



SISMO

DURANTE O SISMO

1º - Se estás numa sala ou átrio:

- Conserva a calma.
- Não te precipites para as saídas.



• Protege-te ajoelhando debaixo de uma mesa. Com uma mão tapa a cabeça e com a outra segura a mesa (conta até 50 em voz alta).

- Se não há mesas, senta-te no chão, no canto da sala ou vão da porta.
- Mantém-te afastado das janelas, candeeiros, móveis, varandas e objetos que possam cair.

2º - Se estás na rua:



- Conserva a calma.
- Dirige-te a um local amplo.
- Mantém-te afastado dos pavilhões, muros, candeeiros ou postes elétricos.

DEPOIS DE UM SISMO

- Mantém a calma.
- Não fumes, não acendas fósforos nem isqueiros.



• Não liguês interruptores.



• Não liguês aparelhos elétricos.



• Deve-se cortar a água, o gás e a eletricidade. Esta função será executada por um adulto.

- Não utilizes o telefone, a não ser que seja absolutamente necessário para pedir socorro.
- Segue as normas de evacuação em vigor na escola. Não circules desordenadamente pelos espaços exteriores da escola e facilita a circulação das viaturas de socorro.
- Cumpre as instruções que forem difundidas.
- Conta com a ocorrência de possíveis réplicas.

INCÊNDIO

PREVENÇÃO

- Sempre que sentires cheiro a gás, não provoques qualquer tipo de chama ou faísca.
- Abre as portas e janelas durante algum tempo.
- Avisa alguém responsável (professor, funcionária ou Conselho Executivo).

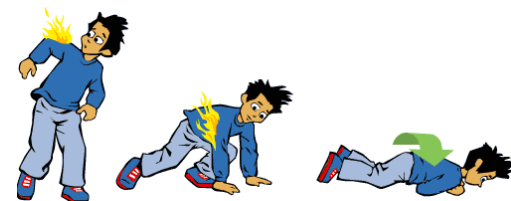
DURANTE UM INCÊNDIO



- Ao sinal de alarme segue as normas de evacuação da escola.
- Caso estejas envolto numa nuvem de fumo, mantém-te o mais possível rente ao chão; o fumo é mais leve do que o ar, e desta forma respira-se melhor. Se possível, coloca ainda um lenço ou pano sobre a boca.



- Tenta sempre deslocar-te junto a uma parede para não perderes o sentido de orientação.
- Nunca toques nas paredes com a palma da mão, mas sim com as costas dos dedos: se existir passagem de corrente elétrica os dedos tenderão a fechar-se e, desta forma, não são atraídos para a parede.
- Nuncaurras, desloca-te apressadamente, mas com calma.
- Se a tua roupa começar a arder, nãourras. Aplica a regra: parar-deitar-rolar.



PARAR DEITAR ROLAR

- Antes de abrires uma porta verifica com as costas da mão, se está quente. Se estiver quente há fogo do outro lado. Procura outra saída.

