



AMADORA
Cidade

PROGRAMA DE SENSIBILIZAÇÃO PARA A REDUÇÃO DOS RISCOS

COMUNIDADE ESCOLAR
PÚBLICA E PRIVADA

2019 | 2020

a m a d o r a

FICHA TÉCNICA

Título

Programa de Sensibilização
para a Redução dos Riscos | 2019-2020

Documento elaborado por:

Equipa da Campanha “Amadora. Liga à Resiliência” (2010 – 2020)

Colaboração:



Localidade

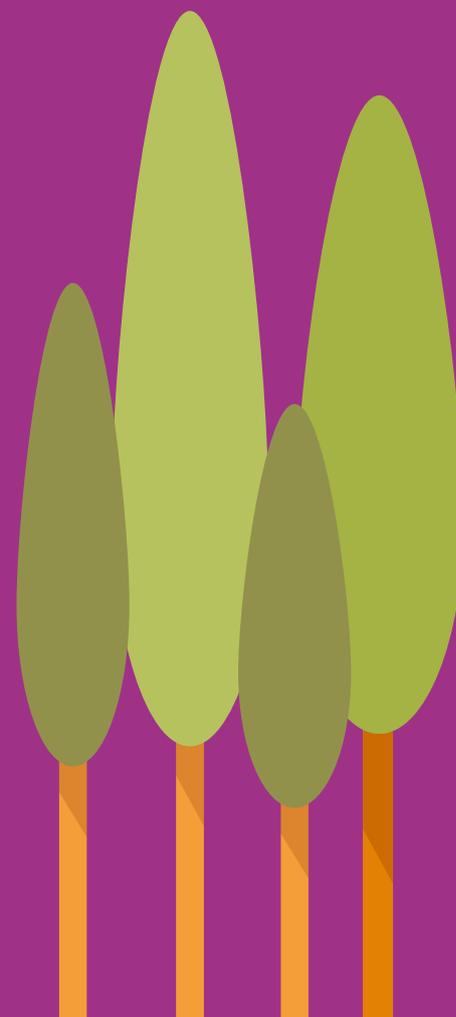
Amadora

Páginas

20

Edição

Setembro/2019



ÍNDICE

MENSAGEM DA PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DA AMADORA	4
1. AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO PARA A COMUNIDADE ESCOLAR	7
1.1. CALENDARIZAÇÃO DAS AÇÕES	8
1.1.1. EDUCAR PARA PREVENIR	9
1.1.2. PREVENIR PARA PROTEGER	9
1.1.3. VIVER SEM RISCOS COM TINONI	10
1.1.4. SOS INCÊNDIOS URBANOS	10
1.1.5. EXERCICIO SOS SISMO	11
1.1.6. SOS INCÊNDIOS FLORESTAIS	11
1.1.7. PREPARAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA EM CENÁRIO DE CATÁSTROFE	12
1.1.8. SEGURANÇA INFANTIL	12
1.1.9. PREVENÇÃO RODOVIÁRIA	13
1.1.10. TÉCNICAS ELEMENTARES PRIMEIROS SOCORROS	13
1.1.11. WORKSHOP “ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS – FENÓMENOS EXTREMOS”	14
1.1.12. TONI SOCORRISTA	14
1.1.13. EU E O MEU AMIGO PLANETA	15
1.2. INSCRIÇÃO	16
CONTACTOS	19

MENSAGEM DA PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DA AMADORA

A redução do risco de desastre tem cada vez mais vindo a adquirir um papel de destaque nos quadros de ação das entidades e da administração governamental, a várias escalas.

O risco, apesar de nunca poder ser reduzido a um valor nulo, pode e deve ser diminuído ao máximo, de forma a garantir a segurança das pessoas, bens e património dentro de cada área geográfica.

É da responsabilidade do Estado a promoção das medidas de autoproteção, mas é dever do cidadão ter um papel interveniente na sociedade, promovendo uma cultura de segurança, convertendo-se no primeiro agente de proteção civil.

A sua atuação pode efetivar-se em vários cenários, como na sua casa, na escola, no local de trabalho e na comunidade onde vive.



É fundamental que o cidadão esteja informado e sensibilizado para que tenha um papel ativo na redução do número de ocorrências no Município da Amadora, e conseqüentemente na redução dos riscos a que está exposto.

Foi nesse pressuposto que em 2010 o Município lançou o "Programa de Sensibilização para a Redução dos Riscos", em parceria com as várias entidades de socorro e segurança, e que tendo vindo a ganhar expressão, tanto na comunidade escolar (jardim de infância, 1º/2º/3º ciclo e secundário), bem como nas associações e instituições de cariz social.

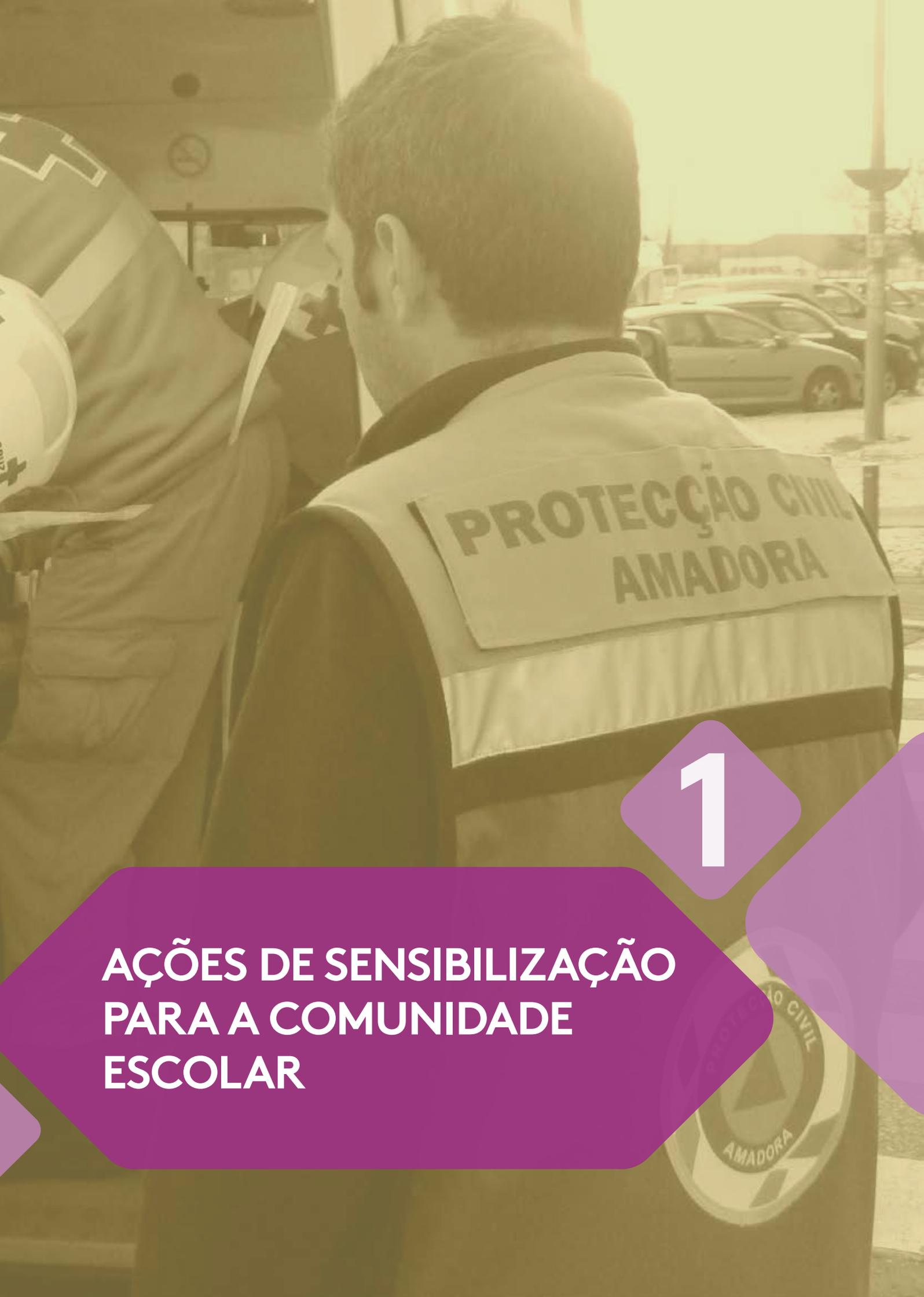
De forma a garantir a continuidade deste programa, face ao seu papel estruturante para uma comunidade mais resiliente, para o período 2019-2020, iremos continuar a desenvolver ações de informação e sensibilização em matéria de prevenção e autoproteção em situações de emergência.



Carla Maria Nunes Tavares







**PROTECCÃO CIVIL
AMADORA**

1

**AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO
PARA A COMUNIDADE
ESCOLAR**

1.1 CALENDARIZAÇÃO DAS AÇÕES

TEMÁTICAS/DATAS	OUT	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN
CRECHES/JARDINS DE INFÂNCIA									
Educar Para Prevenir	X	X	X	X	X	X	X	X	X
PRIMEIRO CICLO									
Prevenir Para Proteger		X	X	X	X	X	X		
Viver Sem Riscos com o Tinoni	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Segurança Infantil		X	X	X	X	X	X	X	X
Toni Socorrista	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Prevenção Rodoviária		X	X	X	X	X	X	X	X
Eu e o Meu Amigo Planeta		X	X	X	X	X	X	X	
SEGUNDO CICLO									
Exercício SOS Sismo		X	X	X	X	X	X	X	X
SOS Incêndios Urbanos			X	X	X	X	X	X	X
Técnicas Elementares Primeiros Socorros	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Segurança Infantil	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Prevenção Rodoviária	X	X	X	X	X	X	X	X	X
TERCEIRO CICLO									
Exercício SOS Sismo			X	X	X	X	X	X	X
SOS Incêndios Urbanos			X	X	X	X	X	X	
SOS Incêndios Florestais				X	X	X	X	X	
Técnicas Elementares Primeiros Socorros		X	X	X	X	X	X	X	X
Preparação e Sobrevivência em Cenário de Catástrofe	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Workshop "Alterações Climáticas - Fenómenos Extremos"					X	X	X	X	X
ENSINO SECUNDÁRIO, PROFISSIONAL E VOCACIONAL									
Preparação e Sobrevivência em Cenário de Catástrofe	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Técnicas Elementares Primeiros Socorros	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Workshop "Alterações Climáticas - Fenómenos Extremos"					X	X	X	X	X
PROFESSORES									
Técnicas Elementares Primeiros Socorros			X			X	X		
MÊS DISPONÍVEL PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO									X

As ações aqui apresentadas servem como complemento aos currículos escolares, que ao longo dos períodos do ano letivo focam algumas problemáticas relacionadas com o risco, o desastre, a segurança e as medidas de autoproteção. Não se pretende, em circunstância alguma, substituir os conteúdos programáticos presentes nos manuais escolares. A marcação de datas e horários de ações de sensibilização, estão condicionadas a possibilidade das entidades que as ministram.

1.1.1. EDUCAR PARA PREVENIR

A ação "Educar para Prevenir" nasce de uma parceria com o Projeto "Academia Sénior Proteção Civil da Amadora", destinada aos alunos dos J.I, apelando de uma forma mais prática para a prevenção e segurança em casa e na escola.

EDUCAR PARA PREVENIR	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL/ACADEMIA SÉNIOR PROTEÇÃO CIVIL
DURAÇÃO DA AÇÃO	45 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO NA ESCOLA EM SITUAÇÃO DE DESASTRE 2. MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO EM CASA
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR CRECHES – JARDINS DE INFÂNCIA
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS NOVEMBRO A JUNHO

1.1.2. PREVENIR PARA PROTEGER

Na ação "Prevenir para Proteger", é exibido o filme "Evacuação de uma escola numa situação de emergência", apresenta-se as funcionalidades de um "kit de emergência" e são distribuídas fichas pedagógicas sobre prevenção e segurança.

PREVENIR PARA PROTEGER	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	EQUIPA DA CAMPANHA "AMADORA. LIGA À RESILIÊNCIA"
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. KIT EMERGÊNCIA 2. EVACUAÇÃO DE UMA ESCOLA EM SITUAÇÃO DE EMERGÊNCIA 3. FICHAS PEDAGÓGICAS "PREVENIR PARA PROTEGER"
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR 1º CICLO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS NOVEMBRO A ABRIL
OUTRAS INFORMAÇÕES	*Esta ação de sensibilização destina-se apenas aos alunos do 4º ano do 1º ciclo

1.1.3. VIVER SEM RISCOS COM O TINONI

Esta ação permite que as crianças aprendam de uma forma divertida conceitos apropriados, como reconhecer quais os locais seguros e perigosos nas nossas casas, escola ou trabalho. Promove ainda de forma lúdica a sensibilização das crianças para o tema do risco, transmite conhecimentos e estimula as novas gerações a tomarem consciência e a estarem melhor preparadas.

VIVER SEM RISCOS COM O TINONI	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL POLÍCIA MUNICIPAL AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. ACIDENTES EM CASA 2. ACIDENTES NA RUA
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR 1º CICLO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS OUTUBRO A JUNHO

1.1.4. SOS INCÊNDIOS URBANOS

Os incêndios urbanos são as ocorrências que mais se registam no Município da Amadora. Assim sendo, torna-se fundamental nesta ação abordar as causas e consequências deste fenómeno que assola o território, muitas vezes de forma dramática.

SOS INCÊNDIOS URBANOS	
ENTIDADES A MINISTRAR A AÇÃO	BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DA AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. INCÊNDIOS URBANOS NA AMADORA 2. TRIÂNGULO DO FOGO E MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO 3. CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS DOS INCÊNDIOS URBANOS
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR 2º CICLO - 3º CICLO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS DEZEMBRO A JUNHO

1.1.5. EXERCÍCIO SOS SISMO

Na ação “Exercício SOS Sismo” é focada as causas e consequências de um sismo. Além de olharmos para os últimos grandes sismos, à escala mundial, e o que deveremos fazer para estarmos preparados, esta ação servirá para que os alunos percebam o papel do cidadão antes, durante e depois de um sismo.

EXERCÍCIO SOS SISMO	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. FORÇAS INTERNAS DO PLANETA E RISCO SÍSMICO 2. TERRAMOTO 1755 E PREVENÇÃO
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR 2º CICLO - 3º CICLO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS NOVEMBRO A JUNHO

1.1.6. SOS INCÊNDIOS FLORESTAIS

Esta ação tem como finalidade apresentar o panorama dos incêndios florestais à escala nacional, distrital e local, e demonstrar o papel de cada um de nós na gestão da floresta e prevenção dos fogos.

SOS INCÊNDIOS FLORESTAIS	
ENTIDADES A MINISTRAR A AÇÃO	BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DA AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. A FLORESTA 2. INCÊNDIOS: CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS 3. PREVENÇÃO
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR 3º CICLO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS JANEIRO A MAIO
OUTRAS INFORMAÇÕES	*Ação de sensibilização com visita á zona florestal com 2 turmas.

1.1.7. PREPARAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA EM CENÁRIO DE CATÁSTROFE

É impossível, a cada um de nós, estar completamente preparado para uma situação de desastre. No entanto, uma preparação adequada pode dar ao cidadão uma maior capacidade de sobrevivência num cenário de adversidade. Assim, a ação "Preparação e Sobrevivência em Cenário de Catástrofe", pretende dar a conhecer quais as técnicas e conhecimentos a ter em conta para resistirmos a uma catástrofe.

PREPARAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA EM CENÁRIO DE CATÁSTROFE	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	EQUIPA COMUNITÁRIA DE RESPOSTA A EMERGÊNCIA (ECRE)
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. INTRODUÇÃO E CONTEXTUALIZAÇÃO DO TEMA
	2. PREPARAÇÃO FÍSICA E PSICOLÓGICA E EQUIPAMENTO
	3. TÉCNICAS DE SOBREVIVÊNCIA E AUTO-PROTEÇÃO
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR 3º CICLO / SECUNDÁRIO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS
	OUTUBRO A JUNHO

1.1.8. SEGURANÇA INFANTIL

O mundo atual apresenta uma infinidade de situações adversas e é para as crianças que esta ação de sensibilização é orientada, propondo-se aquisição de novos hábitos e rotinas.

SEGURANÇA INFANTIL	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA - DIVISÃO DA AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. CONSELHOS DE SEGURANÇA NAS DESLOCAÇÕES NA RUA
	2. CONSELHOS DE SEGURANÇA EM CASA
	3. CONSELHOS DE SEGURANÇA NO PARQUE
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR 1º E 2º CICLO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS
	NOVEMBRO A JUNHO

1.1.9. PREVENÇÃO RODOVIÁRIA

Esta ação tem como principal missão prevenir os acidentes rodoviários e a redução das suas consequências, transmitindo conceitos de segurança rodoviária, nas deslocações entre casa e escola, bem como no seu quotidiano.

PREVENÇÃO RODOVIÁRIA	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA - DIVISÃO DA AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. CONSELHOS DE SEGURANÇA RODOVIÁRIA
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR 1º E 2º CICLO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS NOVEMBRO A JUNHO

1.1.10. TÉCNICAS ELEMENTARES PRIMEIROS SOCORROS

Os acidentes e as situações de doença súbita podem, em alguns casos, ser evitados através da adoção de medidas preventivas ou pela simples mudança de hábitos de vida. A forma mais eficaz de eliminar ou reduzir, nas vítimas, as sequelas que resultam destes incidentes, é através do socorro prestado nos primeiros minutos que sucedem ao incidente.

EU E O MEU PLANETA	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	CRUZ VERMENHA PORTUGUSA – DELEGAÇÃO AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. COMPREENDER CONCEITOS E PROCEDIMENTOS CORRETOS 2. SABER INICIAR E PARAR AS MANOBRAS DE SBV 3. POSIÇÃO LATERAL DE SEGURANÇA 4. IDENTIFICAR OBSTRUÇÃO DA VIA AÉREA, COMO AGIR!
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR 3º CICLO - PROFESSORES E SECUNDÁRIO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS NOVEMBRO A JUNHO

1.1.11. WORKSHOP “ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS - FENÓMENOS EXTREMOS”

Os Workshops “Alterações Climáticas” estão contemplados também no Programa de Educação Ambiental, do Eco Espaço (Divisão de Ambiente e Desenvolvimento Sustentável) e tem como finalidade discutir com os alunos os conceitos de efeito de estufa, aquecimento global e as soluções para combater as alterações climáticas.

WORKSHOP “ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS - FENÓMENOS EXTREMOS”	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. A ATMOSFERA
	2. A AÇÃO DO HOMEM
	3. VARIAÇÃO DO CLIMA E EFEITO DE ESTUFA
	4. O IMPACTO DO AQUECIMENTO GLOBAL
	5. COMBATER AS ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS. SOLUÇÕES E DESAFIOS
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR 3º CICLO - SECUNDÁRIO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS FEVEREIRO A JUNHO
OUTRAS INFORMAÇÕES	Workshop de sensibilização para 2 turmas de cada vez.

1.1.12. TONI SOCORRISTA

Qualquer pessoa pode encontrar-se numa situação de ter de socorrer alguém, sendo necessário saber como atuar com eficácia. Não podemos esquecer que as crianças, na atuação da emergência, têm perceções diferentes das dos adultos, nomeadamente em situação de doenças.

TONI SOCORRISTA	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	CRUZ VERMELHA PORTUGUESA – DELEGAÇÃO AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. PREVENÇÃO
	2. ALERTAS
	3. NOÇÕES BÁSICAS DE SOCORRO
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR 1º CICLO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS OUTUBRO A JUNHO
OUTRAS INFORMAÇÕES	Realização de uma ação por mês com o min. 2 Turmas

1.1.13. EU E O MEU AMIGO PLANETA

Promover a mudança de atitudes e de comportamentos face ao ambiente, tendo em vista os benefícios para a saúde da população.

EU E O MEU PLANETA	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	UPS ANTÓNIO LUZ – ACES AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	40 MINUTOS
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. RAIO-X À SAÚDE DO PLANETA. 2. PLANETA DOENTE = PESSOAS DOENTES – RISCOS PARA A SAÚDE QUE AS ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS PODEM CRIAR E AUMENTAR. 3. COMO AJUDAR O PLANETA A FICAR MELHOR? ATITUDES E COMPORTAMENTOS ADEQUADOS NO QUOTIDIANO ESCOLAR E FAMILIAR EM RELAÇÃO AOS RESÍDUOS, ÁGUA, AR, SOLO E TODOS OS RECURSOS NATURAIS À NOSSA VOLTA.
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR 1º CICLO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS OUTUBRO A MAIO



1.2. INSCRIÇÃO

De modo a comunidade escolar ter acesso às ações de informação e sensibilização propostas, os interessados deverão:

- **Enviar Email**, com os dados solicitados (**Nome da ação pretendida, ano, turma, nº de alunos, data e hora pretendida**) para correio eletrónico carlos.rocha@cm-amadora.pt ou protecao.civil@cm-amadora.pt;
- Caso a mesma escola tenha várias turmas para a mesma ação, **poderão enviar um calendário com as turmas e os horários pretendidos**, para o mês em que se realizará a ação, e enviar para carlos.rocha@cm-amadora.pt ou protecao.civil@cm-amadora.pt;
- **As inscrições deverão ser enviadas um mês antes da mesma se iniciar**. Ou seja, se uma ação estiver prevista para o mês de abril, as inscrições deverão chegar ao Serviço Municipal de Proteção Civil no mês de março;
- **Todas as ações têm necessidade de projetor e computador.**









CONTACTOS

ENTIDADE: Serviço Municipal de Proteção Civil | Câmara Municipal da Amadora

MORADA: Estaleiro Municipal (Pavilhão J) | Moinhos da Funcheira
Estrada Serra da Mira | 2650-092 Amadora

TELEFONES: +351 21 436 90 15
Extensões (interno): 1551

CORREIO ELETRÓNICO: carlos.rocha@cm-amadora.pt
protecao.civil@cm-amadora.pt

