

**CHICO
VENTOINHA**

Proteção Civil ● ● ●
da Figueira da Foz ● ● ●



**Vem comigo,
vamos saber
mais!**

**CONHECE OS RISCOS
E PREVINE-TE, PARA
VIVERES EM SEGURANÇA.**





A PROTEÇÃO CIVIL E OS SEUS AGENTES

CRUZ
VERMELHA



PSP



INEM



BOMBEIROS



POLÍCIA
MARÍTIMA



GNR



A proteção civil tem por objetivo prevenir riscos e proteger as pessoas em perigo em caso de acidente grave. É uma atividade que compete a todos, mas contamos com o trabalho dos agentes de proteção civil, que estão sempre prontos a ajudar-nos em caso de acidente.

**CHICO
VENTOINHA**



O SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL

O SMPC da Figueira da Foz é dirigido pelo Presidente da Câmara e tem por missão assegurar a proteção e segurança dos cidadãos, prevendo os riscos, planeando a resposta de emergência e ensinando à população como prevenir acidentes e como deve atuar caso eles ocorram.



O PLANO MUNICIPAL DE EMERGÊNCIA

Entre outros instrumentos o SMPC elaborou o Plano Municipal de Emergência que estuda os riscos do Concelho e as formas mais eficazes de reação a um acidente grave no Concelho da Figueira da Foz.

Tu e **todos os cidadãos** têm um papel muito importante para a proteção civil.
Só com a vossa ajuda é que conseguiremos ter um Concelho seguro.

Ajudas a protecção civil:

- **ALERTANDO PARA OS PERIGOS QUE DETETES;**
- **ASSUMINDO COMPORTAMENTOS SEGUROS;**
- **PREVENINDO ACIDENTES**

**TU E A
PROTEÇÃO
CIVIL**





QUANDO TE APERCEBERES DE UMA OCORRÊNCIA GRAVE, DEVES LIGAR IMEDIATAMENTE O NÚMERO EUROPEU DE EMERGÊNCIA, O 112.

Informa a telefonista acerca da situação que ocorreu, para que ela direcione o teu pedido de ajuda para o local certo: médicos, bombeiros ou polícia.

Prepara-te para indicares os seguintes dados:

- O local exato da ocorrência;
- O tipo de ocorrência (acidente, incêndio, intoxicação, etc.);
- A existência ou não de vítimas.

Ao dares respostas precisas estarás a simplificar o socorro e a prestar uma ajuda preciosa.

MAS LEMBRA-TE: COM O 112 NÃO DEVES BRINCAR!

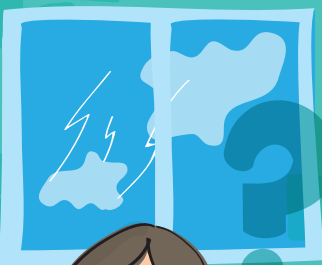
**CHICO
VENTOINHA**

Segurança em casa

A tua casa é um local seguro, mas há alguns riscos que debes conhecer e alguns cuidados que debes ter para evitares acidentes.



Não brinques com facas
ou tesouras, podes cortar-te.
Lembra os teus pais para
as guardarem imediatamente
após a sua utilização.



Não te debruces em janelas ou varandas.
Podes-te desequilibrar e cair.

CHOQUES ELÉTRICOS E QUEIMADURAS

CHICO
VENTOINHA

A eletricidade é muito útil mas há regras a seguir. Nunca juntes água e eletricidade. Antes de mexeres em qualquer equipamento elétrico certifica-te que estás afastado da água e que tens as mãos bem secas.

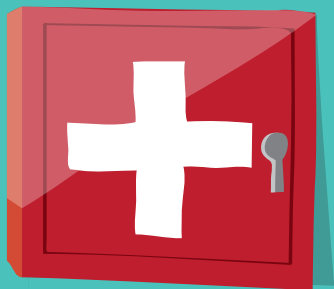
As panelas quentes ou ao lume podem causar queimaduras graves. Não brinques nem corras na cozinha. Afasta-te do fogão e tem muito cuidado sempre que os teus pais tiverem que transportar líquidos ou alimentos quentes.



INTOXICAÇÕES

Os medicamentos devem estar arrumados num local fechado à chave. Só os deves tomar quando os teus pais mandam. Conheces os detergentes, que usamos todos os dias para limpar a casa?

Pois bem, também são perigosos, contêm substâncias que fazem mal à saúde. Nunca brinques com eles e verifica se na tua casa estão guardados num local seguro.



QUEDAS

Brinquedos espalhados no chão levam ao trambolhão!
Quando acabares de brincar não te esqueças que os deves
arrumar. Tem também cuidado com o chão molhado,
o sabonete fora do sítio e as quedas na banheira.



AS
CADEIRAS
E MÓVEIS
NÃO SÃO
ESCADOTES.

Se necessitares de alguma coisa
que esteja no alto de um armário
ou prateleira, pede ajuda a um adulto.



ACIDENTES COM GÁS

O fogão é muito útil mas reúne muitos perigos. Se não tivermos cuidado pode provocar queimaduras e intoxicações, desencadear incêndios ou explosões. Nunca mexas no fogão. Se na cozinha te cheirar a algo estranho, sai imediatamente e avisa um adulto, pode ser uma fuga de gás.

CHICO
VENTOINHA



**Se estiveres sozinho
em casa não abras
a porta a estranhos!**



CHICO
VENTOINHA



SE ESTIVERES SOZINHO:

Procura manter a calma e sai para a rua. Caso exista fumo, caminha de gatas junto a uma parede e, se possível, tapa a boca e o nariz com um pano húmido.

Antes de abrires a porta, certifica-te que ela não está quente. Se estiver, **STOP**, não avances. Vai para junto duma janela e assinala a tua presença com um pano.

EM CASO DE INCÊNDIO?

Avisa logo um adulto e sai imediatamente de casa, mas nunca uses o elevador (se cortarem a eletricidade podes ficar fechado lá dentro).

Não voltes atrás seja porque razão for. Mantém-te junto da tua família ou amigos e aguarda que os bombeiros apaguem o fogo.

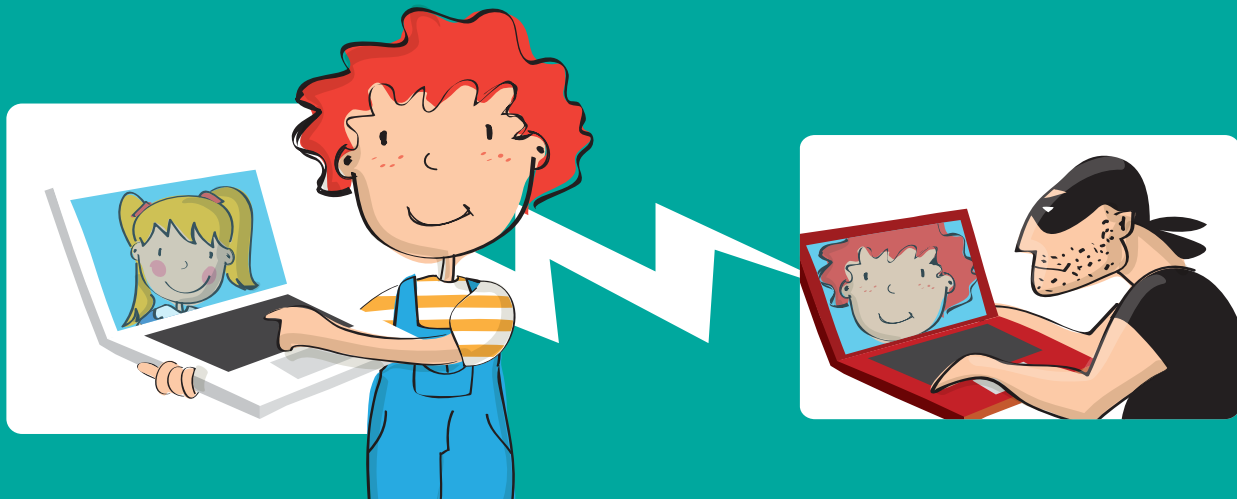


Segurança na internet

CHICO
VENTOINHA

A internet pode ser muito divertida e já faz parte do nosso dia a dia, mas tens que ter cuidado, pois existem alguns perigos que deves estar atento:

- na internet não te deves esquecer que nunca sabes, de certeza quem é que estará do outro lado, por isso nunca deves dar os teus dados pessoais nem da tua família (por exemplo: o teu nome, o teu n. de telefone, o teu endereço, o nome da tua escola ...);
 - nunca envies fotografias tuas pela internet, nem mesmo se a pessoa te parecer muito simpática;
 - se alguém tentar falar contigo para te incomodar, insultar-te ou tentar humilhar-te, desliga a conversa.
- Sempre que alguma destas situações acontecer dá conta disso aos teus pais, eles saberão ajudar-te.



Segurança na rua e espaços públicos

Como sabes a rua e os espaços públicos têm muitos perigos.
Deves conhecê-los para saberes como os evitar.
A tua segurança depende do teu comportamento!





Atravessa sempre nas passadeiras,
mas antes olha sempre nas duas
direcções e certifica-te que não
vem nenhum carro ou que eles
param para te deixar atravessar.

De carro deves andar sempre
corretamente sentado e com
o cinto de segurança.
Diz aos teus pais para
conduzirem com cuidado, não
os distraias e certifica-te
que eles também têm
o cinto de segurança!

Caminha sempre pelos passeios ou, na falta deles, pela berma da estrada de frente para os carros



Nunca atraveses a rua à frente do autocarro. Espera que ele arranque para então atravessares.



**CHICO
VENTOINHA**



**Não brinques nem jogue
à bola junto às estradas.
Podes causar um acidente
ou ser atropelado!**

Utiliza corretamente os equipamentos dos parques infantis. Não os estragues e avisa um adulto se os encontrares estragados.

NÃO TENHAS BRINCADEIRAS PERIGOSAS QUE POSSAM CAUSAR ACIDENTES A TI OU AOS TEUS AMIGOS.

CHICO
VENTOINHA



**Informa os teus pais sobre qualquer
contacto ou acontecimento estranho!**

**Não aceites boleias
de desconhecidos!**

**Não brinques em zonas descampadas
ou com pouco movimento e, sempre
que possível, desloca-te em grupo!**

**Não aceites guloseimas,
dinheiro ou quaisquer
outras ofertas de
estranhos!**

**Não exibas
dinheiro
ou objetos
de valor!**

**Em caso de
necessidade,
pede de
imediato ajuda!**

**Não alters
o percurso
casa/escola!**



SEGURANÇA NA ESCOLA



Passas muitas horas
do teu dia na escola.
Deves contribuir para
que ela seja um local seguro.

Para que não haja acidentes
deves cumprir as regras
da escola e respeitar as
instruções dos professores
e dos funcionários.



**SE HOVER
UM INCÊNDIO
NA ESCOLA
E OUVIRES
O ALARME**

**Não entres em pânico
nem faças barulho.
Cumpra as regras do
Plano de Emergência!**



**Não te preocupes com
o teu material escolar**

**Forma uma fila indiana
atrás do delegado
de turma**




Sigam os percursos
de evacuação em
silêncio e nunca
voltem para trás.



Dirige-te ao
PONTO DE ENCONTRO
e aguarda tranquilamente
que tudo se resolva

CHICO
VENTOINHA

An illustration of a classroom during an earthquake. Three blue tables and white chairs are shown. One chair is tipped over, and a backpack is on the floor. A girl with red hair, wearing a yellow shirt and blue pants, is crouching under a table. A yellow speech bubble contains text in Portuguese. A small logo is in the bottom left corner. Green lightning bolts are on the right wall.

**Em caso de SISMO
abriga-te debaixo
de uma mesa e aguarda
que o abalo termine**

CUMPRE ESTES CONSELHOS E SERÁS TAMBÉM UM VERDADEIRO AGENTE DE PROTEÇÃO CIVIL



CONTACTOS ÚTEIS

EM CASO DE NECESSIDADE, PODES CONTATAR:

Serviço Municipal de Proteção Civil **233 402 805**

Bombeiros Municipais **233 402 800**

Bombeiros Voluntários **233 402 260**

Bombeiros Voluntários Secção do Paião **233 941 790**

Cruz Vermelha Portuguesa

Figueira da Foz **233 407 300**

Maiorca **233 930 496**

Carvalhais de Lavos **233 941 696**

Borda do Campo **233 940 000**

PSP Figueira da Foz **233 407 560**

GNR

Paião **233 940 519**

Maiorca **233 937 560**

Quiaios **233 919 107**



Em caso de
EMERGÊNCIA
liga **112**

PARA SABERES MAIS CONSULTA: www.cm-figfoz.pt/smpcb

CHICO
VENTOINHA

Propriedade: Município da Figueira da Foz
Editor: GeoAtributo, Lda
Autores: Ricardo Almendra, Susana Alves, João Nascimento
Design e Paginação: OneOffBrand Consulting
Tiragem: 4000
Data de edição: dezembro 2012
ISBN: 978-989-97954-6-4
Depósito Legal:

