

Toda a população em zonas de risco de sismos, deve ter conhecimento das medidas de auto-proteção e dos comportamentos a adotar.



Sismos



TELEFONES ÚTEIS NO CONCELHO DE BENAVENTE:



SIGA OS CONSELHOS DA PROTEÇÃO CIVIL
NÃO SE ESQUEÇA, A FORÇA DO PLANETA PODE SER TERRÍVEL!

Bombeiros

Benavente 263 516 122
Samora Correia 263 651 115

GNR

Benavente 263 518 220
Samora Correia 263 650 020

Número Nacional de Emergência

112



Tel/Fax: 263 580 088
Telm.: 961 205 864 / 962 018 638
Email: smpcbenavente@mail.telepac.pt



A sua Proteção começa consigo...
... e na sua casa!



Câmara Municipal de Benavente
Serviço Municipal de Proteção Civil



Contamos com a sua ajuda!



ANTES

Fale de Sismos de forma tranquila e serena. Prepare a sua casa por forma a facilitar os movimentos em caso de sismo.

- Fixe as estantes, as botijas de gás e os vasos
- Coloque os objetos pesados e/ou de grande volume no chão ou nas prateleiras mais baixas
- Armazene água e alimentos enlatados para 2 ou 3 dias
- Realize em casa e no local de trabalho exercícios de treino



Locais mais seguros em caso de sismo

Vãos de porta, de preferência em paredes mestras; cantos das salas; debaixo de mesas, camas ou outras superfícies resistentes



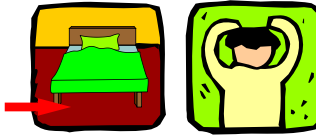
Locais mais perigosos em caso de sismo

Elevadores; junto a janelas, espelhos e chaminés; no meio das salas e nas saídas



DURANTE

- Evite o pânico. Mantenha a serenidade e tente acalmar os outros
- **Se estiver em casa ou dentro de um edifício**, não se precipite para as saídas, não utilize as escadas nem os elevadores
- **Se estiver em casa**, dirija-se para um canto da sala ou quarto, proteja-se debaixo das ombreiras das portas ou de algum móvel sólido, como mesas, camas, etc. Proteja a cabeça e os olhos com as mãos
- **Se estiver na rua**, mantenha-se afastado dos edifícios altos (sobretudo os mais antigos), postes de eletricidade e de outros objetos que possam cair-lhe em cima; dirija-se para um local aberto



Os Sismos podem ocorrer a todo o momento, e sem qualquer aviso!



DEPOIS

- Tente manter a calma, mas conte com a existência de possíveis réplicas
 - Não fume, não acenda fósforos nem isqueiros
 - Não ligue os interruptores, podem ocorrer fugas de gás e curto-circuitos, provocando incêndios; utilize uma lanterna
 - Verifique se há incêndios, tente apagá-los, se não conseguir avise os Bombeiros
 - Verifique se há feridos e preste-lhes os primeiros socorros, se necessário; se há feridos graves, não os remova a menos que corram perigo
 - Limpe os produtos inflamáveis que se tenham derramado (álcool, solventes, etc...)
 - Afaste-se das margens dos rios, ou da beira da praia, pode ocorrer uma subida súbita das águas ou uma onda gigante (Tsunami)
 - Se puder, solte os animais domésticos, eles tratarão de si próprios
 - Ligue o rádio a pilhas (Íris FM 91.4) e cumpra as recomendações que ouvir

