

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



SEGUE OS CONSELHOS
DA PROTEÇÃO CIVIL
NÃO TE ESQUEÇAS, A FORÇA
DO PLANETA PODE SER
TERRÍVEL!



TELEFONES ÚTEIS NO CONCELHO
DE BENAVENTE

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



Medidas de
auto-proteção
em caso de
SISMO
na escola



A Proteção começa
contigo ...
... e na tua escola!



Câmara Municipal de Benavente
Serviço Municipal de Proteção Civil



Contamos com a tua ajuda!

Medidas de auto-proteção em caso de **SISMO** na escola





Antes:

1. Informa-te sobre as causas e efeitos possíveis de um sismo na tua zona.
2. Fala do assunto de forma tranquila com os teus colegas e com os teus professores.
3. Em casa e na rua fala também com os teus familiares e amigos.
4. Certifica-te que todos os teus colegas e os teus professores sabem o que fazer no caso de ocorrer um sismo.
5. Lembra-te do que deves fazer quando ocorrer um sismo.



Durante:

1. Mantém a calma e não entres em pânico.
2. Se estiveres no exterior da Escola afasta-te de postes de electricidade, árvores e paredes.
3. Se estiveres na sala de aula, coloca-te imediatamente debaixo da tua carteira ou de uma secretária. 
4. Se estiveres fora da sala de aulas, abriga-te debaixo do vão de uma porta interior, de uma mesa ou no canto de uma sala.
5. Tem cuidado com a queda de Candeeiros, móveis ou outros objectos. 
6. Cumpre rigorosamente as ordens do teu professor sobre a evacuação para fora do edifício.
7. Utiliza as escadas e nunca o elevador.
8. Não te esqueças que podem acontecer uma ou mais réplicas.

Depois:

1. Após a ordem de evacuação, sai com calma e ajuda os teus colegas.
2. Dirige-te para o local que o teu professor te indicar, para se apurar que não falta ninguém.
3. Se te encontrares isolado, verifica se não há perigo em sair do local onde te encontras. Dirige-te para o Ponto de Encontro, para junto da tua turma. Caso não consigas sair, mantém a calma e assinala a tua presença.
4. Se já estiveres fora da escola, dirige-te para o Ponto de Encontro e tenta juntar-te à tua turma.
5. Não abandones o Ponto de Encontro e cumpre as instruções que te forem dadas.
6. Ajuda os teus professores e colegas a manter a calma.

