



# PROGRAMA DE INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO PARA A REDUÇÃO DO RISCO DE DESASTRE NO MUNICÍPIO DA AMADORA 2014-2015



**AMADORA**  
Cidade



## FICHA TÉCNICA

### Título

Programa de Informação e Sensibilização para a Redução do Risco de Desastre no Município da Amadora | 2014-2015

### Documento elaborado por:

Equipa da Campanha Local 2010-2015 "Sempre em Movimento, Amadora é Resiliente"

### Coordenação:



### Colaboração e apoio:



### Documento elaborado no âmbito da Campanha Local 2010-2015 "Sempre em Movimento, Amadora é Resiliente"



### Localidade

Amadora

### Páginas

52

### Edição

1ª / Setembro/2014





## INDICE

<b>NOTA INTRODUTÓRIA .....</b>	<b>5</b>
<b>1. A IMPORTÂNCIA DA INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO PARA A REDUÇÃO DO RISCO DE DESASTRE NO MUNICÍPIO DA AMADORA.....</b>	<b>7</b>
1.1. ENQUADRAMENTO .....	8
1.2. INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO À COMUNIDADE .....	10
<b>2. AÇÕES DE INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO PARA A COMUNIDADE ESCOLAR .....</b>	<b>14</b>
2.1. AÇÕES TEÓRICAS – PRÁTICAS: CALENDARIZAÇÃO .....	15
2.1.1. PREVENIR PARA PROTEGER.....	17
2.1.2. SOCORRISMO INFANTIL (6-8 ANOS).....	18
2.1.3. VIVER SEM RISCOS COM O TINONI .....	19
2.1.4. GESTOS QUE SALVAM .....	20
2.1.5. NÓS E OS RISCOS.....	21
2.1.6. SOCORRISMO JUVENIL (9-13 ANOS) .....	22
2.1.7. INCÊNDIOS URBANOS .....	23
2.1.8. TÉCNICAS ELEMENTARES DE PRIMEIROS SOCORROS .....	24
2.1.9. EXERCÍCIO SOS SISMO .....	25
2.1.10. INCÊNDIOS FLORESTAS .....	26
2.1.11. ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS .....	27
2.1.12. OCUPAÇÃO ANTRÓPICA: RISCOS vs. PLANEAMENTO .....	28
2.1.13. PREVENÇÃO DOS EFEITOS DA VAGA DE FRIO E ONDAS DE CALOR NA SAÚDE DAS POPULAÇÕES.....	29
2.1.14. PREPARAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA EM CENÁRIO DE CATÁSTROFE.....	30
2.1.15. CRESCER EM SEGURANÇA/EDUCAÇÃO PARA A PREVENÇÃO .....	31
2.1.16. EXPOSIÇÃO TÉCNICO-OPERACIONAL .....	32
2.1.16. FICHA DE INSCRIÇÃO .....	33
2.2. EXERCÍCIOS DE EVACUAÇÃO .....	34
2.3. PROJETOS DE FORMAÇÃO – ESTÁGIO DE VERÃO .....	35
<b>3. AÇÕES DE INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO PARA OS PARCEIROS AMADORA RESILIENTE E COMUNIDADE EM GERAL .....</b>	<b>36</b>
3.1. AÇÕES TEÓRICO – PRÁTICAS: CALENDARIZAÇÃO .....	37
3.1.1. TÉCNICAS ELEMENTARES DE PRIMEIROS SOCORROS .....	38
3.1.2. EXPOSIÇÃO TÉCNICO-OPERACIONAL .....	39
3.1.3. SEGURANÇA DOMÉSTICA.....	40
3.1.4. CATÁSTROFES: COMO ATUAR!.....	41
3.1.5. RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA E DELEGADO DE SEGURANÇA .....	42



3.1.6. PREVENÇÃO DOS EFEITOS DA VAGA DE FRIO E ONDAS DE CALOR NA SAÚDE DAS POPULAÇÕES .....	43
3.1.7. INCÊNDIOS URBANOS .....	44
3.1.8. INCÊNDIOS FLORESTAIS .....	45
3.1.9. PREPARAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA EM CENÁRIO DE CATÁSTROFE .....	46
3.1.10. FICHA DE INSCRIÇÃO .....	47
3.2. PROJETOS DE FORMAÇÃO – ACADEMIA SÉNIOR .....	48
<b>NOTAS FINAIS .....</b>	<b>49</b>
<b>BIBLIOGRAFIA .....</b>	<b>50</b>
<b>CONTACTOS   INFORMAÇÕES.....</b>	<b>51</b>



## NOTA INTRODUTÓRIA

A elaboração de programas de sensibilização e educação para a redução do risco de desastre são imprescindíveis para a mobilização e participação dos cidadãos nas estratégias de prevenção e mitigação do risco no município da Amadora.

De modo a aumentar a consciencialização pública em relação aos riscos existentes no município é importante estabelecer uma calendarização para a sensibilização permanente e sustentável, em parceria com as diversas entidades do município, com responsabilidade nesta matéria.

Neste sentido, a Equipa da Campanha Local 2010-2015 “Sempre em Movimento, Amadora é Resiliente” (composta por elementos do Serviço Municipal de Proteção Civil, do Serviço de Prevenção, Higiene e Segurança do Trabalho e do Departamento de Administração Urbanística), desenvolveu o **Programa de Informação e Sensibilização para a Redução do Risco de Desastre no Município da Amadora**<sup>1</sup>, para o período outubro de 2014 a julho 2015.

Os objetivos principais deste programa passam por:

- Mobilizar agentes e organismos, de uma forma adequada e eficaz, de modo a que se possa construir uma verdadeira cultura de segurança no município, nomeadamente na comunidade escolar, parceiros da Campanha Local e comunidade em geral;
- Dar continuidade aos projetos da comunidade escolar “Clube de Proteção Civil” (2º e 3º ciclo e secundário), “Núcleos de Proteção Civil Escolares” (2º e 3º ciclo e secundário) e “Prevenir para Proteger” (4º ano do 1º ciclo), garantindo-lhes uma maior dinâmica e abrangência;
- Dar continuidade ao processo de formação dos parceiros da Campanha Local, no âmbito das medidas de autoproteção e prevenção para as suas infraestruturas e utilizadores;
- Organizar e dinamizar workshops, seminários e conferências sobre a temática da redução do risco de desastre, envolvendo toda a comunidade;
- Participar nos eventos e festividades organizados pelo município e parceiros da Campanha Local.

Este programa, que terá o apoio do Departamento de Educação e Desenvolvimento Sociocultural (DEDS-CMA) na sua divulgação, apresenta um conjunto de ações de informação e sensibilização que podem ser ministradas às escolas, parceiros da Campanha Local e comunidade, por diversas entidades: Serviço Municipal de Proteção Civil (SMPC-CMA), Serviço de Prevenção, Higiene e Segurança no Trabalho (SPHST-CMA), Divisão de Serviços Urbanos – Eco-Espaço (DHS-CMA), Bombeiros Voluntários da Amadora (BVA), Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação Local da Amadora (CVP), Unidade de Saúde Pública (USP-ACES Amadora), Equipa Comunitária de Resposta à Emergência (ECRE), Elos Vitais (EV) e Autoridade para as Condições de Trabalho (ACT).

As ações terão sempre um carácter teórico ou prático, e irão abranger as temáticas:

- Riscos e desastres (à escala local - município da Amadora);
- Prevenção e medidas de autoproteção, em vários domínios;
- Prevenção, higiene e segurança no trabalho;

<sup>1</sup> Insere-se no segundo objetivo da Campanha Local “*Informação, formação e sensibilização da população, de modo a diminuir o número de ocorrências e os riscos inerentes*” e no princípio 7 “*A existência de programas de educação/formação/sensibilização sobre a redução do risco de desastres nas escolas*” da cidade resiliente, da Estratégia Internacional para a Redução de Desastres, da Organização das Nações Unidas



- Primeiros socorros, kit de emergência e mala de socorrismo;

Para que os interessados tenham acesso as ações apresentadas neste programa, é necessário apenas proceder ao preenchimento da ficha de inscrição, de acordo com as especificidades da ação, que se encontra no final dos capítulos 2 (2.1.16) e 3 (3.1.10) e remeter para o Serviço Municipal de Proteção Civil da Amadora através do e-mail [carlos.rocha@cm-amadora.pt](mailto:carlos.rocha@cm-amadora.pt) ou [proteccao.civil@cm-amadora.pt](mailto:proteccao.civil@cm-amadora.pt).



## 1. A IMPORTÂNCIA DA INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO PARA A REDUÇÃO DO RISCO DE DESASTRE NO MUNICÍPIO DA AMADORA



### 1.1. ENQUADRAMENTO

O conceito de desastre deve ser entendido como um acontecimento súbito, inesperado ou extraordinário, concentrado no tempo e no espaço, que provoca prejuízos severos na vida dos indivíduos, afetando as principais funções da sociedade em determinada área e que deve obrigar a repensar tudo, em função da gravidade.



Fig. 1 - Ocorrências de acidente rodoviário, incêndio urbano e granizo (Amadora)<sup>2</sup>

No entanto, os desastres não são só eventos imprevisíveis e inevitáveis, são também o resultado da desconsideração do risco a que as comunidades se sujeitam. E é aqui que devemos enquadrar o conceito da resiliência, como a capacidade das comunidades se anteciparem, adaptarem e estarem preparadas para lidar, numa primeira fase, com uma situação de perigo, e numa eventual segunda fase, com uma situação de desastre.



Fig. 2 - Ocorrências de movimento de terreno, incêndio rural e inundação (Amadora)<sup>3</sup>

A resiliência pode, então, ser relacionada com a interação entre as atividades humanas, as dinâmicas naturais e o planeamento adequado de forma a diminuir perda e danos. Quanto maior for a resiliência de uma comunidade, menor é a probabilidade de um evento extremo lhe provocar um dano irreparável. E o facto de a comunidade ser resiliente significa que considerou os riscos existentes no território, adotou medidas preventivas e está preparada para evitar, resistir e/ou recuperar a um desastre.

Assim sendo, a redução do risco de desastre baseia-se no princípio da prevenção e preparação, através da adoção de medidas adequadas para diminuir a exposição da população aos diversos fenómenos. Aumentando a capacidade da população em se antecipar, lidar e resistir (resiliência) ao impacto que um desastre pode causar, é possível reduzir danos materiais e perdas humanas.

<sup>2</sup> Fonte: SMPC Amadora.

<sup>3</sup> Fonte: SMPC Amadora.



Nos últimos anos o município da Amadora tem investido, de uma forma responsável, nos domínios que caracterizam os diferentes momentos do ciclo do desastre: a preparação, o socorro e a recuperação. 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 no lar, na escola, no local de trabalho e na comunidade ou no bairro onde vive.

Se quisermos que o cidadão faça parte da responsabilidade coletiva é fundamental sensibilizá-lo de modo a assumir um papel ativo na redução do número de ocorrências no município, e consequentemente na redução dos riscos a que está exposto.



**1.2. INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO À COMUNIDADE**

A informação e sensibilização à comunidade, no que respeita à redução do risco de desastre, iniciou-se com a implementação do “Clube de Proteção Civil” nas escolas do município, através do SMPC, no ano letivo 2005/2006.

Esta iniciativa da Autoridade Nacional de Proteção Civil (ANPC), que tem vindo a ganhar expressão nas escolas da Amadora (2º, 3º ciclo e secundário), tem como missão fornecer informação e preparar a comunidade educativa sobre os procedimentos corretos a adotar em situações de emergência. Pretende ainda sensibilizar o público infantil e juvenil para os riscos naturais e tecnológicos e para a aquisição de hábitos de segurança.

Em algumas escolas, em que a aceitação a este projeto tem sido favorável, foi possível criar “Núcleos de Proteção Civil Escolares”, que se têm assumido como um espaço onde os alunos desenvolvem trabalhos relacionados com as temáticas da Proteção Civil (riscos, catástrofes, prevenção, socorro, recuperação, etc.) e promovem ações de sensibilização e formação às respetivas turmas onde estão inseridos.



Fig. 3 – Programas escolares “Clube de Proteção Civil” e “Prevenir para Proteger”

Após a adesão do município à Campanha Internacional 2010-2015 “Making Cities Resilient – My City is Getting Ready” da Estratégia Internacional para a Redução de Desastres, da Organização das Nações Unidas, a Equipa da Campanha Local 2010-2015 “Sempre em Movimento, Amadora é Resiliente”, desenvolveu o programa escolar “Prevenir para Proteger” para os alunos das escolas do 1º ciclo, com o objetivo de os sensibilizar para as medidas de prevenção e autoproteção.



Fig. 4 – Ações de informação e sensibilização à comunidade escolar



Os programas “Clube de Proteção Civil” e “Prevenir para Proteger” têm sido responsáveis pelo aumento gradual do número de ações de sensibilização e número de alunos envolvidos. No último ano letivo (2013/2014), conseguimos levar a mais de 10 escolas do município a temática da redução do risco de desastre e envolvemos cerca de 2000 alunos em 76 ações organizadas.

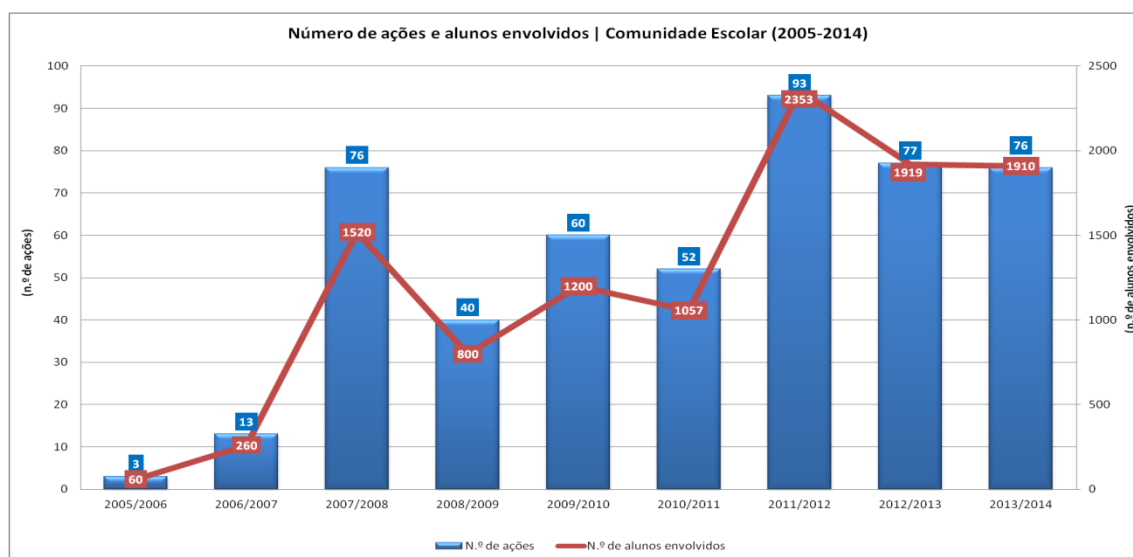


Gráfico 1 – Número de ações e alunos envolvidos (Amadora, 2005-2014)  
 Dados, tratamento e análise estatística: SMPC Amadora

Apesar das sessões de sensibilização à população com mais de 18 anos, ter-se iniciado em 2008, através do ensino noturno em algumas escolas, foi com a implementação da campanha da Organização das Nações Unidas na Amadora, que temos conseguido um maior envolvimento da comunidade na temática da redução do risco de desastre.

A apresentação da campanha à população, a participação em diversos eventos e festividades (destaque para o Amadora Educa), a conferência comemorativa do Dia Internacional para a Redução de Desastres e a organização de várias ações de formação (sobre medidas de prevenção e autoproteção) e de informação (sobre riscos e desastres) aos parceiros da Campanha Local, permitiram-nos colocar a temática da redução do risco de desastre na agenda do município (gráfico 2).



Fig. 5 – Ações de informação e sensibilização aos parceiros da Campanha Local

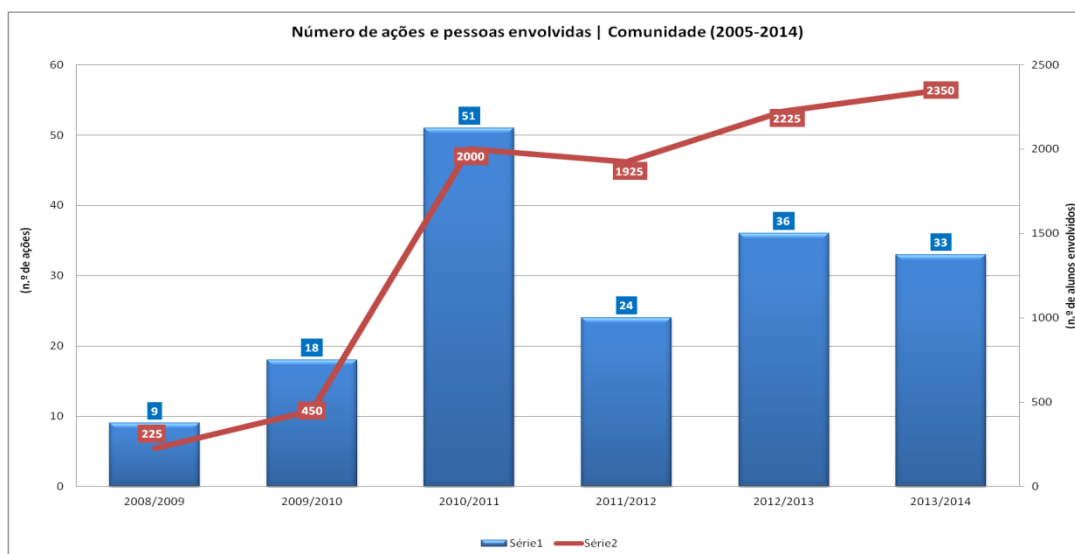


Gráfico 2 – Número de ações e pessoas envolvidas (Amadora, 2005-2014)

Dados, tratamento e análise estatística: Equipa da Campanha Local

Para além disso, as redes sociais (facebook<sup>4</sup> e youtube<sup>5</sup>) deram à Campanha Local a possibilidade de promover conteúdos e informação sobre as boas práticas que o cidadão, a administração local e as entidades público-privadas podem e devem adotar para antecipar os riscos a que estão sujeitos. O facebook tem ainda permitido a interação entre os vários segmentos da comunidade e a Equipa da Campanha Local.

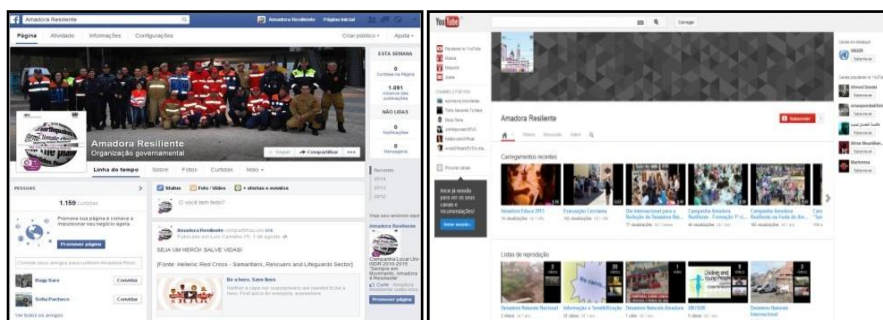


Fig. 6 – Facebook e Canal Youtube Amadora Resiliente

Por último, uma nota para as diversas publicações que a Equipa da Campanha Local 2010-2015 “Sempre em Movimento, Amadora é Resiliente” tem elaborado, com o apoio dos parceiros, e que têm como objetivo disponibilizar e alertar toda a comunidade para os riscos a que está sujeita e o que pode fazer para minimizar danos e perdas em consequência de um desastre. Ao nível das publicações produzidas, destaque para:

- Plano Familiar de Emergência;
- Minuta Técnica para a Elaboração de Planos de Segurança;
- Fichas Pedagógicas “Prevenir para Proteger”;

<sup>4</sup> <https://www.facebook.com/amadora.resiliente>

<sup>5</sup> <http://www.youtube.com/user/UNISDRAmadora>



- Histórico de Ocorrências no Município da Amadora 2000-2010 | Normais Climatológicas da Amadora 1915-2012;
- Panfletos informativos sobre “Tempo Frio”, “Calor” e “Inundações”;
- Comunicado Técnico-Operacional ( avisos meteorológicos e alertas da Proteção Civil);
- Cartão de Emergência.

CARTÃO DE EMERGÊNCIA CONTACTOS ENTIDADES	
<b>NÚMERO NACIONAL DE EMERGÊNCIA</b> Telefone: <b>112</b>	
<b>BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DA AMADORA</b> Telefone: <b>21 498 11 00</b>	<b>SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL</b> Telefone: <b>21 436 90 15</b>
<b>POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA</b> Telefone: <b>21 492 95 90</b>	<b>LINHA SAÚDE 24</b> Telefone: <b>808 24 24 24</b>
<b>CRUZ VERMELHA PORTUGUESA DELEGACÃO AMADORA</b> Telefone: <b>21 475 00 11</b>	<b>HOSPITAL FERNANDO DA FONSECA AMADORA-SINTRA</b> Telefone: <b>21 434 82 00</b>

Fig. 7 – Publicações destinadas à comunidade em geral e parceiros da Campanha Local



## 2. AÇÕES DE INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO PARA A COMUNIDADE ESCOLAR



## 2.1. AÇÕES TEÓRICAS – PRÁTICAS: CALENDARIZAÇÃO

De modo a darmos continuidade aos projetos de informação e sensibilização destinados à comunidade escolar, para o ano letivo 2014/2015, definimos a calendarização das temáticas, de uma forma mais adequada e eficaz, para permitir a participação mais alargada de algumas entidades e conseguirmos chegar a mais escolas.

CICLOS	TEMÁTICAS/DATAS	OUT	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL
1º CICLO	PREVENIR PARA PROTEGER		X	X							
	SOCORRISMO INFANTIL (6-8 ANOS)		X	X	X						
	VIVER SEM RISCO COM O TINONI				X	X					
	GESTOS QUE SALVAM	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
2º CICLO	NÓS E OS RISCOS						X	X			
	SOCORRISMO JUVENIL (9-13 ANOS)						X	X	X		
2º CICLO 3º CICLO NOTURNO PROFESSORES	INCÊNDIOS URBANOS			X	X						
	TÉCNICAS ELEMENTARES PRIMEIROS SOCORROS				X	X	X				
3º CICLO	EXERCÍCIO SOS SISMO					X	X				
3º CICLO SEC. NOTURNO	INCÊNDIOS FLORESTAIS					X	X				
	ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS							X	X		
SEC.	OCUPAÇÃO ANTRÓPICA: RISCOS vs. PLANEAMENTO							X	X		
SEC. NOTURNO PROFESSORES	PREVENÇÃO DOS EFEITOS DAS VAGAS DE FRIO E ONDAS DE CALOR, NA SAÚDE DA POPULAÇÃO		X	X	X				X	X	X
	PREPARAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA EM CENÁRIO DE CATÁSTROFE		X	X	X	X	X	X	X	X	X
E. PROF.	CRESCER EM SEGURANÇA/ EDUCAÇÃO PARA A PREVENÇÃO		X	X	X	X	X	X	X	X	X
TODOS CICLOS	EXPOSIÇÃO TÉCNICO-PERACIONAL						X	X	X	X	X

MÊS INDISPONÍVEL PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO   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.

Durante o ano letivo, iremos ainda, junto da comunidade escolar, comemorar diversas efemérides (com especial destaque para o Dia da Proteção Civil - 1 de Março de 2015), organizar Exposições Técnico-Operacionais e lançar concursos temáticos.



### 2.1.1. PREVENIR PARA PROTEGER

Na ação “Prevenir para Proteger”, destinada aos alunos do 4º ano do 1º ciclo, 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 LOCAL “SEMPRE EM MOVIMENTO, AMADORA É RESILIENTE”		
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS		
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	30		
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	<input checked="" type="checkbox"/>	3º CICLO
	2º CICLO	<input type="checkbox"/>	SECUNDÁRIO
	PROFESSORES	<input type="checkbox"/>	ENSINO NOTURNO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS		
	OUTUBRO	<input type="checkbox"/>	MARÇO
	NOVEMBRO	<input checked="" type="checkbox"/>	ABRIL
	DEZEMBRO	<input checked="" type="checkbox"/>	MAIO
	JANEIRO	<input type="checkbox"/>	JUNHO
	FEVEREIRO	<input type="checkbox"/>	JULHO
	MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS	
POWERPOINT		<input type="checkbox"/>	FILMES
PANFLETOS		<input checked="" type="checkbox"/>	KIT EMERGÊNCIA
FOTOS	EXERCÍCIOS	<input checked="" type="checkbox"/>	FICHAS PEDAGÓGICAS
	*Esta ação de sensibilização destina-se apenas aos alunos do 4º ano do 1º ciclo		



### 2.1.2. SOCORRISMO INFANTIL (6-8 ANOS)

Qualquer pessoa se pode encontrar numa situação de ter de socorrer um acidentado. É necessário saber atuar com eficácia e prontidão, tendo sempre em mente a idade da vítima, pois o socorro em algumas situações é diferente. Além disso, é fundamental ter em conta que as crianças têm uma perceção da emergência diferentes das dos adultos.

SOCORRISMO INFANTIL (6-8 ANOS)			
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	CRUZ VERMELHA PORTUGUESA – DELEGAÇÃO LOCAL DA AMADORA		
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS		
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	20-25		
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. PREVENÇÃO		
	2. ALERTAS		
	3. NOÇÕES BÁSICAS DE SOCORRO		
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR		
	1º CICLO	X	3º CICLO
	2º CICLO		SECUNDÁRIO
	PROFESSORES		ENSINO NOTURNO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS		
	OUTUBRO		MARÇO
	NOVEMBRO	X	ABRIL
	DEZEMBRO	X	MAIO
	JANEIRO	X	JUNHO
	FEVEREIRO		JULHO
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS		
	POWERPOINT		FILMES X
	PANFLETOS	X	KIT EMERGÊNCIA
	EXERCÍCIOS	X	FICHAS PEDAGÓGICAS
FOTOS			
OUTRAS INFORMAÇÕES	Cada sessão deverá ter entre 20 – 25 formandos. Cada formando receberá um certificado de participação.		



### 2.1.3. VIVER SEM RISCOS COM O TINONI

A ação “Viver sem Riscos com o Tinoni” permite que as crianças aprendam de uma forma divertida, conceitos apropriados para a sua idade, nomeadamente quais os locais seguros e perigosos nas nossas casas, escola ou trabalho. Este jogo educativo (em plataforma online) promove 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 preparadas para os acidentes em casa e na rua.

VIVER SEM RISCOS COM O TINONI			
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL		
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS		
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	30		
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. ACIDENTES EM CASA 2. ACIDENTES NA RUA		
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR		
	1º CICLO	X	3º CICLO
	2º CICLO		SECUNDÁRIO
	PROFESSORES		ENSINO NOTURNO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS		
	OUTUBRO		MARÇO
	NOVEMBRO		ABRIL
	DEZEMBRO		MAIO
	JANEIRO	X	JUNHO
	FEVEREIRO	X	JULHO
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS		
	POWERPOINT	X	FILMES
	PANFLETOS	X	KIT EMERGÊNCIA
	EXERCÍCIOS	X	FICHAS PEDAGÓGICAS
FOTOS			
OUTRAS INFORMAÇÕES	O “Tinoni e Companhia” é uma criação e propriedade do Serviço Municipal de Proteção Civil da Câmara Municipal de Lisboa.		



#### 2.1.4. GESTOS QUE SALVAM

A ação “Gestos que Salvam” é destinada aos alunos do 1º ciclo, e permite que as crianças aprendam como efetuar um pedido de socorro para o 112 e adquiram noções básicas de socorro adequadas a sua idade.

GESTOS QUE SALVAM				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	ELOS VITAIS – Formação e Serviços de Saúde Lda.			
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 Minutos			
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	25			
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. PREVENIR, ALERTAR E SOCORRER			
	2. CHAMADA DE SOCORRO – 112 / CODU			
	3. EXTENSÃO DA CABEÇA			
	4. POSIÇÃO LATERAL DE SEGURANÇA			
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR			
	1º CICLO	X	3º CICLO	
	2º CICLO	X	SECUNDÁRIO	
	PROFESSORES		ENSINO NOTURNO	
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	X	MARÇO	X
	NOVEMBRO	X	ABRIL	X
	DEZEMBRO	X	MAIO	X
	JANEIRO	X	JUNHO	X
	FEVEREIRO	X	JULHO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FILMES	
	PANFLETOS	X	KIT EMERGÊNCIA	
	EXERCÍCIOS		FICHAS PEDAGÓGICAS	
FOTOS				
OUTRAS INFORMAÇÕES				



### 2.1.5. NÓS E OS RISCOS

A ação “Nós e os Riscos”, destinada aos alunos do 2ºciclo, contempla diversas temáticas (plataforma online e interativa) relacionadas com os riscos naturais e tecnológicos, assim como a melhor forma do cidadão atuar em situações de emergência. A ação apresenta vários testes de conhecimentos, filmes e animações.

NÓS E OS RISCOS				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL			
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS			
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	30			
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. PROTEÇÃO CIVIL (CONCEITOS) 2. RISCOS NATURAIS 3. RISCOS TECNOLÓGICOS			
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR			
	1º CICLO	<input type="checkbox"/>	3º CICLO	
	2º CICLO	<input checked="" type="checkbox"/>	SECUNDÁRIO	
	PROFESSORES	<input type="checkbox"/>	ENSINO NOTURNO	
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	<input type="checkbox"/>	MARÇO	<input checked="" type="checkbox"/>
	NOVEMBRO	<input type="checkbox"/>	ABRIL	<input checked="" type="checkbox"/>
	DEZEMBRO	<input type="checkbox"/>	MAIO	<input type="checkbox"/>
	JANEIRO	<input type="checkbox"/>	JUNHO	<input type="checkbox"/>
	FEVEREIRO	<input type="checkbox"/>	JULHO	<input type="checkbox"/>
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	<input checked="" type="checkbox"/>	FILMES	<input checked="" type="checkbox"/>
	PANFLETOS	<input type="checkbox"/>	KIT EMERGÊNCIA	<input type="checkbox"/>
	EXERCÍCIOS	<input checked="" type="checkbox"/>	FICHAS PEDAGÓGICAS	<input type="checkbox"/>
FOTOS				
OUTRAS INFORMAÇÕES				



### 2.1.6. SOCORRISMO JUVENIL (9-13 ANOS)

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.

SOCORRISMO JUVENIL (9-13 ANOS)			
<b>ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO</b>	CRUZ VERMELHA PORTUGUESA – DELEGAÇÃO LOCAL DA AMADORA		
<b>DURAÇÃO DA AÇÃO</b>	60 MINUTOS		
<b>N.º MÁXIMO DE ALUNOS</b>	20-25		
<b>CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS</b>	1. PREVENÇÃO DE RISCOS 2. SIEM E ALERTA 3. POSIÇÃO LATERAL DE SEGURANÇA 4. TÉCNICAS DE PRIMEIROS SOCORROS (HEMORRAGIAS, FERIDAS, QUEIMADURAS)		
<b>GRUPO ALVO</b>	COMUNIDADE ESCOLAR		
	1º CICLO	<input type="checkbox"/>	3º CICLO
	2º CICLO	<input checked="" type="checkbox"/>	SECUNDÁRIO
	PROFESSORES	<input type="checkbox"/>	ENSINO NOTURNO
<b>DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO</b>	DATAS		
	OUTUBRO	<input type="checkbox"/>	MARÇO
	NOVEMBRO	<input type="checkbox"/>	ABRIL
	DEZEMBRO	<input type="checkbox"/>	MAIO
	JANEIRO	<input type="checkbox"/>	JUNHO
	FEVEREIRO	<input type="checkbox"/>	JULHO
<b>MATERIAIS UTILIZADOS</b>	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS		
	POWERPOINT	<input type="checkbox"/>	FILMES
	PANFLETOS	<input checked="" type="checkbox"/>	KIT EMERGÊNCIA
	EXERCÍCIOS	<input checked="" type="checkbox"/>	FICHAS PEDAGÓGICAS
<b>FOTOS</b>			
<b>OUTRAS INFORMAÇÕES</b>	Cada formando receberá um certificado de participação.		



### 2.1.7. INCÊNDIOS URBANOS

Os incêndios urbanos são das 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.

INCÊNDIOS URBANOS				
ENTIDADES A MINISTRAR A AÇÃO	BOMBEIROS VOLUNTARIOS DA AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS			
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	30			
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. INCÊNDIOS URBANOS NA AMADORA			
	2. TRIÂNGULO DO FOGO			
	3. CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS DOS INCÊNDIOS URBANOS			
	4. MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO			
	5. DESAFIO PROTEÇÃO CIVIL			
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR			
	1º CICLO		3º CICLO	X
	2º CICLO	X	SECUNDÁRIO	X
	PROFESSORES	X	ENSINO NOTURNO	X
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO		MARÇO	
	NOVEMBRO		ABRIL	
	DEZEMBRO	X	MAIO	
	JANEIRO	X	JUNHO	
	FEVEREIRO		JULHO	
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FILMES	X
	PANFLETOS	X	KIT EMERGÊNCIA	X
	EXERCÍCIOS	X	FICHAS PEDAGÓGICAS	
FOTOS				
OUTRAS INFORMAÇÕES				



### 2.1.8. TÉCNICAS ELEMENTARES DE PRIMEIROS SOCORROS

Esta ação de informação e sensibilização visa proporcionar aos alunos conhecimentos sobre as técnicas elementares de primeiros socorros que deverão ser aplicados em situações de emergência.

TÉCNICAS ELEMENTARES DE PRIMEIROS SOCORROS				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	CRUZ VERMELHA PORTUGUESA – DELEGAÇÃO LOCAL DA AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	4 HORAS			
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	30			
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. POSIÇÃO LATERAL DE SEGURANÇA			
	2. DESOBSTRUÇÃO DE VIA ÁREA			
	3. REANIMAÇÃO			
	4. PEDIDO DE AJUDA DIFERENCIADO			
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR			
	1º CICLO	<input type="checkbox"/>	3º CICLO	<input checked="" type="checkbox"/>
	2º CICLO	<input checked="" type="checkbox"/>	SECUNDÁRIO	<input checked="" type="checkbox"/>
	PROFESSORES	<input checked="" type="checkbox"/>	ENSINO NOTURNO	<input checked="" type="checkbox"/>
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	<input type="checkbox"/>	MARÇO	<input checked="" type="checkbox"/>
	NOVEMBRO	<input type="checkbox"/>	ABRIL	<input type="checkbox"/>
	DEZEMBRO	<input type="checkbox"/>	MAIO	<input type="checkbox"/>
	JANEIRO	<input checked="" type="checkbox"/>	JUNHO	<input type="checkbox"/>
	FEVEREIRO	<input checked="" type="checkbox"/>	JULHO	<input type="checkbox"/>
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	<input checked="" type="checkbox"/>	FILMES	<input type="checkbox"/>
	PANFLETOS	<input checked="" type="checkbox"/>	KIT EMERGÊNCIA	<input type="checkbox"/>
	EXERCÍCIOS	<input type="checkbox"/>	FICHAS PEDAGÓGICAS	<input type="checkbox"/>
FOTOS				
OUTRAS INFORMAÇÕES				



### 2.1.9. EXERCÍCIO SOS SISMO

Na ação “Exercício SOS Sismo” é focado 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			
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	30			
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. FORÇAS INTERNAS DO PLANETA			
	2. RISCO SISMICO			
	3. TERRAMOTO 1755			
	4. PREVENÇÃO			
	5. DESAFIO PROTEÇÃO CIVIL			
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR			
	1º CICLO	<input type="checkbox"/>	3º CICLO	<input checked="" type="checkbox"/>
	2º CICLO	<input type="checkbox"/>	SECUNDÁRIO	<input type="checkbox"/>
	PROFESSORES	<input type="checkbox"/>	ENSINO NOTURNO	<input type="checkbox"/>
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	<input type="checkbox"/>	MARÇO	<input checked="" type="checkbox"/>
	NOVEMBRO	<input type="checkbox"/>	ABRIL	<input type="checkbox"/>
	DEZEMBRO	<input type="checkbox"/>	MAIO	<input type="checkbox"/>
	JANEIRO	<input type="checkbox"/>	JUNHO	<input type="checkbox"/>
	FEVEREIRO	<input checked="" type="checkbox"/>	JULHO	<input type="checkbox"/>
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	<input checked="" type="checkbox"/>	FILMES	<input checked="" type="checkbox"/>
	PANFLETOS	<input checked="" type="checkbox"/>	KIT EMERGÊNCIA	<input checked="" type="checkbox"/>
	EXERCÍCIOS	<input checked="" type="checkbox"/>	FICHAS PEDAGÓGICAS	<input type="checkbox"/>
FOTOS				
OUTRAS INFORMAÇÕES				



### 2.1.10. INCÊNDIOS FLORESTAS

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 na prevenção dos fogos.

INCÊNDIOS FLORESTAIS				
ENTIDADES A MINISTRAR A AÇÃO	BOMBEIROS VOLUNTARIOS DA AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS			
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	30			
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. A FLORESTA			
	2. INCÊNDIOS: CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS			
	3. PREVENÇÃO			
	4. DESAFIO PROTEÇÃO CIVIL			
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR			
	1º CICLO		3º CICLO	X
	2º CICLO		SECUNDÁRIO	X
	PROFESSORES		ENSINO NOTURNO	X
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO		MARÇO	X
	NOVEMBRO		ABRIL	
	DEZEMBRO		MAIO	
	JANEIRO		JUNHO	
	FEVEREIRO	X	JULHO	
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FILMES	X
	PANFLETOS	X	KIT EMERGÊNCIA	X
	EXERCÍCIOS	X	FICHAS PEDAGÓGICAS	
FOTOS				
OUTRAS INFORMAÇÕES	Esta ação poderá ter a opção de visita de campo à Quinta da Fonte Santa (área florestal)			



### 2.1.11. ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS

A ação “Alterações Climáticas” está contemplada 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 (mitigação vs. adaptação).

ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL			
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS			
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	30			
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			
	1º CICLO		3º CICLO	X
	2º CICLO		SECUNDÁRIO	X
	PROFESSORES		ENSINO NOTURNO	X
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO		MARÇO	
	NOVEMBRO		ABRIL	X
	DEZEMBRO		MAIO	X
	JANEIRO		JUNHO	
	FEVEREIRO		JULHO	
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FILMES	X
	PANFLETOS	X	KIT EMERGÊNCIA	X
	EXERCÍCIOS	X	FICHAS PEDAGÓGICAS	
FOTOS				
OUTRAS INFORMAÇÕES	Esta ação está também contemplada no Programa de Educação Ambiental do Eco-Espaço			



### 2.1.12. OCUPAÇÃO ANTRÓPICA: RISCOS vs. PLANEAMENTO

A ação “Ocupação Antrópica: Riscos vs. Planeamento”, pretende transmitir aos alunos do secundário as dificuldades de considerar os diversos riscos no processo de planeamento. Esta sessão conta ainda a história e a evolução do espaço urbano, com particular destaque para o município da Amadora.

OCUPAÇÃO ANTRÓPICA: RISCOS vs. PLANEAMENTO			
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL		
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS		
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	30		
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. EVOLUÇÃO DO ESPAÇO URBANO 2. MUNICIPIO DA AMADORA: ZONAS DE RISCO VS. PLANEAMENTO 3. SOLUÇÕES E DESAFIOS		
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR		
	1º CICLO	<input type="checkbox"/>	3º CICLO
	2º CICLO	<input type="checkbox"/>	SECUNDÁRIO
	PROFESSORES	<input type="checkbox"/>	ENSINO NOTURNO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS		
	OUTUBRO	<input type="checkbox"/>	MARÇO
	NOVEMBRO	<input type="checkbox"/>	ABRIL
	DEZEMBRO	<input type="checkbox"/>	MAIO
	JANEIRO	<input type="checkbox"/>	JUNHO
	FEVEREIRO	<input type="checkbox"/>	JULHO
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS		
	POWERPOINT	<input checked="" type="checkbox"/>	FILMES
	PANFLETOS	<input checked="" type="checkbox"/>	KIT EMERGÊNCIA
	EXERCÍCIOS	<input checked="" type="checkbox"/>	FICHAS PEDAGÓGICAS
FOTOS			
OUTRAS INFORMAÇÕES			



### 2.1.13. PREVENÇÃO DOS EFEITOS DA VAGA DE FRIO E ONDAS DE CALOR NA SAÚDE DAS POPULAÇÕES

As subidas e descidas bruscas de temperatura podem ser um indício de uma vaga de frio ou onda de calor, obrigando à adoção de medidas de autoproteção. Esta ação de informação e sensibilização visa abordar o principal impacto destes fenómenos, e os seus diversos condicionantes, de forma a aumentar a consciencialização da população.

PREVENÇÃO DOS EFEITOS DA VAGA DE FRIO E ONDAS DE CALOR NA SAÚDE DAS POPULAÇÕES			
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	UNIDADE SAÚDE PUBLICA DO ACES AMADORA		
DURAÇÃO DA AÇÃO	45 MINUTOS		
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	30		
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. EFEITOS DA VAGA DE FRIO NA SAÚDE		
	2. EFEITOS DAS ONDAS DE CALOR NA SAÚDE		
	3. MEDIDAS DE PREVENÇÃO E AUTOPROTEÇÃO		
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR		
	1º CICLO	<input type="checkbox"/>	3º CICLO
	2º CICLO	<input type="checkbox"/>	SECUNDÁRIO
	PROFESSORES	<input checked="" type="checkbox"/>	ENSINO NOTURNO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS		
	OUTUBRO	<input type="checkbox"/>	MARÇO
	NOVEMBRO	<input checked="" type="checkbox"/>	ABRIL
	DEZEMBRO	<input checked="" type="checkbox"/>	MAIO
	JANEIRO	<input checked="" type="checkbox"/>	JUNHO
	FEVEREIRO	<input type="checkbox"/>	JULHO
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS		
	POWERPOINT	<input checked="" type="checkbox"/>	FILMES
	PANFLETOS	<input checked="" type="checkbox"/>	KIT EMERGÊNCIA
	EXERCÍCIOS	<input checked="" type="checkbox"/>	FICHAS PEDAGÓGICAS
FOTOS			
OUTRAS INFORMAÇÕES			



### 2.1.14. 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 um desastre.

PREPARAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA EM CENÁRIO DE CATÁSTROFE			
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	EQUIPA COMUNITÁRIA DE RESPOSTA A EMERGÊNCIA (ECRE)		
DURAÇÃO DA AÇÃO	4 HORAS		
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	25		
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. INTRODUÇÃO E CONTEXTUALIZAÇÃO DO TEMA		
	2. PREPARAÇÃO FÍSICA E PSICOLÓGICA		
	3. EQUIPAMENTO		
	4. TÉCNICAS DE SOBREVIVÊNCIA E AUTO-PROTECÇÃO		
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR		
	1º CICLO		3º CICLO
	2º CICLO		SECUNDÁRIO
	PROFESSORES	X	ENSINO NOTURNO
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS		
	OUTUBRO		MARÇO
	NOVEMBRO	X	ABRIL
	DEZEMBRO	X	MAIO
	JANEIRO	X	JUNHO
	FEVEREIRO	X	JULHO
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS		
	POWERPOINT	X	FILMES
	PANFLETOS	X	KIT EMERGÊNCIA
	EXERCÍCIOS		FICHAS PEDAGÓGICAS
FOTOS			
OUTRAS INFORMAÇÕES			



### 2.1.15. CRESCER EM SEGURANÇA/EDUCAÇÃO PARA A PREVENÇÃO

A ação “Crescer em Segurança/Educação para a Prevenção” visa sensibilizar toda a comunidade escolar, para a área de Segurança e Saúde no Trabalho, tendo como principal objetivo contribuir para a implementação de uma verdadeira cultura de prevenção, com o intuito de integrar num futuro próximo os conteúdos da temática nos currículos escolares.

CRESCER EM SEGURANÇA/ EDUCAÇÃO PARA A PREVENÇÃO			
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	AUTORIDADE PARA AS CONDIÇÕES NO TRABALHO SERVIÇO DE PREVENÇÃO, HIGIENE E SEGURANÇA NO TRABALHO		
DURAÇÃO DA AÇÃO	45 MINUTOS		
N.º MÁXIMO DE ALUNOS	25		
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. PRINCÍPIOS GERAIS DE PREVENÇÃO		
	2. PRINCÍPIOS E CONCEITOS DE SST/RISCOS PROFISSIONAIS		
	3. JOVENS ENQUANTO GRUPO VULNERÁVEL		
	4. ACIDENTES DE TRABALHO/ VIGILÂNCIA DA SAÚDE		
GRUPO ALVO	COMUNIDADE ESCOLAR		
	ESCOLAS PROFISSIONAIS		X
	CRUSOS TÉCNICOS OU PROFISSIONAIS		X
	CENTROS DE FORMAÇÃO PROFISSIONAIS		X
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS		
	OUTUBRO		MARÇO X
	NOVEMBRO	X	ABRIL X
	DEZEMBRO	X	MAIO X
	JANEIRO	X	JUNHO X
	FEVEREIRO	X	JULHO X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS		
	POWERPOINT	X	FILMES X
	PANFLETOS	X	KIT EMERGÊNCIA
	EXERCÍCIOS		FICHAS PEDAGÓGICAS
FOTOS			
OUTRAS INFORMAÇÕES			



### 2.1.16. EXPOSIÇÃO TÉCNICO-OPERACIONAL

A Exposição Técnico-Operacional tem como principal objetivo apresentar à comunidade as várias fases do ciclo da catástrofe (prevenção, socorro e recuperação) e o papel de cada agente de proteção civil no domínio dos desastres.

EXPOSIÇÃO TÉCNICO-OPERACIONAL				
<b>ENTIDADES A MINISTRAR A AÇÃO</b>	AGENTES DE PROTEÇÃO CIVIL ORGANISMOS DE APOIO			
<b>DURAÇÃO DA AÇÃO</b>	4 HORAS			
<b>CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS</b>	1. APRESENTAÇÃO DAS VÁRIAS FASES DO CICLO DA CATÁSTROFE E AS RESPONSABILIDADE DOS DIVERSOS INTERVENIENTES NA PREVENÇÃO, SOCORRO E RECUPERAÇÃO			
<b>GRUPO ALVO</b>	COMUNIDADE ESCOLAR			
	1º CICLO		3º CICLO	X
	2º CICLO	X	SECUNDÁRIO	X
	PROFESSORES	X	ENSINO NOTURNO	X
<b>DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO</b>	DATAS			
	OUTUBRO		MARÇO	X
	NOVEMBRO		ABRIL	X
	DEZEMBRO		MAIO	X
	JANEIRO		JUNHO	X
	FEVEREIRO		JULHO	X
<b>MATERIAIS UTILIZADOS</b>	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS			
	POWERPOINT		FILMES	X
	PANFLETOS	X	KIT EMERGÊNCIA	X
	EXERCICIOS	X	FICHAS PEDAGÓGICAS	X
<b>FOTOS</b>				
<b>OUTRAS INFORMAÇÕES</b>	As Exposições Técnico-Operacionais poderão ser inseridas nas comemorações de diversas efemérides: Dia Internacional da Proteção Civil (1 de março), Dia Internacional da Floresta (21 de março) ou Dia Internacional para a Redução de Desastres (13 de outubro)			



### 2.1.16. FICHA DE INSCRIÇÃO

De modo a comunidade escolar ter acesso às ações de informação e sensibilização propostas, os interessados (professores, coordenadores e diretores) deverão:

- **Preencher a ficha de inscrição (uma por turma)**, com os dados solicitados, e enviar por correio eletrónico para o Serviço Municipal de Proteção Civil da Amadora [carlos.rocha@cm-amadora.pt](mailto:carlos.rocha@cm-amadora.pt) ou [proteccao.civil@cm-amadora.pt](mailto:proteccao.civil@cm-amadora.pt);
- Caso a mesma escola tenha várias turmas para a mesma ação, em vez de preencher a ficha de inscrição abaixo, **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](mailto:carlos.rocha@cm-amadora.pt) ou [proteccao.civil@cm-amadora.pt](mailto:proteccao.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.

FICHA DE INSCRIÇÃO				
AÇÃO A MINISTRAR	PREVENIR PARA PROTEGER	<input type="checkbox"/>	VIVER SEM RISCO (TINONI)	<input type="checkbox"/>
	SOCORRISMO INFANTIL	<input type="checkbox"/>	GESTOS QUE SALVAM	<input type="checkbox"/>
	NÓS E OS RISCOS	<input type="checkbox"/>	SOCORRISMO JUVENIL	<input type="checkbox"/>
	EXERCICIO SOS SISMO	<input type="checkbox"/>	INCÊNDIOS URBANOS	<input type="checkbox"/>
	TECNICAS ELEMENTARES PRIMEIROS SOCORROS	<input type="checkbox"/>	INCÊNDIOS FLORESTAIS	<input type="checkbox"/>
	CRESCER EM SEGURANÇA EDUCAÇÃO P/PREVENÇÃO	<input type="checkbox"/>	PREP.SOBREVIVÊNCIA EM CENÁRIO DE CATÁSTROFE	<input type="checkbox"/>
	OCUPAÇÃO ANTRÓPICA	<input type="checkbox"/>	ALTERAÇÕES CLIMÁTICAS	<input type="checkbox"/>
	EXPOSIÇÃO TÉCNICO- OPERACIONAL	<input type="checkbox"/>	PREVENÇÃO DOS EFEITOS DA VAGA FRIO/ONDAS CALOR	<input type="checkbox"/>
ESCOLA	<input type="text"/>			
DADOS TURMA	ANO	<input type="text"/>	TURMA	<input type="text"/>
	N.º DE ALUNOS		<input type="text"/>	
	DATA PARA A AÇÃO		<input type="text"/>	
	HORA PARA A AÇÃO		<input type="text"/>	
PROFESSOR RESPONSÁVEL	NOME	<input type="text"/>		
	E-MAIL	<input type="text"/>		
MATERIAL DE QUE DISPÕE	PROJETOR	<input type="checkbox"/>	COMPUTADOR	<input type="checkbox"/>
OBSERVAÇÕES	<input type="text"/>			



## 2.2. EXERCÍCIOS DE EVACUAÇÃO

Em cada ano letivo devem realizar-se, pelo menos, dois exercícios para treino em cada escola, um no decurso do primeiro período e outro no segundo período. A importância destes exercícios para a salvaguarda da vida humana e dos bens patrimoniais, da comunidade escolar, a organização e dinamização dos exercícios de evacuação revelam-se de especial importância.

O Serviço Municipal de Proteção Civil da Amadora (SMPC), juntamente com outros agentes de proteção civil (Bombeiros Voluntários da Amadora, Cruz Vermelha Portuguesa – Delegação Local da Amadora, Polícia de Segurança Pública), organismos de apoio e serviços municipais (Serviço de Prevenção, Higiene e Segurança no Trabalho) poderá acompanhar os exercícios de evacuação das escolas, na qualidade de observador, desde que as mesmas informem o SMPC ([carlos.rocha@cm-amadora.pt](mailto:carlos.rocha@cm-amadora.pt) ou [proteccao.civil@cm-amadora.pt](mailto:proteccao.civil@cm-amadora.pt)), pelo menos, duas semanas antes.

EXERCÍCIOS DE EVACUAÇÃO	
ENTIDADES	<b>ORGANIZAÇÃO:</b> ESCOLA
	<b>OBSERVAÇÃO:</b> SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL; SERVIÇO DE PREVENÇÃO, HIGIENE E SEGURANÇA NO TRABALHO, BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DA AMADORA; CRUZ VERMELHA PORTUGUESA – DELEGAÇÃO LOCAL DA AMADORA; POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA
OBJETIVOS	<b>1. SENSIBILIZAR TODOS OS OCUPANTES DA ESCOLA:</b> ALUNOS, PROFESSORES E PESSOAL NÃO DOCENTE
	<b>2. RECONHECER O SINAL SONORO DE ALARME:</b> UM SINAL SONORO CLARAMENTE AUDÍVEL EM TODA A ESCOLA, PERFEITAMENTE IDENTIFICÁVEL POR TODOS OS OCUPANTES (NÃO CONFUNDÍVEL COM O TOQUE PARA SINALIZAR OS TEMPOS LETIVOS). O SEU TOQUE INDICA A ORGANIZAÇÃO IMEDIATA E OBRIGATÓRIA DA EVACUAÇÃO
	<b>3. CUMPRIR AS INSTRUÇÕES:</b> INDICAM O COMPORTAMENTO A TER E DEVEM SER AFIXADAS EM TODOS OS PISOS E SALAS
	<b>4. FORMAR PARA A EVACUAÇÃO:</b> CRIAÇÃO DE ROTINAS DE COMPORTAMENTO E DE ATUAÇÃO VÁLIDAS EM TODAS AS CIRCUNSTÂNCIAS DA VIDA
FOTOS	
OUTRAS INFORMAÇÕES	



### 2.3. PROJETOS DE FORMAÇÃO – ESTÁGIO DE VERÃO

À semelhança dos anos anteriores vai o Corpo de Bombeiros Voluntários da Amadora realizar o Estágio de Verão, destinado a jovens com mais de 16 anos de idade. Os jovens irão participar em ações de formação e efetuar um estágio prático. Pretende-se, com esta atividade, despertar nos jovens o espírito de equipa e de entreajuda, bem como permitir o contacto com a realidade dos serviços prestados pelos Bombeiros. **O estágio decorrerá durante os meses de Verão (período de férias), de forma a permitir uma maior aderência por parte dos jovens estudantes.**

ESTÁGIO DE VERÃO	
ENTIDADE MINISTRA O PROJETO	BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DA AMADORA
OBJETIVOS	1. OCUPAR OS TEMPOS LIVRES DOS JOVENS DURANTE AS FÉRIAS DA ESCOLA 2. ESTIMULAR O ESPÍRITO DE VOLUNTÁRIO, SOLIDARIEDADE E HUMANISMO INERENTE AOS BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS 3. PERMITIR AOS PARTICIPANTES UM CONTACTO COM AS ATIVIDADES DOS BOMBEIROS (EMERGÊNCIA PRÉ-HOSPITALAR, INCÊNDIOS, ETC.) 4. MINISTRAR FORMAÇÃO AOS PARTICIPANTES, NO ÂMBITO DO SOCORRISMO BÁSICO, SEGURANÇA, PREVENÇÃO 5. PERMITIR AOS PARTICIPANTES NO FINAL DO ESTÁGIO, SE O PRETENDEREM, ENTRAREM PARA OS QUADROS DOS BOMBEIROS
REQUISITOS	1. POSSUIR PELO MENOS O 9º ANO DE ESCOLARIDADE E TER NO MÍNIMO 16 ANOS DE IDADE 2. NO CASO DE MENORES, SERÁ NECESSÁRIO A AUTORIZAÇÃO DO ENCARREGADO DE EDUCAÇÃO, PARA A PARTICIPAÇÃO NO ESTÁGIO
FORMAÇÃO*	1. ORGANIZAÇÃO DE CORPOS DE BOMBEIROS 2. VIATURAS E EQUIPAMENTOS 3. ORDEM UNIDA E DISCIPLINA 4. NOÇÕES SOBRE INCÊNDIOS 5. CURSO BÁSICO DE SOCORRISMO 6. ESTÁGIO PRÁTICO
FOTOS	
OUTRAS INFORMAÇÕES	*O Estágio Prático, será monitorizado de 2ª a 6ª feira, das 08h às 20h, podendo ser alargado aos fins-de-semana e noites em situações de exceção. Após a formação os estagiários serão integrados nas Tripulações das Ambulâncias, seguindo uma escala semanal.



### 3. AÇÕES DE INFORMAÇÃO E SENSIBILIZAÇÃO PARA OS PARCEIROS AMADORA RESILIENTE E COMUNIDADE EM GERAL



### 3.1. AÇÕES TEÓRICO – PRÁTICAS: CALENDARIZAÇÃO

A capacitação de todos os stakeholders (parceiros), numa determinada comunidade, gera confiança e favorece a resiliência, melhora a perceção do risco, ajuda na tomada de consciência e no poder de ação e decisão das diversas entidades.

Assim sendo, a sensibilização dos parceiros (funcionários, utentes e utilizadores) da Campanha Local 2010-2015 “Sempre em Movimento, Amadora é Resiliente” e da comunidade em geral é fundamental para promover uma cultura de segurança e de prevenção no município e melhorar a capacidade de resposta de todas as entidades em situação de emergência.

ENTIDADES	TEMÁTICAS/DATAS	OUT	NOV	DEZ	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL
PARCEIROS DA CAMPANHA LOCAL ENTIDADES PÚBLICO PRIVADAS IPSS	TÉCNICAS ELEMENTARES DE PRIMEIROS SOCORROS					X	X	X	X		
	SEGURANÇA DOMÉSTICA		X	X							
	INCÊNDIOS URBANOS		X	X	X						
	INCÊNDIOS FLORESTAIS					X	X				
	CATÁSTROFES: COMO ATUAR!				X	X	X	X			
	RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA E DELEGADO DE SEGURANÇA								X	X	
	PREVENÇÃO DOS EFEITOS DA VAGA DE FRIO E ONDAS DE CALOR		X	X	X				X	X	X
	PREPARAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA EM CENÁRIO DE CATÁSTROFE		X	X	X	X	X	X	X	X	X
	EXPOSIÇÃO TÉCNICO-OPERACIONAL						X	X	X	X	X
		MÊS INDISPONÍVEL PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO						MÊS DISPONÍVEL PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO		X	



### 3.1.1. TÉCNICAS ELEMENTARES DE PRIMEIROS SOCORROS

Esta ação de informação e sensibilização visa proporcionar aos parceiros da Campanha Local e comunidade em geral os conhecimentos sobre as técnicas elementares de primeiros socorros que deverão ser aplicados em situações de emergência.

TÉCNICAS ELEMENTARES DE PRIMEIROS SOCORROS				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	CRUZ VERMELHA PORTUGUESA – DELEGAÇÃO LOCAL DA AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	4 HORAS			
N.º MÁX. DE FORMANDOS	20			
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. POSIÇÃO LATERAL DE SEGURANÇA			
	2. DESOBSTRUÇÃO DE VIA ÁREA			
	3. REANIMAÇÃO			
	4. PEDIDO DE AJUDA DIFERENCIADO			
GRUPO ALVO	IPSS'S   ENTIDADES PÚBLICO PRIVADAS			
	CRECHE/JI/ATL	<input checked="" type="checkbox"/>	LAR DE 3ª IDADE	<input checked="" type="checkbox"/>
	NECESSIDADES ESPECIAIS	<input type="checkbox"/>	OUTROS	<input checked="" type="checkbox"/>
	JUNTAS DE FREGUESIA   AUTARQUIA			
	UTENTES	<input checked="" type="checkbox"/>	FUNCIONÁRIOS	<input checked="" type="checkbox"/>
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	<input type="checkbox"/>	MARÇO	<input checked="" type="checkbox"/>
	NOVEMBRO	<input type="checkbox"/>	ABRIL	<input checked="" type="checkbox"/>
	DEZEMBRO	<input type="checkbox"/>	MAIO	<input checked="" type="checkbox"/>
	JANEIRO	<input type="checkbox"/>	JUNHO	<input type="checkbox"/>
	FEVEREIRO	<input checked="" type="checkbox"/>	JULHO	<input type="checkbox"/>
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	<input checked="" type="checkbox"/>	FILMES	<input type="checkbox"/>
	PANFLETOS	<input checked="" type="checkbox"/>	KIT EMERGÊNCIA	<input type="checkbox"/>
	EXERCÍCIOS	<input type="checkbox"/>	FICHAS PEDAGÓGICAS	<input type="checkbox"/>
FOTOS				
OUTRAS INFORMAÇÕES				



### 3.1.2. EXPOSIÇÃO TÉCNICO-OPERACIONAL

A Exposição Técnico-Operacional tem como principal objetivo apresentar à comunidade as várias fases do ciclo da catástrofe (prevenção, socorro e recuperação) e o papel de cada agente de proteção civil no domínio dos desastres.

EXPOSIÇÃO TÉCNICO-OPERACIONAL				
<b>ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO</b>	AGENTES DE PROTEÇÃO CIVIL ORGANISMOS DE APOIO			
<b>DURAÇÃO DA AÇÃO</b>	4 HORAS			
<b>CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS</b>	1. APRESENTAÇÃO DAS VÁRIAS FASES DO CICLO DA CATÁSTROFE E AS RESPONSABILIDADE DOS DIVERSOS INTERVENIENTES NA PREVENÇÃO, SOCORRO E RECUPERAÇÃO			
<b>GRUPO ALVO</b>	<b>IPSS'S   ENTIDADES PÚBLICO PRIVADAS</b>			
	CRECHE/JI/ATL	X	LAR DE 3ª IDADE	X
	NECESSIDADES ESPECIAIS	X	OUTROS	X
	<b>JUNTAS DE FREGUESIA   AUTARQUIA</b>			
	UTENTES	X	FUNCIONÁRIOS	
<b>DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO</b>	<b>DATAS</b>			
	OUTUBRO		MARÇO	X
	NOVEMBRO		ABRIL	X
	DEZEMBRO		MAIO	X
	JANEIRO		JUNHO	X
	FEVEREIRO		JULHO	X
<b>MATERIAIS UTILIZADOS</b>	<b>AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS</b>			
	POWERPOINT	X	FILMES	X
	PANFLETOS	X	KIT EMERGÊNCIA	X
	EXERCÍCIOS	X	FICHAS PEDAGÓGICAS	X
<b>FOTOS</b>				
<b>OUTRAS INFORMAÇÕES</b>	As Exposições Técnico-Operacionais poderão ser inseridas nas comemorações de diversas efemérides: Dia Internacional da Proteção Civil (1 de março), Dia Internacional da Floresta (21 de março) ou Dia Internacional para a Redução de Desastres (13 de outubro)			



### 3.1.3. SEGURANÇA DOMÉSTICA

A ação “Segurança Doméstica”, tem como principal objetivo sensibilizar a comunidade em geral para os diversos riscos tecnológicos existentes no município, com especial destaque para os incêndios urbanos, fugas de gás e acidentes rodoviários que podem ser desencadeados com pequenos descuidos. São das ocorrências que mais acontecem no território. Como tal, esta ação pretende sensibilizar a comunidade e a população para estas ocorrências e as medidas de autoproteção a adotar.

SEGURANÇA DOMÉSTICA			
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL		
DURAÇÃO DA AÇÃO	60 MINUTOS		
N.º MÁX. DE FORMANDOS	20		
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. OCORRÊNCIAS NA AMADORA		
	2. INCÊNDIOS URBANOS   MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		
	3. FUGAS DE GÁS   MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		
	4. ACIDENTES RODOVIÁRIOS   MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO		
GRUPO ALVO	IPSS'S   ENTIDADES PÚBLICO PRIVADAS		
	CRECHE/JI/ATL	<input type="checkbox"/>	LAR DE 3ª IDADE
	NECESSIDADES ESPECIAIS	<input type="checkbox"/>	OUTROS
	JUNTAS DE FREGUESIA   AUTARQUIA		
	UTENTES	<input checked="" type="checkbox"/>	FUNCIONÁRIOS
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS		
	OUTUBRO	<input type="checkbox"/>	MARÇO
	NOVEMBRO	<input checked="" type="checkbox"/>	ABRIL
	DEZEMBRO	<input checked="" type="checkbox"/>	MAIO
	JANEIRO	<input type="checkbox"/>	JUNHO
	FEVEREIRO	<input type="checkbox"/>	JULHO
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS		
	POWERPOINT	<input checked="" type="checkbox"/>	FILMES
	PANFLETOS	<input checked="" type="checkbox"/>	KIT EMERGÊNCIA
FOTOS	EXERCÍCIOS	<input type="checkbox"/>	FICHAS PEDAGÓGICAS
OUTRAS INFORMAÇÕES			



### 3.1.4. CATÁSTROFES: COMO ATUAR!

A ação “Catástrofes: como atuar!”, destinada à comunidade e parceiros da Campanha Amadora Resiliente, contempla um olhar para os principais desastres naturais e tecnológicos que acontecem no município da Amadora e o que poderemos fazer para os minimizar e evitar. Para além dos conteúdos teóricos apresentados, durante a sessão serão organizados diversos desafios práticos.

CATÁSTROFES: COMO ATUAR!			
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL		
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS		
N.º MÁX. DE FORMANDOS	20		
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. CICLO DA CATÁSTROFE		
	2. EXEMPLOS PRÁTICOS		
	3. COMO ATUAR		
GRUPO ALVO	IPSS'S   ENTIDADES PÚBLICO PRIVADAS		
	CRECHE/JI/ATL	<input type="checkbox"/>	LAR DE 3ª IDADE <input checked="" type="checkbox"/>
	NECESSIDADES ESPECIAIS	<input checked="" type="checkbox"/>	OUTROS <input checked="" type="checkbox"/>
	JUNTAS DE FREGUESIA   AUTARQUIA		
	UTENTES	<input checked="" type="checkbox"/>	FUNCIONÁRIOS <input checked="" type="checkbox"/>
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS		
	OUTUBRO	<input type="checkbox"/>	MARÇO <input checked="" type="checkbox"/>
	NOVEMBRO	<input type="checkbox"/>	ABRIL <input checked="" type="checkbox"/>
	DEZEMBRO	<input type="checkbox"/>	MAIO <input type="checkbox"/>
	JANEIRO	<input checked="" type="checkbox"/>	JUNHO <input type="checkbox"/>
	FEVEREIRO	<input checked="" type="checkbox"/>	JULHO <input type="checkbox"/>
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS		
	POWERPOINT	<input checked="" type="checkbox"/>	FILMES <input checked="" type="checkbox"/>
	PANFLETOS	<input checked="" type="checkbox"/>	KIT EMERGÊNCIA <input checked="" type="checkbox"/>
	EXERCÍCIOS	<input type="checkbox"/>	FICHAS PEDAGÓGICAS <input type="checkbox"/>
FOTOS			
OUTRAS INFORMAÇÕES			



### 3.1.5. RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA E DELEGADO DE SEGURANÇA




Esta ação de sensibilização pretende habilitar os participantes com os conhecimentos necessários para desempenhar a função de Responsável de Segurança e Delegado de Segurança, divulgar a legislação e conhecer as obrigações legais no âmbito do Regime Jurídico de Segurança Contra Incêndios em Edifícios e identificar as medidas de autoproteção adequadas à Utilização-Tipo da sua instituição/edifício.

RESPONSÁVEL DE SEGURANÇA E DELEGADO DE SEGURANÇA				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	EQUIPA DA CAMPANHA LOCAL “SEMPRE EM MOVIMENTO, AMADORA É RESILIENTE”			
DURAÇÃO DA AÇÃO	12 HORAS			
N.º MÁX. DE FORMANDOS	15			
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. ENQUADRAMENTO LEGAL DA TEMÁTICA RELATIVA À SEGURANÇA CONTRA EM EDIFÍCIOS			
	2. CONDIÇÕES GERAIS DE AUTOPROTEÇÃO			
	3. ORGANIZAÇÃO DA ESTRUTURA INTERNA DE SEGURANÇA			
	4. PLANO DE SEGURANÇA			
GRUPO ALVO*	IPSS'S   ENTIDADES PÚBLICO PRIVADAS			
	CRECHE/JI/ATL	X	LAR DE 3ª IDADE	X
	NECESSIDADES ESPECIAIS	X	OUTROS	X
	JUNTAS DE FREGUESIA   AUTARQUIA			
	UTENTES	X	FUNCIÓNÁRIOS	X
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO		MARÇO	
	NOVEMBRO		ABRIL	
	DEZEMBRO		MAIO	X
	JANEIRO	X	JUNHO	
	FEVEREIRO		JULHO	
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FILMES	X
	PANFLETOS		KIT EMERGÊNCIA	
	EXERCÍCIOS	X	FICHAS PEDAGÓGICAS	
FOTOS				
OUTRAS INFORMAÇÕES	*Esta ação destina-se a Delegados de Segurança das entidades			



### 3.1.6. PREVENÇÃO DOS EFEITOS DA VAGA DE FRIO E ONDAS DE CALOR NA SAÚDE DAS POPULAÇÕES

As subidas e descidas bruscas de temperatura podem ser um indício de uma vaga de frio ou onda de calor, obrigando à adoção de medidas de autoproteção. Esta ação de informação e sensibilização visa abordar o principal impacto destes fenómenos, e os seus diversos condicionantes, de forma a aumentar a consciencialização da população.

PREVENÇÃO DOS EFEITOS DA VAGA DE FRIO E ONDAS DE CALOR NA SAÚDE DAS POPULAÇÕES				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	UNIDADE SAÚDE PUBLICA DO ACES AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	45 MINUTOS			
N.º MÁX. DE FORMANDOS	20			
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. EFEITOS DA VAGA DE FRIO NA SAÚDE 2. EFEITOS DAS ONDAS DE CALOR NA SAÚDE 2. MEDIDAS DE PREVENÇÃO E AUTOPROTEÇÃO			
GRUPO ALVO	IPSS'S   ENTIDADES PÚBLICO PRIVADAS			
	CRECHE/JI/ATL	X	LAR DE 3ª IDADE	X
	NECESSIDADES ESPECIAIS	X	OUTROS	X
	JUNTAS DE FREGUESIA   AUTARQUIA			
	UTENTES	X	FUNCIONÁRIOS	X
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO		MARÇO	
	NOVEMBRO	X	ABRIL	
	DEZEMBRO	X	MAIO	X
	JANEIRO	X	JUNHO	X
	FEVEREIRO		JULHO	X
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	X	FILMES	
	PANFLETOS	X	KIT EMERGÊNCIA	
	EXERCÍCIOS	X	FICHAS PEDAGÓGICAS	
FOTOS	  			
OUTRAS INFORMAÇÕES				



### 3.1.7. INCÊNDIOS URBANOS

Os incêndios urbanos são das 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.

INCÊNDIOS URBANOS				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	BOMBEIROS VOLUNTARIOS DA AMADORA			
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS			
N.º MÁX. DE FORMANDOS	30			
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. INCÊNDIOS URBANOS NA AMADORA			
	2. TRIÂNGULO DO FOGO			
	3. CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS DOS INCÊNDIOS URBANOS			
	4. MEDIDAS DE AUTOPROTEÇÃO			
	5. DESAFIO PROTEÇÃO CIVIL			
GRUPO ALVO	IPSS'S   ENTIDADES PÚBLICO PRIVADAS			
	CRECHE/JI/ATL	<input checked="" type="checkbox"/>	LAR DE 3ª IDADE	<input checked="" type="checkbox"/>
	NECESSIDADES ESPECIAIS	<input type="checkbox"/>	OUTROS	<input checked="" type="checkbox"/>
	JUNTAS DE FREGUESIA   AUTARQUIA			
	UTENTES	<input checked="" type="checkbox"/>	FUNCIONÁRIOS	<input checked="" type="checkbox"/>
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	<input type="checkbox"/>	MARÇO	<input type="checkbox"/>
	NOVEMBRO	<input checked="" type="checkbox"/>	ABRIL	<input type="checkbox"/>
	DEZEMBRO	<input checked="" type="checkbox"/>	MAIO	<input type="checkbox"/>
	JANEIRO	<input checked="" type="checkbox"/>	JUNHO	<input type="checkbox"/>
	FEVEREIRO	<input type="checkbox"/>	JULHO	<input type="checkbox"/>
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	<input checked="" type="checkbox"/>	FILMES	<input type="checkbox"/>
	PANFLETOS	<input checked="" type="checkbox"/>	KIT EMERGÊNCIA	<input type="checkbox"/>
	EXERCÍCIOS	<input checked="" type="checkbox"/>	FICHAS PEDAGÓGICAS	<input type="checkbox"/>
FOTOS				
OUTRAS INFORMAÇÕES				



### 3.1.8. 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.

INCÊNDIOS FLORESTAIS	
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	BOMBEIROS VOLUNTARIOS DA AMADORA
DURAÇÃO DA AÇÃO	90 MINUTOS
N.º MÁX. DE FORMANDOS	30
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1. INCÊNDIOS URBANOS NA AMADORA 2. INCÊNDIOS: CAUSAS E CONSEQUÊNCIAS 3. PREVENÇÃO 4. DESAFIO PROTEÇÃO CIVIL
GRUPO ALVO	<b>IPSS'S   ENTIDADES PÚBLICO PRIVADAS</b>
	CRECHE/JI/ATL <input checked="" type="checkbox"/> LAR DE 3ª IDADE <input checked="" type="checkbox"/>
	NECESSIDADES ESPECIAIS <input type="checkbox"/> OUTROS <input checked="" type="checkbox"/>
	<b>JUNTAS DE FREGUESIA   AUTARQUIA</b>
	UTENTES <input checked="" type="checkbox"/> FUNCIONÁRIOS <input checked="" type="checkbox"/>
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	<b>DATAS</b>
	OUTUBRO <input type="checkbox"/> MARÇO <input checked="" type="checkbox"/>
	NOVEMBRO <input type="checkbox"/> ABRIL <input type="checkbox"/>
	DEZEMBRO <input type="checkbox"/> MAIO <input type="checkbox"/>
	JANEIRO <input type="checkbox"/> JUNHO <input type="checkbox"/>
	FEVEREIRO <input checked="" type="checkbox"/> JULHO <input type="checkbox"/>
MATERIAIS UTILIZADOS	<b>AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS</b>
	POWERPOINT <input checked="" type="checkbox"/> FILMES <input type="checkbox"/>
	PANFLETOS <input checked="" type="checkbox"/> KIT EMERGÊNCIA <input type="checkbox"/>
	EXERCICIOS <input checked="" type="checkbox"/> FICHAS PEDAGÓGICAS <input type="checkbox"/>
FOTOS	
OUTRAS INFORMAÇÕES	



### 3.1.9. 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 um desastre.

PREPARAÇÃO E SOBREVIVÊNCIA EM SITUAÇÃO DE CATÁSTROFE				
ENTIDADE A MINISTRAR A AÇÃO	EQUIPA COMUNITÁRIA DE RESPOSTA À EMERGÊNCIA (ECRE)			
DURAÇÃO DA AÇÃO	4 HORAS			
N.º MÁX. DE FORMANDOS	20			
CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS	1.INTRODUÇÃO E CONTEXTUALIZAÇÃO DO TEMA			
	2.PREPARAÇÃO FÍSICA E PSICOLÓGICA			
	3.EQUIPAMENTO			
	4.TÉCNICAS DE SOBREVIVÊNCIA E AUTO-PROTECÇÃO			
GRUPO ALVO	IPSS'S   ENTIDADES PÚBLICO PRIVADAS			
	CRECHE/JI/ATL	<input type="checkbox"/>	LAR DE 3ª IDADE	<input checked="" type="checkbox"/>
	NECESSIDADES ESPECIAIS	<input type="checkbox"/>	OUTROS	<input checked="" type="checkbox"/>
	JUNTAS DE FREGUESIA   AUTARQUIA			
	UTENTES	<input checked="" type="checkbox"/>	FUNCIONÁRIOS	<input checked="" type="checkbox"/>
DISPONIBILIDADE PARA A REALIZAÇÃO DA AÇÃO	DATAS			
	OUTUBRO	<input type="checkbox"/>	MARÇO	<input checked="" type="checkbox"/>
	NOVEMBRO	<input checked="" type="checkbox"/>	ABRIL	<input checked="" type="checkbox"/>
	DEZEMBRO	<input checked="" type="checkbox"/>	MAIO	<input checked="" type="checkbox"/>
	JANEIRO	<input checked="" type="checkbox"/>	JUNHO	<input checked="" type="checkbox"/>
	FEVEREIRO	<input checked="" type="checkbox"/>	JULHO	<input checked="" type="checkbox"/>
MATERIAIS UTILIZADOS	AUDIOVISUAIS   INFORMATIVOS			
	POWERPOINT	<input checked="" type="checkbox"/>	FILMES	<input checked="" type="checkbox"/>
	PANFLETOS	<input checked="" type="checkbox"/>	KIT EMERGÊNCIA	<input checked="" type="checkbox"/>
	EXERCÍCIOS	<input type="checkbox"/>	FICHAS PEDAGÓGICAS	<input type="checkbox"/>
FOTOS				
OUTRAS INFORMAÇÕES				



### 3.1.10. FICHA DE INSCRIÇÃO

De modo a todos os parceiros da Campanha Local e a comunidade ter acesso às ações de informação e sensibilização propostas, as entidades interessadas deverão:

- **Preencher a ficha de inscrição (uma por turma)**, com os dados solicitados, e enviar por correio eletrónico para o Serviço Municipal de Proteção Civil da Amadora [carlos.rocha@cm-amadora.pt](mailto:carlos.rocha@cm-amadora.pt) ou [proteccao.civil@cm-amadora.pt](mailto:proteccao.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.

FICHA DE INSCRIÇÃO			
AÇÃO A MINISTRAR	TECNICAS ELEMENTARES PRIMEIROS SOCORROS	<input type="checkbox"/>	RESPONSÁVEL/DELEGADO DE SEGURANÇA
	SEGURANÇA DOMÉSTICA	<input type="checkbox"/>	INCÊNDIOS URBANOS
	PREVENÇÃO DOS EFEITOS DA VAGA FRIO/ONDAS CALOR	<input type="checkbox"/>	CATÁSTROFES: COMO ATUAR!
	PREP. SOBREVIVENCIA EM SITUAÇÃO DE CATÁSTROFE	<input type="checkbox"/>	EXPOSIÇÃO TÉCNICO-OPERACIONAL
			<input type="checkbox"/>
INSTITUIÇÃO	<input type="text"/>		
DADOS TURMA	UTENTES	<input type="text"/>	FUNCIONÁRIOS
			N.º DE PESSOAS
			DATA PARA A AÇÃO
			HORA PARA A AÇÃO
PESSOA RESPONSÁVEL	NOME	<input type="text"/>	
	E-MAIL	<input type="text"/>	
MATERIAL DE QUE DISPÕE	PROJETOR	<input type="checkbox"/>	COMPUTADOR
OBSERVAÇÕES	<input type="text"/>		



### 3.2. PROJETOS DE FORMAÇÃO – ACADEMIA SÉNIOR

O projeto **Academia Sénior – Proteção Civil Amadora** tem como base o voluntariado e é dirigido à população sénior que pretenda oferecer a sua disponibilidade de forma voluntária e colaborar com o Serviço Municipal de Proteção Civil da Amadora (SMPC).

Face ao carácter transversal das questões que envolvem a proteção civil, mais concretamente a adoção de medidas de autoproteção, e a criação de mecanismos multiplicadores para a proteção de pessoas e bens, é fundamental criar canais de comunicação, discussão, sensibilização e formação para este segmento específico da população.

ACADEMIA SÉNIOR	
ENTIDADE MINISTRA O PROJETO	SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL
OBJETIVOS	1. CRIAÇÃO DE <b>AGENTES SENIORES DE PROTEÇÃO CIVIL</b> COM O OBJETIVO DA POPULAÇÃO SÉNIOR TER UM PAPEL MAIS ATIVO NA PARTILHA DE CONCEITOS DE PREVENÇÃO, E TAMBÉM ELA PARTICIPAR MAIS ATIVAMENTE NA CONCRETIZAÇÃO DE UMA CULTURA DE SEGURANÇA NO MUNICÍPIO
CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO	1. SER ASSOCIADO DE UMA INSTITUIÇÃO/ASSOCIAÇÃO COM RESPOSTA SOCIAL DE APOIO AOS SENIORES 2. SER REFORMADO OU PENSIONISTA
FORMAÇÃO	1. PRINCÍPIOS GERAIS DE VOLUNTARIADO 2. PROTEÇÃO CIVIL:MISSÃO E VALORES 3. ÉTICA E REGRAS DE COMPORTAMENTO 4. MÉTODOS DE SENSIBILIZAÇÃO E INFORMAÇÃO 5. TÉCNICAS ELEMENTARES DE PRIMEIROS SOCORROS 6. INCÊNDIOS URBANOS 7. INCÊNDIOS FLORESTAIS 8. SISMOS E INUNDAÇÕES 9. PREVENÇÃO DOS EFEITOS DAS ONDAS DE CALOR E VAGAS DE FRIO 10.SEGURANÇA RODOVIÁRIA
FOTOS	
OUTRAS INFORMAÇÕES	Para mais informações deverá ser contactado o Serviço Municipal de Proteção Civil ( <a href="mailto:carlos.rocha@cm-amadora.pt">carlos.rocha@cm-amadora.pt</a> ou <a href="mailto:proteccao.civil@cm-amadora.pt">proteccao.civil@cm-amadora.pt</a> )



## NOTAS FINAIS

A desconsideração em relação à redução do risco de desastre pode levar a sérios problemas económicos e deterioração dos ecossistemas, assim como à perda da confiança da população. Os desastres, como diversas experiências à escala local comprovaram, podem comprometer seriamente os serviços essenciais de uma comunidade: os sistemas de distribuição de alimentos, água, saúde, transporte, lixo e comunicações.

Com o **Programa de Informação e Sensibilização para a Redução do Risco de Desastre no Município da Amadora (2014/2015)**, será possível aumentar a consciencialização dos cidadãos para a redução dos riscos urbanos, reforçar e apoiar o poder local, os grupos comunitários e as diversas instituições, envolvidos no processo de gestão do risco, e instar a administração local a tomar medidas para reduzir a vulnerabilidade da população ao desastre.

Além disso, este documento enquadra-se na Declaração de Compromisso que o Município estabeleceu com a Estratégia Internacional para a Redução de Desastre da Organização das Nações Unidas, aquando a adesão à Campanha Internacional "*Making Cities Resilient*". Nesse documento, o Município da Amadora comprometeu-se a desenvolver todos os esforços necessários para que a campanha possa envolver o máximo de intervenientes da comunidade local, científica e académica, demonstrando-se a pertinência da redução do risco e do número de desastres naturais e tecnológicos que assolam o território (CAMPANHA LOCAL, 2012).

A redução do risco de desastre é uma tarefa de todos e para todos.



## BIBLIOGRAFIA

Equipa da Campanha Local (2012), *Portfólio Campanha Local 2010-2015 "Sempre em Movimento, Amadora é Resiliente"*, Câmara Municipal da Amadora, Amadora.

Pickett, S., Cadenasso, M., Grove, J. (2004), *Resilient cities: meaning, models, and metaphor for integrating the ecological, socioeconomic, and planning realms*, Landscape and Urban Planning, London.

Santos, F. T. (2009), *Territórios resilientes enquanto orientação de planeamento*. Direção de Prospectiva e Planeamento, Lisboa.

UNISDR (2012), *Como Construir Cidades Mais Resilientes - Um Guia para Gestores Públicos Locais*, United Nations International Strategy for Disaster Reduction, Geneva.

UNISDR (2012), *Making cities resilient report 2012 - A global snapshot of how local governments reduce disaster risk*, United Nations International Strategy for Disaster Reduction, Geneva.



## CONTACTOS | INFORMAÇÕES

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

**RESPONSÁVEL:** Carlos Rocha

**MORADA:** Estaleiro Municipal (Pavilhão J) | Moinhos da Funcheira

Estrada Serra da Mira | 2650-092 Amadora

**TELEFONES:** +351 21 494 86 38 | +351 96 424 46 94

Extensões (interno): 1551

**CORREIO ELETRÓNICO:** [carlos.rocha@cm-amadora.pt](mailto:carlos.rocha@cm-amadora.pt) ou [proteccao.civil@cm-amadora.pt](mailto:proteccao.civil@cm-amadora.pt)

***“O que fazemos para nós mesmos morre connosco,  
o que fazemos para os outros e para o mundo permanece e é imortal”***

*Albert Pine*