

Em caso de inundação

Mantenha a calma.

Accione a botoneira de alarme manual mais próxima

Avise as pessoas presentes para abandonar o local.

Efectue os cortes de energia eléctrica, caso se justifique. No entanto, não tente desligar os quadros eléctricos que tenham sido afectados e que, por isso, não garantam a sua segurança

Tente desobstruir os ralos/grelhas de pavimento e encaminhar a água para lá



Em caso de explosão

Atire-se para o chão e proteja a nuca com os braços

Mantenha a calma.

Accione a botoneira de alarme manual mais próxima

Tente efectuar os cortes de energia eléctrica, água e gás, caso seja justificável. No entanto, não tente desligar os quadros eléctricos que tenham sido afectados e que, por isso, não garantam a sua segurança

Não se aproxime das áreas com grandes estragos nem de estruturas danificadas

Se existirem pessoas soterradas, e se for capaz, sem perigo, de os começar a libertar, tente fazê-lo retirando os escombros um a um, começando pelos de cima. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua

Tenha cuidado com vidros partidos ou cabos de electricidade. Não toque em objectos metálicos que estejam em contacto com fios eléctricos



Em caso de ameaça de bomba

Mantenha a calma

Informe unicamente o delegado da segurança, transmitindo-lhe os seguintes dados: a sua identificação; hora exacta, meio de recepção e conteúdo da ameaça



Em caso de furacão

Mantenha a calma

Não abra as cortinas, estas servem de protecção contra estilhaços

Desligue todos os aparelhos dispensáveis e mantenha ligado o rádio a pilhas de modo a receber informação e instruções das autoridades competentes

Mantenha-se dentro do edifício, no piso mais inferior e se possível numa divisão interior e afastado das janelas

Feche todas as portas interiores e reforce as exteriores

Se o vento acalmar, não saia, é provavelmente a passagem do "olho" (centro) do furacão, ventos fortes podem voltar a qualquer momento Vigie constantemente o nível de cheia perto do edifício

No caso do vento se tornar mais violento coloque-se debaixo de uma peça de mobiliário resistente ou de um colchão



Urgência médica

Mantenha a calma e dirija-se junto ao(s) sinistrado(s)

Afaste as pessoas que não estejam envolvidas nos socorros e tente acalmar a vítima

Proceda a um inquérito, muito sumário, do acidente. Proceda a um exame sumário da(s) vítima(s) para detectar as prováveis alterações das funções vitais

Informe de imediato o posto de segurança, indicando a localização das vítimas e a gravidade dos ferimentos

Actue de acordo com o estado da vítima:

- Se poder mover o(s) ferido(s), peça ajuda para o(s) deslocar para um local seguro
- Se detectar alguém impossibilitado de se mover, ou bloqueado pela origem do sinistro:
 - Comunique de imediato a situação ao serviço de segurança, indicando a localização das vítimas e a gravidade dos ferimentos
 - Não toque nem tente reanimar vítimas inconscientes e/ou com fracturas ou sinais de lesões na coluna
 - Se possível, aguarde no local pela chegada das equipas de socorro e informe das acções efectuadas



Em caso de sismo

Durante o abalo:

Mantenha a calma e tente acalmar as outras pessoas

Mantenha-se afastado das janelas, espelhos, estantes e outros objectos que possam cair

Dirija-se para um canto e encoste-se a um pilar ou parede interior ou proteja-se debaixo de uma secretária, mesa ou vão de uma porta.

Ajoelhe-se, coloque a cabeça junto aos joelhos, aperte as mãos firmemente atrás do pescoço e proteja os lados da cabeça com os cotovelos

Não se assuste se durante um sismo faltar a energia eléctrica. Estas situações são normais

Não tente sair do edifício. Permaneça protegido até acabar o abalo

No exterior, deve afastar-se dos edifícios, muros, vedações, árvores, postes e cabos eléctricos e, logo que possível, agachar-se ou deitar-se no solo e proteger a cabeça

Deve ir observando o que se passa em seu redor, mantendo-se alerta a possíveis perigos que o obriguem a movimentar-se

Após o abalo:

Mantenha a calma, mas conte com a existência de possíveis réplicas, e não se precipite para as saídas

Tente efectuar os cortes de energia, de água e de gás. No entanto, não tente desligar os quadros eléctricos que não garantam a sua segurança

Não se aproxime das áreas com grandes estragos nem de estruturas danificadas

Se existirem pessoas soterradas, e se for capaz, sem perigo, de os começar a libertar, tente fazê-lo retirando os escombros um a um, começando pelos de cima. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua

Tenha cuidado com vidros partidos ou cabos de electricidade. Não toque em objectos metálicos que estejam em contacto com fios eléctricos

Não se debruce ou apoie em estruturas salientes. Estas poderão não suportar o esforço

No exterior, deve afastar-se dos edifícios, muros, vedações, árvores, postes e cabos eléctricos

