

## Incêndios Rurais

Mantém perto de casa uma mangueira ou reserva de água suficiente para poder intervir rapidamente se um incêndio começar

Se a roupa se incendiar deves parar, deitar no chão e rebolar



## Incêndios Rurais

Evita acender fogueiras

Se estiveres no interior de um edifício, mantém-te junto ao chão e respira se possível através de um pano molhado



## Incêndios Rurais

Evita comportamentos de risco como fumar em espaços florestais e lançar pontas de cigarro para o chão

Se estiveres no exterior, abriga-te perto do chão em zonas afastadas de árvores



## Incêndios Rurais

Nunca lances pontas de cigarros pela janela do carro para o exterior

Avisa as autoridades (112), não assumas que outros já deram o alerta



## Vagas de Frio

Garante que a tua casa está devidamente isolada termicamente e que possuí sistemas de arejamento a fim de evitar a concentração de monóxido de carbono

Veste roupa quente, de preferência várias camadas de roupa



## Vagas de frio

Se tiveres de sair de casa e de te deslocar a pé, escolhe calçado aderente/adequado e move-te com cuidado para evitares quedas

Lembra-te dos animais domésticos do exterior, procura formas de os proteger resguardando-os do frio





**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**

## Vagas de frio

Não improvises aquecimentos (braseiras e outras formas de aquecimento com lenha ou carvão) em divisões fechadas

Em caso de queimadura pelo frio ou hipotermia: liga o 112 e segue as recomendações dadas



## Vagas de Frio

Dá especial atenção às situações de pessoas idosas e em condição de maior isolamento

Procede ao aquecimento gradual do corpo não te aproximando demasiado de fontes de calor, nem ingerindo bebidas extremamente quentes



## Secas

Não despejes água para a canalização quando pode haver outro uso para a mesma, por exemplo regar plantas

Não utilizes água potável nas lavagens de carro, jardins, garagens, etc



## Secas

Usa as máquinas de lavar, loiça ou roupa, apenas quando estiverem cheias

Em caso de corte no fornecimento de água armazena só a quantidade que vais necessitar



## Secas

Evita regar às horas de maior calor

Em caso de corte no fornecimento de água, certifica-te que todas as torneiras estão fechadas



## Secas

Se detectares uma fuga de água na via pública (rua ou jardim) avisa a Câmara Municipal ou outra entidade competente

Para uma melhor absorção da água rega em vários períodos curtos em vez de um período longo





**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**

## Medidas Gerais

Cria e tem por perto um Kit de emergência

Evita usar o telefone, exceto se for mesmo necessário, dessa forma evitas o congestionamento das linhas de comunicações que são essenciais para as atividades de socorro



## Medidas Gerais

Analisa e discute as medidas de segurança em família para que todos saibam o que fazer

Em situação de ausência de casa por períodos longos (por exemplo férias) desliga a água e se possível a eletricidade



## Medidas Gerais

Sempre que te seja possível participa em ações de limpeza do ambiente

Identifica zonas seguras dentro da tua habitação. Em caso de emergência, é para lá que te deves dirigir



## Medidas Gerais

Identifica os riscos a que a tua família ou o teu património está mais exposto e faz um seguro que o proteja

Se houver evacuação, regressa só quando as autoridades te disserem que o podes fazer



## Deslizamentos

Está atento a quaisquer avisos de mau tempo

Se estiveres perto do deslizamento de terra afasta-te o mais rápido possível e tenta alcançar um terreno mais alto ou mais seguro



## Deslizamentos

Mantém-te afastado de cursos de água ou barrancos, onde pode haver a possibilidade de a terra deslizar rapidamente

Nunca fiques a observar um deslizamento de terra





**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**

## Deslizamentos

Se observares alguma anomalia no terreno (abatimentos, fissuras, encharcamento, infiltração anormal, etc.) informa as autoridades

Se estiveres dentro de um edifício, mantém-te no seu interior, estarás mais protegido



## Deslizamentos

Nunca pares sob postes elétricos, árvores ou estruturas que possam entrar em colapso ou cair

Vigia regularmente zonas consideradas vulneráveis a movimentos de terras



## Tempestades

Verifica o estado das árvores no teu terreno. Árvores mortas e galhos instáveis em caso de ventos fortes podem ser levados e embater em edifícios, carros ou pessoas

Não te abrigues em garagens ou pisos térreos, estes são vulneráveis



## Tempestades

Verifica regularmente o telhado da tua casa, telhas partidas, fissuras ou outros facilitam a entrada de água ou aumento dos danos por ação dos ventos

Afasta-te da costa e desloca-te para zonas mais elevadas procurando abrigo



## Tempestades

Recolhe e acondiciona os objetos que se encontram fora de casa e que possam ser arremessados pelo vento

Se estiveres na rua procura abrigo longe de objetos expostos ou pendurados que possam cair



## Tempestades

Coloca proteções extra nas portas e janelas de vidro

Não saias de casa, mesmo que a tempestade diminua de intensidade aguarda pelas instruções das autoridades





**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



## Erosão Costeira

Respeita os sinais de alerta  
e de proibição na costa

# 1



## Erosão Costeira

No trajeto para a praia  
desloca-te pelos passadiços.

# 2



## Erosão Costeira

Não estaciones sobre  
as dunas

Se te sentires ameaçado  
proteje-te deslocando-te  
para zonas seguras

# 3



## Erosão Costeira

Protege a vegetação das  
dunas não a arrancado  
nem pisando

# 4



## Inundações

Está atento aos avisos  
meteorológicos de mau  
tempo

Não bebas água da torneira,  
pode estar poluída

# 1



## Inundações

Antes das chuvas certifica-te  
que as caleiras da tua casa  
estão limpas e desentupidas

Não te aproximes de rios,  
ribeiros ou pontes que  
possam transbordar

# 2





**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**

## Inundações

Move os objetos de maior valor e equipamentos elétricos para os pisos mais elevados

Nunca desças a caves ou garagens para salvar objetos

# 3



## Inundações

Tem por perto barreiras que possas utilizar para impedir a entrada de água em casa

Tem cuidado para não entres em contato com peças elétricas com as mãos e/ou pés molhados

# 4



## Poluição da Água

Armazena os fertilizantes e produtos fitofarmacêuticos em locais resguardados, secos e com piso impermeabilizado

Avisa as autoridades, nomeadamente o SEPNA/GNR (SOS Ambiente e Território: 808 200 520)

# 1



## Poluição da Água

Armazena os fertilizantes afastados de cursos de água, valas, condutas de drenagem, poços furos e nascentes

# 2



## Poluição da Água

Na higiene da casa e na tua higiene pessoal procura utilizar produtos naturais e biodegradáveis

Fornece às autoridades o maior número de detalhes sobre o local onde observaste as evidências de contaminação da água

# 3



## Poluição da Água

Não despejes óleos, alimentares ou outros, nos ralos

Mantém-te atento ao potencial de contaminação do meio hídrico nas zonas sensíveis e/ou mais vulneráveis

# 4





**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**

## Ondas de Calor

Bebe bastante água, mesmo sem ter sede

Se o teu corpo estiver muito quente não deves tomar banho com água muito fria

# 1



## Ondas de Calor

Verifica se os teus familiares, vizinhos e amigos que vivem sozinhos estão a seguir as medidas necessárias

Não ingiras refeições pesadas, para não aumentar a temperatura corporal

# 2



## Ondas de Calor

Evita vestir roupas escuras e de fibras sintéticas

Come poucas quantidades de cada vez e várias vezes ao dia

# 3



## Ondas de Calor

Pessoas de risco a ondas de calor: idosos ou dependentes, recém-nascidos, crianças, pessoas que exercem trabalho intenso ao ar livre e pessoas que fazem medicação regularmente

Não andes na rua nas horas de maior calor

# 4





**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**



**CLIM**  
**Risk**