

Recomendações Incêndios

- Se houver **fumo** anda agachado ou de **gatas**; perto do chão respiras melhor. Se puderes protege a boca com um pano, de preferência húmido e respira através dele.
- Se uma **porta** estiver **quente** não a abras, pode haver fogo ou fumo intenso do outro lado.
- Mesmo que esteja **fria** abre-a com cuidado, pois pode ser necessário fechá-la rapidamente. Podes encontrar **chamas** ou **fumo** a impedir a passagem. **Procura outra saída.**
- Tenta **descer** em vez de ires para os andares superiores, porque o fogo tem tendência a subir.
- Se tiveres que assinalar a tua presença dirige-te para uma janela, ou outro local de onde possas ser visto, grita e acena com algo bem visível (ex.: uma peça de roupa).
- **E se as roupas forem atingidas pelas chamas?**

A REGRA É

1º Parar

2º Deitar.

3º Rolar



EM CASO DE SISMO NA ESCOLA OU EM CASA:

- Afasta-te de: vidros; janelas; objetos que possam cair; elevadores e escadas; centro das salas.

NA RUA:

- Vai para um local aberto. Afasta-te de: postes de eletricidade; árvores; candeeiros; edifícios e muros.

LOCAIS COM MUITAS PESSOAS (ex.: escola e centro comercial):

- **Não corras** para a saída. Todos têm tendência a correr, o que está errado porque podem magoar-se;
- Vai para um local seguro, rapidamente. Não saias de lá antes do sismo terminar.



Recomendações Sismos

Os incêndios e os sismos podem ser assustadores, mas se souberes agir e mantiveres a calma, tudo será muito mais fácil. Contamos contigo.

Colabora.

Segue as recomendações contidas neste folheto e treina-as com os teus colegas e professores.



AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DE VILELA

Agrupamento de Escolas de Vilela

Av. José Ferreira da Cruz, n.º. 263

Paredes - Porto

4580-651 Portugal

Telefone: 255 880 570

Telemóvel: 936959108/936958917

Fax: 255 871 258

Email: director@esvilela.pt

<http://www3.esvilela.pt/>



Em Segurança na Escola



Incêndios na Escola.

Sabes o que fazer?

Sismos.

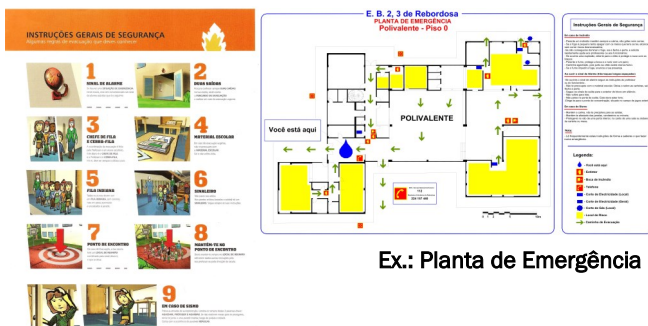
Estás preparado?



Regras de Segurança

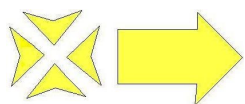
- Em qualquer situação de emergência é importante que mantenha a calma e siga as ordens do teu professor e/ou funcionários;
- Nunca saias das salas ou edifícios a correr porque podes magoar-te ou magoar alguém;
- Aprende com os teus professores, todas as regras de evacuação numa situação de emergência e informa-te sobre as regras de sinalização de emergência. É importante que conheças os caminhos de evacuação e o local do Ponto de Concentração. Consulta as Instruções Gerais de Segurança, afixadas em todas as salas e edifícios, bem como, as planas dos edifícios com os caminhos de evacuação afixadas em todos os edifícios.

Sinalética que deves conhecer:



Ex.: Planta de Emergência

Instruções Gerais de Segurança



Indicação do Caminho de Evacuação para o Ponto de Encontro

Sinalética Local de Reunião



Instruções Gerais de Segurança

Regras de Evacuação



1 Sinal de Alarme

Se houver uma **SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA** nesta escola, esta tem convencionado um sinal de alarme acústico que é o seguinte: **(três toques de campainha normal interrompidos por pausas)**.

2 Duas Saídas

Procura conhecer sempre **DUAS SAÍDAS** na tua escola, assim como o **PERCURSO DE EVACUAÇÃO** a realizar em caso de evacuação urgente.



3 Chefe de Fila e Cerra Fila

A coordenação da evacuação é feita pelo Professor e um aluno (Delegado de Turma). Este aluno é o **CHEFE DE FILA** e o Professor é o **CERRA FILA**, isto é, deve ser sempre o último a sair.

4 Material Escolar

Em caso de evacuação urgente, não te preocupes com o **MATERIAL ESCOLAR**. Sai e não voltes atrás.



5 Fila Indiana

Todos os alunos devem sair em **FILA INDIANA**, sem corridas, mas em passo apressado e encostados à parede.

6 Sinaleiro

Não pares nas saídas. Nos pontos críticos (escadas e saídas) há um **SINALEIRO**. Segue sempre as suas instruções.



7 Ponto de Encontro

Em caso de evacuação, a escola tem um **LOCAL DE REUNIÃO** combinado para onde deves ir, e que se situa no campo de jogos exterior. Deves manter-te no **LOCAL DE REUNIÃO** até serem dadas outras instruções pelo teu professor ou pela Direção da Escola.

Instruções Gerais de Segurança

Sismos

Durante o Sismo...

Vai para um local seguro... **RÁPIDO**.

Protege-te:

- Debaixo de uma mesa pesada;
- Nos cantos das salas ou vãos de portas;
- Ajoelha-te. Cobre a cara e a cabeça com as mãos.



8 Em Caso de Sismo

Treina as atitudes de autoproteção. Lembra-te sempre destas 3 palavras-chave: **AGACHAR, PROTEGER E AGARRAR**. Se não existirem mesas para te protegeres, senta-te junto a uma parede interior, longe de janelas e móveis. Conta com a ocorrência de **RÉPLICAS**.

Logo Após o Sismo...

- Não acendas velas, fósforos ou isqueiros. Não liguem nem desligues interruptores.
- Fica afastado de fios elétricos soltos e não toques nos objetos metálicos que estejam em contacto com eles.
- Não andes descalço porque podes magoar-te.
- A seguir ao primeiro abalo pode haver outros abalos de menor intensidade (réplicas). Fica atento à queda de objetos e protege a cabeça e a cara. Podes usar para tal um casaco ou camisola.

Podes saber mais sobre segurança na Escola em:

<http://www3.esvilela.pt/>

