






# 3 O QUE FAZER NESTE CASO?


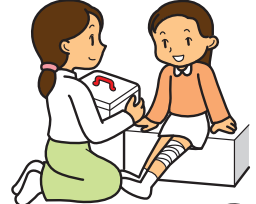



## 1. TERREMOTO (Como proceder quando ocorrer repentinamente)

O tempo de tremor da placa tectônica é de 1 a 2 minutos.

### 5 regras para quando ocorrer terremoto

- 1** Primeiramente, proteja-se  

- 2** Desligue o gás rapidamente  

- 3** Abra a porta para garantir o acesso  

- 4** Não saia precipitadamente para fora  

- 5** Se ocorrer incêndio, procurar apagar o fogo  


### 5 regras para o pós-terremoto

- 1** Obtenha informações corretas, sem acreditar nos rumores  

- 2** Prestar socorros mutuamente  

- 3** Buscar refúgio a pé com o mínimo de pertences  

- 4** Não chegue perto de becos, ruas com muros, encostas ou margens de rio  

- 5** Atenção com o deslizamentos de terra das encostas, desmoronamento da montanha e ou inundação  


## 2. REGRAS PARA O REFÚGIO

### Atenção em 9 itens no momento de refúgio

- 1** Cuidado com a queda de objetos, muros de blocos, máquinas de vendas automáticas.  

- 2** Refugie-se a pé. Não utilize o carro.  

- 3** Deixe um recado na casa escrevendo o local do refúgio, informação sobre o estado de saúde.  

- 4** Proceda de maneira determinada quanto à proteção das crianças que frequentam a escola.  

- 5** Antes de se refugiar, certifique-se da precaução contra o incêndio.  

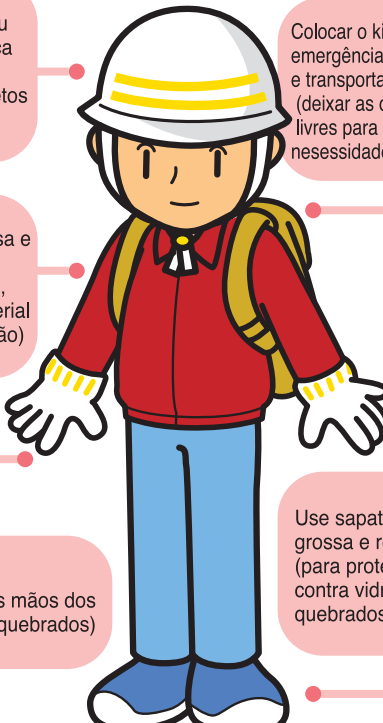
- 6** Desligar o registro geral de luz, gás e de água.  

- 7** Vista uma roupa adequada (consulte a figura abaixo) Não esqueça de proteger a cabeça, as mãos e os pés.  

- 8** Dê atenção aos idosos e as crianças, segurando bem as mãos.  

- 9** Fazer o possível de se refugiar em grupo até o local de abrigo.  


### Vestuário adequados para se refugiar

- 
- Utilizar capacete ou capuz de segurança (para proteger a cabeça contra objetos em queda)
  - Colocar o kit de emergência na mochila e transportar nas costas. (deixar as duas mãos livres para outras necessidades)
  - Vestir a roupa, blusa e calça comprida. (roupa de algodão, que é feito de material de pouca combustão)
  - Usar luvas. (para proteger as mãos dos cacos de vidros quebrados)
  - Use sapatos de sola grossa e resistente. (para proteger os pés contra vidros quebrados)