



PLANO MUNICIPAL DE EMERGÊNCIA DE PROTEÇÃO CIVIL DE CANTANHEDE



PARTE III – INVENTÁRIO, MODELOS E LISTAGENS



HISTÓRICO DO DOCUMENTO

VERSÃO	DATA	DESCRIÇÃO
00	09-06-2023	Parte III – Inventário, modelos e listagens

Plano Municipal de Emergência de Proteção Civil de Cantanhede

Parte III – Inventário, Modelos e Listagens

Câmara Municipal de Cantanhede

Data:

09 de junho de 2023

EQUIPA TÉCNICA

CÂMARA MUNICIPAL DE CANTANHEDE	
Direção do projeto	
Helena Teodósio	Presidente da Câmara Municipal de Cantanhede
Coordenação	
Hugo Oliveira	Coordenador Municipal de Proteção Civil
Equipa técnica	
João Paulo Nunes	(Técnico Superior) Serviço Municipal de Proteção Civil
Sara Dias	(Técnica Superior) Gabinete Técnico Florestal
Paulo Santos	(Assistente Técnico) Serviço Municipal de Proteção Civil

SEMPERVIRENS, Lda. ¹	
Direção do projeto	
António Sousa Macedo	Lic. Eng.º Florestal (UTAD)
Gestor do projeto	
Fernando Malha	Lic. Eng.º Geográfica (FC-UL)
Equipa técnica	
Cláudia Viliotis	Lic. Eng.º Florestal (UTAD); Mestre em Eng.º de Materiais Lenhocelulósicos (ISA-UTL)
João Morais	Lic. Planeamento e Gestão do Território (IGOT-UL)
Madalena Coutinho	Lic. Arquitetura Paisagista (U Évora)
Rita Crespo	Lic. Biologia – Recursos Faunísticos e Ambiente (FC-UL)

¹ Detentora da marca e logotipo METACORTEX.

ÍNDICE

Índice de Tabelas	ii
Índice de Modelos.....	iv
Lista de Acrónimos.....	v
Parte III – Inventário, Modelos e Listagens	1
1. Inventário de Meios e Recursos.....	3
2. Lista de Contactos.....	5
3. Modelos.....	6
3.1 Modelos de Relatórios.....	6
3.2 Modelos de Requisições	26
3.3 Modelos de Comunicados.....	29
3.4 Outros Modelos.....	78
4. Lista de Distribuição	89

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1. Meios e recursos	3
Tabela 2. Lista de contactos.....	5
Tabela 3. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de ciclones e tempestades	32
Tabela 4. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de ondas de calor	36
Tabela 5. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de ondas de frio	38
Tabela 6. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de cheias e inundações.....	40
Tabela 7. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de secas	43
Tabela 8. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de um sismo	45
Tabela 9. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de um tsunami.....	49
Tabela 10. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de movimentos de massa em vertentes.....	52
Tabela 11. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de destruição de praias e sistemas dunares	53
Tabela 12. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de acidentes rodoviários	54
Tabela 13. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de acidentes com transporte terrestre de mercadorias perigosas	56
Tabela 14. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de colapso túneis, pontes e outras infraestruturas	58
Tabela 15. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de acidentes industriais	59
Tabela 16. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de incêndios urbanos e/ou em centros históricos	65

Tabela 17. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de colapso de estruturas.....	70
Tabela 18. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de acidentes em locais com elevada concentração populacional	71
Tabela 19. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de incêndios rurais.....	73
Tabela 20. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de epidemias	75
Tabela 21. Lista de distribuição do PMEPC de Cantanhede.....	89

ÍNDICE DE MODELOS

Modelo 1. Relatório Imediato de Situação.....	8
Modelo 2. Relatório Diário de Situação.....	12
Modelo 3. Relatório Final da Emergência.....	14
Modelo 4. Requisição de Meios e Bens.....	27
Modelo 5. Comunicado de Medidas de Prevenção, Autoproteção e Aviso.....	30
Modelo 6. Comunicado de Ponto de situação e evolução de ocorrências.....	31
Modelo 7. Declaração da Situação de Alerta	79
Modelo 8. Relatório de Execução das Medidas de Operacionalização	82
Modelo 9. Ficha Técnica Resumo	84
Modelo 10. Relatório de Consulta Pública.....	86
Modelo 11. Publicação de aprovação em Diário da República	88

LISTA DE ACRÓNIMOS

- ANEPC** – AUTORIDADE NACIONAL DE EMERGÊNCIA E PROTEÇÃO CIVIL
- APA** – AGÊNCIA PORTUGUESA DO AMBIENTE
- CCOM** – CENTRO DE COORDENAÇÃO OPERACIONAL MUNICIPAL
- CDOS** – COMANDO DISTRITAL DE OPERAÇÕES DE SOCORRO
- CMC** – CÂMARA MUNICIPAL DE CANTANHEDE
- CMPC** – COMISSÃO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL
- EAPS** – EQUIPAS DE APOIO PSICOSSOCIAL
- EAT** – EQUIPAS DE AVALIAÇÃO TÉCNICA
- ERAS** – EQUIPAS DE RECONHECIMENTO E AVALIAÇÃO DA SITUAÇÃO
- ERAV-mrp** – EQUIPAS RESPONSÁVEIS POR AVALIAÇÃO DE VÍTIMAS MORTIS E RECOLHA DE PROVA
- E-REDES** – DISTRIBUIÇÃO DE ENERGIA, S.A.
- GNR** – GUARDA NACIONAL REPUBLICANA
- ICNF** – INSTITUTO DA CONSERVAÇÃO DA NATUREZA E DAS FLORESTAS
- INEM** – INSTITUTO NACIONAL DE EMERGÊNCIA MÉDICA
- IPMA** – INSTITUTO PORTUGUÊS DO MAR E DA ATMOSFERA
- NecPro** – NECROTÉRIOS PROVISÓRIOS
- PCO** – POSTO DE COMANDO OPERACIONAL
- PE** – PONTO DE ENCONTRO
- PMEPC** – PLANO MUNICIPAL DE EMERGÊNCIA DE PROTEÇÃO CIVIL
- PMEPCC** – PLANO MUNICIPAL DE EMERGÊNCIA DE PROTEÇÃO CIVIL DE CANTANHEDE
- REDIS** – RELATÓRIO DIÁRIO DE SITUAÇÃO
- RELIS** – RELATÓRIO IMEDIATO DE SITUAÇÃO
- REPC** – REDE ESTRATÉGICA DE PROTEÇÃO CIVIL
- RF** – RELATÓRIO FINAL
- ROB** – REDE OPERACIONAL DOS BOMBEIROS

SIRESP – SISTEMA INTEGRADO DE REDES DE EMERGÊNCIA E SEGURANÇA DE PORTUGAL

SMPC – SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL

ZCAP – ZONA DE CONCENTRAÇÃO E APOIO DA POPULAÇÃO

ZCR – ZONA DE CONCENTRAÇÃO E RESERVA

ZRnM – ZONA DE REUNIÃO DE MORTOS

ZRR – ZONA DE RECEÇÃO DE REFORÇOS

VERSÃO CONSULTA PÚBLICA

Parte I – Enquadramento

Parte II – Execução

Parte III – Inventário, Modelos e Listagens

Anexos

- I. Cartografia de suporte às operações de emergência de proteção civil
- II. Programa de Medidas a implementar para a prevenção e mitigação dos riscos identificados e para a garantia da manutenção da operacionalidade do Plano
- III. Caracterização do Território e Análise de Riscos
- IV. Bibliografia

1. INVENTÁRIO DE MEIOS E RECURSOS

O presente capítulo é dedicado à listagem dos principais meios e recursos (públicos e privados) existentes e mobilizáveis no concelho de Cantanhede incluindo listas detalhadas e atualizadas de peritos individuais nas matérias apropriadas, listas de equipamento especial e localização de estabelecimentos diversos que possam dar apoio às operações durante a emergência.

Tratando-se de um **conteúdo reservado** (cf. n.º 1 do Artigo 6.º do Anexo da Resolução n.º 30/2015, de 7 de maio), opta-se por listar os títulos das tabelas produzidas, fornecendo-se o ficheiro excel, em formato editável, facilitando a procura e consulta dos dados, bem como a sua atualização permanente.

O ficheiro excel "PMEPC_Cantanhede_Parte III_Meios Recursos Contactos" encontra-se organizado em diversas worksheets, com índice remissivo, cada uma dedicada a um dos temas que se identificam seguidamente.

Tabela 1. Meios e recursos

TABELA	DESIGNAÇÃO
T1	JARDINS-DE-INFÂNCIA, CRECHES E ACTIVIDADES DE TEMPOS LIVRES
T2	ESCOLAS
T3	ESTRUTURAS RESIDENCIAIS PARA PESSOAS IDOSAS (ERPI) E CENTROS DE DIA
T4	INSTITUIÇÕES PARTICULARES DE SOLIDARIEDADE SOCIAL
T5	HOSPITAIS DE REFERÊNCIA NO CONCELHO
T6	CENTRO(S) DE SAÚDE E EXTENSÕES DE SAÚDE
T6.A	POSTOS DE ENFERMAGEM
T7	CLÍNICAS PRIVADAS, MÉDICOS E LABORATÓRIOS DE ANÁLISES
T8	FARMÁCIAS
T9	INFRAESTRUTURAS DESPORTIVAS
T10	EMPREENDIMENTOS TURÍSTICOS

TABELA	DESIGNAÇÃO
T11	ARMAZÉNS, HIPERMERCADOS, SUPERMERCADOS, CENTROS COMERCIAIS, EMPRESAS DE DISTRIBUIÇÃO DE ÁGUAS
T11.A	CATERING, RESTAURANTES, CAFÉS, SNACKBARES, PASTELARIAS E OU PADARIAS
T12	EMPRESAS DE CONSTRUÇÃO CIVIL
T13	EMPRESAS PRESTADORAS DE SERVIÇOS DE ENGENHARIA
T14	EMPRESAS DE COMBUSTÍVEIS, LUBRIFICANTES E OFICINAS DE REPARAÇÃO AUTOMÓVEL
T15	EMPRESAS FORNECEDORAS DE MATERIAL E EQUIPAMENTO DIVERSO
T16	AGÊNCIAS FUNERÁRIAS
T17	VIATURAS DE TRANSPORTE DE MERCADORIAS DA CÂMARA MUNICIPAL/ JUNTA DE FREGUESIA
T18	VIATURAS DE TRANSPORTE DE PASSAGEIROS DA CÂMARA MUNICIPAL/ JUNTA DE FREGUESIA
T19	EMPRESAS DE TRANSPORTE DE PASSAGEIROS E MERCADORIAS
T2	MAQUINARIA PERTENCENTE À CÂMARA MUNICIPAL
T20.A	MAQUINARIA PERTENCENTE ÀS JUNTAS DE FREGUESIA
T20.B	MAQUINARIA PERTENCENTE À INOVA - EM
T21	EMPRESAS COM MAQUINARIA
T21.A	PARTICULARES COM MAQUINARIA
T22	INDUSTRIAS NO CONCELHO
T23	MEIOS HUMANOS, VIATURAS, EQUIPAMENTOS DO CORPO DE BOMBEIROS
T24	MEIOS HUMANOS E MATERIAIS DE ORGANISMOS E ENTIDADES DE APOIO

2. LISTA DE CONTACTOS

A lista dos contactos das entidades que fazem parte da Comissão Municipal de Proteção Civil, assim como de outros agentes de proteção civil e organismos e entidades de apoio ao PMEPC, nomeadamente equipas de especialistas em operações de socorro e salvamento é, igualmente um **conteúdo reservado** (cf. n.º 1 do Artigo 6.º do Anexo da Resolução n.º 30/2015, de 7 de maio), pelo que também neste capítulo se opta por listar os títulos das tabelas produzidas, as quais contam do mesmo ficheiro excel "PMEPC_Cantanhede_Parte III_Meios Recursos Contactos".

Tabela 2. Lista de contactos

TABELA	DESIGNAÇÃO
T25	CONTACTOS DA COMISSÃO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL
T26	CONTACTOS DOS SERVIÇOS DA CÂMARA MUNICIPAL
T27	CONTACTOS DAS JUNTAS DE FREGUESIAS
T28	CONTACTOS DAS CÂMARAS MUNICIPAIS VIZINHAS
T29	CONTACTOS DOS MEIOS DE COMUNICAÇÃO SOCIAL E DIVULGAÇÃO DE INFORMAÇÃO
T30	CONTACTOS DOS RADIOAMADORES NO CONCELHO
T31	CONTACTOS DE OUTROS AGENTES DE PROTEÇÃO CIVIL, ORGANISMOS E ENTIDADES DE APOIO

3. MODELOS

Com o objetivo de facilitar a gestão operacional numa situação de acidente grave ou catástrofe, o PMEPC inclui um conjunto de modelos com conteúdos pré-definidos que se estruturam de acordo com a sua finalidade em:

- Modelos de Relatórios;
- Modelos de Requisições;
- Modelos de Comunicados;
- Outros Modelos.

3.1 Modelos de Relatórios

Os relatórios têm por objetivo permitir aos órgãos de condução e coordenação operacional avaliar a situação e a sua evolução em caso de acidente grave ou catástrofe, dando-lhes assim capacidade de intervenção para o mais rapidamente possível se controlar a situação e minimizar os seus efeitos. Trata-se de documentos onde se regista informação (danos, infraestruturas atingidas, meios necessários, feridos ou vítimas mortais) sobre a ocorrência (acidente grave ou catástrofe) verificada no concelho, ou a sua evolução após intervenção dos agentes da proteção civil. Dessa forma, e mediante o decorrer da situação, é possível, após a análise dos relatórios, difundir para os agentes que se encontram no terreno instruções que permitam controlar a situação o mais rapidamente possível. Neste âmbito, existem três tipos de relatórios:

1. **Relatório Imediato de Situação (RELIS)** - englobam os dados fundamentais à avaliação da situação pela estrutura de comando e tem origem nas ERAS e/ou EAT. Estes deverão ser enviados ao Posto de Comando Operacional (PCO), podendo ser transmitidos verbalmente e passados posteriormente a escrito.
2. **Relatório Diário de Situação (REDIS)** - pode ter origem em qualquer escalão dos meios de intervenção ou do Sistema de Proteção Civil e destina-se aos escalões imediatamente superiores. Tratam-se de relatórios diários, com horário previamente estabelecido, ou emitidos por solicitação de entidades com competência para tal. Em regra devem ser relatórios escritos, podendo, em condições excecionais ser verbais e passados a escrito.

- 3. Relatório Final (RF)** - estes são elaborados pelo Presidente da CMC, diretor do PMEPC, e incluem uma descrição da situação de emergência ocorrida e das principais medidas adotadas, bem como as principais lições aprendidas, incluindo os contributos para futuras revisões do PMEPC.

Nas tabelas seguintes apresentam-se os modelos de Relatório Imediato de Situação (**Modelo 1**), de Relatório Diário de Situação (**Modelo 2**) e de Relatório Final (**Modelo 3**).

VERSÃO CONSULTA PÚBLICA

Modelo 1. Relatório Imediato de Situação



RELATÓRIO IMEDIATO DE SITUAÇÃO
RELIS N.º ____

Informação válida em: (data / hora)

RESERVADO

ENVIO DEPOIS DO RECONHECIMENTO DAS ERAS OU EAT

LOCALIZAÇÃO

DISTRITO	FREGUESIA
CONCELHO	LOCALIDADE/ LUGAR

1. OCORRÊNCIA

NATUREZA	
ÁREA AFETADA	

2. DANOS PESSOAIS

MORTOS		DESAPARECIDOS	
FERIDOS GRAVES		FERIDOS LIGEIOS	
DESALOJADOS		DESLOCADOS	
EVACUADOS		SOTERRADOS	

3. DANOS NO EDIFICADO/ INFRAESTRUTURAS			
EDIFÍCIOS	DANOS LIGEIOS	DANOS GRAVES	COLAPSADOS
Habitacões			
Escolas			
Unidades hoteleiras			
Unidades hospitalares			
Instalações das Forças de Segurança			
Estabelecimentos prisionais			
Quartéis de Bombeiros			
Barragens			
Monumentos			
Mercados/ Supermercados			
Igrejas/ Locais de culto			
Lares/ Infantários			
Unidades industriais			
Edifícios públicos			
Outros:			

4. DANOS EM VIAS DE COMUNICAÇÃO			
VIAS	DANOS LIGEIOS	DANOS GRAVES	INUTILIZÁVEIS
Rede viária			
Rede ferroviária			
Rede metro			
Pontes/ Viadutos/ Túneis			
Aeródromos/ Heliportos			
Portos/ Estações fluviais			
Outros:			

5. DANOS EM TRANSPORTES			
TRANSPORTES	DANOS LIGEIOS	DANOS GRAVES	INUTILIZÁVEIS
Rodoviários			
Ferroviários			
Metro			
Aeronaves			
Veículos particulares			
Embarcações			
Outros:			

6. DANOS EM INFRAESTRUTURAS BÁSICAS			
REDES	DANOS LIGEIOS	DANOS GRAVES	INUTILIZÁVEIS
Gás			
Eletricidade			
Água			
Saneamento			
Telefónica fixa			
Telefónica móvel			
Teledifusão			
Radiodifusão			
Internet			
Satélite			
Outros:			

7. OUTRAS INFORMAÇÕES	
Povoações em perigo/ isoladas	
Habitacões em perigo	
Focos de incêndio	
Movimentação de populações	
Animais isolados	
Outras:	

8. NECESSIDADES (especificar)	
Meios aéreos	
Meios terrestres	
Telecomunicações	
Logística	
Outras:	

O Chefe da Equipa

Modelo 2. Relatório Diário de Situação



RELATÓRIO DIÁRIO DE SITUAÇÃO
 REDIS N.º ____

Informação válida em: (data / hora)

RESERVADO

1. ATIVAÇÃO DE PLANOS, DECLARAÇÕES E ESTADO DE ALERTA ESPECIAL

PLANO DE EMERGÊNCIA DE PROTEÇÃO CIVIL DE CANTANHEDE	Ativado em _____ (indicar a data)
ÂMBITO	Municipal
PLANOS DE CONTINGÊNCIA	(indicar existência de planos de contingência, caso se aplique)
DECLARAÇÕES DE ALERTA, CONTINGÊNCIA OU CALAMIDADE	(indicar declarações, caso se aplique)
ESTADO DE ALERTA	(indicar o nível do estado de alerta para o SIOPS)

2. SITUAÇÃO (apresentar tabelas, mapas de situação, de acordo com o âmbito do plano)

3. SITUAÇÃO Operacional

REDES DE INFRAESTRUTURAS

ENTIDADE RESPONSÁVEL	SITUAÇÃO (indicar situação da rede/ infraestrutura)

AGENTES DE PROTEÇÃO CIVIL	
ENTIDADE RESPONSÁVEL	SITUAÇÃO (indicar situação da rede/ infraestrutura)
SERVIÇOS	
ENTIDADE RESPONSÁVEL	SITUAÇÃO (indicar situação da rede/ infraestrutura)

4. INFORMAÇÕES RELEVANTES (indicar informação importante de acordo com o âmbito do plano)

5. CONSTRANGIMENTOS (indicar constrangimentos de acordo com o âmbito do plano)

6. AGENDA (indicar agendamentos relevantes)

Entidade (assinatura)

Modelo 3. Relatório Final da Emergência



RELATÓRIO FINAL DE EMERGÊNCIA

RF N.º ____

Informação válida em: (data / hora)

RESERVADO

1. LOCALIZAÇÃO

DISTRITO		FREGUESIA	
CONCELHO		LOCALIDADE/ LUGAR	

2. OCORRÊNCIA

TIPO/ NATUREZA DA OCORRÊNCIA		
COORDENADAS	GDH	
	FONTE	
BREVE DESCRIÇÃO / DESENVOLVIMENTO DA OCORRÊNCIA		
CAUSA		OBSERVAÇÕES
Ciclones e tempestades	<input type="checkbox"/>	
Onda de calor	<input type="checkbox"/>	
Onda de frio	<input type="checkbox"/>	
Cheias e inundações	<input type="checkbox"/>	
Seca	<input type="checkbox"/>	

Galgamentos costeiros	<input type="checkbox"/>	
Sismo	<input type="checkbox"/>	
Tsunamis	<input type="checkbox"/>	
Movimentos de massa em vertente	<input type="checkbox"/>	
Erosão costeira	<input type="checkbox"/>	
Acidente viário	<input type="checkbox"/>	
Acidente aéreo	<input type="checkbox"/>	
Transporte terrestre de mercadorias perigosas	<input type="checkbox"/>	
Colapso de túneis, pontes e outras infraestruturas	<input type="checkbox"/>	
Acidente industrial	<input type="checkbox"/>	
Emergências radiológicas	<input type="checkbox"/>	
Incêndio urbano	<input type="checkbox"/>	
Colapso de estruturas	<input type="checkbox"/>	
Concentração populacional	<input type="checkbox"/>	
Incêndio rural	<input type="checkbox"/>	
Outra:	<input type="checkbox"/>	
Outra:	<input type="checkbox"/>	

3. MEIOS INTERVENIENTES NAS OPERAÇÕES

ENTIDADE	N.º DE OPERACIONAIS	N.º DE VEÍCULOS	OUTROS MEIOS
Câmara Municipal			
Juntas de Freguesia			
Corpo de Bombeiros			
GNR			
INEM			
Cruz Vermelha Portuguesa			
Forças Armadas			
ICNF			

Outra:.....			
Outra:.....			
Outra:.....			
TOTAL			

4. EFICÁCIA DOS MEIOS DE RESPOSTA

ENTIDADE	EFICÁCIA					OBSERVAÇÕES
	Muito boa	Boa	Satisfatória	Pouco eficiente	Nada eficiente	
Câmara Municipal	<input type="checkbox"/>					
Juntas de Freguesia	<input type="checkbox"/>					
Corpo de Bombeiros	<input type="checkbox"/>					
GNR	<input type="checkbox"/>					
INEM	<input type="checkbox"/>					
Cruz Vermelha	<input type="checkbox"/>					
Forças Armadas	<input type="checkbox"/>					
ICNF	<input type="checkbox"/>					
Outra:.....	<input type="checkbox"/>					
Outra:.....	<input type="checkbox"/>					
Outra:.....	<input type="checkbox"/>					

5. POSTO DE COMANDO OPERACIONAL

LOCALIZAÇÃO DO PCO		
APOIO TÉCNICO NO PCO	ENTIDADE	NOME

RESPONSÁVEL PELO PCO	NOME	GDH

6. DANOS HUMANOS							
POPULAÇÃO		FERIDOS		MORTOS	EVACUADOS	DESALOJADOS	DESAPARECIDOS
		LIGEIOS	GRAVES				
FEMININO	Deficiente						
	Criança (0-12 anos)						
	Jovem (12-18 anos)						
	Adulto (18-65 anos)						
	Idoso (>65 anos)						
MASCULINO	Deficiente						
	Criança (0-12 anos)						
	Jovem (12-18 anos)						
	Adulto (18-65 anos)						
	Idoso (>65 anos)						
TOTAL							
OBSERVAÇÕES							

7. DANOS EM ANIMAIS			
ESPÉCIE	MORTO	FERIDO	OBSERVAÇÕES
TOTAL			

8. DANOS EM EDIFÍCIOS						
TIPO	DESTRUÍDOS		DANOS GRAVES		DANOS LIGEIOS	
	N.º	CAUSAS	N.º	CAUSAS	N.º	CAUSAS
Habitacões						
Património Histórico						
Indústria						
Comércio						
Hotéis						
Militares						
Centros de Saúde						
Escolas						
Outros:.....						
Outros:.....						
Outros:.....						
Outros:.....						
TOTAL						

9. DANOS EM VIAS DE COMUNICAÇÃO				
TIPO DE VIA	DESTRUÍDAS	DANIFICADAS	INTERROMPIDAS	OBSERVAÇÕES
Autoestrada				
Itinerário Principal				
Itinerário Complementar				
Estrada Nacional				
Estrada Municipal				
Rede viária florestal				
Viadutos				
Ferroviária				
Outros:.....				
TOTAL				

10. DANOS EM VEÍCULOS			
TIPO DE VEÍCULO	DESTRUÍDOS	DANIFICADOS	OBSERVAÇÕES
Pesado de mercadorias			
Pesado de passageiros			
Ligeiro de mercadorias			
Ligeiro de passageiros			
Motociclos			
Aeronaves			
Comboios			
Outros:.....			
TOTAL			

11. DANOS EM INFRAESTRUTURAS DE REDE				
TIPO DE REDE	DESTRUÍDAS	DANIFICADAS	INTERROMPIDAS	OBSERVAÇÕES
Água				
Saneamento				
Transporte de energia				
Distribuição de energia				
Transporte de gás				
Distribuição de combustíveis				
Outra:.....				
TOTAL				

VERSÃO CONSULTA PÚBLICA

12. DANOS EM INFRAESTRUTURAS DA REDE DE COMUNICAÇÕES				
TIPO DE REDE	DESTRUÍDAS	DANIFICADAS	INTERROMPIDAS	OBSERVAÇÕES
Serviço de telefone fixo				
Serviço de telefone móvel				
Serviço de telefax				
REPC				
ROB				
Radiocomunicação privada da GNR				
Radiocomunicação privada do INEM				
Radiocomunicação privada das Forças Armadas				
Radiocomunicação privada da CMPC				
Radioamadores				
SIRESP				
Internet				
Outra:.....				
TOTAL				

13. DANOS AMBIENTAIS			
TIPO DE ÁREA AFETADA	QUANTIDADE (ha; km; n.º)	LOCAL	OBSERVAÇÕES
Rede hídrica			
Espaços florestais			
Fauna			
Flora			
Outros:			
TOTAL			

14. ASSISTÊNCIA FORNECIDA À POPULAÇÃO

TIPO DE ASSISTÊNCIA	FORNECIDA		QUANT.	REQUERIDA POR	FORNECIDA POR	OBSERVAÇÕES
	SIM	NÃO				
Assistência médica	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Evacuação médica	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Hospitais	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Centros de saúde	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Postos de socorro	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Postos de triagem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Alimentação/ água	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Abrigos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Alojamento	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Vestuário e agasalhos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Meios de transporte	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Material de telecomunicações	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Apoio psicológico	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Apoio social	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				
Outros:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>				

15. REALOJAMENTO

LOCAL DE REALOJAMENTO	NÚMERO
TOTAL	

16. APRECIÇÃO GLOBAL DAS OPERAÇÕES E DA ORGANIZAÇÃO	
DESCRIÇÃO	PONTOS FORTES
Coordenação Institucional	
Comando Operacional	
Articulação entre agentes e entidades	
Integração de grupos de reforço e assistência	
Comunicações	
Logística	
Gestão da Informação	
Evacuações	
Ordem pública	
Outros:	
DESCRIÇÃO	PONTOS FRACOS
Coordenação Institucional	
Comando Operacional	
Articulação entre agentes e entidades	
Integração de grupos de reforço e assistência	
Comunicações	
Logística	
Gestão da Informação	
Evacuações	
Ordem pública	
Outros:	
DESCRIÇÃO	CONSTRANGIMENTOS
Coordenação Institucional	

Comando Operacional	
Articulação entre agentes e entidades	
Integração de grupos de reforço e assistência	
Comunicações	
Logística	
Gestão da Informação	
Evacuações	
Ordem pública	
Outros:	
SUGESTÕES PARA ALTERAR EVENTUAIS PONTOS FRACOS E/OU CONSTRANGIMENTOS	

17. AÇÕES DE REABILITAÇÃO
REALIZADAS (breve descrição)
PREVISTAS (breve descrição)

3.2 Modelos de Requisições

O modelo de requisição a aplicar em situações de acidente grave ou catástrofe destina-se ao registo de artigos e bens de consumo tais como alimentos, medicamentos, agasalhos, alojamento, material sanitário, água, energia, combustível, etc., de apoio à população e forças de intervenção (**Modelo 4**).

VERSÃO CONSULTA PÚBLICA

Modelo 4. Requisição de Meios e Bens



REQUISIÇÃO DE MEIOS E BENS

VISTO DA ENTIDADE	DESPACHO
<p>_____</p> <p>___/___/___</p>	

1. IDENTIFICAÇÃO DA ENTIDADE REQUISITANTE	
NOME DO RESPONSÁVEL PELA REQUISIÇÃO	
ENTIDADE A QUE PERTENCE	
DATA	HORA

2. IDENTIFICAÇÃO DA EMPRESA/ ENTIDADE REQUISITADA	
EMPRESA/ENTIDADE	
MORADA	
PESSOA A CONTACTAR	TELEMÓVEL
TELEFONE	FAX
CORREIO ELETRÓNICO	

3. PRODUTO A REQUISITAR

ESPECIFICAÇÃO	CÓDIGO	QUANTIDADE	FINALIDADE

4. EQUIPAMENTO A REQUISITAR

ESPECIFICAÇÃO	CÓDIGO	QUANTIDADE	FINALIDADE

5. SERVIÇO A REQUISITAR

ESPECIFICAÇÃO	CÓDIGO	QUANTIDADE	FINALIDADE

6. RESPONSÁVEL PELA REQUISIÇÃO

HORA E DATA	RESPONSÁVEL
	(Assinatura)

3.3 Modelos de Comunicados

Uma vez que as atividades de proteção civil têm por fim último proteger a população, estas deverão ter sempre previstas ações de disponibilização de informação aos cidadãos, de forma a não só garantir que aqueles conheçam as necessárias medidas de autoproteção e de apoio às ações de emergência, como também assegurar o seu direito a conhecerem os riscos a que poderão estar sujeitos.

Por outro lado, a disponibilização de informação relativa às ações que estão a ser desencadeadas para responder à situação de emergência, e os respetivos resultados, são fundamentais para a perceção por parte da população dos esforços que as entidades competentes se encontram a desenvolver para garantirem a sua segurança, evitando-se, assim, possíveis reações de pânico. Neste sentido, a disponibilização de informação à população deverá ser efetuada antes e durante a ocorrência ou iminência de acidente grave ou catástrofe.

Uma vez que as populações apresentam diferentes níveis culturais e reações distintas às ações de divulgação e sensibilização, a informação a ser-lhes transmitida deverá ser clara e objetiva, de maneira a que se maximize a sensibilização às mensagens e se obtenha uma efetiva tomada de consciência dos riscos e das medidas a tomar por parte do maior número possível de pessoas.

O Divisão de Comunicação, Imagem, Protocolo e Turismo (DCIPT) da CMC é o responsável pela divulgação de avisos e medidas de autoproteção da população, bem como pela ligação com os órgãos de comunicação social, sendo fundamental a sua ativação quer em situações de emergência quer em exercícios. É, portanto, tarefa essencial da DCIPT centralizar, coordenar e preparar toda a informação a disponibilizar, tendo sempre presente a importância fundamental de transmitir apenas informações confirmadas, de forma a evitar-se a divulgação de dados contraditórios ou incorretos e combater, na medida do possível, a circulação de rumores.

A divulgação de informação à população poderá ser feita através de comunicados difundidos pela comunicação social (meio preferencial na iminência ou ocorrência de acidente grave ou catástrofe), bem como através de outros meios como o sítio da Internet da CMC, folhetos, posters, placards, ações de sensibilização direcionadas a grupos específicos, como escolas por exemplo, entre outros (meios de informação e sensibilização a usar antes das situações de emergência).

No que respeita aos **comunicados, estes deverão ser anunciados em tempo útil, e serem claros e concisos, tendo-se sempre presente o objetivo fundamental de informar e proteger as populações de modo a evitar o pânico entre as mesmas.** Da Tabela 3 à Tabela 20 apresenta-se o resumo da principal informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de acidentes graves ou catástrofes associados a fenómenos naturais ou à ação humana, podendo servir como base de apoio aos modelos de comunicados (**Modelo 5 e Modelo 6**).

Modelo 5. Comunicado de Medidas de Prevenção, Autoproteção e Aviso²

SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO DE CIVIL

Casa Municipal da Proteção Civil
Rua dos Bombeiros Voluntários
3060-163 Cantanhede
Tel.: 231 423 818



COMUNICADO N.º _____ - _____

(indicar o objetivo do comunicado)

DATA ____/____/____ **Hora** ____:

Na sequência da informação atualizada e disponibilizada por _____
(indicar a entidade), prevê-se a ocorrência de _____ *(indicar o tipo de*
ocorrência), durante os dias _____ em _____
(indicar a área territorial/ espacial afetada).

Face a estas informações, prevêem-se os seguintes efeitos *(indicar os efeitos da ocorrência)*:

-
-

Assim, recomenda-se à população a tomada das necessárias medidas de autoproteção/ regras de evacuação, nomeadamente *(indicar de acordo com o caso)*:

-
-

Solicita-se ainda especial atenção aos avisos e recomendações das autoridades competentes, mantendo-se atento ao desenvolvimento da situação.

(Presidente da Câmara Municipal de Cantanhede)

Previsão do próximo comunicado: DATA ____/____/____ - Hora _____

² De acordo com o tipo de risco, ver a Tabela respetiva referente à informação a disponibilizar à população.

Modelo 6. Comunicado de Ponto de situação e evolução de ocorrências**SERVIÇO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO DE CIVIL**

Casa Municipal da Proteção Civil
Rua dos Bombeiros Voluntários
3060-163 Cantanhede
Tel.: 231 423 818



COMUNICADO N.º _____

PONTO DE SITUAÇÃO E EVOLUÇÃO DA OCORRÊNCIA³

DATA ____/____/____ Hora ____:____

Informa-se que se verificou em _____ (indicar a data e a hora em que se verificou a ocorrência), _____ (indicar a ocorrência ou a evolução da ocorrência, de acordo com o comunicado), em _____ (indicar o local da ocorrência). Esta ocorrência provocou, conforme dados provisórios/dados atualizados, _____ (indicar o número de feridos, vítimas ou danos materiais). Foram destacados para o local/ Encontram-se no local _____ (indicar os agentes de proteção civil intervenientes nas operações, os veículos e equipamentos utilizados). Todas as vítimas já foram evacuadas _____ (caso se aplique, indicar o local de evacuação: hospital, centro de saúde, local de abrigo). Prevê-se _____ (indicar a previsão da evolução da situação).

(Presidente da Câmara Municipal de Cantanhede)

Previsão do próximo comunicado: DATA ____/____/____ - Hora _____

³ De acordo com o tipo de risco, ver a Tabela respetiva referente à informação a disponibilizar à população.

Tabela 3. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de ciclones e tempestades

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE CICLONES E TEMPESTADES		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISO DE VENTOS FORTES, TORNADOS E CICLONES VIOLENTOS	<p>Ventos fortes:</p> <p>Os ventos fortes, apesar de não apresentarem o potencial destrutivo dos ciclones violentos e tornados são os ventos fortes mais habituais e por isso, face à previsão de ocorrência destes ventos, deverão ser emitidos avisos para que a população tome medidas preventivas. Atualmente, os serviços de meteorologia conseguem antecipar a ocorrência destes ventos.</p> <p>Tornados:</p> <p>O emitir de avisos de tornados com antecedência é praticamente impossível. Ao contrário dos ciclones violentos, os tornados têm um comportamento mais imprevisível e súbito.</p> <p>Ciclones violentos:</p> <p>Devido ao processo de formação e evolução lenta dos ciclones violentos, os serviços de meteorologia conseguem prever com antecedência a sua rota, intensidade e tempo de chegada. Podem assim emitir-se avisos, em tempo útil, para que a população tome medidas preventivas para reduzir os efeitos nefastos dos ciclones violentos.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC <p>https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home</p>
Informação básica a difundir ANTES DA OCORRÊNCIA DE VENTOS FORTES, TORNADOS E CICLONES VIOLENTOS	<p><u>Relativamente à população em geral</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Desenvolva um plano de emergência, para si e para a sua família, considerando várias situações (em casa, na rua, no trabalho, na escola) e prevendo os vários locais de abrigo possíveis; ▪ Conheça bem a zona que habita e adquira um mapa da região, de modo a poder acompanhar a evolução de um furacão pelos boletins meteorológicos; ▪ Esteja atento à rádio e televisão, de modo a estar atualizado sobre a informação deste tipo; ▪ Se planear um passeio para fora da sua região, informe-se sobre as previsões meteorológicas e tome as medidas necessárias caso o tempo seja ameaçador; ▪ Realize exercícios sempre que possível. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC <p>https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Jornais regionais

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE CICLONES E TEMPESTADES		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir ANTES DA OCORRÊNCIA DE VENTOS FORTES, TORNADOS E CICLONES VIOLENTOS (cont.)</p>	<p><u>Relativamente às escolas</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Todas as escolas devem ser inspecionadas e devem ser definidas áreas de abrigo pelas pessoas competentes. As caves oferecem, geralmente, a melhor proteção; ▪ Tomar as precauções adequadas para alunos com deficiências físicas; ▪ Os responsáveis pela ativação do plano de emergência devem acompanhar a informação relativa ao estado do tempo; ▪ Deve ter sempre à mão um megafone ou corneta de ar comprimido para ativar o alarme, mesmo se o sistema de alarme da escola for elétrico, pois pode dar-se o caso de falha de eletricidade; ▪ Assegurar a responsabilidade de desligar o gás e eletricidade em caso de emergência; ▪ Manter as crianças na escola fora das horas regulares em caso de aproximação de um furacão; ▪ Almoços, ou reuniões, em salas grandes devem ser adiados em caso de aproximação de um furacão; ▪ Deslocar os estudantes rapidamente para o abrigo previsto, ou para as salas interiores no piso mais inferior e, no caso do vento se tornar mais violento, assegurar que todos assumem a seguinte posição. 	
<p>Informação básica a difundir DURANTE A OCORRÊNCIA DE VENTOS FORTES, TORNADOS E CICLONES VIOLENTOS</p>	<p>DURANTE A APROXIMAÇÃO DE UM TORNADO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Se está em casa, desligue a eletricidade, água e gás, e desloque-se para um abrigo previsto, como uma cave; ▪ Caso não tenha hipótese de se deslocar para um abrigo abaixo do solo, dirija-se para a divisão interior da casa, no piso mais inferior e coloque-se debaixo de uma peça de mobiliário resistente ou de um colchão; ▪ Abra as janelas que se encontram do lado oposto à trajetória do tornado, para equilibrar as pressões, e mantenha-se afastado de todas elas; ▪ Casas móveis, ou pré-fabricadas, oferecem pouca proteção, abandone-as; ▪ Não tente fugir de um tornado de automóvel, saia imediatamente do veículo; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE CICLONES E TEMPESTADES		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir DURANTE A OCORRÊNCIA DE VENTOS FORTES, TORNADOS E CICLONES VIOLENTOS (cont.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se estiver na rua deite-se em qualquer vala ou depressão que encontre fora da estrada, afastado de árvores, postes ou muros, e proteja a cabeça - tenha em atenção que grande parte das mortes e ferimentos provocados pelos tornados são causados pelo arrastamento de objetos e detritos. <p>DURANTE A APROXIMAÇÃO DE UM CICLONE VIOLENTO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Siga todas as recomendações das autoridades competentes. Não propague rumores ou informações exageradas sobre a situação; ▪ Não abra as cortinas, estas servem de proteção contra estilhaços; ▪ Se a sua casa é segura e situada em altitude, mantenha-se em casa. Abandone zonas de baixa altitude, com risco de inundação; ▪ Abandone casas móveis (ou pré-fabricadas) e dirija-se para um abrigo mais substancial; ▪ Coloque faixas cruzadas (em forma de X) de fita adesiva nas janelas para evitar o arremesso de estilhaços, e abra uma janela do lado oposto à direção do vento, para equilibrar pressões; ▪ Coloque tábuas, ou persianas resistentes, em janelas grandes; ▪ Desligue todos os aparelhos dispensáveis e mantenha ligado o rádio a pilhas de modo a receber informação e instruções das autoridades competentes; ▪ Recolha de frente de sua casa todos os objetos que possam ser arremessados pelo vento e amarre em sítio seguro os demasiado grandes ou pesados; ▪ Tenha sempre à mão roupa impermeável; ▪ Cubra com material impermeável todos os objetos que se possam danificar em contato com a água; ▪ Certifique-se de que o seu automóvel tem combustível suficiente e que tem a bateria em bom estado. ▪ Armazene alguma água para consumo, e para fins sanitários, nas banheiras, jarros, garrafas ou outros depósitos; ▪ Regule o frigorífico no nível máximo de refrigeração e abra-o apenas quando necessário; 	

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE CICLONES E TEMPESTADES		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir DURANTE A OCORRÊNCIA DE VENTOS FORTES, TORNADOS E CICLONES VIOLENTOS (cont.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Feche todos os depósitos de gás. <p>DURANTE A PASSAGEM DE UM CICLONE VIOLENTO:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha-se em casa, no piso mais inferior e na divisão interior, e afastado das janelas; ▪ Vigie constantemente o nível de cheia perto de sua casa; ▪ Feche todas as portas interiores e reforce as exteriores; Se o vento acalmar, não saia de casa, é provavelmente a passagem do "olho" (centro) do furacão, ventos fortes podem voltar a qualquer momento; ▪ No caso do vento se tornar mais violento coloque-se debaixo de uma peça de mobiliário resistente ou de um colchão. ▪ Se for surpreendido na rua, afaste-se de árvores, postes ou muros, e proteja a cabeça. 	
<p>Informação básica a difundir APÓS A OCORRÊNCIA DE CICLONES E TEMPESTADES</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Siga todas as recomendações das autoridades competentes. Não propague rumores ou informações exageradas sobre a situação. ▪ Se há feridos, reporte-os imediatamente aos serviços de emergência; ▪ Certifique-se de que os seus alimentos estão em condições e não coma nada cru ou de origem duvidosa; ▪ Beba a água potável que armazenou ou ferva a que vai beber; ▪ Limpe cuidadosamente qualquer derrame de substâncias médicas, tóxicas ou inflamáveis; ▪ Inspeccione a sua casa para verificar que não há perigo de colapso; ▪ Permaneça em sua casa, caso esta não tenha sofrido danos; ▪ Mantenha desligados o gás, água e eletricidade até estar seguro de que não há fugas nem perigo de curto-circuito; ▪ Certifique-se de que os seus aparelhos elétricos estão secos antes de os ligar; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Jornais regionais

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE CICLONES E TEMPESTADES		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
Informação básica a difundir APÓS A OCORRÊNCIA DE CICLONES E TEMPESTADES (conf.)	<ul style="list-style-type: none"> Use o telefone unicamente para reportar emergências; Se tiver que sair evite tocar ou pisar postes ou cabos elétricos; Colabore com os seus vizinhos na reparação dos danos; Em caso de necessidade, solicite a assistência das brigadas de salvamento ou das autoridades mais próximas. 	

Tabela 4. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de ondas de calor

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE ONDAS DE CALOR		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISOS DE ONDAS DE CALOR	<p>Atualmente, os serviços meteorológicos conseguem prever com grande antecedência a vinda de uma onda de calor. Desta forma, é possível emitir avisos à população em tempo útil, para que esta possa tomar as medidas de autoproteção mais indicadas.</p> <p>Os avisos deverão abranger o maior número de pessoas que for possível, e ser efetuados com especial ênfase junto da população mais vulnerável e mais exposta à onda de calor (idosos, acamados, etc.).</p>	<ul style="list-style-type: none"> Televisão (públicas e privadas) Rádios (nacionais, regionais e locais) Viaturas da proteção civil com altifalantes (caso a gravidade da situação o exija)
AVISOS DE EVACUAÇÃO	<p>Não se aplica. Somente em casos excecionais de necessidade de evacuação e realojamento de pessoas em risco (ex.: em casas ou lares de idosos com baixo isolamento térmico e fraca capacidade de arrefecimento).</p>	
Informação básica a difundir na IMINÊNCIA OU DURANTE UMA ONDA DE CALOR	<ul style="list-style-type: none"> Equipe a sua casa e local de trabalho com unidades de arrefecimento (ar-condicionado, ventoinhas, etc.); Ingira água ou outros líquidos não açucarados com regularidade, mesmo que não sinta sede. Pessoas que sofram de epilepsia, doenças cardíacas, renais ou de fígado ou que tenham problemas de retenção de líquidos devem consultar um médico antes de aumentarem o consumo de líquidos; Se tem idosos em casa incentive-os a beber pelo menos mais um litro de água por dia para além da que bebem normalmente. Eles vão rejeitar mas deve insistir; 	<ul style="list-style-type: none"> Televisão (públicas e privadas) Rádios (nacionais, regionais e locais) Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE ONDAS DE CALOR		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir na IMINÊNCIA OU DURANTE UMA ONDA DE CALOR (conf.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Procure manter-se dentro de casa ou em locais frescos; ▪ Em casa, durante o dia, abra as janelas e mantenha as persianas fechadas, de modo a permitir a circulação de ar; ▪ Durante a noite, abra bem as janelas para que o ar circule e a casa arrefeça; ▪ Viaje de preferência a horas de menos calor ou à noite; ▪ Evite sair à rua nas horas de maior calor, mas se tiver de o fazer, proteja-se usando um chapéu ou um lenço; ▪ Vista roupas leves de algodão e de cores claras. As cores escuras absorvem maior quantidade de calor; ▪ Evite usar vestuário com fibras sintéticas ou lã. Provocam transpiração, podendo levar à desidratação; ▪ Nunca viaje com as janelas totalmente fechadas a não ser que tenha ar condicionado no seu carro; ▪ Quando viajar de automóvel faça-o por períodos curtos. Se tiver que fazer grandes viagens leve consigo água ou outros líquidos não alcoólicos e não açucarados em quantidades suficientes; ▪ Proteja os passageiros da exposição ao sol, cobrindo as janelas com telas apropriadas, que não dificultem ou prejudiquem a condução; ▪ Se viajar com crianças mantenha-as o mais arejadas possível, vestindo-lhes o mínimo de roupa e dando-lhes frequentemente água a beber; ▪ Se viajar com bebés tenha em atenção que o leite é a sua refeição normal e que no intervalo entre as mamadas devem beber bastante água; ▪ Tenha atenção aos idosos que viajam consigo. Não devem vestir de negro nem roupas de fibra sintética e devem também beber um suplemento de água; ▪ Coma poucas quantidades de cada vez e várias vezes ao dia; ▪ As refeições devem ser ligeiras, sopas frias ou tépidas, saladas, grelhados, comidas com pouca gordura e pouco condimentadas, acompanhadas de preferência com água, chá fraco ou outros líquidos não açucarados; ▪ Não beba bebidas alcoólicas. Num organismo desidratado são absorvidas rapidamente podendo levar a estados de embriaguez com maior facilidade. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sítio da Internet da Direção-Geral de Saúde http://www.dgs.pt/ ▪ Jornais regionais ▪ Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil.

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE ONDAS DE CALOR		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
Informação básica a difundir na IMINÊNCIA OU DURANTE UMA ONDA DE CALOR (cont.)	<ul style="list-style-type: none"> Vá à praia apenas nas primeiras horas da manhã (até às 11 horas) ou ao fim da tarde (depois das 17 horas). Mantenha-se à sombra, use chapéu, óculos escuros e cremes de proteção solar. Uma exposição ao sol prolongada leva a queimaduras de pele que só por si aumentam a perda de líquidos. 	

Tabela 5. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de ondas de frio

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE ONDAS DE FRIO		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISO DE ONDAS DE FRIO	<p>Atualmente, os serviços meteorológicos conseguem prever com grande antecedência a vinda de uma onda de frio. Desta forma, é possível emitir avisos à população em tempo útil, para que esta possa tomar as medidas de autoproteção mais indicadas.</p> <p>Os avisos deverão abranger o maior número de pessoas que for possível, e ser efetuados com especial ênfase junto da população mais vulnerável e mais exposta à onda de frio (idosos, acamados, etc.).</p>	<ul style="list-style-type: none"> Televisão (públicas e privadas) Rádios (nacionais, regionais e locais) Viaturas da proteção civil com altifalantes (caso a gravidade da situação o exija)
AVISOS DE EVACUAÇÃO	<p>Não se aplica. Somente em casos excecionais de necessidade de evacuação e realojamento de pessoas em risco (ex.: em casas ou lares de idosos com baixo isolamento térmico e fraca capacidade de aquecimento).</p>	
Informação básica a difundir na IMINÊNCIA OU DURANTE UMA ONDA DE FRIO	<ul style="list-style-type: none"> Equipe a sua casa e local de trabalho com unidades de aquecimento (ar-condicionado, aquecedores a óleo, irradiadores, etc.); Previna-se com roupa quente e calçado adequado; Verifique se as portas e janelas têm pontos por onde o ar frio possa entrar para dentro de casa. Vede esses espaços, fazendo um bom isolamento da habitação; Mantenha-se atento aos alertas do IPMA e às indicações da ANEPC transmitidas pelos órgãos de comunicação social; Procure manter-se em casa ou em locais quentes. Use várias camadas de roupa em vez de uma única peça de tecido grosso. Evite as roupas muito justas ou as que o façam transpirar; 	<ul style="list-style-type: none"> Televisão (públicas e privadas) Rádios (nacionais, regionais e locais) Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home Sítio da Internet da Direção-Geral de Saúde http://www.dgs.pt/ Sítio da Internet do IPMA https://www.ipma.pt/

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE ONDAS DE FRIO		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir na IMINÊNCIA OU DURANTE UMA ONDA DE FRIO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ O ar frio não é bom para a circulação sanguínea. Evite as atividades físicas intensas que obrigam o coração a um maior esforço e podem até conduzir a um ataque cardíaco; ▪ Se suspeitar que você ou alguém que o rodeia está com hipotermia ligue imediatamente para o 112; ▪ Tenha cuidado com as lareiras. Em lugares fechados sem renovação de ar, a combustão pode originar a produção de monóxido de carbono, um gás letal; ▪ Seja também cuidadoso com os aquecedores devido ao risco de acidentes domésticos; ▪ O consumo excessivo de eletricidade pode sobrecarregar a rede originando falhas locais de energia. Procure poupar energia, desligando os aparelhos elétricos que não sejam necessários. Tenha à mão lanterna e pilhas, para o caso de faltar a luz; ▪ Evite uma exposição excessiva ao frio. Saia de casa apenas se tal for estritamente necessário; ▪ O perigo extremo ocorre quanto há vento forte. A situação de desconforto térmico aumenta e sente-se mais frio. Não saia de casa nessas alturas; ▪ Se vai ter necessidade de passar muito tempo no exterior da casa, use várias peças de roupa, em vez de uma única peça de tecido grosso. Use um chapéu ou gorro para proteger a cabeça. Proteja o rosto. Evite a entrada de ar extremamente frio nos pulmões; ▪ Mantenha as roupas secas. Mude meias molhadas ou outras peças que possam contribuir para a perda de calor; ▪ Evite caminhar em zonas com gelo, para evitar o risco de quedas que podem produzir graves lesões; ▪ Os idosos, crianças e pessoas com dificuldades de locomoção não devem sair de casa. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Jornais regionais ▪ Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil.

Tabela 6. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de cheias e inundações

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE CHEIAS E INUNDAÇÕES		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISO DE CHEIAS E INUNDAÇÕES	Apesar de para algumas cheias provocadas por chuvas intensas e repentinas não haver tempo para emitir um aviso em tempo útil, para outras, é possível prever atempadamente através da observação dos níveis de água e das previsões meteorológicas e emitir avisos à população.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Viaturas da proteção civil com altifalantes (caso a gravidade da situação o exija)
AVISOS DE EVACUAÇÃO	<p>Caso se pretenda evacuar uma grande extensão de território será útil recorrer a meios de divulgação rápida de modo a informar a população a deslocar para as medidas a tomar (locais para onde se devem dirigir e itinerários a utilizar).</p> <p>(Ver capítulo 4.6 da Parte II relativo a procedimentos de evacuação).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Viaturas da proteção civil com altifalantes (no caso das televisões e rádios não estarem operacionais, a circulação destas viaturas reveste-se de importância acrescida)
Recomendações preventivas a fazer à população com medidas de autoproteção que devem ser adotadas ANTES DA OCORRÊNCIA DE CHEIAS	<p>Para além das recomendações básica a difundir face à iminência de uma cheia, deverão ser feitas as seguintes recomendações:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Procure perceber se mora ou trabalha numa zona de risco e tente informar-se sobre o historial de cheias passadas; ▪ Se vive numa zona de risco, adquira o bom hábito de receber/ver os alertas do IPMA do Outono à Primavera; ▪ Identifique pontos altos onde se possa refugiar e que estejam o mais perto possível de casa ou do emprego; ▪ Elabore uma pequena lista dos objetos importantes que deve levar consigo numa possível evacuação; ▪ Pondere a hipótese de fazer um seguro da sua casa e do recheio; ▪ Arranje um anteparo de madeira ou metal para a porta da rua; ▪ Tenha sempre em casa uma reserva para dois ou três dias de água potável e alimentos que não se estraguem; ▪ Mantenha a limpeza do seu quintal, principalmente no Outono devido à queda das folhas. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Sítio da Internet do IPMA https://www.ipma.pt/ ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Jornais regionais ▪ Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil.

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE CHEIAS E INUNDAÇÕES		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
Informação básica a difundir na IMINÊNCIA DE UMA CHEIA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha-se atento aos noticiários da Meteorologia e às indicações da Proteção Civil transmitidas pela rádio e televisão; ▪ Conserve o sangue frio. Transmita calma à sua volta; ▪ Acondicione num saco de plástico os objetos pessoais mais importantes e os seus documentos; ▪ Coloque à mão o seu estojo de emergência; ▪ Transfira os alimentos e os objetos de valor para pontos mais altos da casa; ▪ Liberte os animais domésticos e proceda à evacuação do gado para locais seguros; ▪ Coloque um anteparo à entrada da casa. Retire do seu quintal objetos que possam ser arrastados pelas cheias; ▪ Prepare-se para desligar a água, o gás e a eletricidade, se for caso disso. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Sítio da Internet do IPMA https://www.ipma.pt/ ▪ Jornais regionais
Informação básica a difundir DURANTE A OCORRÊNCIA DE UMA CHEIA	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha a serenidade. Procure dar apoio às crianças, aos idosos e aos deficientes; ▪ Continue atento aos conselhos da Proteção Civil; ▪ Prepare-se para a necessidade de ter de abandonar a casa; ▪ Desligue a água, o gás e a eletricidade; ▪ Não ocupe as linhas telefónicas. Use o telefone só em caso de emergência; ▪ Não caminhe descalço nem saia de casa para visitar os locais mais atingidos; ▪ Não utilize o carro. Pode ser arrastado para buracos no pavimento, para caixas de esgoto abertas, ou até para fora da estrada; ▪ Não entre em zonas caudalosas. Há o risco de não conseguir suportar a força da corrente, além de que pode ocorrer uma subida inesperada do nível da água; ▪ A água da cheia pode estar contaminada com substâncias indesejáveis. Não a beba; ▪ Procure ter sempre uma atitude prática perante os acontecimentos. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Jornais regionais ▪ Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil.

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE CHEIAS E INUNDAÇÕES		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir APÓS A OCORRÊNCIA DE UMA CHEIA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Siga os conselhos da Proteção Civil. Regresse a casa só depois de lhe ser dada essa indicação; ▪ Preste atenção às indicações difundidas pela comunicação social; ▪ Facilite o trabalho das equipas de remoção e limpeza da via pública; ▪ Ao entrar em casa, faça uma inspeção que lhe permita verificar se a casa ameaça ruir. Se tal for provável, não entre; ▪ Não pise nem mexa em cabos elétricos caídos. Não se esqueça de que a água é condutora de eletricidade; ▪ Mantenha-se sempre calçado e, se possível, use luvas de proteção; ▪ Opte pelo seguro. Deite fora a comida (mesmo embalada) e os medicamentos que estiveram em contato com a água da cheia, pois podem estar contaminados; ▪ Verifique o estado das substâncias inflamáveis ou tóxicas que possa ter em casa; ▪ Comece a limpeza da casa pela dispensa e zonas mais altas; ▪ Beba sempre água fervida ou engarrafada. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Jornais regionais ▪ Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil.

Tabela 7. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de secas

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE SECAS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISO DE SECAS	<p>Apesar do aviso de seca, não ter o caráter de urgência imediata de outros tipos de aviso, reveste-se de grande importância para que se possam tomar medidas preventivas de forma a mitigar os seus efeitos.</p> <p>Atualmente, as observações e monitorizações meteorológicas possibilitam fazer previsões sobre o surgimento e duração de períodos de seca com um nível de rigor muito satisfatório. A APA é responsável pela previsão e deteção de secas, através do Sistema de Prevenção e Proteção de Secas que, apoiado na monitorização e numa análise de secas regionais, permite identificar as regiões do país em crise e acompanhar a sua evolução.</p> <p>Face à previsão de uma seca, deverá ser dado o aviso de forma a abranger o maior número de pessoas possíveis, com especial relevância para a população mais vulnerável e mais exposta aos seus efeitos (idosos, acamados, etc.).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Jornais nacionais e locais
AVISOS DE EVACUAÇÃO	<p>Só se aplica quando, em simultâneo, ocorre uma onda de calor, que leve à necessidade de evacuação e realojamento de pessoas em maior risco (idosos, acamados, etc.).</p>	
Recomendações a fazer à população com medidas que devem ser adotadas em SITUAÇÕES DE NORMALIDADE	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Manter toda a canalização doméstica em bom estado de forma a não haver perdas nas torneiras, nos autoclismos, nos esquentadores, nas máquinas de lavar e nas junções; ▪ Instalação de reguladores de caudal nas torneiras; ▪ Instalação de autoclismos com sistemas de redução de volume de água para descarga; ▪ Compre e armazene água engarrafada para utilização em casos extremos, em que a seca leva ao corte do abastecimento de água; ▪ Evite situações que levem ao gasto desnecessário de água (banhos de imersão, deixar a água correr durante a lavagem dos dentes, regar durante as horas de maior calor, etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Jornais regionais ▪ Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil.

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE SECAS

TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir DURANTE UM PERÍODO DE SECA</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Em caso de cortes no fornecimento de água, não poupe água através da redução da quantidade que bebe. Normalmente, as secas estão associadas a ondas de calor que podem conduzir facilmente a situações de desidratação. Se for necessário, compre e beba água engarrafada; ▪ Esteja atento a possíveis situações de desidratação nos membros da sua família, especialmente em crianças e idosos; ▪ Em caso de cortes no fornecimento de água, encher apenas as vasilhas estritamente necessárias para o seu consumo; ▪ Não encher piscinas; ▪ Não lavar carros desnecessariamente; ▪ Reutilizar a água sempre que possível (exemplo: rega); ▪ Diminuir a quantidade de água no autoclismo colocando no seu depósito uma garrafa de plástico cheia de areia ou de água, para que não fique a flutuar; ▪ Evite a todo o custo situações que levem ao gasto desnecessário de água (banhos de imersão, deixar a água correr durante a lavagem dos dentes, regar durante as horas de maior calor, etc.). 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Jornais locais e nacionais

Tabela 8. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de um sismo

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE UM SISMO		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISO DE SISMO	<p>Apesar da impossibilidade de antecipar a ocorrência de sismos, pode avisar-se a população para a possibilidade do surgimento de réplicas.</p> <p>No âmbito da proteção civil, a ocorrência de sismos deverá ser gerida a nível nacional, pelo que os avisos deverão ser divulgados tanto a nível nacional como a nível local.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Viaturas da proteção civil com altifalantes (no caso das televisões e rádios não estarem operacionais, a circulação destas viaturas reveste-se de importância acrescida)
AVISOS DE EVACUAÇÃO	<p>Caso se pretenda evacuar uma grande extensão de território será útil recorrer a meios de divulgação rápida de modo a informar a população a deslocar para as medidas a tomar (locais para onde se devem dirigir e itinerários a utilizar).</p> <p>(ver capítulo 4.6, da Parte II, relativo a procedimentos de evacuação)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Viaturas da proteção civil com altifalantes (no caso das televisões e rádios não estarem operacionais, a circulação destas viaturas reveste-se de importância acrescida)
Recomendações preventivas a fazer à população como medidas de autoproteção que devem ser adotadas ANTES DA OCORRÊNCIA DE UM SISMO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Informe-se sobre as causas e efeitos possíveis de um sismo na sua zona; ▪ Prepare a sua casa de forma a facilitar os movimentos em caso de sismo, libertando os corredores e passagens, arrumando móveis e brinquedos, etc.; ▪ Elabore um plano de emergência para a sua família. Certifique-se que todos os seus familiares sabem o que fazer no caso de ocorrer um sismo. Combine previamente um local de reunião no caso dos membros da família se separarem durante o sismo; ▪ Tenha à mão uma lanterna elétrica, um rádio portátil e pilhas de reserva para ambos, bem como um extintor (verifique o prazo de validade) e um estojo de primeiros socorros; ▪ Localizar os locais mais seguros distribuindo os seus familiares por eles. Localizar os locais mais perigosos; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Jornais regionais ▪ Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE UM SISMO		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
Recomendações preventivas a fazer à população como medidas de autoproteção que devem ser adotadas ANTES DA OCORRÊNCIA DE UM SISMO (cont.)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Fixe as estantes, as botijas de gás, os vasos e floreiras às paredes da sua casa; ▪ Coloque os objetos pesados ou de grande volume no chão ou nas estantes mais baixas. ▪ Ensine a todos os familiares como desligar e eletricidade e cortar a água e gás; ▪ Armazene água em recipientes de plástico fechados e alimentos enlatados para 2 ou 3 dias. Renove-os de tempos a tempos; ▪ Tenha à mão medicamentos correntes mais necessários; ▪ Mantenha a sua vacinação e de toda a sua família em dia, nomeadamente a vacina do tétano. Consulte o seu centro de saúde para obter mais informações; ▪ Tenha à mão em local acessível números de telefone de serviços de emergência; ▪ Tenha à mão agasalhos e sapatos resistentes. 	
Recomendações preventivas a fazer à população com medidas de autoproteção que devem ser adotadas DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM SISMO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se estiver num dos andares superiores de um edifício não se precipite para as escadas. Abrigue-se no vão de uma porta interior, nos cantos das salas ou debaixo de uma mesa ou cama. Nunca utilize elevadores; ▪ Mantenha-se afastado de janelas, espelhos e chaminés. Tenha cuidado com a queda de candeeiros, móveis ou outros objetos; ▪ Se estiver no rés-do-chão de um edifício e a sua rua for suficientemente larga (por exemplo mais larga que a altura dos edifícios), saia de casa calmamente e caminhe para um local aberto, sempre pelo meio da rua; ▪ Se estiver na rua, dirija-se para um local aberto, com calma e serenidade. Não corra nem ande a vaguear pelas ruas; ▪ Enquanto durar o sismo não vá para casa; ▪ Mantenha-se afastado dos edifícios, sobretudo dos velhos, altos ou isolados, dos postes de eletricidade e outros objetos que lhe possam cair em cima; ▪ Afaste-se de taludes e muros que possam desabar. ▪ Nas fábricas mantenha-se afastado das máquinas, que podem tombar ou deslizar; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Jornais regionais ▪ Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE UM SISMO		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
Recomendações preventivas a fazer à população com medidas de autoproteção que devem ser adotadas DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM SISMO (cont.)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se estiver num local com grande concentração de pessoas, não se precipite para as saídas. As escadas e portas são pontos que facilmente se enchem de escombros e podem ficar obstruídos por pessoas tentando deixar o edifício; ▪ Fique dentro do edifício até o sismo cessar. Saia depois com calma tendo em atenção as paredes, chaminés, fios elétricos, candeeiros e outros objetos que possam cair; ▪ Se estiver a conduzir, pare a viatura longe de edifícios, muros, taludes, postos e cabos de alta tensão e permaneça dentro dela. 	
Informação básica a difundir APÓS A OCORRÊNCIA DE UM SISMO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha a calma e conte com a ocorrência de possíveis réplicas; ▪ Não se precipite para as escadas ou saídas. Nunca utilize elevadores; ▪ Não fume, nem acenda fósforos ou isqueiros. Pode haver fugas de gás. Utilize lanternas a pilhas; ▪ Corte a água e o gás, e desligue a eletricidade; ▪ Calce sapatos e proteja a cabeça e a cara com um casaco, uma manta, um capacete ou um objeto resistente e prepare agasalhos se o tempo o aconselhar; ▪ Verifique se há feridos e preste os primeiros socorros se souber. Se houver feridos graves, não os remova, a menos que corram perigo; ▪ Verifique se há incêndios. Tente apagá-los. Se não conseguir alerte os bombeiros; ▪ Ligue o rádio e cumpra as recomendações que forem difundidas; ▪ Limpe urgentemente os produtos inflamáveis que tenham sido derramados (álcool, tintas, etc.); ▪ Se puder, solte os animais domésticos. Eles tratarão de si próprios; ▪ Se estiver junto do mar e sentir um sismo é possível que nos 15 a 30 minutos seguintes ocorra um maremoto. Desloque-se de imediato para uma zona alta, pelo menos 30 metros acima do nível do mar, e afastada da costa; ▪ Regresse a casa só quando as autoridades o aconselharem; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Viaturas da proteção civil com altifalantes (no caso das televisões e rádios não estarem operacionais, a circulação destas viaturas reveste-se de importância acrescida) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Jornais regionais ▪ Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE UM SISMO		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir APÓS A OCORRÊNCIA DE UM SISMO (cont.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha a calma e cumpra as instruções que a rádio difundir. Esteja preparado para outros abalos (réplicas) que costumam suceder-se ao sismo principal; ▪ Se encontrar feridos graves, chame as equipas de socorro para promover a sua evacuação; Se houver pessoas soterradas, informe as equipas de salvamento. Entretanto, se sem perigo, for capaz de as começar a libertar, tente fazê-lo retirando os escombros um a um. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua própria; ▪ Evite passar por onde haja fios elétricos soltos e tocar em objetos metálicos em contato com eles; ▪ Coma alguma coisa. Sentir-se-á melhor e mais capaz de ajudar os outros; ▪ Não beba água de recipientes abertos sem antes a ter examinado e filtrado por coador, filtro ou simples pano lavado; ▪ Acalme as crianças e os idosos. São os que mais sofrem com o medo; ▪ Não utilize o telefone exceto em caso de extrema urgência (feridos graves, fugas de gás, incêndios, etc.); ▪ Não propague boatos ou notícias não confirmadas; ▪ Se a sua casa se encontrar muito danificada terá de a abandonar. Reúna os recipientes com água, alimentos e medicamentos vulgares e especiais (cardíacos, diabéticos, etc.); ▪ Não reocupe edifícios com grandes estragos, nem se aproxime de estruturas danificadas; ▪ Corresponda aos apelos que forem divulgados e não se desloque para as áreas a ser alvo de operações de socorro; ▪ Caso lhe seja solicitado, colabore com as equipas de socorro; ▪ Não circule pelas ruas para observar o que aconteceu. Liberta-as para as viaturas de socorro. 	

Tabela 9. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de um tsunami

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE UM TSUNAMI		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISOS DE TSUNAMIS	<p>Após a ocorrência de um sismo, deverá ser acionado com extrema urgência o aviso de ameaça de tsunami. O tempo de chegada de um tsunami que possa ser formado após um sismo depende da distância do epicentro e da profundidade do mar no seu trajeto. No cenário mais crítico, um tsunami pode atingir a costa de Cantanhede cerca de 15 minutos após o sismo (ver análise de risco de tsunami).</p> <p>Os canais de informação a privilegiar no divulgar dos avisos são: televisão e rádio (nível nacional) e, a nível municipal, Viaturas de agentes de proteção civil com altifalantes. No caso das televisões e rádios não estarem operacionais, a circulação destas viaturas reveste-se de importância acrescida.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Viaturas de agentes de proteção civil com altifalantes (no caso das televisões e rádios não estarem operacionais, a circulação destas viaturas reveste-se de importância acrescida)
AVISOS DE EVACUAÇÃO	<p>Os avisos de evacuação são particularmente importantes face a este tipo de ocorrência, uma vez que, o tempo de chegada de um tsunami após um sismo poderá ser bastante reduzido (inferior a 15 minutos). Este aspeto encontra-se abordado em pormenor, no capítulo referente aos procedimentos de evacuação (capítulo 4.6 da Parte II).</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Viaturas de agentes de proteção civil com altifalantes (no caso das televisões e rádios não estarem operacionais, a circulação destas viaturas reveste-se de importância acrescida)
Recomendações preventivas a fazer à população com medidas de autoproteção que devem ser adotadas ANTES DA OCORRÊNCIA DE UM TSUNAMI	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Informe-se sobre a que altitude se situa relativamente ao nível do mar; ▪ Informe-se sobre as causas e efeitos possíveis de um tsunami na sua zona; ▪ Caso note um súbito recuar da água do mar, deverá de imediato avisar as pessoas que se encontram junto a si, deslocar-se com a rapidez possível para um local de maior altitude (de preferência superior a 30 metros) e posteriormente telefonar aos serviços de emergência a avisar do sucedido; ▪ Se viver numa área ameaçada, elabore um plano de emergência para a sua família. Certifique-se que todos os seus familiares sabem o que fazer no caso de ocorrer um maremoto. Combine previamente um local de reunião no caso dos membros da família se separarem durante o maremoto. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Jornais regionais ▪ Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil.

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE UM TSUNAMI		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir na IMINÊNCIA DE UM TSUNAMI</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Desloque-se de imediato para uma zona alta, pelo menos 30 metros acima do nível do mar, e afastada da costa; ▪ Afaste-se das praias e das margens dos rios. Nunca vá para uma praia observar um tsunami aproximar-se. Se conseguir ver a onda significa que está demasiado perto para poder escapar; ▪ Afaste-se também de zonas de arriba que, apesar de poderem aparentar estar a uma altitude segura, poderão desmoronar-se face ao impacto do tsunami; ▪ Se estiver numa embarcação dirija-se para alto mar. Um tsunami só é destrutivo junto à costa onde a profundidade das águas é pequena. Uma zona onde a profundidade do mar é superior a 150 metros pode considerar-se segura; ▪ À primeira onda podem suceder-se outras igualmente destrutivas. Mantenha-se num local seguro até que as autoridades indiquem que já não existe perigo. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Viaturas de agentes de proteção civil com altifalantes (no caso das televisões e rádios não estarem operacionais, a circulação destas viaturas reveste-se de importância acrescida) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Jornais regionais ▪ Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil.
<p>Informação básica a difundir APÓS A OCORRÊNCIA DE UM TSUNAMI</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha a calma e conte com a ocorrência de mais ondas; ▪ Verifique se há feridos na sua proximidade e preste os primeiros socorros se souber; ▪ Se encontrar feridos graves, não os remova, a menos que corram perigo. Chame as equipas de socorro para promover a sua evacuação; ▪ Ligue o rádio e cumpra as recomendações que forem difundidas; ▪ Regresse a casa só quando as autoridades o aconselharem; ▪ Se houver pessoas soterradas, informe as equipas de salvamento. Entretanto, se sem perigo, for capaz de as começar a libertar, tente fazê-lo retirando os escombros um a um. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua própria; ▪ Evite passar por onde haja fios elétricos soltos e tocar em objetos metálicos em contacto com eles; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Viaturas de agentes de proteção civil com altifalantes (no caso das televisões e rádios não estarem operacionais, a circulação destas viaturas reveste-se de importância acrescida) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Jornais regionais ▪ Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil.

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE UM TSUNAMI		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir APÓS A OCORRÊNCIA DE UM TSUNAMI (conf.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Não beba água de recipientes abertos sem antes a ter examinado e filtrado por coador, filtro ou simples pano lavado; ▪ Acalme as crianças e os idosos. São os que mais sofrem com o medo; ▪ Não utilize o telefone exceto em caso de extrema urgência (feridos graves, fugas de gás, incêndios, etc.); ▪ Não propague boatos ou notícias não confirmadas; ▪ Não reocupe edifícios com grandes estragos, nem se aproxime de estruturas danificadas; ▪ Corresponda aos apelos que forem divulgados e, se possível, colabore com as equipas de socorro; ▪ Não circule pelas ruas para observar o que aconteceu. Liberta-as para as viaturas de socorro. 	

Tabela 10. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de movimentos de massa em vertentes

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE MOVIMENTOS DE MASSA EM VERTENTES		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISO DE MOVIMENTOS DE MASSA EM VERTENTES	<p>Apesar da imprevisibilidade associada ao Movimentos de massa, consideram-se fatores de predisposição como a existência de antigos deslizamentos, existência de urbanizações em áreas impróprias para a construção como em encostas ou no sopé de encostas ou ainda em leitos de cheia e em formações litológicas do tipo argiloso. Como fatores principais de desencadeamento é de referir as chuvas intensas, o aumento brusco da quantidade de água no solo, e consequentemente o aumento do peso dos solos, levando a uma diminuição da resistência mecânica e ao movimento de grandes quantidades de rocha ou terra por força de gravidade.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Jornais regionais
RECOMENDAÇÕES A FAZER À POPULAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se a sua casa estiver em encostas ou leitos de cheia, esteja atento a indícios de perigo, como sejam surgimento de rachas nas paredes ou muros, sulcos profundos de escoamento que possam levar a ruturas, etc. Caso encontre algum destes sinais, contate as autoridades. ▪ Não proceda a intervenções corretivas por iniciativa própria. Contacte sempre as autoridades. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Jornais regionais

Tabela 11. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de destruição de praias e sistemas dunares

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE DESTRUIÇÃO DE PRAIAS E SISTEMAS DUNARES		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISOS DE DESTRUIÇÃO DE PRAIA E SISTEMAS DUNARES	Apesar da imprevisibilidade associada à destruição de praias e sistemas dunares impedir a antecipação de um episódio de destruição de praias e sistemas dunares, pode e deve avisar-se a população, sinalizando os locais em situação de risco, com avisos de perigo.	<ul style="list-style-type: none"> Sinalização com placas de aviso.
RECOMENDAÇÕES À POPULAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> Respeite as sinalizações de perigo de destruição de praias e sistemas dunares; Não destrua as dunas e respetivos habitats (independentemente de estarem ou não assinaladas como estando em risco); Não circule nem estacione nas praias e nos sistemas dunares fora dos acessos e locais formalizados para o efeito; Se a sua casa estiver próxima de uma praia ou duna, esteja atento a indícios de perigo, como sejam subidas do nível do mar, alterações do volume de areia na praia e dunas; etc. Caso encontre algum destes sinais, contacte as autoridades. Não proceda a intervenções corretivas por iniciativa própria. Contacte sempre as autoridades. 	<ul style="list-style-type: none"> Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home Televisão (públicas e privadas) Rádios (nacionais, regionais e locais) Jornais regionais Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil.

Tabela 12. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de acidentes rodoviários

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE ACIDENTES VIÁRIOS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISOS	<p>Nas situações em que se preveja ou se verifique a ocorrência de condições meteorológicas adversas para a circulação viária, ou se tenha registado um acidente grave, deverá avisar-se a população. Em concreto, será tarefa do serviço municipal de proteção civil:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Avisar a população para a existência de constrangimentos à circulação, como ocorrência de nevoeiro, previsão de ventos fortes, precipitações intensas ou formação de geada; ▪ Indicar as zonas que se encontram mais afetadas (nevoeiro por exemplo); ▪ Indicar quais as zonas onde se registaram acidentes; ▪ Indicar vias alternativas a determinado acesso devido à ocorrência de acidente grave ou condições meteorológicas adversas. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home
Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A SITUAÇÃO DE RISCO	<p>PROTEGER:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Não fume nem permita que alguém faça lume. Pode haver incêndio ou explosão devido a combustível derramado; ▪ Desligue o motor dos veículos acidentados; ▪ Imobilize os veículos sinistrados com o travão de mão. Se possível coloque calços ou pedras nas rodas; ▪ Cubra com terra as manchas de combustível ou óleo derramado; ▪ Se houver incêndio use um extintor ou terra para o apagar. <p>SINALIZAR:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Coloque o triângulo de emergência; ▪ Faça, ou peça a alguém, para fazer sinal aos outros condutores para que reduzam a velocidade ao aproximarem-se do local do acidente; <p>ALERTAR:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ligue 112 ou utilize os postos avisadores SOS. Nunca parta do princípio que alguém já o fez. Estacione em segurança antes de telefonar. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Ações de informação em escolas ▪ Folhetos

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE ACIDENTES VIÁRIOS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A SITUAÇÃO DE RISCO (cont.)</p>	<p>INDICAR:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ O local do acidente, e o sentido em casa de via com separador; ▪ Número e idades aproximadas das vítimas; ▪ Estado aparente das vítimas e se alguma está encarcerada; ▪ Se há situações de perigo (incêndio, derrame de óleo, estrada bloqueada, etc.); ▪ Número de veículos envolvidos; ▪ Tipo de veículos (ex.: ligeiros, pesados, motociclos, de transporte de mercadorias perigosas); ▪ Em caso de acidente com transporte de mercadorias perigosas não se aproxime do local e tente evitar que outros o façam. Se possível identifique o nome da empresa e os números inscritos no painel laranja (se existirem). <p>SOCORRER - COMO PROCEDER COM AS VÍTIMAS:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tente agir com rapidez, mas se não tiver preparação não lhes mexa. Os primeiros socorros mal prestados podem ocasionar lesões ou agravar as já existentes; ▪ Só numa situação de incêndio deve tentar retirar uma pessoa encarcerada, caso contrário não o faça; ▪ Não fire o capacete a um motociclista acidentado; ▪ Não lhes dê de beber ou comer; ▪ Fale com as vítimas e reconforte-as. 	

Tabela 13. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de acidentes com transporte terrestre de mercadorias perigosas

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE ACIDENTES COM TRANSPORTE TERRESTRE DE MERCADORIAS PERIGOSAS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISOS	<p>Nas situações em que ocorra um acidente com transporte de mercadorias perigosas deverá avisar-se a população. Em concreto, será tarefa do serviço municipal de proteção civil:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Indicar quais as zonas onde se registou o acidente; ▪ Indicar vias alternativas a determinado acesso. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Sítio da Internet da CMC <p>https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home</p>
AVISOS DE EVACUAÇÃO	<p>Os avisos de evacuação podem ser de grande importância face a este tipo de ocorrência, uma vez que, dependendo da severidade da situação, os locais e edifícios mais próximas do local do acidente podem ser afetados, podem ficar destruídos ou bastante danificados, colocando em perigo as pessoas que aí se localizem. Este aspeto encontra-se abordado em pormenor, no capítulo referente aos procedimentos de evacuação.</p>	
Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A SITUAÇÃO DE RISCO	<p>MEDIDAS DE AUTO PROTEÇÃO</p> <p>No caso de encontrar um veículo imobilizado sinalizado com um painel retangular cor de laranja e que apresente danos visíveis, se detetar cheiro anormal ou se visualizar um derrame de líquidos ou uma fuga de gases:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ ABANDONE o local, mantendo a calma, se possível sugerindo a outro ocupante do veículo que observe o local e anote a informação a comunicar às autoridades; ▪ ALERTE as autoridades para desencadear o socorro, telefonando para o "112" ou usando um posto "SOS", mencionando o local, o veículo e as pessoas e, se forem visíveis à distância, também: <ul style="list-style-type: none"> ✓ os números do painel laranja, ✓ o nome da empresa; ▪ COLABORE com o pessoal dos serviços de emergência, seguindo as instruções das autoridades presentes; ~ ▪ Mantenha-se longe das zonas perigosas, abandonando o local e as vias de acesso logo que a sua colaboração deixe de ser necessária, por um lado, evitando manobras e velocidades arriscadas, e, por outro lado, abstendo-se de circular com lentidão desnecessária. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Sítio da Internet da CMC <p>https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ações de informação em escolas ▪ Folhetos

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE ACIDENTES COM TRANSPORTE TERRESTRE DE MERCADORIAS PERIGOSAS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A SITUAÇÃO DE RISCO (cont.)</p>	<p>SE SE ENCONTRAR NAS IMEDIAÇÕES DO ACIDENTE DEVE:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Fazer apelo aos seus conhecimentos; ▪ Permanecer sereno; ▪ Acalmar os outros, especialmente crianças e idosos; ▪ Manter-se informado através do rádio e seguir e fazer seguir sem reservas as instruções; ▪ Seguir e fazer seguir sem reservas as instruções difundidas pelas autoridades de proteção civil; ▪ Preparar-se para a eventualidade de ter de ser evacuado; ▪ Usar o telefone apenas em casos de extrema urgência; ▪ Se for a circular de automóvel, respeitar integralmente todos os sinais de trânsito e as instruções das autoridades; ▪ Se for decidida a evacuação, levar consigo os elementos de identificação individual e a quantidade mínima de objetos necessários. ▪ E se o acidente for acompanhado da libertação de gases tóxicos deve: <ul style="list-style-type: none"> ▪ Fechar as portas e janelas e proceder à sua completa calafetagem com panos molhados; ▪ Se sentir algum cheiro estranho, molhar um lenço, aplicá-lo no rosto respirando através dele e inspirar superficial mas frequentemente; ▪ Se sentir ardor nos olhos, lavá-los abundantemente e em caso de queimaduras tomar duche com urgência, em ambos os casos com água fria; ▪ Se circular de automóvel, fechar imediatamente os vidros e desligar a ventilação; ▪ Não ir buscar os seus filhos à escola. ▪ Quando for reposta a normalidade não deve abandonar o seu abrigo até que lhe seja permitido pelas autoridades de proteção civil. 	

Tabela 14. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de colapso túneis, pontes e outras infraestruturas

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE COLAPSO TÚNEIS, PONTES E OUTRAS INFRAESTRUTURAS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISOS	<p>Caso se detete que um edifício ou habitação apresenta, por qualquer motivo, falhas estruturais graves, deverá ser comunicado à população residente a necessidade de se proceder à evacuação do local, seguindo para tal as indicações dos serviços de proteção civil.</p> <p>Caberá ainda ao SMPC proceder à sinalização dos locais onde se encontram construções em risco de derrocada e proceder à vedação do local até que seja restabelecida a segurança no local.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Agentes de proteção civil ▪ Sinalização vertical
INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Caso verifique que a sua habitação ou a de um vizinho apresenta, por algum motivo, uma grave falha estrutural saia de imediato do local e avise o SMPC ou corporação de bombeiros da sua área; ▪ Em caso de necessidade de evacuação cumpra as indicações dos agentes de proteção civil; ▪ Ao sair de casa não se esqueça de levar consigo a sua documentação e os medicamentos de que necessita, assim como os animais de estimação; ▪ Não feche a porta ao sair de casa. Não dificulte a tarefa dos agentes de proteção civil de retirar os seus bens; ▪ Não perca a calma com o medo de perder os seus haveres, os agentes de proteção civil desenvolverão todos os esforços para que, em colaboração consigo e dentro dos limites de segurança, se processe à remoção dos seus bens pessoais; ▪ Mantenha a calma e sossegue as crianças e os mais idosos; ▪ Caso verifique a existência de sinalização de alerta de risco de derrocada não a ignore, afaste-se do local. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home

Tabela 15. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de acidentes industriais

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE ACIDENTES INDUSTRIAIS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISOS DE ACIDENTES INDUSTRIAIS	Apesar da imprevisibilidade associada à ocorrência de acidentes industriais, é importante avisar a população dos acontecimentos e recomendar ao afastamento da população da zona sinistrada. Dependendo do tipo de substâncias presentes na unidade industrial, diferem os tipos de acidentes que podem ocorrer, estes podem ser incêndios, explosões, libertação de gases tóxicos e derrames de substâncias perigosas.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Agentes da proteção civil ▪ Jornais regionais
AVISOS DE EVACUAÇÃO	Nestes casos os avisos de evacuação deverão ser efetuados pelos agentes municipais de proteção civil. (Ver capítulo 4 da Parte II relativo a procedimentos de evacuação).	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Comunicação presencial por agentes de proteção civil ▪ Viaturas da proteção civil com altifalantes
Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM ACIDENTE INDUSTRIAL	<p>EXPLOSÃO</p> <p>No caso de explosões, as ondas de radiação térmica e de sobrepressão são causadoras de danos na população e nos edifícios, podendo atingir distâncias relativamente grandes.</p> <p>Se se encontrar em casa:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha a calma; ▪ Não se precipite para as escadas ou saídas. Nunca utilize elevadores. ▪ Verifique se há feridos e preste os primeiros socorros se souber; ▪ Não fume, nem acenda fósforos ou isqueiros. Pode haver fugas de gás. Utilize lanternas a pilhas; ▪ Corte a água e o gás, e desligue a eletricidade; ▪ Verifique se há incêndios. Tente apagá-los. Se não conseguir alerte os bombeiros; ▪ Limpe urgentemente os produtos inflamáveis que tenham sido derramados (álcool, tintas, etc.); ▪ Coma alguma coisa. Sentir-se-á melhor e mais capaz de ajudar os outros; ▪ Mantenha a calma e cumpra as instruções que a rádio ou televisão difundir. Esteja preparado para a possibilidade de a sua habitação vir a ser evacuada; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Agentes da proteção civil ▪ Viaturas da proteção civil com altifalantes (no caso das televisões e rádios não estarem operacionais, a circulação destas viaturas reveste-se de importância acrescida) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home

Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM ACIDENTE INDUSTRIAL (cont.)

- Esteja atento aos avisos das autoridades de proteção civil difundidos através de altifalantes instalados em veículos automóveis;
- Evite passar por onde haja fios elétricos soltos e tocar em objetos metálicos em contato com eles;
- Acalme as crianças e os idosos. São os que mais sofrem com o medo;
- Não utilize o telefone exceto em caso de extrema urgência (feridos graves, fugas de gás, incêndios, etc.);
- Não propague boatos ou notícias não confirmadas;
- Se a sua casa se encontrar muito danificada ou se as autoridades lhe derem ordem de evacuação terá de abandonar. Reúna a sua documentação e recipientes com água, alimentos e medicamentos vulgares e especiais (cardíacos, diabéticos, etc.) e feche à chave as portas para o exterior;
- Não reocupe edifícios com grandes estragos, nem se aproxime de estruturas danificadas;
- Não circule pelas ruas para observar o que aconteceu. Liberta-as para as viaturas de socorro.

Se se encontrar no interior de um edifício:

- Mantenha a calma;
- Não se precipite para as escadas ou saídas. Nunca utilize elevadores;
- Verifique se há feridos e preste os primeiros socorros se souber. Se houver feridos graves, não os remova, a menos que corram perigo;
- Não fume, nem acenda fósforos ou isqueiros. Pode haver fugas de gás. Utilize lanternas a pilhas;
- Acalme as crianças e os idosos. São os que mais sofrem com o medo;
- Se houver pessoas soterradas, informe as equipas de salvamento. Entretanto, se sem perigo, for capaz de começar a libertar, tente fazê-lo retirando os escombros um a um. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua própria;
- Evite passar por onde haja fios elétricos soltos e tocar em objetos metálicos em contato com eles;
- Não utilize o telemóvel exceto em caso de extrema urgência (feridos graves, fugas de gás, incêndios, etc.);
- Não propague boatos ou notícias não confirmadas;
- Não se aproxime de estruturas ou edifícios danificados;

- Televisão (públicas e privadas)
- Rádios (nacionais, regionais e locais)
- Agentes da proteção civil
- Viaturas da proteção civil com altifalantes (no caso das televisões e rádios não estarem operacionais, a circulação destas viaturas reveste-se de importância acrescida)
- Sítio da Internet da CMC

<https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/hom>

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE ACIDENTES INDUSTRIAIS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM ACIDENTE INDUSTRIAL (cont.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Corresponda aos apelos que forem divulgados e, se possível, colabore com as equipas de socorro; ▪ Não vá buscar as crianças às escolas ou creches até que tal lhe seja comunicado pela proteção civil (facilitar o trânsito aos veículos de emergência), elas encontram-se ao cuidado de pessoal responsável; ▪ Não circule pelas ruas para observar o que aconteceu. Liberta-as para as viaturas de socorro. <p>Se se encontrar na rua:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha a calma; ▪ Verifique se há feridos e preste os primeiros socorros se souber. Se houver feridos graves, não os remova, a menos que corram perigo; ▪ Não fume, nem acenda fósforos ou isqueiros. Pode haver fugas de gás ou curto-circuitos. Utilize lanternas a pilhas; ▪ Se encontrar feridos graves, chame as equipas de socorro para promover a sua evacuação; ▪ Se houver pessoas soterradas, informe as equipas de salvamento. Entretanto, se sem perigo, for capaz de as começar a libertar, tente fazê-lo retirando os escombros um a um. Não se precipite, não agrave a situação dos feridos ou a sua própria; ▪ Evite passar por onde haja fios elétricos soltos e tocar em objetos metálicos em contato com eles; ▪ Não utilize o telemóvel exceto em caso de extrema urgência (feridos graves, fugas de gás, incêndios, etc.); ▪ Esteja atento aos avisos das autoridades de proteção civil difundidos através de altifalantes instalados em veículos automóveis; ▪ Não propague boatos ou notícias não confirmadas; ▪ Acalme as crianças e os idosos. São os que mais sofrem com o medo; ▪ Corresponda aos apelos que forem divulgados e, se possível, colabore com as equipas de socorro; 	

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE ACIDENTES INDUSTRIAIS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM ACIDENTE INDUSTRIAL (cont.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Esteja atento aos avisos das autoridades de proteção civil difundidos através de altifalantes instalados em veículos automóveis; ▪ Não vá buscar as crianças às escolas ou creches até que tal lhe seja comunicado pela proteção civil (facilitar o trânsito aos veículos de emergência), elas encontram-se ao cuidado de pessoal responsável; ▪ Não circule pelas ruas para observar o que aconteceu. Liberta-as para as viaturas de socorro. <p>LIBERTAÇÃO DE GASES TÓXICOS</p> <p>No caso de ocorrer libertação de gases tóxicos, a população encontra-se muito vulnerável, relativamente aos edifícios não serão praticamente afetados.</p> <p>Se se encontrar em casa:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha a calma; ▪ Desligue os sistemas de ventilação e ar condicionado; ▪ Feche as portas e janelas que dão para o exterior e calafete-as com panos húmidos; ▪ Mantenha-se afastado das portas e janelas; ▪ Coloque camadas de papel de jornal ou panos húmidos nas frestas das janelas e portas para reduzir a entrada de ar; ▪ Se sentir algum cheiro estranho, molhe um lenço e aplique-o no rosto, respire através dele, inspirando superficial mas frequentemente; ▪ Se sentir ardor nos olhos, lave-os abundantemente com água fria; ▪ Em caso de queimaduras, tome duche de água fria com urgência; ▪ Ventile a casa somente após recomendação das autoridades; ▪ Acalme as crianças e os idosos. São os que mais sofrem com o medo; ▪ Após terminada a situação de emergência deverá remover a água contida em cisternas de captação de águas pluviais; ▪ Beba água engarrafada; ▪ Traga para dentro de casa os seus animais domésticos; 	

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE ACIDENTES INDUSTRIAIS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM ACIDENTE INDUSTRIAL (cont.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Não beba água proveniente de furos ou poços e coma só os alimentos que estiverem dentro de casa; ▪ Evite consumir os legumes e a fruta colhida recentemente até que seja difundida instrução em contrário. <p>Se se encontrar no interior de um edifício:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha a calma; ▪ Permaneça no local ou desloque-se para um edifício próximo que lhe dê garantias de segurança (espaço bem vedado); ▪ Mantenha-se afastado das portas e janelas; ▪ Se sentir algum cheiro estranho, molhe um lenço e aplique-o no rosto, respire através dele, inspirando superficial mas frequentemente; ▪ Se sentir ardor nos olhos, lave-os abundantemente com água fria; ▪ Não utilize o telemóvel exceto em caso de extrema urgência (feridos graves, fugas de gás, incêndios, etc.). ▪ Não vá buscar as crianças às escolas ou creches até que tal lhe seja comunicado pela proteção civil (facilitar o trânsito aos veículos de emergência), elas encontram-se ao cuidado de pessoal responsável; ▪ Beba apenas água engarrafada ▪ Não propague boatos ou notícias não confirmadas; ▪ Acalme as crianças e os idosos. São os que mais sofrem com o medo; ▪ Esteja atento aos avisos das autoridades de proteção civil difundidos através de altifalantes instalados em veículos automóveis; ▪ Corresponda aos apelos que forem divulgados e, se lhe for pedido, colabore com as equipas de socorro; ▪ Saia do seu local de refúgio apenas depois de as autoridades o indicarem; ▪ Não circule pelas ruas para observar o que aconteceu. Liberta-as para as viaturas de socorro; <p>Se se encontrar na rua:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Procure, de imediato, refúgio em edifícios fechados; ▪ Mantenha a calma; 	

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE ACIDENTES INDUSTRIAIS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM ACIDENTE INDUSTRIAL (cont.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha-se afastado das portas e janelas; ▪ Se sentir algum cheiro estranho, molhe um lenço e aplique-o no rosto, respire através dele, inspirando superficial mas frequentemente; ▪ Se sentir ardor nos olhos, lave-os abundantemente com água fria; ▪ Não utilize o telemóvel exceto em caso de extrema urgência (feridos graves, fugas de gás, incêndios, etc.); ▪ Não vá buscar as crianças às escolas ou creches até que tal lhe seja comunicado pela proteção civil (facilitar o trânsito aos veículos de emergência), elas encontram-se ao cuidado de pessoal responsável; ▪ Beba apenas água engarrafada ▪ Não propague boatos ou notícias não confirmadas; ▪ Acalme as crianças e os idosos. São os que mais sofrem com o medo; ▪ Esteja atento aos avisos das autoridades de proteção civil difundidos através de altifalantes instalados em veículos automóveis; ▪ Corresponda aos apelos que forem divulgados e, se lhe for pedido, colabore com as equipas de socorro; ▪ Saia do seu local de refúgio apenas depois de as autoridades o indicarem; ▪ Não circule pelas ruas para observar o que aconteceu. Liberta-as para as viaturas de socorro; ▪ Se circular de automóvel, feche imediatamente os vidros e desligue a ventilação. <p>DERRAMES DE SUBSTÂNCIAS PERIGOSAS</p> <p>No caso da existência de derrames de substâncias perigosas a principal consequência é ao nível do ambiente, nomeadamente nos recursos hídricos e no solo.</p>	
<p>Recomendações a fazer à população APÓS OCORRÊNCIA DE ACIDENTE INDUSTRIAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha-se afastado da zona de risco; ▪ A informação sobre o decorrer das operações será dada regularmente pelos serviços de proteção civil. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais)

Tabela 16. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de incêndios urbanos e/ou em centros históricos

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE INCÊNDIOS URBANOS E/OU CENTROS HISTÓRICOS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISOS DE INCÊNDIOS URBANOS E/OU CENTROS HISTÓRICOS	Avisar a população para a ocorrência de grandes incêndios, recomendando que esta se deverá manter afastada da zona sinistrada de forma a facilitar as operações de emergência.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios (locais) ▪ Agentes de proteção civil
AVISOS DE EVACUAÇÃO	Nas situações em que a magnitude do evento determine a evacuação total de uma área, deverá ser comunicada à população residente a necessidade de abandonarem as suas habitações.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios (locais) ▪ Agentes de proteção civil (informação porta a porta)
Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM INCÊNDIO DOMÉSTICO	<p>INCÊNDIOS EM HABITAÇÕES</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha fora do alcance das crianças líquidos inflamáveis, velas, fósforos ou isqueiros; ▪ Se for de viagem feche as torneiras do gás e o contador da eletricidade; ▪ Tenha um extintor em casa. Aprenda a usá-lo e faça a revisão periódica. <p>Rede Elétrica:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Não faça reparações improvisadas; ▪ Substitua os fios elétricos em mau estado; ▪ Use fusíveis adequados; ▪ Evite sobrecarga - não ligue demasiados aparelhos na mesma tomada, principalmente os de elevado consumo (ex.: máquina de lavar roupa ou loiça e aquecedores); ▪ Nunca apague com água um incêndio de origem elétrica. Há perigo de curto-circuito; ▪ Não aproxime água de instalações elétricas. Existe o perigo de ficar eletrocutado. <p>Rede de gás:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Faça a revisão periódica das tubagens. Para verificar se há fugas aplique água com sabão. Nunca utilize uma chama; ▪ Se detetar alguma fuga chame de imediato um técnico qualificado; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Ações de informação em escolas ▪ Folhetos

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE INCÊNDIOS URBANOS E/OU CENTROS HISTÓRICOS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM INCÊNDIO DOMÉSTICO (cont.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se cheirar a gás: não faça qualquer tipo de chama; não ligue nem desligue; interruptores ou aparelhos elétricos; abra as janelas; feche as válvulas de segurança do contador e de corte do redutor; contate de imediato um técnico qualificado. <p>Fonte de Calor:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Afaste os aquecedores de móveis; ▪ Não seque a roupa nos aquecedores; ▪ Afaste os produtos inflamáveis de uma fonte de calor; ▪ Guarde os líquidos inflamáveis em recipientes fechados e coloque-os em locais ventilados; ▪ Proteja devidamente a lareira para que não se torne um foco de incêndio; ▪ Não abandone velas acesas ou mal apagadas; ▪ Nunca se esqueça do ferro de engomar ligado <p>Cozinha:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Nunca saia de casa com o fogão ou o aquecedor ligado; ▪ Não deixe, junto a janelas abertas, aparelhos a gás ligados; ▪ Se a gordura da frigideira se incendiar: desligue de imediato o gás; não retire a frigideira do fogão, isso só irá espalhar o fogo; use uma tampa, um prato ou uma toalha húmida para extinguir o incêndio. Não utilize água; mude periodicamente o filtro do exaustor; não avive as chamas do fogareiro com álcool, gasolina ou qualquer outro líquido inflamável. <p>Fumadores:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Não fume quando manipular produtos inflamáveis; ▪ Não fume na cama ou no sofá se tiver sono; ▪ Use cinzeiros grandes e estáveis; ▪ Apague bem os cigarros antes de os deitar no lixo. 	

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE INCÊNDIOS URBANOS E/OU CENTROS HISTÓRICOS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM INCÊNDIO DOMÉSTICO (cont.)</p>	<p>INCÊNDIOS EM HOTEL</p> <p>À chegada:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Se tiver algum tipo de dificuldade, nomeadamente motora, auditiva ou visual, informe a receção; <p>Consulte o Plano de Evacuação existente no quarto</p> <p><u>Localize e memorize:</u> o seu quarto; as saídas de emergência mais próximas; o alarme mais próximo; os equipamentos de extinção de incêndio (extintores e mangueiras); Ponto de Encontro - Combine, quando acompanhado, um local do edifício onde todos possam reunir-se em situação de emergência.</p> <p>No quarto:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Deixe a chave onde possa encontrar facilmente; ▪ Confirme se as janelas abrem e se as pode usar em situação de emergência; ▪ Verifique como ligar e desligar o ar condicionado. <p>Em caso de incêndio:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ative o alarme ou avise a receção; ▪ Utilize o extintor ou mangueiras próprias; ▪ Nunca tente apagar um incêndio que começa a ficar fora de controlo; ▪ Saia de uma divisão onde as chamas estejam a alastrar. Feche a porta para retardar a progressão do incêndio e a dispersão de fumo; ▪ Leve consigo a documentação e outros valores mas só se tiver a certeza de que tem tempo para o fazer; ▪ Nunca utilize o elevador, vá pelas escadas; ▪ Siga junto à parede com calma, ordem e rapidez; ▪ Se for seguro dirija-se para os pisos inferiores. As chamas e o fumo têm tendência a subir; ▪ Cumpra as orientações dos profissionais do estabelecimento; ▪ Nunca volte ao edifício enquanto estiver a decorrer o combate ao incêndio. <p>Caso se depare com fumo ou chamas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Gatinhe porque o fumo tem tendência a subir; 	

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE INCÊNDIOS URBANOS E/OU CENTROS HISTÓRICOS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM INCÊNDIO DOMÉSTICO (cont.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ponha um lenço ou toalha na cara, de preferência molhados, para ajudar a respirar; ▪ Não corra se as roupas começarem a arder. Pare e role sobre o corpo até as chamas se apagarem; ▪ Não tente abrir a porta sem antes confirmar, com a palma da mão, se ela está quente. <p>Se a porta está fria:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Abra-a lentamente, mas preparado para a fechar de imediato se houver fumo intenso ou chamas; ▪ Quando sair do quarto leve a chave consigo porque pode ter que regressar; ▪ Vá para a saída de emergência mais próxima. Se tiver intransitável dirija-se para outra. Se não conseguir sair em segurança pode ser preferível regressar e permanecer no quarto ou outro espaço fechado (ex. restaurante ou bar). <p>Se a porta está quente:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Não saia. Do outro lado da porta há chamas e fumo. <p>Enquanto aguarda pelo socorro:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Desligue o ar condicionado para evitar a entrada de fumo; ▪ Molhe a porta e calafete-a com toalhas ou lençóis molhados; ▪ Tenha, junto à porta, água de reserva num caixote do lixo ou outro recipiente; ▪ Encha a banheira com água. Pode ser necessária na luta contra o fogo; ▪ Molhe a sua roupa; ▪ Se ficar retido num compartimento interior bata com força na porta ou paredes. Desta forma pode ser ouvido pelas equipas de socorro; ▪ Nunca salte pela janela se a altura for superior a dois pisos; ▪ Para ser visto acene com um lençol, toalha ou roupas. <p>Lembre-se que muitos acidentes ocorrem porque as pessoas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Acham que têm tempo para reunir as bagagens; ▪ Quando há fumo ficam em pé em vez de "andar de gatas"; 	

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE INCÊNDIOS URBANOS E/OU CENTROS HISTÓRICOS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM INCÊNDIO DOMÉSTICO (cont.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Tentam apagar um incêndio fora de controlo; ▪ Não aplicam a regra - PARAR-DEITAR-ROLAR; ▪ Voltam atrás para ir buscar algo; ▪ Pensam que o sinal de alarme é falso; <p>Não têm um ponto de encontro, o que pode gerar confusão caso não haja a certeza que todos saíram do edifício.</p> <p>INCÊNDIO NO LOCAL DE TRABALHO</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Não coloque as pontas dos cigarros nas papeleiras ou cestos de papéis; ▪ Não fume nas salas de arquivo ou nas arrecadações; ▪ Desligue todo o equipamento elétrico antes de abandonar o escritório ou a sala de trabalho; ▪ Verifique, periodicamente, o estado de conservação dos cabos elétricos do equipamento; ▪ Nunca tape nem pendure roupas ou outros objetos nos extintores; ▪ Saiba onde se encontram os extintores e aprenda a usá-los. Verifique se foi feita a inspeção. 	
<p>Informação básica a difundir DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE UM INCÊNDIO DOMÉSTICO</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha-se afastado da zona de risco; ▪ A informação sobre o decorrer das operações será dada regularmente pelos serviços de proteção civil. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Ações de informação em escolas ▪ Folhetos

Tabela 17. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de colapso de estruturas

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE COLAPSO DE ESTRUTURAS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISOS	<p>Caso se detete que um edifício ou habitação apresenta, por qualquer motivo, falhas estruturais graves, deverá ser comunicado à população residente a necessidade de se proceder à evacuação do local, seguindo para tal as indicações dos serviços de proteção civil.</p> <p>Caberá ainda ao SMPC proceder à sinalização dos locais onde se encontram construções em risco de derrocada e proceder à vedação do local até que seja restabelecida a segurança no local.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Agentes de proteção civil ▪ Sinalização vertical
INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Caso verifique que a sua habitação ou a de um vizinho apresenta, por algum motivo, uma grave falha estrutural saia de imediato do local e avise o SMPC ou corporação de bombeiros da sua área; ▪ Em caso de necessidade de evacuação cumpra as indicações dos agentes de proteção civil; ▪ Ao sair de casa não se esqueça de levar consigo a sua documentação e os medicamentos de que necessita, assim como os animais de estimação; ▪ Não feche a porta ao sair de casa. Não dificulte a tarefa dos agentes de proteção civil de retirar os seus bens; ▪ Não perca a calma com o medo de perder os seus haveres, os agentes de proteção civil desenvolverão todos os esforços para que, em colaboração consigo e dentro dos limites de segurança, se processe à remoção dos seus bens pessoais; ▪ Mantenha a calma e sossegue as crianças e os mais idosos; ▪ Caso verifique a existência de sinalização de alerta de risco de derrocada não a ignore, afaste-se do local. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home

Tabela 18. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de acidentes em locais com elevada concentração populacional

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE ACIDENTES EM LOCAIS COM ELEVADA CONCENTRAÇÃO POPULACIONAL		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISOS	Caso, por algum motivo, ocorram motins nas ruas, o SMPC deverá avisar a população para evitar andar nas ruas e permanecer em casa até comunicação em contrário.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Viaturas da proteção civil com altifalantes ▪ Agentes de proteção civil
Recomendações a fazer à população com medidas que devem ser adotadas EM SITUAÇÕES DE ACIDENTES EM LOCAIS COM ELEVADA CONCENTRAÇÃO POPULACIONAL	<p>O QUE FAZER ANTES:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Leve as crianças pela mão. Preste especial atenção aos idosos ou a quem apresenta alguma dificuldade, nomeadamente motora, visual ou auditiva; ▪ Combine um ponto de encontro no exterior do recinto, para se reunir com quem vai acompanhado, caso se perca; ▪ Observe se o local cumpre as regras de segurança necessárias para lá permanecer; ▪ Se verificar que o local apresenta algum tipo de perigo retire-se, não vale a pena correr riscos; ▪ Não assista aos espetáculos em lugares perigosos (ex.: telhados ou sentado em vedações); ▪ Observe e memorize a localização das saídas, inclusive as de emergência; ▪ Não lance para o ar garrafas ou outros objetos contundentes; ▪ Para os estádios de futebol não é permitido levar objetos que possam pôr em risco a segurança dos espetadores (ex.: em vidro, pirotécnicos, incendiários, contundentes, facas ou canivetes e chapéus de chuva). <p>O QUE FAZER DURANTE:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tranquilize quem se encontra junto de si; ▪ Abandone o local calma e ordeiramente. Não corra; muitos acidentes graves dão-se porque as pessoas se empurram e atropelam; ▪ Não se dirija para a saída mais utilizada pela multidão sem primeiro pensar se há outras mais seguras por onde possa sair; ▪ Não bloqueie as saídas. Não fique parado junto a portas, escadas e corredores; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Ações de informação em escolas ▪ Folhetos

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE ACIDENTES EM LOCAIS COM ELEVADA CONCENTRAÇÃO POPULACIONAL

TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Recomendações a fazer à população com medidas que devem ser adotadas EM SITUAÇÕES DE ACIDENTES EM LOCAIS COM ELEVADA CONCENTRAÇÃO POPULACIONAL (cont.)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Em caso de incêndio nunca use os elevadores. Vá pelas escadas; ▪ Avise os organismos de socorro, em situação de emergência pessoal ou coletiva; ▪ Não grite nem fomente a violência. Se presenciar discussões ou atos de violência procure afastar-se do local. Não participe e informe as autoridades; ▪ Siga as indicações das autoridades que se encontram no local para salvaguardar a sua segurança. Recorra a elas sempre que julgue necessário. <p>O QUE FAZER DEPOIS:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Saia do local ordeiramente se não tem um papel útil no local; ▪ Colabore no que for necessário, mas não interfira no trabalho das equipas de socorro e de segurança; ▪ Os primeiros socorros mal prestados podem ocasionar lesões ou agravar as já existentes; ▪ Se não tiver preparação não mexa nas vítimas, a não ser que corram grave perigo se não o fizer (ex.: caso de incêndio, risco de queda ou esmagamento). 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Ações de informação em escolas ▪ Folhetos

Tabela 19. Tipo de informação a disponibilizar à população antes, durante e após a ocorrência de incêndios rurais

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE INCÊNDIOS RURAIS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIIS DE INFORMAÇÃO
AVISO DE INCÊNDIOS RURAIS	<p>Os incêndios rurais constituem uma fonte de perigo em termos materiais e ambientais graves e por vezes humanos. Existem muitas causas, no entanto muitos ocorrem por descuido humano.</p> <p>Face à previsão de elevada temperatura, muito vento e humidade reduzida deverá ser emitido o aviso de forma a abranger o maior número de pessoas possíveis.</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Sítio da Internet da ANEPC http://www.prociv.pt ▪ Sítio da Internet do ICNF http://www.icnf.pt/portal ▪ Jornais (nacionais e regionais)
AVISOS DE EVACUAÇÃO	<p>As autoridades só aconselham à evacuação em caso de existência de risco de vida.</p>	
Recomendações preventivas a fazer à população com medidas de autoproteção que devem ser adotadas ANTES DA OCORRÊNCIA DE UM INCÊNDIO RURAL	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Implementação do programa "Aldeia Segura, Pessoas Seguras", seguindo o guia de apoio da ANEPC, disponível online. ▪ Se vir lixo ou mato denso acumulado próximo de habitações avise as autoridades; ▪ Se morar junto a uma área florestal, limpe o mato à volta da sua habitação; ▪ Se morar junto a uma área florestal, guarde em lugar seguro e isolado, a lenha, o gasóleo e outros produtos inflamáveis; ▪ Se morar junto a uma área florestal, tenha sempre à mão algo que possa extinguir um foco de incêndio (extintor, mangueira, enxadas, pás); ▪ Não deite pela janela do automóvel cinzas ou pontas de cigarro; ▪ Proibido realizar queimadas e queima de sobranes nos espaços rurais durante o período crítico e desde que o índice de risco de incêndio seja superior ao nível elevado; ▪ Proibido o lançamento, durante o período crítico, de quaisquer tipos de foguetes. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Sítio da Internet da ANEPC http://www.prociv.pt ▪ Jornais (nacionais e regionais) ▪ Sítio da Internet do ICNF http://www.icnf.pt/portal ▪ Campanhas de sensibilização escolar junto da população juvenil.

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES, DURANTE E APÓS A OCORRÊNCIA DE INCÊNDIOS RURAIS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
<p>Informação básica a difundir DURANTE A OCORRÊNCIA DE UM INCÊNDIO RURAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se avistar o início de um incêndio florestal, ligue de imediato para o 112, 117 (número de emergência em caso de incêndios rurais) ou para os bombeiros da área; ▪ Se notar a presença de pessoas com comportamentos de risco, informe as autoridades ▪ Não prejudique a ação dos Bombeiros e siga as suas instruções; ▪ Retire a sua viatura dos caminhos de acesso ao incêndio; ▪ Se o incêndio estiver perto da sua casa corte o gás e a eletricidade; ▪ Se o incêndio estiver perto da sua casa molhe abundantemente as paredes e os arbustos que rodeiam a casa; ▪ Solte os animais, eles tratam de si próprios. ▪ Em caso de evacuação, ajude a sair as crianças, idosos e deficientes. ▪ Se ficar cercado por um incêndio, saia em direção contrária à do vento, cubra a cabeça e o resto do corpo com roupas molhadas e refugie-se numa zona com água ou com pouca vegetação. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Sítio da Internet da ANEPC http://www.procivil.pt ▪ Sítio da Internet do ICNF http://www.icnf.pt/portal ▪ Jornais (nacionais e regionais)
<p>Informação básica a difundir APÓS A OCORRÊNCIA DE UM INCÊNDIO RURAL</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Há o perigo de reacendimentos, impeça as crianças de brincar no local; ▪ Colabore com as autoridades sempre que lhe solicitarem ajuda nas operações de rescaldo e vigilância; ▪ Assegure-se de que a sua casa não está em risco de ruir. Tenha cuidado com fios elétricos expostos e outros perigos. ▪ Se houver evacuação regresse só quando os Bombeiros lhe disserem que o pode fazer. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Televisão (públicas e privadas) ▪ Rádios (nacionais, regionais e locais) ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Sítio da Internet da ANEPC http://www.procivil.pt ▪ Jornais (nacionais e regionais)

Tabela 20. Tipo de informação a disponibilizar à população antes e durante a ocorrência de epidemias

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE EPIDEMIAS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
AVISOS	Nas situações muito graves em que se verifique um elevado número de pessoas afectadas por algum tipo de doença infecto-contagiosa, deverá ser transmitido um aviso à população indicando os locais a evitar e os procedimentos a adoptar.	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Agentes de protecção civil
INFORMAÇÃO BÁSICA A DIFUNDIR	<p>EPIDEMIAS:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Caso tenha estado recentemente com alguém a quem foi diagnosticada uma doença contagiosa contacte de imediato os serviços de saúde e cumpra as indicações que lhe forem dadas; ▪ Cumpra as normas e orientações definidas pelas autoridades de saúde; ▪ Caso tenha estado recentemente num país estrangeiro afectado por uma determinada epidemia e apresente sintomas semelhantes às doenças em causa, contacte de imediato os serviços de saúde e cumpra as indicações que lhe forem dadas. <p>ORIENTAÇÕES SOBRE CUIDADOS COM ALIMENTOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Mantenha a temperatura do frigorífico em torno dos 10°C. Isto irá retardar o crescimento das bactérias - o crescimento bacteriano ocorre muito rapidamente entre 16 e 45°C, e mais lentamente entre 5 e 15°C; ▪ O congelamento de alimentos não mata as bactérias, apenas retarda o seu crescimento. A temperatura ideal a manter no congelador é de -12 a -15°C; ▪ Não deixe alimentos congelados degelarem por si. As bactérias podem multiplicar-se na superfície externa de alimentos como carne ou peixe, antes mesmo que a parte interna do alimento esteja descongelada. Assim, aconselha-se a que se descongelem os alimentos no forno microondas ou que sob água corrente; ▪ Mantenha os alimentos como peixes, carnes, ovos e lactínios no frigorífico até ao momento de confeccioná-los. A permanência de alimentos fora do congelador, nos períodos de verão, apresenta o risco de possibilitar o desenvolvimento da bactéria Salmonela, causadora de infecções gastrointestinais; ▪ Em caso de dúvida sobre a qualidade do alimento não o coma!; 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Acções de informação em escolas ▪ Folhetos

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE EPIDEMIAS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
INFORMAÇÃO BÁSICA A DIFUNDIR (cont.)	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Os alimentos que sobram de uma refeição devem ser congelados imediatamente, para consumo posterior, ou serem depositados no lixo. Caso sejam guardados, deve-se procurar remover os acompanhamentos (como molhos), tapá-los e congelar imediatamente. Antes de servir novamente estes alimentos, eles devem ser aquecidos a pelo menos a 70°C; ▪ As ostras e crustáceos devem ser bem cozidos - podem conter, por exemplo, vírus causadores da hepatite, ou bactérias causadoras de intoxicação alimentar. <p>CUIDADOS AO SERVIR OS ALIMENTOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Sirva os alimentos (principalmente carnes e peixes) imediatamente após o cozimento - não aguarde mais de 2 horas para servir o alimento. Nas cantinas, os alimentos frios devem ser colocados a temperaturas próximas de zero graus e os pratos quentes devem ser mantidos aquecidos acima de 60 graus centígrados; ▪ Os utensílios usados devem ser lavados cuidadosamente antes de receberem novas porções, mesmo que seja do mesmo alimento. Todas as frutas e outros vegetais devem ser cuidadosamente lavados – as saladas que não forem lavadas podem ser causadoras de infecções; ▪ Ao preparar bolos, não experimente ou consuma a massa crua antes do cozimento - ovos crus podem ser causa de contaminação; ▪ Cuidado com a água que você consome - na dúvida, beba apenas água engarrafada; ▪ Lave as mãos e utensílios de cozinha antes de preparar os alimentos. As facas utilizadas no corte de peixes ou carnes devem ser lavadas com água quente e detergente, antes de se iniciar o processo de confecção. ▪ Coloque as esponjas de cozinha no forno de microondas por 30 a 60 segundos, ou use agentes anti-bacterianos na sua limpeza - isto ajuda a manter a cozinha livre das bactérias; ▪ Alimentos confeccionados em caravanas ou barracas de praia são sempre arriscados, principalmente quando não se pode avaliar as condições de higiene na sua confecção. Além disso, os vendedores ambulantes de praia, com alimentos confidos em recipientes não refrigerados poderão encontrar-se contaminados devido ao tempo de exposição ao calor; 	

INFORMAÇÃO A DISPONIBILIZAR À POPULAÇÃO ANTES E DURANTE A OCORRÊNCIA DE EPIDEMIAS		
TIPO DE INFORMAÇÃO	DESCRIÇÃO	CANAIS DE INFORMAÇÃO
INFORMAÇÃO BÁSICA A DIFUNDIR (cont.)	<p>AS PRINCIPAIS CAUSAS DE INTOXICAÇÃO ALIMENTAR:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Bacteriana: As principais causas são as bactérias <i>Salmonela</i> ou <i>Estafilococcus</i>. Podem ser originadas na confecção dos alimentos ou ter origem na sua degradação; ▪ Viral: Não é frequente. Alguns vírus podem levar a intoxicação alimentar. A hepatite pode ser transmitida por copos ou utensílios que não foram lavados adequadamente; ▪ Toxinas químicas: Algumas toxinas encontradas em determinados alimentos, como cogumelos, podem ser causadores de intoxicações químicas; ▪ Caso se sinta indisposto; ▪ Caso tenha comido numas instalações onde se registaram casos de intoxicação alimentar e se sinta mal disposto e com náuseas, deverá de imediato dirigir-se para o centro de saúde ou unidade hospitalar mais próximo; ▪ Se se sentir indisposto, caso os sintomas sejam muito intensos ou demorem mais de três dias a passar, deverá deslocar-se para a unidade de saúde mais próxima; ▪ Em crianças e idosos, ao aparecimento dos primeiros sintomas de intoxicação alimentar deverá de imediato proceder-se ao seu transporte até à unidade de saúde mais próxima. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Rádios locais ▪ Sítio da Internet da CMC https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home ▪ Acções de informação em escolas ▪ Folhetos

Nota: Aquando da ocorrência de epidemias deverão ser ativados e implementados os Planos de Contingência, procedendo-se a revisões e atualizações sempre que necessário.

3.4 Outros Modelos

Seguidamente apresentam-se diversos exemplos de outros modelos que pretendem facilitar as ações de operacionalização do PMPECC, nomeadamente:

- Modelo de Declaração da Situação de Alerta⁴ (**Modelo 7**):

O modelo proposto pretende facilitar a comunicação de uma eventual declaração da situação de alerta, sistematizando os conteúdos inerentes à mesma, traduzindo o reconhecimento de, face à ocorrência ou iminência de um acidente grave ou catástrofe, ser necessário adotar medidas preventivas e/ ou medidas especiais de redação.

- Modelo de Relatório de Execução das Medidas de Operacionalização do PMEPC (**Modelo 8**):

O Relatório de Execução das Medidas de Operacionalização do PMEPC, previsto no n.º 6, do artigo 8.º do anexo da Resolução n.º 30/2015, de 7 de maio, deve apresentar o grau de execução das ações que foram desenvolvidas no âmbito do programa de medidas a implementar para a prevenção e mitigação dos riscos identificados e para a garantia da operacionalidade do plano, tal como contam do Anexo III do PMEPC.

- Modelo de Ficha Técnica Resumo do PMEPC (**Modelo 9**):

A Ficha Técnica Resumo visa apresentar os principais conteúdos do PMEPC.

- Modelo de Relatório de Consulta Pública (**Modelo 10**):

O Relatório de Consulta Pública, previsto no n.º 9, do artigo 7.º do anexo da Resolução n.º 30/3015, de 7 de maio, a executar pela entidade responsável pela elaboração do plano, deverá integrar as observações aplicáveis, no qual se explicita o período durante o qual a mesma decorreu, os meios utilizados, os contributos recolhidos e a sua incorporação.

- Modelo de publicação da aprovação em Diário da República (**Modelo 11**):

O presente modelo visa apresentar uma proposta de redação da declaração de aprovação do PMEPC para publicação em Diário da República pela entidade que determinou a sua aprovação.

⁴ O conteúdo do presente modelo pode também ser adaptado ao de uma declaração de situação de contingência ou de calamidade, com as devidas alterações decorrentes da lei.

Modelo 7. Declaração da Situação de Alerta

CÂMARA MUNICIPAL DE CANTANHEDE

DESPACHO N.º _____

DATA: ____/____/____ Hora ____:____

**DECLARAÇÃO DE SITUAÇÃO DE ALERTA****1. Natureza do evento**

Na sequência da ocorrência/ da iminência *(indicar a opção adequada)* de _____
(indicar a situação de acidente grave ou catástrofe) causando/ podendo causar *(indicar a opção adequada)*

(indicar as consequências), é declaração a situação de alerta, por _____ *(indicar a entidade que emite a declaração)*, nos termos do disposto no n.º ____ do artigo 13.º da Lei de Bases da Proteção Civil⁵.

2. Âmbito territorial e temporal

A presente declaração da situação de alerta tem uma abrangência territorial de _____ *(ha; km²)*,
correspondendo a _____ *(indicar a área de abrangência)*, e produz
efeitos imediatos, sendo válida por um período estimado de _____ *(indicar o número)* dias a contar da data
de assinatura, sem prejuízo de prorrogação na medida do que a evolução da situação concreta do
justificar.

3. Acionamento da Comissão Municipal de Proteção Civil

Para os efeitos do disposto no n.º 3, do artigo 14.º da Lei de Bases da Proteção Civil, é/foi *(indicar a opção adequada)* acionada a Comissão Municipal de Proteção Civil (CMPC) de Cantanhede, para reunião extraordinária, tendo em vista, nomeadamente proceder à coordenação institucional das ações a desenvolver, assegurando a articulação de todos os agentes, entidades e instituições envolvidas nas operações de proteção e socorro. O CCOM recorrerá aos meios disponíveis e previstos no PMEPC.

4. Acionamento do Centro de Coordenação Operacional Municipal

⁵ Lei n.º 27/2006, de 3 de julho, com as alterações introduzidas pela Lei Orgânica n.º 1/2011, de 30 de novembro e pela Lei n.º 80/2015, de 3 de agosto, que a republicou).

Para os efeitos do disposto no n.º 2, do artigo 14.º da Lei de Bases da Proteção Civil, é/foi *(indicar a opção adequada)* acionado o Centro de Coordenação Operacional Municipal de Cantanhede, para reunião extraordinária, tendo em vista, nomeadamente proceder à coordenação institucional das ações a desenvolver, assegurando a articulação de todos os agentes, entidades e instituições envolvidas nas operações de proteção e socorro. O CCOM recorrerá aos meios disponíveis e previstos no PMEPC.

5. Medidas a adotar

Os procedimentos a utilizar para a coordenação técnica e operacional dos serviços e agentes de proteção civil, bem como dos recursos a utilizar, são dos previstos no PMEPC, o qual define também os procedimentos de coordenação da intervenção.

I. Medidas preventivas e/ou especiais de reação:

Sem prejuízo do disposto no PMEPC, adotam-se, ainda, as seguintes medidas preventivas e/ou medidas especiais de reação: *(indicar quais as medidas/ procedimentos a implementar, especificando, caso se entenda útil, as entidades responsáveis pelas mesmas)*

-
-

II. Avisos à população: *(indicar, caso se considere necessário, as principais mensagens a difundir à população (ter por base a informação associada aos modelos de comunicados)*

-
-

III. Meios de divulgação dos avisos

Os avisos à população serão efetuados seguindo os procedimentos e meios previstos no PMEPC.

6. Elaboração de Relatórios

O CCOM de Cantanhede, deverá elaborar Relatórios Diários de Situação (REDIS) sobre o grau de implementação das medidas preventivas e/ou especiais de reação. O relatório segue o modelo previsto no PMEPC.

7. Deveres de colaboração

Nos termos do n.º 1, do artigo 11.º, da Lei de Bases da Proteção Civil, todos os cidadãos e demais entidades privadas estão obrigados, na área abrangida pela presente declaração, a prestar às autoridades de proteção civil, a colaboração pessoal que lhes for requerida, respeitando as ordens e orientações que lhes forem dirigidas e correspondendo às respetivas solicitações.

A desobediência e resistência às ordens legítimas das entidades competentes, quando praticadas na vigência e no âmbito da presente situação de alerta, são sancionadas nos termos da lei penal e as respetivas penas são sempre agravadas em um terço, nos seus limites mínimo e máximo.

8. Deveres de colaboração

Nos termos do n.º 4, do artigo 14.º, da Lei de Bases da Proteção Civil, a presente declaração da situação de alerta determina a obrigação especial de colaboração dos meios de comunicação social, em particular das rádios e das televisões com o CCOM e com a CMPC, visando a divulgação de informações relevantes relativas à situação.

9. Publicação

A presente declaração é divulgada publicamente na página da internet (<https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home>) e em _____.

Cantanhede, ____ de _____ de _____

(Presidente da Câmara Municipal de Cantanhede)

Modelo 8. Relatório de Execução das Medidas de Operacionalização



**RELATÓRIO DE EXECUÇÃO DAS
MEDIDAS DE OPERACIONALIZAÇÃO**

N.º ____

Informação válida em: (data / hora)

RESERVADO

1. Enquadramento

O Plano Municipal de Emergência de Proteção Civil de Cantanhede foi aprovado pela _____ (indicar a legislação onde foi publicada a aprovação do plano) e foi elaborado de acordo com as diretivas da Comissão Nacional de Proteção Civil relativas à definição dos critérios e normas técnicas sobre a elaboração de planos de emergência.

A análise das ações desenvolvidas para a sua operacionalização decorre no período de _____ (indicar o período de vigência do plano), que corresponde ao período de vigência do referido plano.

2. Análise do grau de execução das ações

No âmbito do programa previsto para a operacionalização do plano, importa aferir o grau de execução das medidas aí preconizadas. A tabela infra apresenta a lista das ações executadas(não executadas referentes às atividades de operacionalização do plano previamente previstas.

AÇÃO PREVISTA	ESTADO	
	EXECUTADA	NÃO EXECUTADA
AÇÕES DE SENSIBILIZAÇÃO E INFORMAÇÃO		

AÇÕES DE ARTICULAÇÃO, IDENTIFICAÇÃO E TIPIFICAÇÃO		
AÇÕES DE ATUALIZAÇÃO DE CONTEÚDOS		
AÇÕES DE REALIZAÇÃO DE SIMULACROS E EXERCÍCIOS		

3. Conclusões

As ações analisadas alcançaram/ não alcançaram (*eliminar o que não interessa*) os objetivos propostos no programa de medidas para a operacionalização do plano. De todas as ações previstas cerca de ___% (*indicar %*) conseguiram ser desenvolvidas com sucesso e no tempo previsto, não tendo sido possível executar cerca de ___% (*indicar %*), devido a _____ (*indicar as razões*). No entanto, estima-se que as ações não executadas sejam desenvolvidas em _____ (*indicar data*).

4. Anexos

(*Indicar elementos ilustrativos das ações realizadas, como por exemplo, relatório, imagens, notícias*).

Modelo 9. Ficha Técnica Resumo



FICHA TÉCNICA RESUMO

PLANO MUNICIPAL DE EMERGÊNCIA DE PROTEÇÃO CIVIL DE CANTANHEDE			
ÂMBITO	Municipal	TIPO	Geral
CONCELHO		DISTRITO	
ATO DE APROVAÇÃO: _____ / ____ de _____ de 20__			
APROVADO POR	_____ (anos)	PRÓXIMA REVISÃO	___/___/___

1. CRITÉRIOS DE ATIVAÇÃO (pág. ____)
<i>(indicar quais os critérios)</i>

2. ZONAS DE INTERVENÇÃO E DE RELEVÂNCIA OPERACIONAL			
	LOCALIZAÇÃO <i>(indicar qual a designação do local)</i>	COORDENADAS (WGS84)	
		LATITUDE	LONGITUDE
PE (pág. ____)			
ZCR (pág. ____)			
ZRR (pág. ____)			

ZCAP (pág. ____)			
ZRnM (pág. ____)			
NecPro (pág. ____)			

3. EQUIPAS				
	N.º ELEMENTOS <i>(indicar n.º de elementos que compõem as equipas)</i>	COMPOSIÇÃO <i>(indicar quais as entidades que compõem as equipas)</i>	ACIONAMENTO <i>(indicar quem tem competência para acionar as equipas)</i>	EQUIPAMENTO <i>(indicar qual o equipamento que as equipas dispõem)</i>
ERAS (pág. ____)				
EAT (pág. ____)				
EAPS (pág. ____)				
ERAVmrp (pág. ____)				

4. Comunicados				
ÓRGÃO DE COMUNICAÇÃO SOCIAL	RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO	<i>(indicar o responsável)</i>	PERIODICIDADE	____h____min
POPULAÇÃO	RESPONSÁVEL PELA ELABORAÇÃO	<i>(indicar o responsável)</i>	PERIODICIDADE	____h____min

5. POSIT			
RESPONSÁVEL	<i>(indicar o responsável)</i>	HORA	____h____min

Modelo 10. Relatório de Consulta Pública



RELATÓRIO DE CONSULTA PÚBLICA

1. Enquadramento

Os Planos Municipais de Emergência de Proteção Civil são documentos formais nos quais as autoridades de Proteção Civil definem as orientações relativamente ao modo de atuação dos vários organismos, serviços e estruturas a empenhar em operações de proteção civil. Tratando-se de documentos que visam também informar e responsabilizar os cidadãos, enquanto primeiros agentes de proteção civil, a elaboração de planos de emergência pressupõe um elevado grau de participação da sociedade civil, consagrado legislativamente pela obrigatoriedade de realização de uma fase de consulta pública das componentes não reservadas dos planos.

Neste contexto, o Plano de Emergência Municipal de Proteção Civil de Cantanhede foi alvo de uma consulta pública, cujo relatório agora se apresenta.

2. Consulta pública

A consulta pública do Plano Municipal de Emergência de Proteção Civil de Cantanhede (componentes não reservadas) decorreu entre _____ e _____, tendo o Plano sido disponibilizado na página da internet da Câmara Municipal (<https://www.cm-cantanhede.pt/mcsite/home>) e em _____.

3. Contributos recolhidos

Durante o período de consulta pública, foram rececionados ____ contributos (___ de entidades coletivas e ___ de personalidade individuais), os quais se indicam na tabela seguinte a qual traduz a análise realizada aos contributos e descreve, quando aplicável, a respetiva forma de tomada de consideração.

I. Entidades:

ENTIDADE	CONTRIBUTO	CONSIDERADO	NÃO CONSIDERADO <i>(justificar)</i>

II. Personalidades individuais:

PERSONALIDADE INDIVIDUAL	CONTRIBUTO	CONSIDERADO	NÃO CONSIDERADO <i>(justificar)</i>

4. Conclusão

A consulta pública do Plano Municipal de Emergência de Proteção Civil de Cantanhede traduziu-se num reduzido/ considerável *(eliminar o que não interessa)* número de sugestões apresentadas, as quais vieram possibilitar uma melhor adequação do documento em apreço.

Cantanhede ____ de _____ de 20__

Anexos

(anexar os contributos rececionados das entidades/ personalidades individuais)

Modelo 11. Publicação de aprovação em Diário da República

PLANO MUNICIPAL DE EMERGÊNCIA DE PROTEÇÃO CIVIL (PMEPC)

_____, Presidente da Câmara Municipal de Cantanhede, torna público, para efeitos do disposto no n.º 11 do artigo 7.º do anexo da Resolução n.º 30/2015, de 7 de maio, da Comissão Nacional de Proteção Civil, que, por deliberação da Assembleia Municipal de Cantanhede, realizada em _____ (data), foi aprovado o Plano Municipal de Emergência de Proteção Civil de Cantanhede, nos termos do n.º ____ do artigo _____ da (indicar norma habilitante), estando vigente pelo período de ____ anos (indicar período de vigência).

O Plano Municipal de Emergência de Proteção Civil de Cantanhede entrará em vigor no 1º dia útil seguinte ao da sua publicação, de acordo com o previsto no n.º 12 do artigo 7.º do anexo da citada Resolução n.º 30/2015, de 7 de maio.

4. LISTA DE DISTRIBUIÇÃO

Com o objetivo de assegurar a devida distribuição do Plano, na Tabela 21 identificam-se as entidades a quem será disponibilizado o PMEPC (componentes públicas e reservadas), designadamente, as entidades integrantes da Comissão Municipal de Proteção Civil. A disponibilização pública das componentes do Plano não reservadas será assegurada através de suportes de tecnologia de informação e comunicação, em particular, através da página da internet da CMC e do Sistema de Informação de Planeamento de Emergência da ANEPC.

Tabela 21. Lista de distribuição do PMEPC de Cantanhede

LISTA DE DISTRIBUIÇÃO DO PMEPC
SERVIÇOS DE PROTEÇÃO CIVIL
Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil (ANEPC)
ANEPC – Comando Sub-regional de Emergência e Proteção Civil da Região de Coimbra (CSEPC)
Câmara Municipal de Cantanhede / SMPC
COMISSÃO MUNICIPAL DE PROTEÇÃO CIVIL
Altice Portugal;
Agrupamentos de Centros de Saúde do Baixo Mondego
Autoridade de Saúde do Município – Centro de Saúde de Cantanhede
Autoridade sanitária veterinária municipal
Capitania do Porto de da Figueira da Foz
Corpo de Bombeiros de Voluntários de Cantanhede
Departamento Administrativo e Financeiro da CMC
Departamento de Desenvolvimento Económico e Social da CMC
Departamento de Obras da CMC
Departamento de Urbanismo da CMC

LISTA DE DISTRIBUIÇÃO DO PMEPC

E-REDES – Distribuição de Eletricidade, S.A

Guarda Nacional Republicana – Destacamento Territorial de Cantanhede

Hospital Arcebispo João Crisóstomo

Infraestruturas de Portugal, S.A. – Gestão Regional de Viseu e Coimbra

Instituto de Segurança Social, I.P – Serviço Local de Cantanhede

INEM – Delegação Regional do Centro

INOVA - Empresa de Desenvolvimento Económico e Social de Cantanhede

Rede Electrica Nacional

Representante das Juntas de Freguesia

AGENTES DE PROTEÇÃO CIVIL⁶

Autoridade Nacional da Aviação Civil (ANAC)

Cruz Vermelha Portuguesa (CVP) – Delegação de Coimbra

Forças Armadas

Polícia de Segurança Pública

Sapadores Florestais

ORGANISMOS E ENTIDADES DE APOIO

Agência Portuguesa do Ambiente (APA)

Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários

Autoridade Nacional de Comunicações (ANACOM)

Cáritas Diocesana de Coimbra

Comissão de Coordenação de Desenvolvimento Regional do Centro (CCDRC)

⁶ Não incluídos na Comissão Municipal de Proteção Civil.

LISTA DE DISTRIBUIÇÃO DO PMEPC

Concessionários de Autoestradas

Corpo Nacional de Escutas (Agrupamento 382)

Direção Geral dos Estabelecimentos Escolares – Direção de Serviços da Região do Centro e Agrupamento de Escolas

Empresas de Comunicações

Empresas de Construção Civil

Empresas de Segurança Privada

Empresas de Transporte Rodoviário

Entidades Gestoras de Sistemas de Distribuição de Gás/ Combustíveis

Escuteiros – CNE Agr. 1390 da Tocha

Escuteiros - CNE Agr. 1192 de Febres

Inspeção-Geral da Agricultura, do Mar, do Ambiente e do Ordenamento do Território (IGAMAOT)

Instituto da Conservação da Natureza e das Florestas (ICNF)

Instituto da Mobilidade e dos Transportes (IMT) – Direção Regional de Mobilidade e Transportes de Coimbra

Instituto de Registos e Notariado

Instituto Nacional de Medicina Legal e Ciências Forenses (INMLCF), I.P. – Delegação do Centro

Instituto Português do Mar e da Atmosfera, I.P. (IPMA)

Laboratório Nacional de Engenharia Civil (LNEC)

Ministério Público

Organizações de Carácter Social – Cáritas Portuguesa e Instituições Particulares de Solidariedade Social

Organizações de Radioamadores

Orgãos de Comunicação Social

Outras Organizações Não Governamentais (ONG)

LISTA DE DISTRIBUIÇÃO DO PMEPC

Organizações de Voluntariado de Proteção Civil

Polícia Judiciária

Prestadores de Serviços Postais

Prestadores do Serviço Universal de Comunicações Eletrónicas e do Serviço Postal Universal

Serviço de Estrangeiros e Fronteiras