



OMEGA TREINAMENTOS

Capacitação em NR, 100% online, para todo o Brasil.

Mais de 60 treinamentos das Normas Regulamentadoras com certificado válido em todo o território nacional. Sua equipe começa no mesmo dia, sem sala, sem agenda e sem parar a operação.

+60

cursos das NRs no catálogo, do básico à formação de 40h

Nacional

certificado válido em qualquer estado do Brasil

RT próprio

responsabilidade técnica de engenheiro registrado

24h/dia

o colaborador estuda no ritmo e no horário dele

Treinamento obrigatório deixa de ser problema de agenda

Todo funcionário CLT precisa de treinamento em NR — na admissão, na mudança de função e na reciclagem. O modelo presencial trava isso: depende de turma cheia, sala disponível, deslocamento e parada de produção. No online, cada colaborador é matriculado no mesmo dia em que é contratado.

PASSO 01

A Omega monta a trilha

Analizamos a atividade da empresa e definimos quais NRs cada função precisa cumprir.

PASSO 02

Colaborador é matriculado

Acesso por login e senha, no computador ou no celular. Sem instalação, sem agenda.

PASSO 03

Certificado emitido

Ao concluir, o certificado sai com a marca Omega e responsável técnico registrado.

PASSO 04

Vencimento controlado

Acompanhamos os prazos de reciclagem e avisamos antes de vencer.

Por que empresas escolhem o online da Omega

- ✓ **Sem parar a produção.** O colaborador faz o curso em janelas de tempo, no turno que couber.
- ✓ **Atende matriz e filiais juntas.** Unidades em estados diferentes recebem exatamente o mesmo treinamento.
- ✓ **Suporte de quem faz SST de verdade.** A Omega também emite PGR, PCMSO, LTCAT e AVCB — o treinamento conversa com os programas.
- ✓ **Documentação pronta pra fiscalização.** Certificado, carga horária e conteúdo programático rastreáveis.
- ✓ **Turnover não vira gargalo.** Admitiu, matriculou. Não precisa esperar formar turma.
- ✓ **Conteúdo atualizado.** Inclui as exigências recentes, como riscos psicossociais na NR-01 e assédio pela Lei 14.457/2022.

Três formas de contratar

Da capacitação avulsa ao programa anual da empresa inteira.

CURSO AVULSO

Treinamento específico

Um curso do catálogo para um ou mais colaboradores. Ideal para reciclagem pontual ou exigência de cliente/contrato.

MAIS CONTRATADO

Trilha Obrigatória

O pacote que toda empresa com CLT precisa ter, por colaborador:

- NR-01 — Integração de admissão
- NR-06 — EPI
- NR-17 — Ergonomia
- Assédio no trabalho (Lei 14.457/22)

PROGRAMA ANUAL

Trilha Completa

A Trilha Obrigatória mais os cursos do risco específico da sua operação — CIPA, máquinas, incêndio, químicos, altura, ruído — com gestão de vencimentos.

Catálogo de cursos online

Todos os treinamentos abaixo são realizados 100% a distância, com certificado emitido ao final. O número ao lado de cada curso é a carga horária.

GERAL · RISCOS PSICOSSOCIAIS · CONDUTA

APR — Análise Preliminar de Risco	4h
Assédio no Trabalho · Lei 14.457/22	1h
NR-01 — Introdução à Segurança do Trabalho · integração	4h
NR-01 — Riscos Psicossociais no Ambiente de Trabalho	4h
NR-01 — Gestão e Implementação dos Riscos Psicossociais	4h
Bloqueio e Etiquetagem — LOTO	4h
Higiene e Manipulação de Alimentos	12h
Direção Defensiva	4h · 8h
Lei Lucas 13.722/18 · socorros em escolas	4h

NR-05 · CIPA

CIPA — Grau de Risco 01	8h
CIPA — Grau de Risco 02	12h
CIPA — Grau de Risco 03	16h
CIPA — Grau de Risco 04	20h

NR-06 EPI · NR-07 SOCORROS · NR-09 BENZENO

NR-06 — EPI	2h
NR-06 — EPI Intermediário	4h
NR-07 — Primeiros Socorros	4h
NR-09 — Exposição a Benzeno	4h

NR-10 · ELETRICIDADE

NR-10 — Básico: Formação	40h
NR-10 — Básico: Reciclagem	8h · 16h · 20h
NR-10 — SEP: Formação	40h
NR-10 — SEP: Reciclagem	8h · 20h

NR-11 MOVIMENTAÇÃO · NR-12 MÁQUINAS

NR-11 — Transporte, movimentação, armazenagem e manuseio	8h
NR-11 — Movimentação de cargas suspensas	16h
NR-12 — Açougue, mercearia, bares e restaurantes	4h
NR-12 — Máquinas para panificação e confeitaria	4h
NR-12 — Máquinas e equipamentos para asfalto	4h
NR-12 — Operador de prensas e similares	12h

NR-13 CALDEIRAS · NR-17 ERGONOMIA

NR-13 — Formação: caldeiras e vasos de pressão	40h
NR-13 — Reciclagem: caldeiras e vasos de pressão	8h
NR-17 — Ergonomia em escritório	1h
NR-17 — Operador de checkout	2h
NR-17 — Movimentação manual de cargas	2h
NR-17 — Telemarketing / teleatendimento	4h

NR-18 CONSTRUÇÃO · NR-20 INFLAMÁVEIS · NR-21

NR-18 — Segurança na construção civil	4h
NR-18 — Serviço de impermeabilização	4h
NR-18 — Amarrador de cargas / sinaleiro	16h
NR-20 — Básico Classe I	3h
NR-20 — Anexo IV: exposição a benzeno	4h
NR-21 — Trabalhos a céu aberto	8h

NR-23 INCÊNDIO · NR-25 RESÍDUOS · NR-26 SINALIZAÇÃO

NR-23 — Combate e proteção contra incêndios	4h
NR-23 — Preventivo de incêndio: básico	4h
NR-23 — Preventivo de incêndio: intermediário	8h
NR-23 — Preventivo de incêndio: avançado	12h
NR-25 — Gerenciamento de resíduos industriais	16h
NR-26 — Sinalização de segurança	4h
NR-26 — FDS / FISPQ	4h

Catálogo de cursos online · continuação

NR-31 RURAL · NR-32 SAÚDE · NR-33 CONFINADO

NR-31 — CIPA do Trabalho Rural (CIPATR)	20h
NR-31.7 — Agrotóxicos, aditivos e adjuvantes	20h
NR-32 — Segurança e saúde em serviços de saúde	4h
NR-33 — Supervisor de entrada: reciclagem	8h

NR-34 TRABALHO A QUENTE · NR-36 · NR-38

NR-34 — Trabalho a quente	16h
NR-34 — Reciclagem: trabalho a quente	8h
NR-34 — Solda	8h
NR-34 — Maçarico	8h
NR-34 — Corte e desbaste	8h
NR-36 — Segurança com amônia	8h
NR-38 — Limpeza urbana e manejo de resíduos	4h

PROGRAMAS · PCA E PPR

PCA — Programa de Conservação Auditiva	1h · 4h
PPR — Programa de Proteção Respiratória	1h

Cargas horárias com mais de uma opção indicam turmas distintas do mesmo curso — a escolha depende da função e do histórico de treinamento do colaborador. Normas que exigem etapa prática presencial são atendidas em formato híbrido, com a parte prática executada pela Omega. Catálogo sujeito a atualização conforme revisão das Normas Regulamentadoras.

Precisa de treinamento com etapa prática?

Algumas normas exigem parte prática presencial. Nesses casos, a teoria é feita online e a Omega executa a etapa prática com equipe própria — reduzindo o tempo de sala e o custo de parada. **Consulte a modalidade correta antes de contratar:** certificado emitido na modalidade errada é invalidado em auditoria.

Treinamento é uma parte. A Omega cuida da conformidade inteira.

Quem contrata os cursos online tem, no mesmo lugar, toda a documentação exigida pelo Ministério do Trabalho e pelo Corpo de Bombeiros — feita por quem já conhece a operação da empresa.

GRO / PGR

Riscos psicossociais

PCMSO

LTCAT

PPP

AVCB — laudo do Corpo de Bombeiros

Brigada de incêndio

Perícia trabalhista

Gestão de dados de SST

Vamos montar a trilha da sua equipe.

Diga o ramo da empresa e quantos colaboradores. A Omega devolve a lista de treinamentos obrigatórios por função e a proposta de implantação.

Nelson (11) 94759-9331

Pablo (11) 94767-6912

Atendimento (11) 94722-0794