



JÁ TEM... 1 PLANO FAMILIAR de EMERGÊNCIA? PARA SITUAÇÕES DE CATÁSTROFE!

Elabore um plano para proteger a sua família!

O **Plano Familiar de Emergência** (PFE) é um documento que agrega um conjunto de medidas com o objetivo de prever, planear e preparar os **membros do seu agregado familiar** para situações de acidente grave ou catástrofe.

Documentação

- Coloque no **PFE** os dados identificativos dos membros do agregado, incluindo dos animais de companhia.
- Forneça cópias dos documentos a familiares, para serem guardados nas suas casas.
- Elabore uma lista dos contactos dos serviços de emergência e dos seus familiares e amigos.



Pontos de encontro

- Defina e dê a conhecer os locais mais seguros, no interior e no exterior da habitação.
- Comunique aos seus familiares e amigos os pontos de encontro, definidos na envolvente da habitação.
- Conheça os locais de abrigo, refúgio e pontos de encontro definidos localmente.



Vias de Evacuação

- Reconheça periodicamente as vias de evacuação a utilizar na sua zona residencial.
- Defina uma ou mais vias possíveis de evacuação atendendo a eventuais constrangimentos.
- Reforce a importância de se seguir as instruções das autoridades.



Riscos

- Identifique os riscos existentes na sua habitação e no espaço envolvente.
- Conheça os riscos existentes na sua localidade.
- Considere os riscos previsíveis em situação de catástrofe (p.ex.: sismos, inundações, incêndios rurais e urbanos).



Autoproteção

- Adote as melhores práticas de acordo com o tipo de acidente grave ou catástrofe, conhecendo, previamente, **o que deve fazer Antes, Durante e Depois**.
- Sensibilize o seu agregado familiar para minimizar os perigos dentro da habitação (desligar quadro elétrico e fecho de torneiras de segurança do gás e da água).
- Pratique com regularidade exercícios de evacuação com o seu agregado familiar.



ATENÇÃO

- Elabore o seu **Plano Familiar de Emergência**, com a ajuda do seu agregado familiar e coloque-o em **local acessível**.
- Adapte o **PFE** à realidade e à composição do Agregado Familiar.
- Prepare os **kits de emergência** da sua família (p.ex.: Primeiros socorros, Animais de companhia, Veículo).
- **Ative** e coloque em **prática, com calma**, o seu Plano Familiar de Emergência perante uma **catástrofe**.



a saber... **fazer!**

