

INSTRUÇÕES GERAIS DE SEGURANÇA

Em caso de INCÊNDIO

- **Mantém a calma**, não grites nem corras;
- **Comunica imediatamente** aos professores ou empregados a ocorrência;
- Se possível ataca o incêndio com os meios ao teu alcance, **sem correr riscos inúteis**;
- Se não conseguires apagar o fogo abandona o local seguindo a sinalização de segurança;
- Se o fogo se prender às tuas roupas, não corras. Atira-te para o solo e rola sobre ti próprio;
- Se ouvires uma explosão, atira-te para o solo e protege a nuca com os braços;
- Perante o fumo, protege a boca e o nariz com um pano. Caminha agachado. Junto ao solo há menos fumo;
- Se o fumo te impedir a fuga, anuncia a tua presença e aguarda socorro

Em caso de SISMO

- Refugia-te junto de pilares, sob vigas e vergas de portas ou junto de uma parede interior, ajoelha-te, coloca a cabeça junto aos joelhos, aperta as mãos firmemente por trás do pescoço e protege os lados da cabeça com os cotovelos.
- Não deves tentar sair do edifício;
- Não deves tentar sair pelas janelas;
- Deves afastar-te de janelas e painéis de vidro;
- Deves afastar-te de armários, prateleiras, objectos pesados e outro mobiliário que possa cair;
- Na sala de aulas, os alunos e os professores devem refugiar-se debaixo das carteiras, agarrar uma perna das mesas e proteger a cabeça e os olhos pressionando a cara contra os braços;
- Os alunos devem aguardar com calma que o seu professor lhes dê instruções.

Em caso de EVACUAÇÃO

SE OUVIRES O SINAL DE ALARME

dado por 3 toques de campainha (de Alarme) interrompidos por pausas

- Encaminha-te calma e ordenadamente para as saídas, seguindo os sinais de segurança e as instruções do teu professor e/ou funcionários no sector, auxiliando os mais novos.
- Sai ordenadamente atrás do chefe de fila (delegado ou sub-delegado)
- Não te preocupes com o material escolar. Deixa-o sobre as carteiras.
- O professor será o último a sair da sala, fechando a porta.
- Segue os sinais de saída em silêncio. Não corras.
- Desce as escadas encostado à parede. Não voltes atrás.
- Não pares na porta de saída. Esta deve estar livre.
- Dirige-te para o local que o teu professor e/ou funcionários indicar (ponto de Encontro), para se apurar que não falta ninguém.



À ATENÇÃO

PREVENÇÃO