíceis aumentar a concentração passando a ser 3 tampas para 1 litro de água.	De acordo com a proposta
		Jontec Asset	0,5 tampa p/litro		Dosagem média: 1 tampa para 1 litro de água, aumentar a concentração até 2 tampas para 1 litro de água para protecção adicional.	
		Jontec Extra	1 tampa p/litro		Dosagem média: 1 tampa para 1 litro de água, para manchas difíceis aplicar com o auxílio de uma esponja húmida.	
		Pronto Limpador Madeiras	1 tampa p/litro			
Enceramento Pavimento	Jontec Luna	Puro	Aplicador de Ceras	Aplicar o Produto Puro	Sempre que necessário renovar o brilho	
	Vidros e Superfícies Vidradas	Suma Rapid D6	Puro	Pano + Esponja	.Pulverizar a solução na superfície e limpar com um pano seco; .Trocar o pano quando este se encontrar sujo; .Usar esponja abrasiva para retirar sujidade mais difícil;	De acordo com a proposta
	Mobiliário madeira	Pronto Spray madeiras	Puro	Pano	.Agitar bem a lata; .Pulverizar a superfície e limpar imediatamente com um pano limpo e macio;	De acordo com a proposta
	Mobiliário, Equipamentos, ...	Pronto Multi superficies	Puro	Pano	.Para áreas pequenas pulverizar directamente para o pano e limpar;	
	Outras Desinfeções	Oxivir Plus	Puro	Pulverizador e Pano	.Pulverizar a solução na superfície e limpar com um pano seco; .Trocar o pano quando este se encontrar sujo;	De acordo com a proposta



Área a Higiениizar		Produto	Dosagem	Equipamento	Metodologia	Frequência
	Pavimentos	Lava Tudo EGI ou CLEAN & FRESH	1,5 tampas p/litro	Balde Duplo e Esfregona	Com a mopa retirar sujidades sólidas e não aderidas; Dosear o produto para um balde com água e aplicar a solução;	De acordo com a proposta
		Germatol Desinfetante	0,5 tampas para 2 litros			
	Loiças e Torneiras	Germatol Desinfetante	0,5 tampas para 2 litros	Pulverizador + Pano + Esponja	Colocar a dose de produto num pulverizador adequado; Pulverizar a solução num pano e limpar; Trocar o pano quando este se encontrar sujo; Usar a esponja para retirar a sujidade mais difícil;	De acordo com a proposta
		Taski Sani Calc	5,5 tampas p/litro			
	Sanitas e Urinóis	Suma Tab	1 pastilha para 5 litros	Piassaba	Descarregar a água da sanita/urinol e espalhar o produto abaixo do rebordo, ao redor da sanita, pelo percurso de descarga e nas saídas da água;	De acordo com a proposta
		Taski Sani Clonet	Puro	Piassaba	Deixar actuar 5-10 minutos;	
		Taski Sani WC Premium	Puro	Escova Aplicadora	Esfregar com uma escova e descarregar novamente a água para enxaguar;	
	Espelhos e Vidros	Suma Rapid D6	Puro	Pano + Esponja	Pulverizar a solução na superfície e limpar com um pano seco; Trocar o pano quando este se encontrar sujo; Usar esponja abrasiva para retirar sujidade mais difícil;	De acordo com a proposta
	Lavagem de Mãos	Crema Rosa EGI ou CLEAN & FRESH 209T	Puro	Doseador próprio	Verificar conteúdo dos dispensadores; Repor se necessário;	De acordo com a proposta
	Outras Desinfecções	Oxivir Plus	Puro	Pulverizador e Pano	Pulverizar a solução na superfície e limpar com um pano seco; Trocar o pano quando este se encontrar sujo;	De acordo com a proposta



O Plano apresentado é referente ao serviço de limpeza, será cumprida a metodologia e a frequência/dosagem dos produtos, bem como os produtos de limpeza a utilizar que cumprem os requisitos e serão apresentadas as fichas técnicas de cada produto e material a utilizar.

Todos os serviços a realizar vai sempre depender da metodologia/produtos/materiais ou outros que o cliente assim o exigir em conformidade com o CE (caderno de encargos).

PLANO DE FORMAÇÃO

O Plano de formação da nossa empresa passa por identificar e sinalizar os aspetos mais relevantes da segurança/manuseamento e responsabilidade social e ambiente, da nossa empresa bem como as dos seus colaboradores e clientes.



Rego de Almeida, LDA > 508266548 | Viana do Castelo

Objetivos

- Identificar de modo correto os conceitos de limpeza, desinfecção e higienização
- Conhecer e selecionar corretamente métodos, técnicas e tipo de produtos mais adequados para a higiene e limpeza de pavimentos, superfícies e utensílios
- Conhecer as vantagens de uma operação de limpeza eficiente

Conteúdos Programáticos

- Métodos e Técnicas de Limpeza em Espaços de Trabalho
- Seleção de Equipamentos, Produtos e Materiais

Destinatários

- Diretores, coordenadores, supervisores e trabalhadores de limpeza
- Colaboradores área técnica e comercial

Duração: 40Horas (presencial e em modo operandos)

Plano de Formação	
Designação da ação	Objetivos Pedagógicos
Técnicas de Limpeza	Proporcionar conhecimentos que permitam aos trabalhadores uma correta utilização dos métodos de limpeza.
Organização do Trabalho e Produtividade	Sensibilizar os trabalhadores para a atualização de métodos de trabalho corretos, no sentido de melhorar as condições de trabalho, reduzir a fadiga e incrementar a produtividade.
Sensibilização à Qualidade	Sensibilizar os trabalhadores para a importância de cumprir as instruções de trabalho, de modo a garantir a qualidade.
Prevenção de acidentes de trabalho	Sensibilizar os trabalhadores para os perigos dos acidentes de trabalho.
Desenvolvimento Pessoal e Comportamental	Potenciar atitudes positivas de forma a melhorar as relações pessoais, desenvolvendo sentido de responsabilidade e o estilo eficaz de comunicação.

Viana do Castelo, 25/03/2025

Atentamente

Paulo Almeida

Rego de Almeida, LDA > Serviços - 962783382 - 964286150 VPEDREIRA@HOTMAIL.COM regodalmeidalda@gmail.com
Sociedade por Quotas - Capital Social 50.000,00€, matriculada na Conservatória do Registo Comercial de Viana do Castelo
com o N.º 508266548