

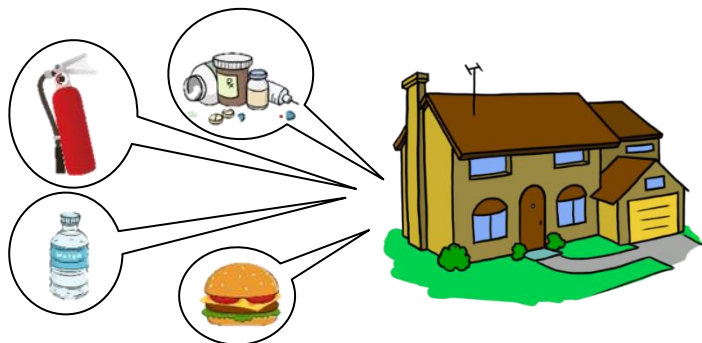
O que devo fazer caso viva numa zona sísmica!

- Aprender a desligar a água, o gás e a eletricidade.
- Colocar os objetos mais pesados nas prateleiras mais baixas das estantes.
- Não deixar os brinquedos espalhados nos corredores e saídas.
- Cuidado com os vidros! Não coloques a cama junto das janelas.
- Em casa tem sempre à mão rádio, lanterna, com pilhas de reserva, e uma caixinha de primeiros socorros.



• Diz aos teus familiares para terem em casa:

- ✓ Um extintor;
- ✓ Os medicamentos necessários;
- ✓ Reservas de água e comidas (enlatadas e embaladas).



Mantem a calma, pois tudo se resolverá. Não ocupes o telefone, exceto em caso de emergência.

Todos Somos Proteção Civil

Caso emergência, já sabe.

Ligue



R. Zeferino Brandão 10, Santarém

2005-240

243333122

smpc@cm-santarem.pt



JUNTOS NO COMBATE

VAMOS VENCER O COVID-19. PROTEJA-SE.



USE MÁSCARA



LAVE AS MÃOS



DISTÂNCIA SOCIAL



FIQUE EM CASA



Sismos



Estas preparado?

Os sismos consistem em abalos da crosta terrestre. São muito frequentes em Portugal, mas a maioria não é sentida pelas pessoas.

Apesar de não os podemos prever ou impedir tu podes proteger-te. Prepara-te desde já.

Segue as nossas recomendações e treina-as com os teus familiares e amigos.

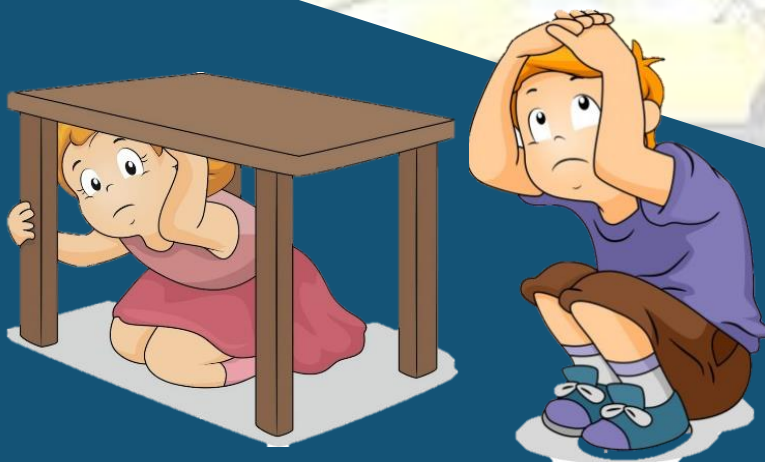
Contamos contigo.

A proteção começa por nos e em nossas casas...

Ajuda-nos. COLABORA

Vai para um lugar seguro.... Rápido.

- Debaixo de uma mesa pesada ou da cama;
- Nos cantos das salas ou vãos de portas;
- Ajoelha-te. Cobre a cara e a cabeça com as mãos.



Afasta-te de:

- ✓ Vidros;
- ✓ Janelas;
- ✓ Objetos que possam cair;
- ✓ Elevadores e escadas;
- ✓ Centro das salas.

Na rua:

Vai para um local aberto.

Afasta-te de:

- ✓ Postes de eletricidade;
- ✓ Árvores;
- ✓ Candeeiros;
- ✓ Edifícios e muros.

Caso estejas no rés-do-chão, e se a rua for larga (mais larga do que a altura dos prédios), sai rapidamente e vai para o meio da rua.

Locais com muitas pessoas

- Não corras para a saída. Todos têm tendência a correr, o que está errado porque podem magoar-se.
- Vai para um lugar seguro, rapidamente. Não saias de lá antes do sismo terminar.



Logo após o Sismo

- Corta imediatamente o gás, eletricidade e água porque pode haver fugas.
- Utiliza a lanterna a pilhas. Não acendas velas, fósforos ou isqueiros. Não liguem nem desligues interruptores.
- Fica afastado de fios elétricos soltos e não toques nos objetos metálicos que estejam em contato com ele.
- Não andes descaço porque podes magoar-te.
- A seguir ao primeiro abalo sísmico pode haver outros abalos de menor intensidade (replicas). Fica atento à queda de objetos e:
 - ✓ Protege a cabeça e a cara. Usa um casaco, manta ou capacete;
 - ✓ Afasta-te da praia, margens do rio ou do mar. Pode haver uma onda gigante (tsunami ou maremoto).

**Nunca uses os ELEVADORES
Sai pelas ESCADAS.**

Os sismos dão-se sem aviso, por isso tens de agir com grande rapidez

Eles duram poucos segundos, mas podem ser muito assustadores!

Aprende a proteger-te e tudo será mais fácil.

Cumpe as recomendações transmitidas pela rádio.

