



Os riscos podem ser muitos, mas se souberes agir e mantiveres a calma tudo será mais fácil.

# Perigos e riscos na escola

Como agir para prevenir?

## Instruções gerais de segurança

Em qualquer situação de emergência é importante manter a calma e seguir as ordens do teu professor e funcionários.

Nunca saias do edifício a correr porque podes magoar-te ou magoar alguém.

Aprende, com o teu professor, todas as regras de evacuação e informa-te sobre a sinalização de segurança. É importante que conheças os caminhos de evacuação e o Ponto de Encontro da tua escola. Se te aperceberes de algum incêndio ou outro perigo avisa de imediato o teu professor ou um funcionário, não tentes resolver o problema sozinho.

Divulga as regras de segurança junto da tua família para que todos saibam como reagir quando estas situações de perigo ocorrerem em casa.

**Em qualquer situação de risco tens de agir SUPER RÁPIDO mas em SEGURANÇA.**

## Regras de segurança

Para que possas estar mais protegido é muito importante que conheças os riscos que existem na tua escola e que estejas preparado para uma situação de emergência. Os principais riscos da tua escola são os incêndios e os sismos. No entanto, existem outros perigos, como as inundações, fugas de gás, as instalações elétricas ou aquecedores, ameaça de bomba, um atentado, etc.

Qualquer um destes riscos pode ocorrer sem que estejas à espera, por isso é importante que saibas como reagir. Para isso, é necessário que estejas informado sobre as regras de segurança e que respeites as indicações de proteção e evacuação.

Em todas as situações de risco ou acidente grave, deves estar prevenido e ter uma atitude responsável e consciente.

## COLABORA

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

## Medidas de autoproteção em caso de incêndio

Segue as instruções de evacuação do teu professor e funcionários. Se houver fumo anda agachado ou “de gatas”, pois perto do chão respiras melhor. 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 e preparado para a fechar rapidamente, pois podes encontrar chamas ou fumo a impedir a passagem.

Tenta descer, em vez de ires para o piso superior, porque o fogo e o fumo têm 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?

Não corras.

Deita-te no chão e rola até as chamas se apagarem.

## Medidas de autoproteção em caso de sismo

### Durante o sismo

Protege-te debaixo de uma mesa, nos cantos das salas ou nos vãos de portas.

Afasta-te de janelas, espelhos e objetos que possam cair.

Cobre a cara e a cabeça com as mãos.

Conta devagar, até terminar o abalo, para ficares mais calmo.

Se estiveres na rua, vai para um local amplo e afasta-te de postes, árvores, candeeiros, edifício e muros altos. Baixa-te e protege a cabeça com as mãos.

### Depois do sismo

Quando o professor ordenar, sai da sala, calma e ordenadamente e dirige-te para o ponto de encontro.

Deixa todo o teu material escolar onde está.

Se estiveres na rua dirige-te calmamente para o ponto de encontro.

Nunca regreses ao edifício logo após o sismo porque há sempre o perigo de derrocada.



**Regra de evacuação: RÁPIDA - ORDEIRA - SILENCIOSA**