

O que deves fazer se as tuas roupas começarem a arder

Se isto acontecer pára imediatamente.

Não corras. Deita-te no chão, cobre a cara e rola sobre o corpo até as chamas se apagarem.

A regra é

1º Parar



2º Deitar



3º Rolar



Se puderes molha as tuas roupas para evitar que fiquem em chamas.

COLABORA, a protecção começa em ti e na tua casa.

SOCORRO Liga 112

Para mais informações
consulta a internet em:
www.srpcbm.pt
www.proteccaocivil.pt

PREVENIR → PLANEAR → SOCORRER



Secretaria Regional dos Assuntos Sociais
Serviço Regional de Protecção Civil e Bombeiros da Madeira

Rua Dr. Pita nº10 - 9000-089 Funchal
Tel.: 291 700 112 Fax: 291 764 604
e-mail: [srpcbmgov-madeira.pt](mailto:srpcbm@gov-madeira.pt)



Ministério da Administração Interna
Autoridade Nacional de Protecção Civil

Avenida do Forte em Carmaxide - 2794-112 Carmaxide
Tel.: 21 424 7100 Fax: 21 424 7180
e-mail: geral@prociiv.pt / Site: www.proteccaocivil.pt

ANPC
AUTORIDADE NACIONAL DE PROTECÇÃO CIVIL



INCÊNDIOS em casa

Sabes o que fazer?



INCÊNDIOS em casa

Sabes o que fazer?

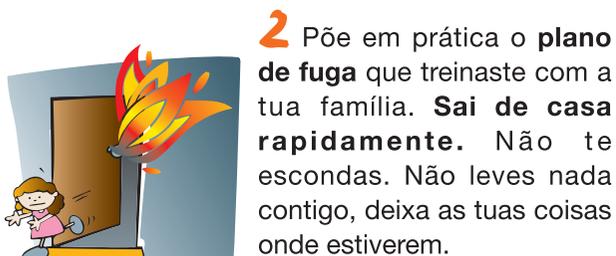
Podes sentir-te assustado e confuso durante um incêndio, mas se souberes o que fazer tudo será mais fácil. Prepara-te. Segue as recomendações que te damos e treina-as com os teus familiares e amigos.

Contamos contigo.

Aqui tens 10 REGRAS DE SEGURANÇA muito importantes.

Lembra-te delas sempre que houver um incêndio.

1 Nunca corras perigo para tentar apagar o fogo.



3 Anda de **gatas** se houver fumo. Perto do chão respiras melhor. Sempre que puderes protege a boca com um pano húmido e respira através dele.



4 Não corras se a tua roupa começar a arder. Põe em prática a regra PARAR-DEITAR-ROLAR.

5 Antes de abrires uma porta verifica, com a palma da mão, se ela está quente.

Se estiver quente **tenta encontrar outra saída** porque há fogo e fumo do outro lado.

Se estiver fria também pode haver fogo e fumo a impedir-te a passagem. Por isso, abre-a com muito cuidado e pronto a fechá-la rapidamente.

6 Se não conseguires sair em segurança procura uma janela ou varanda de onde possas ser visto. Para **chamar a atenção** grita e acena com algo (roupa, toalha, etc.).

7 Usa sempre as escadas.
Nunca utilizes os elevadores.

Se for seguro tenta descer porque o incêndio tem tendência a subir.

8 Quando estiveres em segurança, já fora de casa, **pede ajuda** a alguém. Liga para o **112** ou avisa os Bombeiros.



9 Depois de dares o alerta vai para o **ponto de encontro** que combinaste com a tua família.

10 Fica fora de casa. NUNCA voltes atrás seja por que motivo for.

Prepara e treina com a tua família

- Como e quando utilizar um extintor

- Um plano de fuga da vossa casa

Tentem encontrar mais do que uma saída para cada divisão. Pode ser uma porta ou uma janela.

- Um ponto de encontro fora de casa

Escolham um local, fora de casa, para se reunirem se houver um incêndio.

Exemplo de plano de fuga

