

ACOMPANHADO COM CRIANÇAS

CUIDADOS ESPECIAIS

- ❶ Ao levar crianças para espaços públicos, certifique-se que estas têm uma placa informativa onde conste o nome e a identificação do responsável pelas crianças;
- ❷ Tenha especial cuidado com as crianças e se possível leve-as sempre pela mão;
- ❸ Ensine às crianças que caso se percam, devem pedir ajuda a membros da organização ou polícias;
- ❹ Se levar crianças a eventos cansativos, não se esqueça que estas precisam de descansar, comer e beber água frequentemente;
- ❺ Nunca deixe as suas crianças sozinhas. Acompanhe-as até nas idas à casa de banho.

EM CASO DE EMERGÊNCIA

- ❶ Acalme as crianças em situações de pânico;
- ❷ Se estiver a acompanhar crianças, é essencial que em situações de emergência esteja sempre a segurá-las pela mão;
- ❸ Nunca desvie a sua atenção das crianças. Numa situação de pânico, onde os empurrões são uma constante, as crianças, devido à sua estatura física, correm grandes riscos, nomeadamente esmagamento.

**...siga as recomendações
contidas neste folheto
e divulgue-as.**

COLABORE A PROTEÇÃO CIVIL COMEÇA EM SI



TELEFONES ÚTEIS



PREVENIR PLANEAR SOCORRER

Serviço Municipal de Proteção Civil de Almada
Rua dos Lusíadas - Bairro do Matadouro
2800-221 Pragal
Tel.: 212 946 577
www.cm-almada.pt
protecao.civil@cm-almada.pt



Eventos
Autoproteção



CMA - CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

REGRAS DE SEGURANÇA

As grandes concentrações de pessoas podem ser fonte de ameaças, que se agravam mediante a ocorrência de incêndios, sismos, queda de estruturas ou outros acidentes.

O pânico e a desordem numa multidão pode originar reações inesperadas e violentas, com consequências trágicas.

REGRAS DE SEGURANÇA

- Informe-se sobre as medidas de segurança do espaço, inclusive a capacidade total do mesmo. Se não estiverem reunidas todas as condições que garantam a sua segurança, abandone esse local;
- Tenha especial atenção a pessoas com dificuldades motoras, visuais ou auditivas;
- Se tiver dificuldades motoras, visuais ou auditivas, informe a organização, é provável que exista um local adaptado às suas necessidades;



- Quando assistir a espetáculos, não se coloque em locais onde a sua segurança seja colocada em risco;
- Nunca atire objetos para o ar durante os espetáculos;

- Colabore sempre com as autoridades e lembre-se que elas estão nos espaços públicos para que a sua segurança seja garantida;
- Se sentir que uma situação de pânico está iminente, aproxime-se das saídas de emergência sinalizadas.



Quando for a um espaço público e estiver acompanhado, defina sempre dois pontos de encontro. Um dos pontos de encontro deve ser no interior e outro no exterior, para o caso do edifício ou recinto ser evacuado.



Num espaço público que não conhece, memorize a localização das saídas de emergência. Nunca se sabe quando vai precisar de usá-las.

EM CASO DE EMERGÊNCIA

- Mantenha a calma e tente acalmar quem está à sua volta;
- Quando ouvir o sinal de alarme, retire-se do local ordeiramente e não corra;
- Utilize sempre as escadas. Se estiver dentro de um elevador saia no piso mais próximo;
- Não se esqueça que a sua vida é o mais importante;
- Se tiver de abandonar malas, mochilas ou outros objetos para

- se movimentar melhor, não hesite em fazê-lo;
- Se estiver sentado nos lugares mais altos de um estádio ou pavilhão, e se não estiver em situação de perigo, deve permanecer sentado. No entanto, deve preparar-se para sair do recinto;
- Não se precipite para uma saída de emergência, verifique a existência de saídas alternativas sinalizadas e com menos pessoas;
- Se cair, enquanto está no meio de uma multidão, tente levantar-se o mais depressa possível. Se não conseguir, proteja a sua cabeça com os braços e encolha-se;
- Se estiver a ser arrastado por uma multidão deve andar no mesmo sentido desta, mas tentando chegar-se para uma parte lateral da mesma. Se possível encoste-se a uma das paredes laterais, onde estará mais seguro;
- Não fique parado junto a portas ou saídas de emergência. Estas têm de estar sempre livres para serem utilizadas;
- Se presenciar uma situação de violência, retire-se do local e alerte as autoridades competentes. Não seja um interveniente dessa mesma situação;
- Siga sempre as instruções dos agentes da autoridade e membros da organização.