



CÂMARA MUNICIPAL



Sismos



SOS 24 HORAS SMPC
800 966 112
(GRATUITO)

O sismo é um fenómeno resultante de uma vibração, mais ou menos violenta, da crosta terrestre e está entre os fenómenos naturais com maior poder destrutivo.

É um fenómeno imprevisível e inevitável perante o qual a atitude e adoção de comportamentos seguros e adequados faz toda a diferença.

PROTEGER EM 6 PASSOS

ANTES

1

Identificar e corrigir os riscos da sua casa.

2

Definir um Plano de Emergência Familiar.

3

Preparar um *Kit* de Emergência.

DURANTE

BAIXAR



PROTEGER



AGUARDAR



DEPOIS



5

Cuidar de si e de seguida ajudar os outros.



6

Estar atento às indicações das autoridades.

ANTES DO SISMO

- > Converse com a família e certifique-se que todos sabem o que fazer, em caso de sismo.
- > Combine previamente um Ponto de Encontro, caso os membros da família se separarem durante o sismo.
- > Desobstrua as saídas e os corredores de móveis e outros objetos.
- > Fixe, à parede, as estantes ou móveis pesados.
- > Coloque os objetos mais pesados nas prateleiras mais baixas das estantes.
- > Não coloque as camas junto às janelas. Cuidado com os vidros.

TENHA PREPARADO UM KIT DE EVACUAÇÃO COM:

- > Um estojo de primeiros socorros.
- > A sua medicação habitual.
- > Água e comida não perecível.
- > Produtos de higiene pessoal.
- > Uma muda de roupa.
- > Rádio, lanterna e apito.
- > Dinheiro.
- > Lista de contactos de familiares/amigos.

Identifique os locais mais seguros

- > Vãos de portas interiores.
- > Cantos de paredes-mestras.
- > Debaixo de mesas, camas ou outras superfícies resistentes.
- > Triângulo da Vida (espaço que fica ao lado de objetos grandes quando, por exemplo, o teto desaba).

Identifique os locais mais perigosos

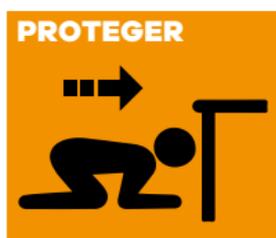
- > Elevadores.
- > Junto a janelas, espelhos e chaminés.
- > No meio das salas e/ou junto das saídas.

DURANTE O SISMO

Mantenha a calma!

Em casa ou num edifício

- > Se estiver num dos andares superiores de um edifício, não se precipite para as escadas.
- > Nunca utilize elevadores.
- > Abrigue-se no canto da divisão, debaixo de uma mesa ou cama robusta, com os **3 gestos que lhe podem salvar a vida**.



- > Mantenha-se afastado de janelas, espelhos, móveis, candeeiros ou outros objetos que possam cair.

Se estiver na rua

- > Mantenha-se afastado de edifícios e postes de eletricidade.
- > Dirija-se para um local aberto.

Se for a conduzir

- > Pare o veículo longe de edifícios, muros, postes e cabos de alta tensão e permaneça no seu interior.

DEPOIS DO SISMO

- > Mantenha-se atento pois podem ocorrer réplicas.
- > Não se precipite para as escadas ou saídas e nunca utilize os elevadores.
- > Não acenda fósforos nem isqueiros. Lembre-se que pode existir fuga de gás.
- > Corte a água e o gás e desligue a eletricidade.
- > Evite o contato com vidros, cabos elétricos e objetos metálicos.
- > Limpe, urgentemente, o derrame de tintas e/ou outras substancias perigosas e inflamáveis.
- > Solte os animais.
- > Ligue o rádio e siga as recomendações difundidas.
- > Saia de casa se verificar que houve danos graves ou perigo de derrocada.
- > Assim que possível, dirija-se para um local aberto, num ponto alto, longe do mar ou cursos de água. Aguarde indicações das autoridades para regressar a casa.
- > Utilize o telefone apenas em caso de emergência (ferido grave, fuga de gás ou incêndio) ligando 112.
- > Para comunicar com a família e com os amigos, opte pelo SMS ou redes sociais.

Siga as medidas de prevenção e divulgue-as.



Número europeu de emergência 112

SOS 24 HORAS SMPC
800 966 112 (GRATUITO)

Intoxicações e envenenamentos
800 250 250

Corpos de bombeiros

Bucelas 219 694 007

Camarate 219 472 020

Fanhões 219 738 640

Loures 219 839 999

Moscavide e Portela 219 458 640

Sacavém 219 427 910

Zambujal 219 749 110



Serviço Municipal de Proteção Civil
Rua da Carapuça – Casal das Lages
2670-424 Loures
211 151 470 | smpc@cm-loures.pt