

Pontos de encontro de emergência



Para mais informações

Cláudia Pinto

Coordenadora da Equipa de Projeto ReSist
programa.resist@cm-lisboa.pt



O que fazer em caso de SISMO



Saiba o que fazer

Sobre

Um sismo, ou terramoto, é causado por roturas na crosta terrestre que libertam uma grande quantidade de energia que se propaga através de ondas até à superfície e que provocam uma vibração do solo.

A cidade de Lisboa, devido à sua perigosidade sísmica, elevada densidade populacional e construções pouco resistentes aos sismos, apresenta risco sísmico elevado.

Os sismos são fenómenos geológicos recorrentes e imprevisíveis, no entanto, é possível minimizar os seus efeitos através do planeamento urbanístico, da qualidade das construções e do reforço sísmico.

ANTES

Planear



Baixar, Proteger e Aguardar

Pratique com regularidade os 3 passos que salvam vidas e os procedimentos de evacuação.



Um ponto de encontro

Informe-se sobre a localização dos pontos de encontro mais próximos caso tenha de sair do hotel.



Um kit de emergência

Conservas, água para três dias, comida, rádio, pilhas, um apito, medicação de uso diário e fotocópia dos documentos pessoais.

Conhecer



Conheça o edifício onde está hospedado

Familiarize-se com o hotel e com as zonas seguras (longe de janelas, chaminés e outros elementos que possam cair).

DURANTE

No interior



Se estiver num edifício

Mantenha a calma e não se precipite para as saídas. Baixe-se e proteja a cabeça com as mãos.

No exterior



Se estiver na rua

Dirija-se para um local aberto. Afaste-se de pontes, postes e cabos de alta tensão ou edifícios.



Se estiver a conduzir

Pare a viatura e permaneça dentro da mesma.



Perto do mar, praia ou zona ribeirinha

Afaste-se para uma zona alta e afastada da costa ou zona ribeirinha. Esteja atento a alertas e sinais de aviso de tsunami.

DEPOIS



Calce botas ou sapatos

Para se proteger de destroços, mesmo para ir até ao quarto ao lado.



Não utilize os elevadores

Se tiver de utilizar as escadas verifique se resistem.



Abandone o edifício

Dirija-se para um ponto de encontro, até as autoridades informarem que é seguro regressar.



Não fume, nem acenda fósforos ou isqueiros

Podem existir fugas de gás ou derrames.