



# PROCIV

PUBLICAÇÃO MENSAL DA AUTORIDADE NACIONAL DE PROTECÇÃO CIVIL / N.º46 / JANEIRO 2012 / ISSN 1646-9542



## Proteção Civil e ordenamento do território

DIVULGAÇÃO - PÁG. 2-3 | TEMA - PÁG. 4-7 | AGENDA - PÁG. 8

### EDITORIAL

# 46

Janeiro de 2012

#### Distribuição gratuita

Para receber o boletim PROCIV em formato digital inscreva-se em:

[www.prociv.pt](http://www.prociv.pt)

*Este Boletim é redigido ao abrigo do Acordo Ortográfico da Língua Portuguesa.*

#### Conhecer para melhor prevenir.

Os riscos sempre fizeram parte da sociedade. Convivemos com eles e sentimos, direta ou indiretamente, as consequências da sua manifestação, muitas vezes com impactes económicos que afetam os segmentos populacionais já de si mais desfavorecidos. É no momento dessa manifestação do risco que a atividade da Proteção Civil tem um papel preponderante.

Importa, cada vez mais, manter um conhecimento profundo dos perigos e vulnerabilidades a que estamos sujeitos e desenvolver as estratégias e mecanismos de planeamento, ordenamento e desenvolvimento que nos permitam transformar uma ameaça numa oportunidade para melhorar a nossa sociedade. É nesse domínio preventivo que a Proteção Civil joga, cada vez mais, um papel de relevo.

Desde há alguns anos que a ANPC e os Serviços Municipais de Proteção Civil têm procurado garantir que o conhecimento e gestão dos riscos seja tido em consideração nas ações de ocupação e transformação do território. A participação nos processos de elaboração ou revisão de Planos de Ordenamento do Território, a consignação nos instrumentos de gestão territorial de medidas preventivas destinada a restringir o uso do solo, a participação nos processos de Avaliação de Impacte Ambiental ou a organização de jornadas de reflexão sobre riscos coletivos são alguns exemplos, ilustrados ao longo deste número do PROCIV.

Termino com uma sentida homenagem às vítimas dos acidentes de viação ocorridos nos últimos dias, em plena quadra natalícia, fazendo votos para que o ano que agora começa seja caracterizado por muito menos sinistralidade nas nossas estradas.

Arnaldo Cruz



# Voluntariado: novos conceitos; outras abordagens

**O Ano Europeu do Voluntariado, que agora terminou, acentuou a necessidade de olharmos de forma diferente para esta temática, tendo proporcionado a reflexão e discussão de conceitos, a identificação de dificuldades de articulação entre os poderes públicos e as ONG, assim como oportunidades de desenvolvimento futuro.**

Algumas premissas introdutórias: o voluntariado gera capital humano e social, é uma via de integração e emprego, e é um fator a ter em conta na promoção da coesão social; em matéria de voluntariado, cada país tem diferentes noções, definições e tradições; entende-se por voluntariado todas as formas de atividade voluntária, formal ou informal; os voluntários agem de sua livre vontade, segundo as suas próprias escolhas e motivações, não procurando obter qualquer contrapartida financeira; o voluntariado é uma viagem de solidariedade e um meio através do qual indivíduos e associações identificam e tentam dar resposta a necessidades e problemas humanos, sociais ou ambientais; o voluntariado é muitas vezes praticado em apoio a uma organização sem fins lucrativos ou a iniciativas de determinada comunidade. Também no domínio da protecção civil e da ajuda humanitária se afirma a importância de uma definição clara de áreas de atividade em que indivíduos e organizações podem complementar a desenvolvida pelas autoridades competentes.

As situações em matéria de segurança são de tal forma complexas que exigem uma abertura cada vez maior dos poderes públicos à sociedade, uma vez que os problemas que temos são produto da forma como interagimos uns com os outros, num determinado contexto, num determinado ambiente.

É neste sentido que se entende que os indivíduos, os cidadãos, na verdadeira aceção do conceito de cidadania, devem ser incentivados a participar ativamente na construção de soluções para esses problemas, discutindo-os, intervindo, exigindo, cooperando, numa relação aberta, disponível, entre os poderes públicos e a chamada sociedade civil – onde se inserem as organizações de voluntariado –, numa aprendizagem colectiva, sintonizados em torno de objetivos comuns.

As organizações de voluntariado no contexto do sistema nacional de protecção civil representam um potencial de enorme grandeza que não pode ser dispensado, nomeadamente na construção de cidadãos cada vez mais conscien-

tes e solidários em matéria de segurança e protecção.

O trabalho conjunto, entre organizações, envolve um processo profundo e de longo prazo, de aumento de capacidades, interacção e confiança, que incluirá o planeamento conjunto, a formação, a participação conjunta em exercícios e, naturalmente, a permanente avaliação de procedimentos e disponibilidade para a mudança. Este processo, gradual, deverá ser alicerçado em mecanismos de coordenação sólidos e em transparente comunicação.

No que importa ao planeamento é não só importante assegurar uma boa articulação na resposta, mas também no desenvolvimento de ações conjuntas em outras vertentes do sistema: no domínio técnico e científico, na análise e antecipação dos riscos e na sensibilização dos cidadãos para que estes cada vez mais se assumam como os primeiros agentes de protecção civil.

A Organização das Nações Unidas, através da Plataforma para a Redução de Catástrofes, tem vindo a reforçar a ideia-força de que “a resiliência de um grupo, comunidade, ou

**Voluntariado não é substituir o trabalho profissional nem significa trabalho precário. Trata-se de uma forma subsidiária de colaboração em prol do bem estar comum.**

organização, está dependente das capacidades que conseguem desenvolver e que lhes permitirão adaptar-se e fazer face a situações de mudança e perturbação, sem grandes danos, nem perda de recursos”. É um conceito que tem implícito outro, o da flexibilidade. As sociedades deverão ser flexíveis para enfrentarem situações novas, de

mudança. Em protecção civil não falamos de situações que se repetem. Pelo contrário, falamos de mudança e numa gestão do desastre focada na antecipação e centrado nas capacidades que em conjunto podemos desenvolver.

Mas acima de tudo, falar de segurança em protecção civil passa em primeiro lugar por discutir conceitos de igualdade ou desigualdade na forma como utilizamos os recursos do planeta e de como nos organizamos no espaço, acentuando ou reduzindo vulnerabilidades, evitando medos e alarmismos na forma como nos empenhamos todos na solução dos problemas.

*Anabela Saúde*

*Coordenadora do Gabinete de Voluntariado da Autoridade Nacional de Protecção Civil*

*anabela.saude@prociiv.pt*

## Acidentes rodoviários

# Ficha de Segurança garante maior rapidez no socorro a vítimas encarceradas



O Automóvel Clube de Portugal (ACP) tem disponível na sua página de Internet, uma Ficha de Segurança de formato normalizado e fácil interpretação pelas equipas de socorro, contendo informação técnica sobre os automóveis para facilitar a prestação de socorro a vítimas encarceradas. Esta Ficha de Segurança, que apresenta a marca, modelo e ano exato de fabrico do veículo, deve ser impressa em formato A4, dobrada em três e colocada na pala do automóvel no lado do condutor. A Ficha resulta de um trabalho realizado pelo Clube Automóvel da Alemanha (ADAC), que a Federação Internacional do Automóvel quer agora ver generalizado, é disponibilizada em inglês, espanhol e alemão pelo que o automobilista deve descarregar a legenda geral em português, disponível na mesma página.

O automobilista deve colar o autocolante identificativo disponibilizado com a ficha no vidro do automóvel, para que, em caso de emergência, as equipas de resgate saibam que a viatura dispõe desta informação.

De acordo com dados disponibilizados pelo ACP, reunidos pelo ADAC, 40% dos desencarceramentos em veículos com 20 anos concretiza-se até 50 minutos, enquanto nas viaturas fabricadas há 5 anos, esse tempo é superior a uma hora.

Os mesmos dados referem que cerca de 63% dos problemas com que se deparam as equipas de socorro podem resolver-se mais rapidamente com a Ficha de Segurança, pois facilita a identificação do veículo, os sistemas de segurança passiva e a extração da vítima. Ainda segundo a ADAC, as mortes que ocorrem nas primeiras horas após o acidente representam 75% do total, sendo esta a fase em que se pode salvar vidas com a prestação do socorro adequado.

O Ministério da Administração Interna, através da ANPC associou-se a esta iniciativa do ACP, tendo preparado e conduzido, em Carnaxide, no passado dia

21 de dezembro, uma demonstração tática de intervenção em cenário de acidente rodoviário com vítimas encarceradas, que serviu para a apresentação do projeto. Participaram nesta demonstração, para além da ANPC e do ACP, a GNR, a PSP, o Regimento de Sapadores Bombeiros de Lisboa, o INEM, a ANSR, a Liga dos Bombeiros Portugueses, a Associação Nacional de Bombeiros Profissionais, a Escola Nacional de Bombeiros, a Associação Portuguesa de Bombeiros Voluntários e os Corpos de Bombeiros de Algés, Dafundo, Linda-a-Pastora, Algés e Oeiras.

Simulacro de acidente com vítimas encarceradas, realizado no dia 21 de dezembro.



Mais informações em  
[www.acp.pt](http://www.acp.pt)

# O papel da Proteção Civil no ordenamento do território



**O ordenamento do território é uma face porventura menos visível da atividade da proteção civil mas que irá seguramente dar frutos a médio e longo prazo, através de uma melhor coexistência da ocupação do território com os riscos existentes.**

A gestão dos territórios como espaço natural onde se fixa o Homem sempre constituiu uma preocupação dos governantes, visível desde logo no planeamento das áreas urbanas. Exemplo disso foi a ação de D. Dinis, o Planeador, que no seu tempo fez quase todas as vilas e muralhas em Portugal, adaptadas à topografia dos lugares, demonstrando grande modernidade e acompanhamento do que eram as tendências do modo de vida urbano na Europa. As preocupações eram outras, com toda a certeza relacionadas com a necessidade de garantir o domínio do território e estabilidade de fronteiras, o poder e a administração civil e também religiosa. Na geografia e no território fazia-se a guerra.

Séculos depois, forças e poderes mudaram, mas o Estado continua a ser a principal referência no assegurar dos direitos das nações e dos cidadãos, transformações que se materializam também no território. O desejo de melhor ordenamento territorial acompanhou as revoluções da sociedade portuguesa. Quando a agricultura e floresta se destacavam como os setores mais tradicionais, elaboraram-se vários planos que apresentavam o ordenamento territorial como um fator de desenvolvimento económico e social do país.

O abandono dos campos, aldeias e vilas, à procura de me-

lhores condições de vida, perceptível sobretudo na década de 60, traduziu-se na criação de áreas suburbanas periféricas a Lisboa e Porto, justificando a primeira “Política de Solos” em 1970 (Decreto-Lei n.º 576/70, de 24 de novembro), minimizadora do caos instalado nas áreas urbanas.

No meio das dissonâncias, e não obstante a intenção de melhor ordenar, só em 1982 se define a figura do Plano Diretor Municipal (Decreto-Lei n.º 208/82, de 26 de maio), através do qual se estabeleceu a estrutura espacial do município, a classificação dos solos, os perímetros urbanos e os indicadores urbanísticos, abrangendo todo o território municipal. No ano seguinte foi criada a figura dos Planos Regionais de Ordenamento do Território (Decreto-Lei n.º 338/83, de 20 de julho) e só mais tarde surgem os Planos Especiais de Ordenamento do Território (1990), obrigando à necessária articulação entre si, conseguida em 1995 (Decreto-Lei n.º 151/95, de 24 de junho).

É em 1998 que se define a Lei de Bases da Política do Ordenamento do Território e Urbanismo (Lei n.º 48/98, de 11 de agosto) assumindo-se pela primeira vez o conceito de “Sistema de Gestão Territorial”, o qual estabeleceu as formas de articulação entre os planos às várias escalas territoriais.

O poder local foi tornando-se sinal de sociedade contemporânea e mais democrática, permitindo uma maior participação e capacidade de decisão de quem vive os territórios.

A gestão dos recursos naturais, da qualidade de vida e bem-estar dos cidadãos, numa sociedade assente nos princípios do direito e da equidade, são as novas formas de



poder de sociedades mais globalizadas, mais exigentes, a todos os níveis incluindo o direito à segurança.

É neste contexto de mudanças que em 2007 (Lei n.º 58/2007, de 4 de setembro) se aprova o Programa Nacional da Política de Ordenamento do Território (PNPOT) o qual, com base no relatório de caracterização dos principais problemas de ordenamento territorial, define uma estratégia que visa resolver os principais problemas identificados no território, sendo o compromisso intergeracional assumido como uma preocupação. Nos grandes domínios em que se agrupam os problemas de Ordenamento, o PNPOT identifica prioritariamente a ineficiente gestão dos riscos, para o que contribui a insuficiente consideração dos riscos do âmbito da proteção civil nas ações de ocupação e transformação do território.

A ANPC soube interpretar este contexto consagrando na sua estrutura orgânica um Núcleo de Gestão e Ordenamento Territorial, ao qual compete, em matéria de proteção civil, desenvolver e acompanhar os processos de planeamento e gestão do território aos níveis regionais e locais. Tem sido um caminho percorrido com crescente participação dos representantes da ANPC em Comissões de Acompanhamento de Planos Municipais de Ordenamento do Território (PMOT), presença referida como mais-valia para a salvaguarda de pessoas e bens, ao assegurar a imposição de condicionantes à ocupação do solo de modo a garantir que as populações não fiquem sujeitas a novos riscos ou ao incremento de vulnerabilidades existentes.

Ao longo de 2011, a ANPC acompanhou 245 processos

de elaboração ou revisão de PMOT, participou em mais de uma centena de processos de avaliação de impacto ambiental e assegurou a representação do Ministério da Administração Interna na Comissão Nacional da Reserva Ecológica Nacional, na qual foram analisados mais de 60 processos de delimitação da rede ecológica fundamental. Em todos estes procedimentos, a ANPC procurou, de modo participado e construtivo, materializar dois dos princípios fundamentais da atividade de proteção civil: o da Prioridade, dando prevalência à prossecução do interesse público relativo à proteção civil sempre que estava em causa a ponderação de interesses conflituantes, e o da Prevenção, considerando, de forma antecipada, os riscos de acidente grave ou de catástrofe, de modo a eliminar as próprias causas ou a reduzir as suas consequências.

*Maria Anderson*

*maria.anderson@prociv.pt*

*Maria Mendonça*

*maria.mendonca@prociv.pt*

*Núcleo de Gestão e Ordenamento Territorial  
da Autoridade Nacional de Protecção Civil*

**L**isboa, cidade de relevância estratégica a nível nacional, apresenta-se hoje em dia sensível a diversas suscetibilidades, as quais podem ser previsíveis ou inesperadas, incidentes sobre áreas mais ou menos circunscritas, com períodos de retorno desiguais e causadores de danos potencialmente elevados.

Baseado na realidade vigente, em acontecimentos históricos, ocorrências e na caracterização concelhia, o Serviço Municipal de Proteção Civil de Lisboa (SMPC) tem investido na consciencialização para uma cultura de segurança, através da análise de potenciais riscos coletivos na cidade.

Tendo por base a legislação vigente, publicações, parcerias e estudos de Investigação e Desenvolvimento, foi definida uma metodologia de avaliação dos riscos para o município de Lisboa, apesar de se estar ciente que estes não se circunscrevem a limitações administrativas.

A estratégia seguida recorreu a ferramentas de Sistemas de Informação Geográfica, um sistema complexo em que prevalece a componente espacial em associação à alfanumérica, de rápida gestão de informação, indispensável ao acompanhamento e resposta de situações de emergência. O trabalho desenvolvido integra a atual revisão do Plano Municipal de Emergência e o PDM, dois instrumentos de planeamento estratégico, que funcionam tanto como um interface entre o ordenamento do território e a gestão de riscos de âmbito local, como orientadores das opções a seguir pelo município, no sentido

de evitar a ocupação indevida de áreas de maior suscetibilidade às fragilidades locais.

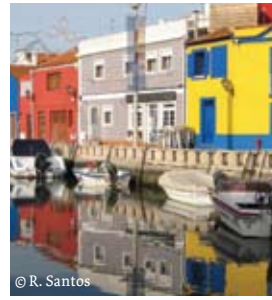
Pareceres técnicos integrados em Planos de Pormenor, em Programas Estratégicos de Reabilitação Urbana ou outros instrumentos, informação para Planos de Segurança Internos, participação em encontros, projetos, estágios académicos e trabalhos de investigação, são exemplos da prática corrente do Serviço, de continuar esta caminhada de especialização e apoio, na área dos riscos coletivos.

Partindo de uma caracterização municipal, da definição de cenários para acontecimentos graves ou muito graves, do cruzamento da estimativa do nível de probabilidade e gravidade, definiram-se graus de risco por suscetibilidade e produziu-se uma carta integrada que identifica a faixa ribeirinha como a área mais sensível da cidade. À elevada suscetibilidade ao efeito da maré, acresce a forte vulnerabilidade à inundação, aos efeitos sísmicos associados ou não a um tsunami, entre outros.

*Maria João Telhado  
SMPC de Lisboa  
joao.telhado@cm-lisboa.pt*



©Portos de Portugal



© R. Santos

**A**veiro possui 22 estabelecimentos industriais abrangidos pelo Decreto-Lei 254/2007, de 12 de julho, o que representa 13% dos estabelecimentos registados a nível nacional. Destes, 12 instalações classificam-se no nível superior de perigosidade e 10 no nível inferior.

### Pode a Proteção Civil contribuir para reduzir a exposição ao risco? Lisboa e Aveiro apoiam-se no Ordenamento do Território para esse desígnio.

Ílhavo e Estarreja possuem o maior número de “indústrias Seveso,” com Planos de Emergência Externos aprovados. Tendo presente as consequências para o Homem e o Ambiente de um acidente grave numa destas instalações e a sua proximidade a aglomerados populacionais, a questão de como conciliar a sua presença com a segurança da população torna-se um assunto complexo, para a qual uma resposta concertada do ordenamento do território e do planeamento de emergência se configura essencial em matéria de prevenção e mitigação de riscos.

O artigo 5.º do citado Decreto-Lei prevê que os planos municipais de ordenamento do território (PMOT) assegurem a fixação de distâncias de segurança adequadas entre os

estabelecimentos abrangidos e zonas residenciais, vias de comunicação, locais frequentados pelo público e zonas ambientalmente sensíveis. Presentemente, e dada a ausência de critérios de referência, a Agência Portuguesa do Ambiente tem-se pronunciado caso-a-caso, mediante consulta das Câmaras. Complementarmente, a participação da ANPC nas Comissões de Acompanhamento dos Planos Municipais de Ordenamento do Território tem sido de grande importância, sendo que, pelo menos num caso específico no distrito de Aveiro, foi conseguido estabelecer e regulamentar uma faixa de proteção.

Por sua vez, a Diretiva que estabelece as normas técnicas para a elaboração dos planos de emergência de proteção civil (Resolução 25/2008) prevê, no seu artigo 8.º, a articulação destes com os PMOT. Atendendo a que, por força do legalmente disposto, muitos municípios se encontram a rever ambos os instrumentos, tem sido uma preocupação nos pareceres emitidos pela ANPC o reforço desta necessidade, designadamente através da identificação e caracterização dos riscos e vulnerabilidades associados à existência destas indústrias e da proposta de medidas mitigadoras e da regulamentação do uso do solo na sua envolvente.

*Margarida Guedes  
ANPC / Comando Distrital  
de Operações de Socorro de  
Aveiro  
margarida.guedes@prociv.pt*

## Olhares sobre a Proteção Civil

# Cidadãos participam na análise dos riscos e ordenamento do território



Sessão-debate realizado na Cova da Moura, Amadora.

**I**niciou-se em 2010, por iniciativa da ANPC, um conjunto de debates intitulado *Olhares Sobre a Proteção Civil*, cujo principal desafio foi o de permitir a reflexão e debate em torno das temáticas do ordenamento do território e da perceção dos riscos.

Depois da primeira sessão ter permitido um olhar diferente sobre o Bairro da Liberdade, em Lisboa, a sessão realizada em 2011, a propósito do Plano de Pormenor de Requalificação do Bairro da Cova da Moura, lançou um novo desafio: levar a população a refletir sobre os riscos coletivos, através da divulgação de medidas de autoproteção em reforço antissísmico nas casas, bem como da análise das condições de segurança contra incêndio em edifícios e da facilitação da intervenção dos bombeiros.

O Bairro da Cova da Moura, na periferia da Amadora, desenvolveu-se clandestinamente a partir dos anos 70 do século passado, nas freguesias da Buraca e da Damaia.

Os moradores construíram as suas próprias casas, rodeados de campo e na esperança de uma vida melhor. Juntaram-se para sobreviver à adversidade quotidiana e a guerras mais vastas e longínquas. Souberam unir-se para resolver questões básicas de carácter coletivo: saneamento básico, creches e escola para as crianças, tendo fundado várias associações. Presentemente o bairro tem uma população que ronda os 6000 habitantes concentrados em 19 hectares, e está rodeado de vias rápidas, como se de uma ilha se tratasse. Na sua maioria esta população é imigrante, oriunda de diversos países como Cabo Verde, Angola, Guiné-Bissau, Europa de Leste, mas inclui também portugueses do Norte e Centro e também das ex-colónias. Neste bairro sem passeios, deparamo-nos com uma paisagem social notável. Entrar nele é uma surpresa e uma viagem a um lugar expressivo, com personalidade, único. Há uma simpatia de acolhimento. As ruas são o prolongamento da casa, as crianças brincam, a música está naturalmente presente, as pessoas conhecem-se. Entende-se, assim,

estarmos perante um património existente, tanto de vivências humanas como do edificado que interessa fortalecer, requalificando espaços envolventes com ensombramento de ruas, criando jardins e hortas em espaços residuais. Segurança, bem-estar e afetos são componentes de uma fórmula que importa pôr em prática.

Colaboraram empenhadamente nesta última sessão técnicos da ANPC e especialistas de outras instituições experimentando viver o *Djunta Mo*, slogan do bairro para manifestar a vontade de Juntar as Mãos.

Esta conjugação de esforços demonstrou a capacidade multiplicadora que podem ter ações como estas, mais próximas das comunidades. Por outro lado, o facto de o próprio meio científico ter adotado uma postura de maior acessibilidade, interessada em definir soluções ao alcance desta comunidade, foi igualmente uma experiência valorizada tanto pelos intervenientes como por observadores externos. Tal permitiu lançar pontes para o futuro, nomeadamente para a discussão, a concretizar ao longo deste ano, em torno da avaliação e das medidas de reforço ou requalificação aplicáveis a equipamentos de proteção civil.

Uma palavra de agradecimento é dirigida à Associação Cultural Moinho da Juventude, sua direção, colaboradores, moradores e crianças, tendo estas últimas desempenhado o papel de pequenos embaixadores de Cabo Verde em Portugal. Experiências que não se esquecem.

Ana Gonçalves da Silva

[ana.silva@prociv.pt](mailto:ana.silva@prociv.pt)

Maria Anderson

[maria.anderson@prociv.pt](mailto:maria.anderson@prociv.pt)

Núcleo de Ordenamento e Gestão Territorial da ANPC

Henrique Vaz Pato

[henrique.pato@prociv.pt](mailto:henrique.pato@prociv.pt)

Unidade de Recursos Tecnológicos da ANPC

## 1 de janeiro INÍCIO DA PRESIDÊNCIA DINAMARQUESA DA UNIÃO EUROPEIA.

Sucedendo à Polónia, a Dinamarca inicia no dia 1 de janeiro de 2012 a Presidência do Conselho da União Europeia. No domínio da Proteção Civil, a presidência da Dinamarca ficará marcada por diversas iniciativas sobre segurança nuclear, no seguimento dos acontecimentos ocorridos em Fukushima, Japão, em março de 2011.

Em julho de 2012 será Chipre a exercer o cargo.

## 16 a 18 de janeiro, Copenhaga WORKSHOP "IMPROVING CIVIL PROTECTION THROUGH LESSONS LEARNT".

Este encontro representará uma oportunidade para discutir a possibilidade de criação de um enquadramento prático e de simples utilização das lições aprendidas nas intervenções da Proteção Civil, com o intuito de melhorar o Mecanismo Comunitário, de acordo com um programa estruturado.

## 19 de janeiro, Lisboa MÓDULO DEDICADO ÀS FORÇAS DE SEGURANÇA E PROTEÇÃO CIVIL DO CURSO DO INSTITUTO DE DEFESA NACIONAL "CIDADANIA E SEGURANÇA".

Este curso, dirigido a professores dos ensinos básicos e secundário, teve início no dia 7 de dezembro e terminará no dia 25 de janeiro. Para este módulo, elementos da ANPC, da GNR e da PSP farão uma abordagem do enquadramento constitucional, estrutura e missões daqueles serviços e forças, no contexto da segurança nacional.

**ANTES DE VIAJAR**

- Informe-se sobre as previsões meteorológicas;
- Informe alguém sobre a sua deslocação, qual o percurso que vai seguir e a hora prevista de chegada;
- Leve consigo um telemóvel carregado;

**DE AUTOCARRO**

- Dê o seu contacto a quem elabora a lista das pessoas que viajam no autocarro;
- Memorize a matrícula do autocarro e outros dados de identificação;
- Evite afastar-se do seu grupo.

**DE AUTOMÓVEL**

- Faça a revisão do nível de combustível, luzes e travões e certifique-se que tem anticongelante no radiador;
- Utilize correntes para a neve se for caso disso;
- Leve um estojo de primeiros socorros, agasalhos e alimentos;
- Conduza com velocidade adequada às condições atmosféricas e à via;
- Evite acelerações ou travagens bruscas, use o motor e tenha atenção às zonas sombrias devido à formação de gelo.

**PASSEIO PEDESTRE**

- Leve roupa e calçado apropriados;
- Leve uma lanterna, um cobertor, água, telemóvel carregado, GPS ou carta militar;
- Nunca faça um passeio sozinho.

**SE FICOU PERDIDO OU IMOBILIZADO**

- Mantenha a calma;
- Procure um ponto de referência;
- Alerte as autoridades via **112**: informe sobre o local onde se encontra e o número de pessoas que estão consigo;
- Mantenha o telemóvel ligado e disponível;
- Mantenha-se no local que indicou;
- Faça movimentos para activar a circulação sanguínea;
- Procure manter-se acordado e seco;
- Aguarde pelas equipas de resgate, que podem demorar.

**SE ESTÁ NO AUTOMÓVEL**

- Permaneça dentro do veículo;
- De hora a hora, ligue o aquecimento cerca de 10 minutos e mantenha o tubo de escape limpo de neve.

**SE ESTÁ A PÉ**

- Procure um abrigo de montanha e proteja-se do vento.

**SIGA SEMPRE AS INDICAÇÕES DAS AUTORIDADES**

**SE FORES PASSEAR NA SERRA**

**TEM ATENÇÃO AO MAU TEMPO**

- Antes de partir informa-te sobre as previsões meteorológicas e não vás se houver suspeita de mau tempo;
- Se o tempo piorar, regressa imediatamente pelos caminhos marcados.

**VAI BEM EQUIPADO E PREPARADO**

**CALÇADO:** Usa sapatos ou botas com solas antiderrapantes;

**VESTUÁRIO:** Leva agasalhos e um impermeável;

**ALIMENTOS:** Leva contigo água e alimentos; É ainda aconselhável levares uma caixa de primeiros socorros, um apito e, se tiveres, um telemóvel com a bateria carregada.

**NÃO TE AVENTURES NA NEVE**

- A neve é escorregadia e pode provocar quedas;
- Toma atenção pois a neve esconde buracos e fendas;
- Não te aproximes dos declives, podes cair num precipício.

**SE TE PERDERES**

- Mantém a calma;
- Não saias do local onde viste o teu grupo pela última vez;
- Se tiveres telemóvel liga o **112** e explica onde estás;
- Procure manter-te acordado e seco;
- Aguarda pelas equipas de resgate, que podem demorar.

**PROCIV** PUBLICAÇÃO MENSAL

Projecto co-financiado por:



**Edição e propriedade** – Autoridade Nacional de Protecção Civil **Director** – Arnaldo Cruz  
**Coordenação** – Filipe Távora **Redação e paginação** – Núcleo de Sensibilização, Comunicação e Protocolo  
**Design** – Barbara Alves **Impressão** – Europress **Tiragem** – 2000 exemplares **ISSN** – 1646–9542

**Os artigos assinados traduzem a opinião dos seus autores. Os artigos publicados poderão ser transcritos com identificação da fonte.**

**Autoridade Nacional de Protecção Civil** Pessoa Coletiva n.º 600 082 490 **Av. do Forte em Carnaxide / 2794–112 Carnaxide**  
 Telefone: 214 247 100 **Fax: 214 247 180** nscp@prociv.pt **www.prociv.pt**