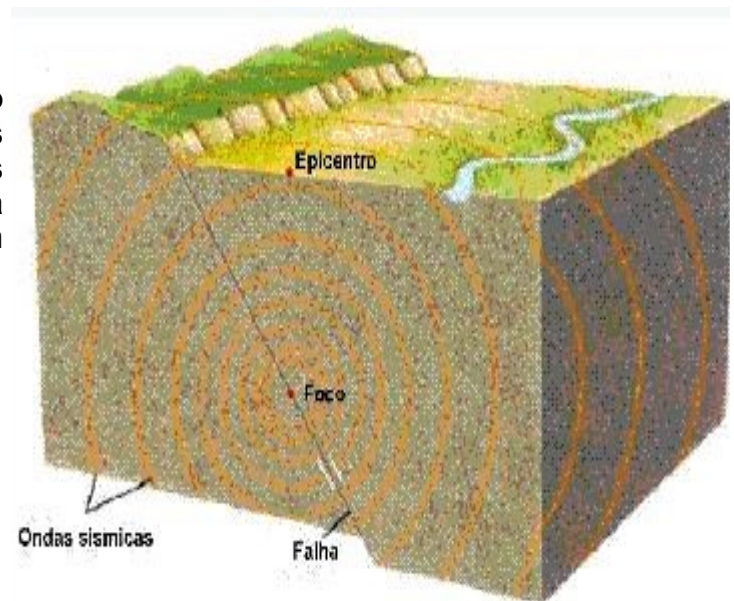


Ocorrência de sismo.

Na maior parte dos casos os sismos são devidos a movimentos ao longo de falhas geológicas que existem no contacto entre as diferentes placas tectónicas que constituem a superfície terrestre, as quais se movimentam entre si.



O que fazer em caso de sismo?

ANTES

- Informe-se sobre as causas e efeitos possíveis de um sismo na sua zona. Fale sobre o assunto de uma forma tranquila e serena com os seus familiares e amigos;
- Elabore um plano de emergência;
- Certifique-se que sabe o que fazer, no caso de ocorrer um sismo;
- Combine previamente um local de reunião, para o caso de haver separação durante o sismo;
- Prepare o seu local de trabalho por forma a facilitar os movimentos, libertando os corredores e passagens, arrumando móveis;
- Tenha à mão, os números de telefone de serviços de emergência;
- Tenha consigo a medicação habitual;
- Identifique os locais mais seguros: vão de portas interiores, cantos de paredes-mestras, debaixo de mesas e de camas;
- Mantenha uma distância de segurança em relação a objetos que possam cair ou estilhaçar;
- Conheça os locais mais perigosos: junto a janelas, espelhos, candeeiros, móveis e outros objetos. Elevadores e saídas para a rua;
- Coloque os objetos pesados, ou de grande volume, no chão ou nas estantes mais baixas.

DURANTE

Se está dentro de casa ou de um edifício

- Se estiver num dos andares superiores de um edifício, não se precipite para as escadas;
- Nunca utilize elevadores;
- Abrigue-se no vão de uma porta interior, nos cantos das salas ou debaixo de uma mesa ou cama;
- Mantenha-se afastado de janelas e espelhos;
- Tenha cuidado com a queda de candeeiros, móveis ou outros objetos;
- Se está num local com grande concentração de pessoas fique dentro do edifício, até o sismo cessar. Saia depois com calma, tendo em atenção as paredes, chaminés, fios elétricos, candeeiros e outros objetos que possam cair;
- Não se precipite para as saídas. As escadas e portas são pontos que facilmente se enchem de escombros e podem ficar obstruídos por pessoas que tentam deixar o edifício;
- Mantenha-se afastado de máquinas que possam tombar ou deslizar.

Se está na rua

- Dirija-se para um local aberto com calma e serenidade;
- Não corra nem ande a vaguear pelas ruas;
- Mantenha-se afastado dos edifícios (sobretudo dos mais degradados, altos ou isolados) dos postes de eletricidade e outros objetos que lhe possam cair em cima;
- Afaste-se de taludes, muros, chaminés e varandas que possam desabar.

Se está a conduzir

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

DEPOIS

- Mantenha a calma e conte com a ocorrência de possíveis réplicas;
- Não se precipite para as escadas ou saídas. Nunca utilize elevadores;
- Não fume, nem acenda fósforos ou isqueiros. Pode haver fugas de gás;
- Corte a água e o gás e desligue a eletricidade;
- Utilize lanternas a pilhas;
- Ligue o rádio e cumpra as recomendações que forem difundidas;
- Limpe urgentemente os produtos inflamáveis que tenham sido derramados (álcool ou tintas, por exemplo);
- Evite passar por locais onde existam fios elétricos soltos;
- Não utilize o telefone, exceto em caso de extrema urgência (feridos graves, fugas de gás ou incêndios);
- Não circule pelas ruas para observar o que aconteceu. Liberte-as para as viaturas de socorro.

1º Passo

IDENTIFIQUE E CORRIJA OS RISCOS .

2º Passo

ORGANIZE UM PLANO DE EMERGÊNCIA.

3º Passo

PREPARE UM KIT DE EMERGÊNCIA.

4º Passo

IDENTIFIQUE E CORRIJA OS PONTOS FRACOS DO SEU EDIFÍCIO.

5º Passo

EXECUTE OS 3 GESTOS QUE PROTEGEM.



6º Passo

CUIDE DE SI, EM SEGUIDA AJUDE OS OUTROS.