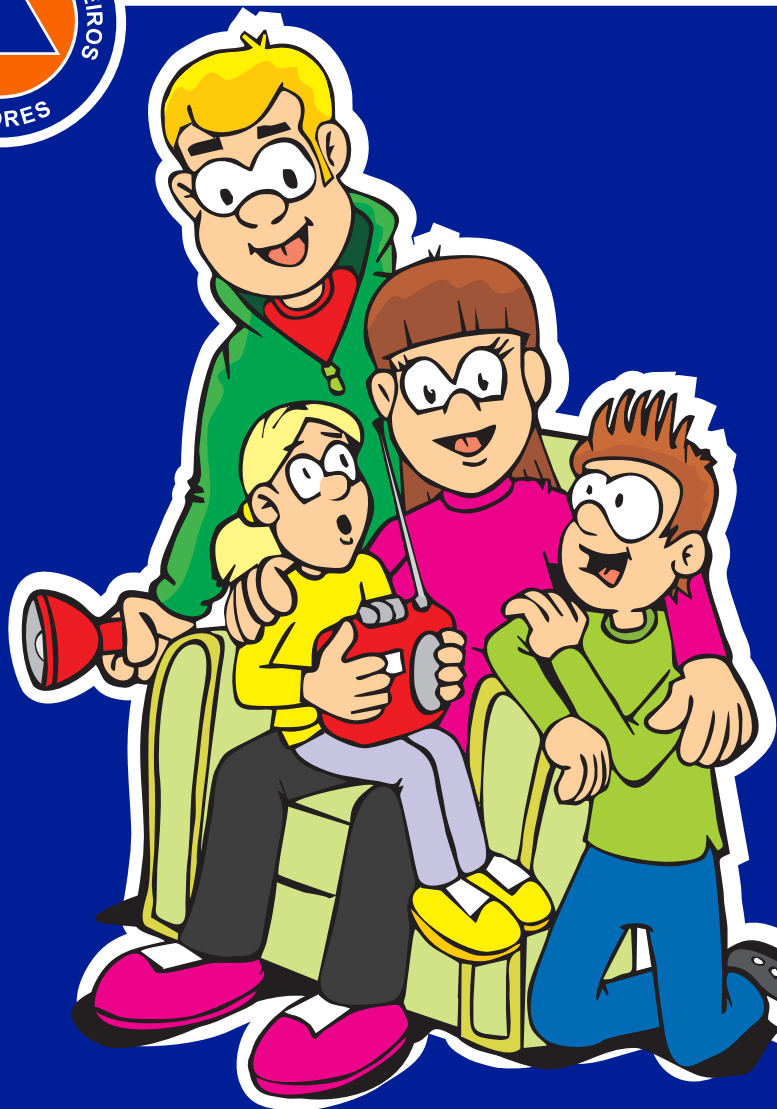


Proteção civil em casa



A prevenção começa em si!



Proteção Civil em Casa

Um futuro com segurança

A promoção de uma cultura de prevenção e de segurança é uma das tarefas importantes que conferimos ao Serviço Regional de Proteção Civil e Bombeiros dos Açores – SRPCBA.

Só é espetável, porém, que se obtenha uma conduta mais esclarecida por parte dos cidadãos, em domínios tão complexos como o da proteção civil, se todos conhecerem melhor os riscos e as vulnerabilidades do seu meio envolvente, bem como a forma recomendada de os contornar ou minorar. A formação e a informação são, pois, essenciais.

Ao longo destes últimos anos o Governo Regional do Açores tem conseguido importantes reforços nas nossas capacidades de resposta a situações múltiplas, sendo especialmente notório a melhoria que o SRPCBA teve, quer em meios humanos e em equipamentos, quer em termos de planificação e eficiência.

Há um trabalho pouco conhecido, mas que, felizmente, é feito com muito profissionalismo e sentido de responsabilidade, nomeadamente na formação da população em geral e da comunidade educativa em particular, em áreas tão importantes como: Primeiros Socorros, Suporte Básico de Vida, Desfibrilhação Automática Externa, Sensibilização para a Utilização de Extintores, entre outras.

A proteção civil não é apenas uma responsabilidade do Governo. Esta publicação, que enviamos a todas as famílias açorianas, é mais uma boa iniciativa para a construção de uma cultura de segurança entre todos nós.

SRCTE



Proteção Civil em Casa

Índice

Informação e Formação aos Cidadãos

05

Medidas Gerais de Autoproteção

06

Acidentes com Gás

12

Incêndios

16

Sismos

22

Ciclones e Enxurradas

28

Informação e formação aos cidadãos

Como primeiro agente de proteção civil, cada cidadão deve conhecer as medidas de prevenção e as normas de autoproteção aconselhadas para cada situação de risco e cumpri-las com serenidade e espírito de solidariedade.

É evidente que, para um comportamento consciente e responsável nessas situações, é necessário uma prévia formação que comece pelo acesso do cidadão à informação em matérias de proteção civil.

Procuramos, de forma simples, neste Manual, transmitir conhecimentos práticos, visando a participação de cada um na salvaguarda de pessoas e bens, em caso de ocorrência de acidente grave ou catástrofe.

Mas afinal quem é a proteção civil?

- ▶ **Todos nós**, cidadãos conscientes e solidários.
- ▶ **As nossas famílias**, organizadas de forma simples e sensata para sobreviver às emergências.
- ▶ **As Empresas**, com medidas de higiene e segurança no trabalho e os planos de emergência internos.

- ▶ **Os Estabelecimentos**, que recebam público, ao cumprir as normas de sinalização, alerta, aviso e evacuação.
- ▶ **A Escola**, fomentando a cultura preventiva e uma nova mentalidade da proteção e segurança.
- ▶ **Os Órgãos de Comunicação Social**, difundindo as informações que esclareçam e sensibilizem as populações.
- ▶ **Os Poderes Públicos**, ordenando o território de forma minimizadora de riscos.
- ▶ **Os Bombeiros, Forças de Segurança, Estruturas de Saúde, Instituições de Assistência e Solidariedade Social, as Forças Armadas e a Cruz Vermelha**, e outros organismos que exerçam funções de prevenção, apoio e socorro em prol das populações.
- ▶ **Os Serviços Municipais de Proteção Civil**, primeiros responsáveis pelas medidas de prevenção, preparação e socorro nas respetivas áreas.
- ▶ **O Serviço Regional de Proteção Civil e Bombeiros**, para ações de âmbito regional ou que ultrapassem as capacidades das Câmaras Municipais.



Proteção civil em casa



Medidas Gerais
De AutoProteção

Prepare a sua habitação

- ▶ Fixe às paredes as estantes, as botijas de gás, os vasos, as floreiras, etc.
- ▶ Coloque os objetos mais pesados, ou de maior volume, no chão ou nas estantes mais baixas.
- ▶ Não coloque quaisquer materiais pesados nos peitoris das janelas ou varandas.
- ▶ Identifique os locais que melhor proteção ofereçam em caso de desabamento (vãos de portas interiores, cantos de sala, debaixo de mesas ou camas).
- ▶ Faça limpezas periódicas aos locais normalmente pouco utilizados ou de difícil acesso (sótãos, arrecadações, etc.).
- ▶ Proceda às verificações/reparações apropriadas em todas as instalações que, por deficiência de execução, conservação ou funcionamento, possam dar origem a explosões, focos de incêndio, intoxicações e eletrocussões.
- ▶ Evite o uso de materiais facilmente inflamáveis nas roupas de cama (nylon, fibras) e na decoração (cortinas, alcatifas).
- ▶ Se usa cobertor elétrico e este tiver ultrapassado o prazo de garantia, deve cuidar da sua manutenção, contactando um técnico especializado.
- ▶ Não deixe medicamentos, fósforos e cinzeiros ao alcance das crianças.



Mantenha em reserva e em condições de permanente utilização

- ▶ Um rádio portátil, lanterna elétrica e pilhas de reserva para ambos.
- ▶ Água para 2 ou 3 dias.
- ▶ Alimentos enlatados que dispensem preparação prévia ou refrigeração (atenção: verifique com periodicidade os prazos de validade).
- ▶ Um estojo de primeiros socorros (pensos, ligaduras, compressas, medicamentos correntes, adesivos, etc.).
- ▶ Medicamentos indispensáveis a tratamentos que não possam ser interrompidos.
- ▶ Um invólucro impermeável com documentos importantes e cópias de documentos individuais.
- ▶ Um estojo de higiene para a família.
- ▶ Agasalhos e sapatos resistentes.
- ▶ Velas, fósforos e isqueiros.

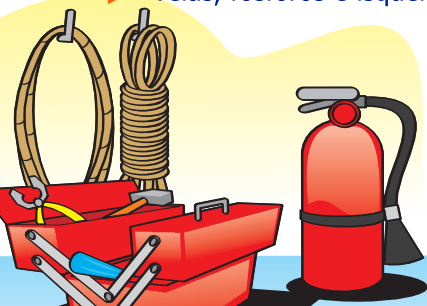


De substituir os produtos que necessitem de renovação periódica:

- Água (todos os três meses)
- Pilhas (todos os anos)
- Alimentos, medicamentos e extintor (conforme o prazo de validade indicado na embalagem).

Não se esqueça

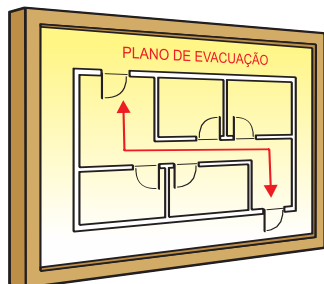
- ▶ Um extintor de pó químico ABC.
- ▶ Ferramentas consideradas essenciais (martelo, alicates, chaves diversas, etc.).
- ▶ Corda, recipiente de plástico, oleados e sacos estanques para o lixo.
- ▶ Um balde com areia (só para garagens).
- ▶ Desinfetantes.



Elabore o seu Plano de Emergência

Todos os membros da família deverão saber:

- ▶ Como pedir socorro (utilizando o **NÚMERO DE EMERGÊNCIA (112)**);
 - Utilize o **112**, apenas, para situações verdadeiramente urgentes;
 - A utilização indevida do **112** é um crime punido por lei;
- ▶ Como desligar a eletricidade e cortar a água e o gás;
- ▶ Utilizar corretamente o extintor de incêndios;
- ▶ Os itinerários de evacuação e o local de reunião que devem ser previamente estudados.



Não se esqueça que os acidentes graves ou catástrofes acontecem de surpresa!

Daí ser considerado muito importante o seu grau de sensibilização. As consequências de um acidente ou de uma catástrofe serão tanto menores, quanto melhor preparados estivermos para os enfrentar. Se vive em família, pode, também, praticar periodicamente com o seu agregado familiar o Plano de Emergência, para que cada membro recorde exatamente como deve proceder.

Se acontecer um acidente

- ▶ Ocupe um lugar seguro.
- ▶ Procure manter a calma.
- ▶ Avalie a situação e peça auxílio, se necessário.
- ▶ Preste apoio ao seu agregado familiar, atuando de acordo com as regras de segurança adequadas a cada tipo de situação.



112

- ▶ Acalme as crianças e os idosos.
- ▶ Se houve feridos, preste-lhes os primeiros socorros adequados. É aconselhável que, pelo menos, um dos elementos do agregado familiar possua um curso de socorrismo.
- ▶ Se houver feridos graves, não os remova a menos que corram perigo; chame as equipas de socorro para proceder à sua evacuação.
- ▶ Se houver pessoas soterradas, para além do imediato pedido de socorro, tente libertá-las tirando os escombros um a um.
- ▶ Se ocorrerem incêndios, tente apagá-los com os meios ao seu alcance, se não conseguir ligue o **112**.
- ▶ Limpe com urgência os produtos inflamáveis que se tenham derramado (álcool, petróleo, tintas, etc.).
- ▶ Não faça chamas e não acione os interruptores elétricos enquanto não se assegurar de que não exista perigo de incêndio ou explosão.

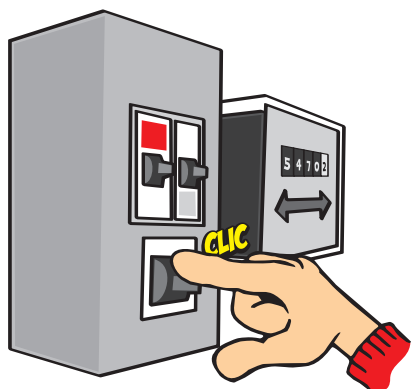


Se não souber o que fazer, é preferível não atuar!

- ▶ Utilize o **112**, apenas, para situações verdadeiramente urgentes (feridos graves).
- ▶ Ligue imediatamente o rádio, e se possível a televisão, e siga rigorosamente as instruções transmitidas pelas autoridades.
- ▶ Não visite os locais atingidos, a sua presença pode dificultar as operações de socorro.
- ▶ Não divulgue boatos ou notícias não confirmadas.

O que fazer se for obrigado a abandonar a sua casa

- ▶ Desligue a eletricidade e corte a água e o gás.
- ▶ **Leve consigo se tiver oportunidade:**



- ▶ Um documento de identificação para cada membro da família;
- ▶ Um rádio e pilhas de reserva;
- ▶ Uma lanterna de bolso e pilhas de reserva;
- ▶ Velas e fósforos ou isqueiro;
- ▶ Medicamentos essenciais para a família;
- ▶ Artigos especiais e alimentação para bebés;
- ▶ Agasalhos e objetos de valor.

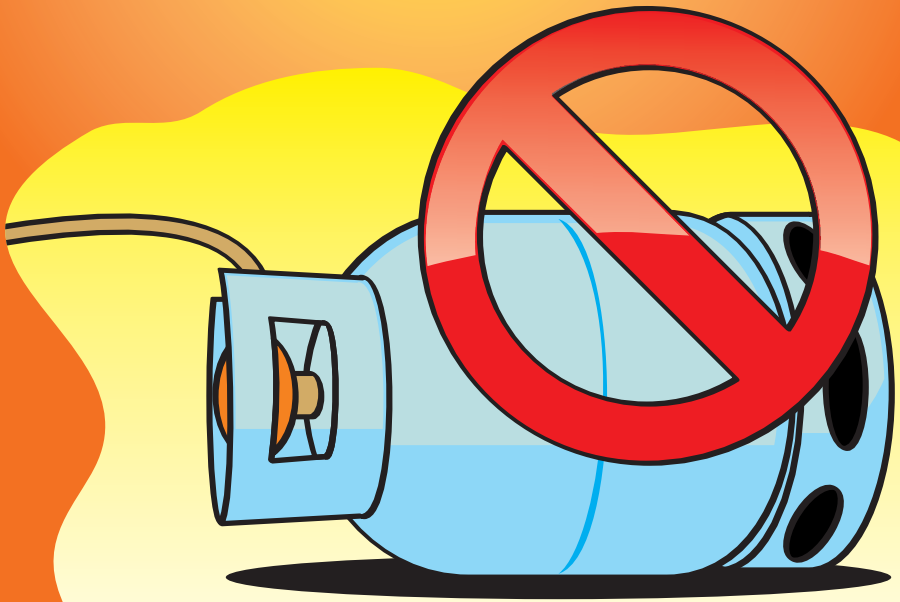
Desloque-se com prudência e nunca caminhe descalço.

Em caso de necessidade ligue

112



Proteção civil em casa



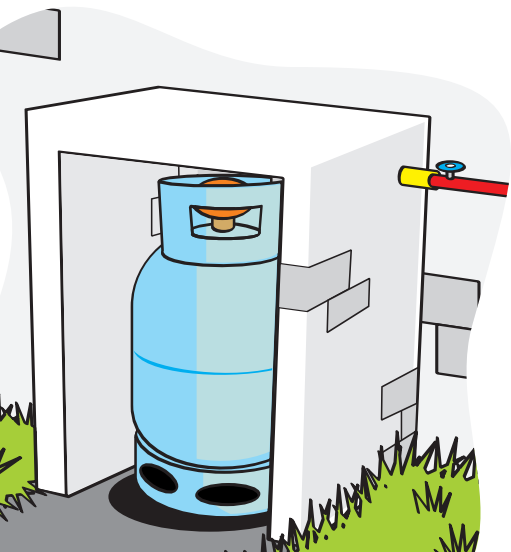
Acidentes com GÁS

Evite acidentes com gás em sua casa

É cada vez maior o número de consumidores de gás combustível para uso doméstico. A sua utilização, contudo, exige o conhecimento e o cumprimento de algumas regras simples. São frequentes os acidentes provocados por gás, por não se cumprirem as devidas regras de segurança, na sua instalação ou utilização.

A Segurança começa na instalação dos aparelhos termodomésticos!

- ▶ Adquirir, apenas, aparelhos que obedeçam às Normas Portuguesas e que possuam estampilha comprovativa.
- ▶ Entregue sempre a instalação, reparação e manutenção dos aparelhos, incluindo a substituição dos tubos de alimentação, a técnicos ou a mecânicos de gás credenciados oficialmente.
- ▶ Alojamento das garrafas de gás em cabines apropriadas, construídas em materiais incombustíveis e bem ventiladas, sempre que possível construídas no exterior da habitação, ou junto de uma janela. Mantenha as cabines limpas, desimpedidas e com as portas sempre fechadas.



Tome especial atenção

- ▶ Verifique periodicamente o estado de conservação do gás, nomeadamente tubagens e abraçadeiras.

- ▶ Nunca monte esquentadores em casas de banho.
- ▶ Nunca instale garrafas de gás propano no interior da sua habitação.
- ▶ Nunca guarde garrafas de gás em caves.
- ▶ Nunca movimente garrafas, mesmo completa ou parcialmente vazias, sem fechar a válvula de corte do redutor antes de as remover.
- ▶ Nunca deite garrafas com gás (coloque-as sempre com o redutor para cima).
- ▶ Proceda à limpeza do exaustor.



Cumpra as seguintes regras de segurança:

- ▶ Acenda sempre o fósforo antes de abrir o gás. Pelo contrário, se utilizar um acendedor elétrico, abra primeiro o gás no mínimo e acione o acendedor depois;
- ▶ Quando acender o forno, coloque-se de lado e não em frente ao fogão;
- ▶ Nunca deixe os aparelhos de queima em funcionamento quando tiver de se ausentar (o derramamento e líquidos pode apagar os queimadores, mantendo-se, contudo, a libertação de gás);
- ▶ Feche as válvulas de segurança do contador e de corte do redutor, sempre que os aparelhos não estejam em uso ou se ausente de casa;
- ▶ Nunca ligue interruptores, nem fume durante a substituição de uma garrafa de gás.

Sempre que suspeite da existência de uma fuga de gás

- ▶ Feche as válvulas de segurança do contador e de corte.
- ▶ Não fume, não faça lume e apague quaisquer chamas.
- ▶ Não provoque faíscas ou incandescência de qualquer material.
- ▶ Não acione interruptores.
- ▶ Não ligue nem desligue aparelhos elétricos das tomadas.
- ▶ Ventile a sua habitação, abrindo todas as portas e janelas.
- ▶ Remova para o ar livre qualquer garrafa de gás com suspeita de fuga.
- ▶ Nunca use chamas para localizar fugas e chame os bombeiros ou os técnicos de gás da sua área.



Se houver um incêndio na instalação

- ▶ Se o fogo for produzido por uma fuga de gás, corte a alimentação do combustível logo que possível e em condições de segurança. Caso não seja possível cortar a alimentação, é preferível deixar arder a fuga de gás a extinguir-lhe a chama (o que pode originar uma nuvem de gás remanescente e o risco de se criar uma atmosfera explosiva).
- ▶ Se, apesar das ações que tomou, o fogo aumentar, tenha cuidado em sair a tempo e fechar a porta.

Proteção civil em casa

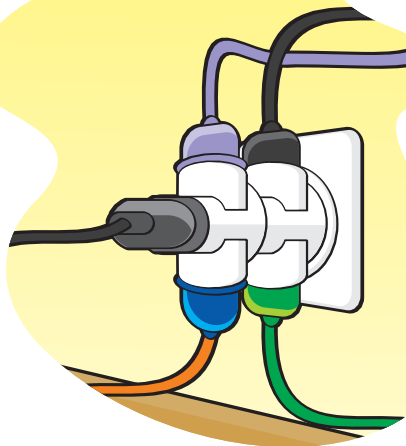


Incêndios

Os incêndios resultam sobretudo de distrações e falhas humanas!

As medidas de proteção contra incêndios nas casas devem incidir sobre os cuidados a ter com as substâncias combustíveis e com as fontes fornecedoras de energia.

- ▶ Tenha especial atenção aos equipamentos de elevado consumo, tais como máquinas de lavar roupa, aquecedores, etc.
- ▶ Zele pela manutenção da instalação elétrica em boas condições.
- ▶ Não sobrecarregue os circuitos elétricos. Use condutores próprios conforme os aparelhos, e peça os conselhos necessários aos respetivos técnicos.
- ▶ Verifique periodicamente as tomadas, os fios e os aquecedores elétricos.
- ▶ Desligue o quadro elétrico sempre que proceder à substituição de lâmpadas.
- ▶ Não coloque aquecedores junto de móveis e não os utilize para secar roupa.
- ▶ Proceda à inspeção e limpeza regular das chaminés.



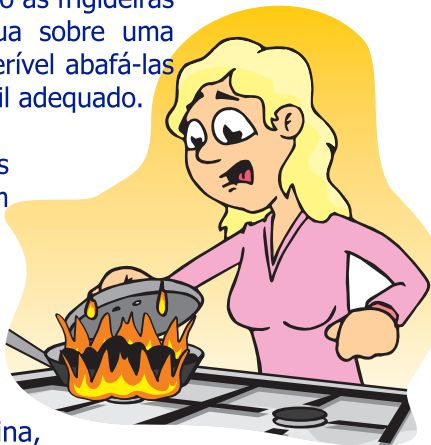
Pare

Atire-se para o chão

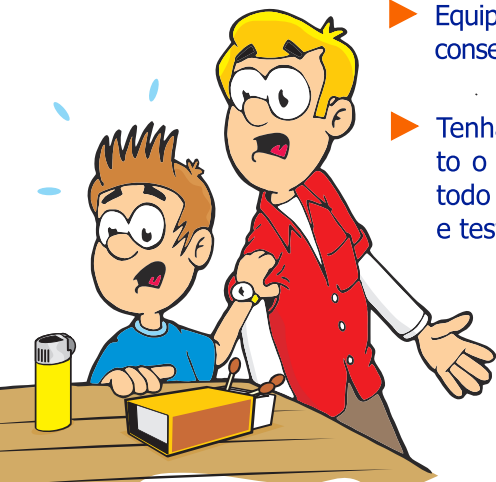
- ▶ Proteja devidamente a lareira para evitar que possa ser um foco de incêndio.
- ▶ Nunca saia de casa sem apagar o lume do fogão e sem fechar o gás.
- ▶ Afaste as velas e candeeiros a petróleo, ou a gás, da madeira, papel, roupa ou outro material combustível.

Proteção Civil em Casa

- ▶ Tenha muita atenção às panelas e sobretudo às frigideiras quando estão ao lume. Nunca deite água sobre uma frigideira na qual surgiram chamas. É preferível abafá-las com uma tampa ou usar um extintor portátil adequado.
- ▶ Evite o uso de roupas soltas ou muito largas enquanto cozinha, sobretudo se forem tecidos facilmente inflamáveis.
- ▶ Use cinzeiros grandes e seguros. Certifique-se que os cigarros se encontram apagados antes de os deitar para o lixo.
- ▶ Evite, tanto quanto possível, utilizar gasolina, benzina, petróleo e outros líquidos inflamáveis em casa. Guarde-os em recipientes inquebráveis e longe de fontes de calor.
- ▶ Não acumule em casa substâncias tóxicas, explosivas ou altamente combustíveis. Se pegarem fogo, este propagar-se-á rapidamente.
- ▶ Não fume se sentir sono.
- ▶ Não deixe fósforos ou isqueiros ao alcance das crianças.

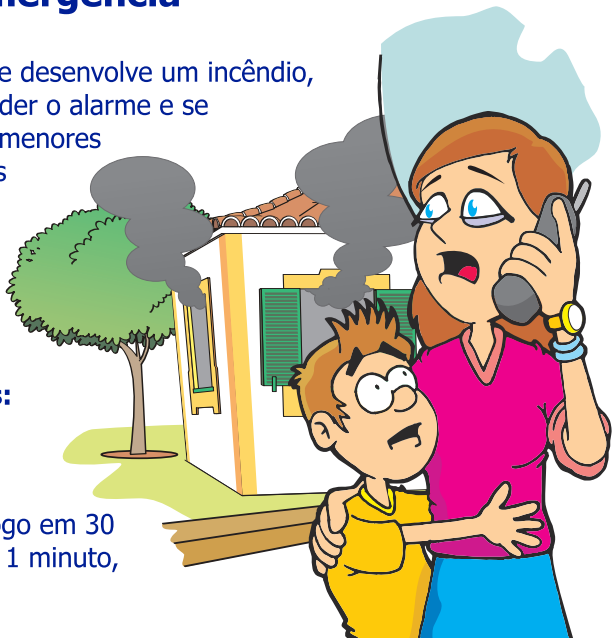


- ▶ Equipe a casa com extintores apropriados (peça conselho aos Bombeiros da sua área de residência).
- ▶ Tenha sempre presente que deve ligar de imediato o **112**. Faça um Plano de Evacuação para todo o agregado familiar para o caso de incêndio e teste-o.
- ▶ Faça um seguro contra incêndios da casa e respetivo recheio e atualize-o periodicamente.



Procedimentos de emergência

- ▶ Dado a celeridade com que se desenvolve um incêndio, quanto mais rapidamente se der o alarme e se iniciar o combate contra ele, menores serão os riscos que correm as pessoas e bens.
 - ▶ **Se lhe cheirar a fumo, vir chamas ou ouvir o crepitar do fogo, procure evitar o pânico, e siga as seguintes recomendações:**
 - ▶ Manter a serenidade;
 - ▶ Se não conseguir apagar o fogo em 30 segundos, ou no máximo em 1 minuto, ligue o **112**.
 - ▶ Antes de ligar o **112**, informe-se sobre os pormenores que a Central tem necessidade de conhecer:
 - ONDE (local exato da ocorrência): rua, nº da porta, estrada (sentido ascendente ou descendente), pontos de referência;
 - O QUÊ (tipo de ocorrência: acidente, incêndio florestal ou outro, parto, doença súbita, intoxicação, etc.);
 - QUEM (vitima/doente, número de vitimas, queixas).
- A eficácia do socorro depende da sua colaboração!**
- ▶ Faça sair todas as pessoas. Ajude os que precisarem, particularmente os idosos e as crianças;
 - ▶ Feche imediatamente o gás e desligue a corrente elétrica;
 - ▶ Enquanto espera a chegada dos Bombeiros, continue a combater o fogo, caso este seja de pequena dimensão (por exemplo, caixote do lixo ou frigideira);
 - ▶ Ataque o objeto que arde e não as chamas;



Proteção Civil em Casa

- ▶ Antes de abrir uma porta, verifique se esta está quente com a palma da mão, porque pode haver fogo do outro lado. Tente encontrar outra saída;
- ▶ Feche as portas e as janelas do compartimento em que se manifesta o incêndio. Isso retardará a propagação do fogo;
- ▶ Na deslocação através do fumo é aconselhável caminhar de gatas, pois junto ao chão o ar é mais respirável.

Se ficar bloqueado num compartimento:

- ▶ Se o fumo estiver a entrar por baixo da porta deve mantê-la fechada e procurar calafetá-la com panos molhados;
- ▶ Abra a janela para sair o fumo. Respire junto ao parapeito, ou respire através de um pano húmido;
- ▶ Se o incêndio aumentar de proporções, não tente apagar o fogo;
- ▶ Saia de casa rapidamente, pondo em prática o Plano de Evacuação combinado previamente;
- ▶ Nunca utilize os elevadores. Use sempre as escadas;
- ▶ Não perca tempo a recolher objetos pessoais desnecessários;
- ▶ Impeça as crianças de brincar no local de incêndio após a sua extinção. Lembre-se que há perigo de reacendimento;



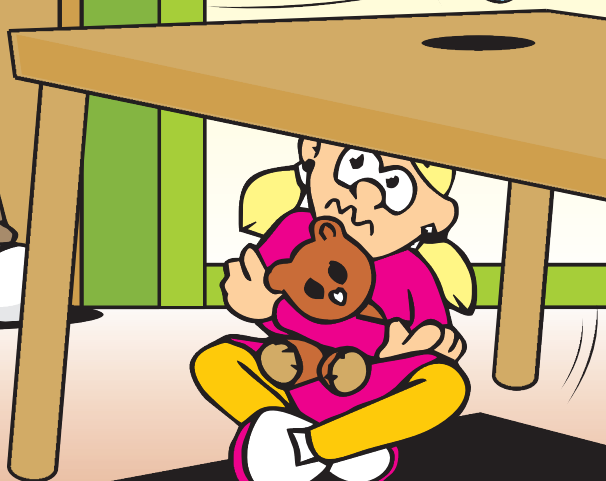
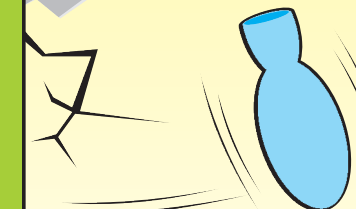
Se o seu vestuário for atingido pelo fogo

- ▶ Não corra, deite-se no chão, enrole-se com uma toalha e role sobre si mesmo.

Procure colaborar, quando solicitado pelas autoridades competentes, nas operações de rescaldo e na vigilância pós-rescaldo, a fim de se evitar o reacender do fogo.



Proteção civil em casa



SISMOS

Sendo impossível prever com exatidão os sismos, torna-se importante atuar na redução de danos por eles provocados, cumprindo medidas de autoproteção antes, durante e após um sismo.

As principais causas de acidentes pessoais quando ocorre um sismo são:

- ▶ Desmoronamento total ou parcial dos edifícios;
- ▶ Atuação humana precipitada devido ao pânico;
- ▶ Incêndios agravados normalmente por falta de água e por dificuldades nos acessos;
- ▶ Queda de móveis, candeeiros e outros objetos;
- ▶ Queda de cabos de energia elétrica;
- ▶ Vidros partidos.

Antes

Informe-se sobre as causas e efeitos possíveis de um sismo na sua zona.

Fale sobre terremotos de uma forma tranquila e serena com os seus familiares e amigos.

Verifique se a sua residência se localiza numa zona sísmica de risco.



Antes

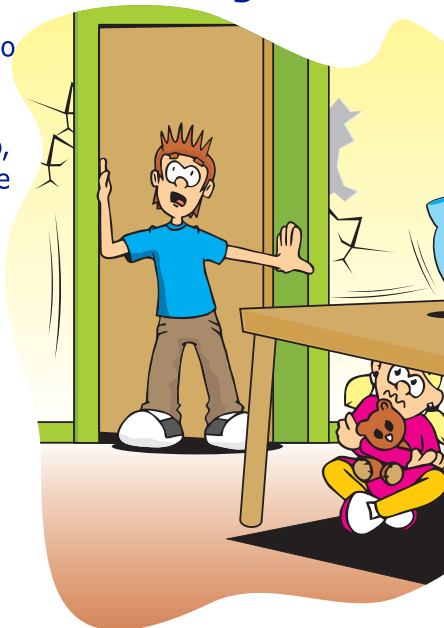
Mantenha atualizado o seu Plano de Emergência

- ▶ Certifique-se que todos sabem o que fazer, no caso de ocorrer um sismo.
- ▶ Combine previamente um local de reunião, no caso dos membros se separarem durante o sismo.
- ▶ Ensine todos os familiares como desligar a eletricidade, cortar a água e o gás.

Identifique os locais:

Seguros

- ▶ Vãos de porta;
- ▶ Cantos da Sala;
- ▶ Debaixo de uma mesa, cama ou outras superfícies resistentes.



Perigosos

- ▶ Junto a janelas, espelhos, móveis, candeeiros;
- ▶ Elevadores;
- ▶ Junto a edifícios, postes, muros, taludes.



Organize o seu Kit de Emergência

Este deverá conter:

- ▶ Uma lanterna, um rádio portátil e pilhas de reserva para ambos;
- ▶ Um extintor;
- ▶ Um estojo de primeiros socorros;
- ▶ Água em recipientes de plástico e alimentos enlatados para dois ou três dias (atenção: verifique com periodicidade os prazos de validade);
- ▶ Agasalhos e sapatos resistentes;
- ▶ Um invólucro impermeável com documentos importantes e cópias de documentos individuais.

Durante

Mantenha a serenidade e tente acalmar as outras pessoas!

Se estiver em casa ou dentro de um edifício



- ▶ Tenha cuidado com a queda de objetos móveis.
- ▶ Mantenha-se afastado das janelas, espelhos e chaminés.
- ▶ Se estiver em casa, dirija-se para um canto da sala ou quarto, ou proteja-se debaixo das ombreiras das portas ou de algum móvel sólido, como mesas ou camas.
- ▶ Se estiver num grande edifício, não se precipite para as saídas. As escadas podem ficar congestionadas.

Se estiver na rua

- ▶ Mantenha-se afastado dos edifícios altos, postes de eletricidade e outros objetos que possam cair-lhe em cima.
- ▶ Dirija-se para um local aberto.

Se for a conduzir

- ▶ Pare a viatura longe de edifícios, muros, encostas, postes e cabos de alta tensão e permaneça dentro dela.

Depois

- ▶ Mantenha a calma, mas conte com a ocorrência de uma possível réplica(s).
- ▶ Não acenda fósforos nem isqueiros, pois pode haver fuga de gás.
- ▶ Corte a água e desligue a eletricidade.
- ▶ Observe se a sua casa sofreu danos graves. Saia imediatamente se não for segura.



- ▶ Nunca utilize elevadores.
- ▶ Verifique se há feridos e preste os primeiros socorros, se for necessário e em casos urgentes ligue o **112**.
- ▶ Cuidado com os vidros partidos ou cabos de eletricidade.
- ▶ Evite ferimentos protegendo-se com roupa adequada.

Proteção Civil em Casa

- ▶ Limpe urgentemente os produtos inflamáveis que se tenham derramado (álcool, tintas, etc.).
- ▶ Se puder solte os animais domésticos. Eles cuidam de si próprios.
- ▶ Afaste-se das praias. Pode ocorrer uma onda gigante (tsunami ou maremoto).
- ▶ Ligue a rádio e fique atento às recomendações difundidas.



Escala de Mercalli Modificada

I	Impercetível	Não sentido pelo homem	
II	Muito Fraco	Sentido por algumas pessoas isoladas	
III	Fraco	Sentido dentro das casas	
IV	Mediano	Sentido por todas as pessoas em casa; as janelas abanam	
V	Forte	Sentido ao ar livre; os objetos suspensos oscilam	
VI	Bastante Forte	Sentido por todas as pessoas; algum susto	Danos nos Edifícios
VII	Muito Forte	As pessoas de pé sentem bem; objetos caem; sentido nos veículos em andamento	
VIII	Ruinoso	A condução de veículos pesados é perturbada	Destruição dos edifícios
IX	Desastroso	Pânico geral; destruição das canalizações	
X	Destruidor	Grandes desabamentos de terrenos	
XI	Catastrófico	Os carris são entortados; as canalizações são completamente destruídas	
XII	Grande Catástrofe	Nada fica de pé; profundas alterações nos terrenos	

Proteção civil em casa



ciclones e Enxurradas



Proteção Civil em Casa

Nos Açores ocorrem ciclones e ventos fortes que podem ocasionalmente atingir uma ou várias ilhas e causar grandes prejuízos.

Esteja sempre atento às informações transmitidas pela rádio. Os ventos podem mudar de direção, de velocidade e de intensidade em poucas horas.



Prevenção contra ciclones

Antes

Previna-se!

- ▶ Tenha um seguro da sua casa e respetivo recheio.
- ▶ Tenha sempre à mão o seu Kit de Emergência.
- ▶ Consolide telhados, portas e janelas.



- ▶ Desobstrua o sistema de drenagem à volta da casa.
- ▶ Guarde todo o equipamento solto do jardim e o caixote do lixo.
- ▶ Ancore o seu barco e mude-o para uma área mais segura.
- ▶ Mantenha o depósito de combustível da sua viatura cheio.

Durante

- ▶ Mantenha-se sereno, procure acalmar as pessoas que estão consigo.
- ▶ Siga as instruções que forem transmitidas pela rádio.
- ▶ Fique dentro de casa, afastado de janelas e portas.
- ▶ Se tiver que abandonar a casa, desligue a eletricidade e feche o gás.
- ▶ Afaste-se das áreas baixas junto à costa, porque podem ser varridas pelas marés.
- ▶ Se estiver fora de casa, procure abrigo imediatamente.



Depois

- ▶ Depois de ter passado a tempestade, afaste-se das áreas sinistras. O telefone ou a viatura só devem ser usados em caso de emergência.
- ▶ Siga as instruções das autoridades que forem difundidas.



Prevenção contra enxurradas

Por vezes ocorrem grandes chuvadas nos Açores que podem provocar enxurradas súbitas.

Antes

Previna-se!

- ▶ Não deite lixo ou entulho para as ribeiras, conserve-as sempre limpas.
- ▶ Não construa nos leitos das ribeiras.
- ▶ **Procure conhecer:**
 - Os sinais de aviso de cheias;
 - Os locais de concentração de uma eventual evacuação.



Na iminência de uma inundação

- ▶ Escute pela rádio as informações e instruções.
- ▶ Proceda à evacuação dos animais para locais seguros.
- ▶ Mude o recheio da casa para os andares superiores, colocando os objetos de maior valor nos pontos mais altos.
- ▶ Feche as embalagens de produtos ou poluentes e coloque-as em segurança.



Durante

Previna-se!

- ▶ Mantenha-se sereno, procure acalmar as pessoas que estão consigo.
- ▶ Desligue a corrente elétrica e corte a água e o gás.
- ▶ Reúna o equipamento de emergência, ouça a rádio e siga as instruções.
- ▶ Prepare-se para uma eventual necessidade de evacuação que só será ordenada em caso de absoluta necessidade.



Depois

- ▶ Mantenha a calma e siga as instruções das autoridades.
- ▶ Não circule nas áreas de sinistro.
- ▶ Inspeccione a segurança da sua casa e, em caso de se sentir em perigo, ligue o **112** e solicite ajuda.
- ▶ Afaste-se de ribeiras e não improvise pontes.
- ▶ Colabore com as autoridades, ajudando na limpeza da sua área de residência.
- ▶ Em caso de ter conhecimento de alguma anomalia (desabamento, movimentos de vertente, obstrução de vias, entre outros), ligue o **112** e comunique a situação.
- ▶ Beba água engarrafada ou fervida e utilize roupa adequada.



Ficha Técnica

Edição e Coordenação

► Serviço Regional de Proteção Civil e Bombeiros dos Açores

Este caderno visa difundir as principais medidas de autoproteção a adotar em caso de acidente ou em situações que envolvam o perigo de incêndio, sismo, tempestades, entre outros. Todos somos intervenientes e todos fazemos parte da proteção civil, contudo para que tudo funcione e possa ter sucesso, urge difundir uma cultura de segurança.

A cultura de segurança é uma tarefa permanente que envolve conhecer os riscos, naturais e tecnológicos a que o cidadão está sujeito; conhecer as medidas de autoproteção a adotar; sensibilizar as populações e minimizar os efeitos dos acidentes graves e catástrofes.

PROTEÇÃO CIVIL UMA TAREFA DE TODOS E PARA TODOS!

**Todos precisamos de todos e todos
contamos com o 112!**



**Em caso de
emergência
LIGUE**

☎ 112



Proteção Civil em casa

Serviço Regional de Proteção Civil
e Bombeiros dos Açores

Vale de Linhares - S. Bento
9700-854 Angra do Heroísmo

T. 295 401 400

F. 295 401 451

<http://www.prociv.azores.gov.pt/>



Governo dos Açores

PROCONVERGÊNCIA
AÇORES

CONSTRUIR O FUTURO

