

# INUNDAÇÕES - RECOMENDAÇÕES



Uma inundação, motivada pelas chuvas intensas, pode ir de alguns centímetros até à altura suficiente para cobrir o telhado de algumas casas. A qualquer momento pode arrastar árvores, pedras, automóveis, animais e danificar casas, pontes ou viadutos. Para diminuir os prejuízos materiais e perdas humanas deve manter-se informado sobre os procedimentos adequados que lhe permitam aumentar a sua segurança. **Siga estas recomendações e divulgue-as!**

## 1. ESTAR PREPARADO

### ANTES DA INUNDAÇÃO

- Identifique os pontos mais altos, onde possa refugiar-se;
- Faça uma pequena lista de objetos importantes (ex.: cartão do cidadão) a levar em caso de evacuação;
- Faça uma reserva para 2/3 dias de: água potável, comida enlatada ou embalada (que não necessite de confeção ou refrigeração);
- Estojo de emergência: rádio e lanterna a pilhas, pilhas de reserva, material de primeiros socorros, agasalhos e medicamentos essenciais;
- Mantenha a limpeza do quintal e do jardim, face à queda de folhas no outono;
- Mantenha desobstruídos os sistema de escoamento do seu edifício (ex.: algerozes e caleiras dos telhados);
- Tenha sempre um seguro da casa e do recheio, que salvguarde eventuais prejuízos de uma inundação;
- Esteja atento às notícias sobre a meteorologia e as orientações da proteção civil;
- Arranje um anteparo de metal ou madeira para a porta da rua/edifício.

### DURANTE A INUNDAÇÃO

- Mantenha a serenidade e refugie-se nos pontos mais altos;
- Procure dar apoio a quem mais necessite (ex.: crianças, idosos ou deficientes);
- Desligue a água, gás e eletricidade;
- Beba apenas água engarrafada e não coma alimentos que estiveram em contacto com a água da inundação;
- Não ande descalço. Utilize calçado protetor (solas duras e antiderrapante);
- Não vá, por curiosidade, aos locais mais atingidos. A água pode esconder muitos perigos, como tal, se tiver que andar através dela faça-o em segurança. Utilize um chapéu de chuva, uma bengala ou um pau para o ajudar.
- Não utilize o carro numa zona de inundação. Pode ser arrastado;
- Solte os animais domésticos, não os deixe presos;
- Colabore com as autoridades.





### DEPOIS DA INUNDAÇÃO

- Faça uma inspeção rápida à sua casa. Se ameaçar ruir, saia;
- Se houve evacuação regresse só depois de lhe ser dada essa indicação;
- Não toque em cabos elétricos caídos, face ao perigo de electrocução. Examine os aparelhos elétricos/gás;
- Deite fora comida e medicamentos, se estiveram em contacto com a água da inundação;
- Comece a limpeza da casa pelas zonas mais altas;
- Facilite e colabore com o trabalho das equipas de limpeza da via pública.



## 2. TELEFONES DE EMERGÊNCIA E INFORMAÇÕES

### N.º NACIONAL DE EMERGÊNCIA: 112

-  BOMBEIROS VOLUNTÁRIOS DA AMADORA  
**21 498 11 00**
-  SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL DA AMADORA  
**21 436 90 15**
-  POLICIA DE SEGURANÇA PÚBLICA  
**21 492 95 90**
-  CVP DELEGAÇÃO AMADORA (UNIDADE DE EMERGÊNCIA)  
**21 475 00 11**

### CONTACTOS FAMILIARES



Nome: \_\_\_\_\_

N.º Telefone: \_\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_

N.º Telefone: \_\_\_\_\_

Nome: \_\_\_\_\_

N.º Telefone: \_\_\_\_\_



CAMPANHA LOCAL 2010-2015 "SEMPRE EM MOVIMENTO, AMADORA É RESILIENTE"