

## Evacuação, abrigo no local

Em caso de emergência grave, pode ser ordenada a evacuação. Noutras ocasiões, pode ser mais seguro ficar em casa (abrigo no lugar). Geralmente, estas ordens são transmitidas pela televisão, rádio, sítios Web do governo, redes sociais ou pelo sistema de alerta público sem fios (WPAS).

### Realização de uma evacuação

- A evacuação só deve ser efectuada quando for ordenada pelos serviços de emergência. Se a segurança o permitir, os animais de estimação também devem ser levados consigo.
- Deve levar consigo o seu estojo de emergência e dirigir-se ao local de reunião para evacuação de emergência ou centro de acolhimento designado.

### Abrigo no local

- Feche e tranque todas as janelas e portas exteriores.
- Desligue todas as ventoinhas, o aquecimento e o ar condicionado. Deste modo, evita-se a entrada de ar do exterior.

### Residencial – plano de emergência

- Crie um plano de emergência e discuta antecipadamente as potenciais emergências para reduzir o medo e a ansiedade.
- Reveja o seu plano regularmente e pratique a deslocação aos locais de reunião para evacuação de emergência.

### Locais de reunião

Identifique dois locais de reunião diferentes para as pessoas no caso de terem de sair de casa / não poderem regressar imediatamente a casa:

- Perto de casa.
- Fora do bairro de residência.

Para desenvolver o seu próprio plano de ação de emergência, visite [ontario.ca/BePrepared](http://ontario.ca/BePrepared).

## Recursos suplementares

Informações pormenorizadas sobre como lidar com uma emergência estão disponíveis no seu município local. Informações sobre preparação para emergências, avisos meteorológicos e outras informações de emergência antes, durante e após de emergências podem ser obtidas junto das seguintes organizações.

- Canadian Red Cross
- Environment and Climate
- Change Canada
- Hydro One
- Insurance Bureau of Canada
- Public Safety Canada

### Continuar ligado

- Tanto as chamadas telefônicas como as mensagens de texto devem ser curtas e concisas. Isto ajuda a reduzir o congestionamento da rede.
- Em caso de uma emergência policial, de incêndio ou médica grave, ligue para o 9-1-1.
- Evite gastar as baterias do dispositivo em jogos móveis, aplicações e filmes. Diminua o brilho do ecrã para poupar energia para comunicações críticas.
- Troque o seu telefone de casa por um telemóvel se for forçado a evacuar.
- O "Alert Ready" é o sistema de alerta de emergência do Canadá. O "Alert Ready" fornece alertas críticos e potencialmente salvadores de vidas aos canadenses através da televisão, rádio e dispositivos sem fios compatíveis e ligados a LTE. Para mais informações, visite [AlertReady.ca](http://AlertReady.ca).



[ontario.ca/BePrepared](http://ontario.ca/BePrepared)

ISBN: 978-1-4868-7104-9

# A Preparação Para Emergências Começa Por Si



Ontario

[ontario.ca/BePrepared](http://ontario.ca/BePrepared)

## Residencial – Estojo de Primeiros Socorros

Durante uma emergência, pode não ter eletricidade ou ser-lhe pedido que evague. Um kit de emergência contém artigos essenciais. Você e o seu agregado familiar precisam deles para sobreviverem sozinhos durante um mínimo de 72 horas.

Deve ter um kit deste tipo em casa, no trabalho e no carro. O kit deve ser fácil de transportar e portátil, talvez sob a forma de uma mochila ou mala. Verifique o conteúdo do kit duas vezes por ano, verificando a frescura dos alimentos e da água. As provisões devem ser repostas se necessário.

### Elementos Essenciais de um Estojo de Emergência

- mochila/saco de viagem/mala pequena (para guardar os artigos do kit)
- alimentos não perecíveis e um abre-latas
- água engarrafada ou ensacada (4 l por pessoa e por dia)
- medicamentos
- papel higiénico e outros artigos pessoais
- equipamento de proteção individual (EPI)
- carregador de telemóvel e banco de energia
- dinheiro (em notas pequenas)
- fonte de luz portátil, como uma lanterna, um farol ou bastões fluorescentes
- rádio (de manivela ou a pilhas)
- pilhas extra
- estojo de primeiros socorros
- velas e fósforos/isqueiros
- desinfetante para as mãos ou toalhetes húmidos
- documentos de identidade válidos
- chaves extra (carro, casa)
- apito (para chamar a atenção, se necessário)
- sacos com fecho de correr (para manter as coisas secas)
- sacos do lixo e fita adesiva

Adapte o seu kit às necessidades do seu agregado familiar. Se tiver uma deficiência ou outra pessoa no seu agregado familiar, poderá querer consultar o "Guia de preparação para emergências para pessoas com deficiência" em [ontario.ca/BePrepared](http://ontario.ca/BePrepared).

## Kit de emergência para animais de estimação

Ao primeiro sinal de uma emergência, leve os seus animais de estimação para casa. Se for necessária uma evacuação, leve os animais consigo, desde que seja seguro fazê-lo. Prepare um kit de emergência para animais. Guarde-o juntamente com o seu kit de emergência doméstico. Estão disponíveis informações adicionais em [OntarioSPCA.ca/EP](http://OntarioSPCA.ca/EP).

### Designe uma pessoa de contacto de emergência

Peça a um amigo ou familiar de fora da cidade para ser o seu contacto de emergência. A pessoa de contacto deve viver fora da área onde vive. Além disso, todos os membros do agregado familiar devem saber o seu nome, morada e número de telefone. Quando ocorrer uma emergência, mantenha a pessoa de contacto informada sobre o seu paradeiro e estado de segurança.

### Em caso de emergência

Informe-se sobre os perigos locais na sua área e sobre o que fazer em caso de emergência. Estas acções podem salvar-lhe a vida.



### Em caso de inundações

- Não caminhe, nade ou conduza nas águas das cheias.
- Não se aproxime de pontes sobre águas de fluxo rápido
- Determine a melhor forma de se proteger, consoante o tipo de inundaçāo. Evacuar se for aconselhado a fazê-lo.
- Respeitar as barricadas e os sinais de encerramento de estradas



## Tempestade de inverno

- Evitar todas as deslocações desnecessárias, adiar as reuniões não essenciais.
- Permaneça em casa, mantenha os animais de estimação dentro de casa.
- Deixe correr água para evitar o congelamento das canalizações.
- Se estiver no exterior, vista-se de forma adequada às condições climatéricas. Verifique regularmente se tem queimaduras de frio.



### Em caso de tornado

- Dirija-se à cave ou a uma divisão pequena no nível mais baixo, como um armário ou uma casa de banho.
- Abrique-se debaixo de uma mesa resistente e cubra a cabeça e o pescoço com as mãos.
- No exterior, dirija-se ao edifício ou abrigo resistente mais próximo, ou deite-se, cobrindo a cabeça com as mãos para se proteger.
- NÃO se abrique debaixo de um viaduto de autoestrada, pois aí a velocidade do vento pode aumentar devido ao efeito de túnel.

### Corte de eletricidade

- Se os seus vizinhos também não tiverem eletricidade, informe a sua companhia de eletricidade.
- Nunca utilize: grelhares a carvão ou a gás, equipamento de aquecimento para campismo ou um gerador doméstico dentro de casa.
- Utilize bastões fluorescentes ou lanternas para uma melhor visibilidade.
- Mantenha as portas do congelador e do frigorífico fechadas. O congelador pode manter os alimentos congelados durante 24-36 horas, desde que as suas portas permaneçam fechadas.
- Mantenha-se afastado dos cabos elétricos derrubados.

