



Agora é Contigo!!!

O Teu Primeiro Livro de Protecção Civil

Escrito e ilustrado por:

Ana Ferreira Rodrigues

Introdução:

- Olá! Nós somos da Equipa da Protecção Civil e queremos apresentar-te um livro muito especial.

Nele vais conhecer três personagens que te vão ensinar a viver em segurança na escola, em casa e na natureza:

- *O Infante* – um menino bombeiro perito em segurança e que só é visto pelas crianças;
- *a Maria* – uma menina da tua idade;
- *o Vasco* – irmão da Maria que a acompanha em todas as aventuras.





- Podes seguir a história destes personagens em quatro capítulos distintos:

Capítulo 1: E se houver um Incêndio na tua Escola?

Capítulo 2: Como Evitar os Incêndios Florestaís

Capítulo 3: O que Fazer em Caso de Sismo

Capítulo 4: Como Prevenir os Acidentes Domésticos com Crianças



Capítulo 1

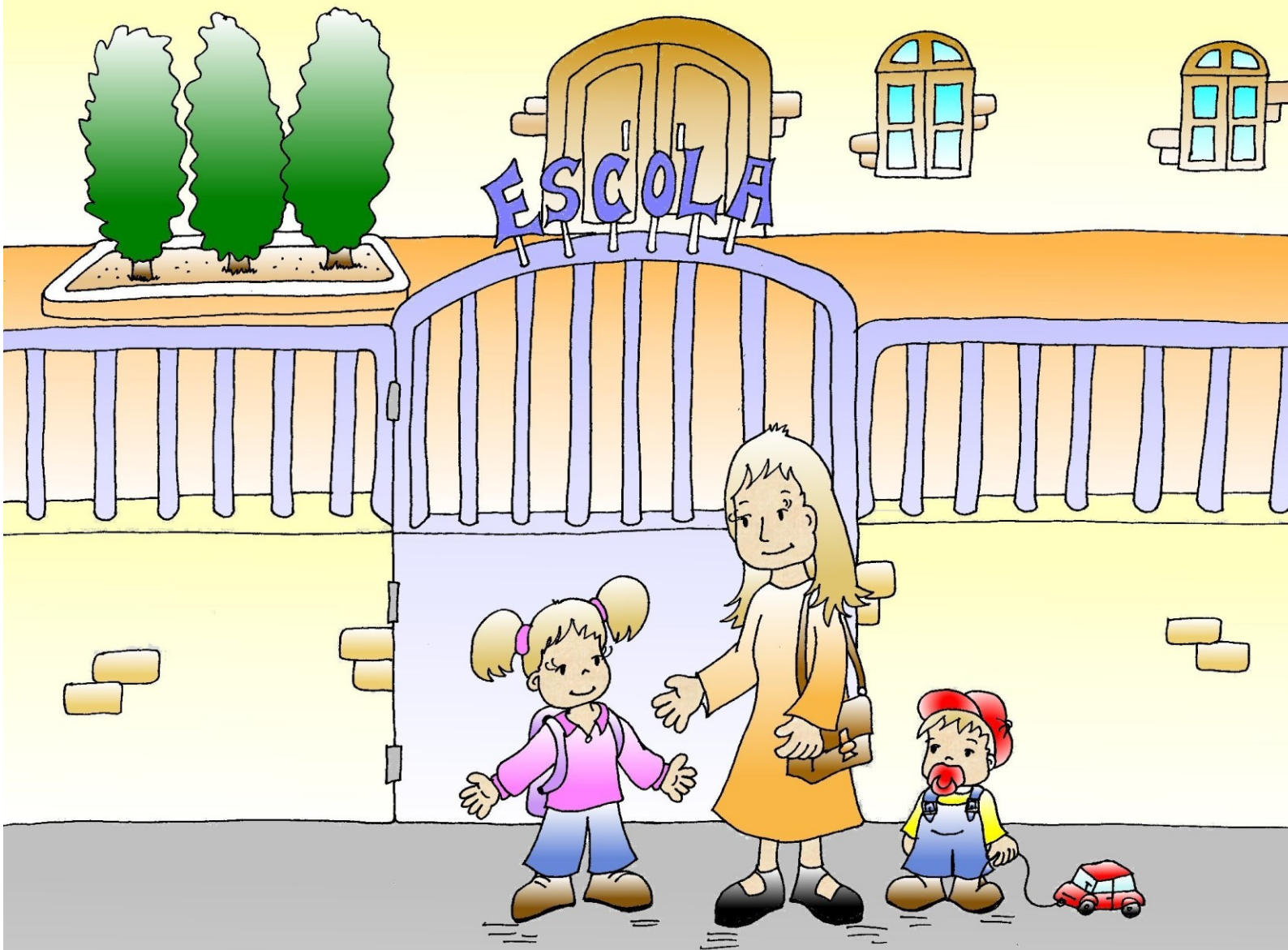
E se houver um Incêndio na tua Escola?



- Sabes o que fazer se houver um Incêndio na tua Escola? Presta atenção à história deste capítulo e aprende com a Maria e o Infante.



E se houver um
Incêndio na tua Escola?



Ao final da tarde, a mãe da Maria é quem a vem buscar na companhia do seu irmãozinho bebê. De regresso a casa a Maria conta as suas aventuras do dia e todos se divertem imenso. Mas o relato da aventura de hoje deixou a Mãe completamente surpresa.

- Olá Mãe! – saudou a Maria alegremente. – Nem sabes o que me aconteceu hoje!?

- Olá Maria – responde a mãe -, pelo teu entusiasmo parece ter sido algo fantástico, mal posso esperar para me contares tudo.

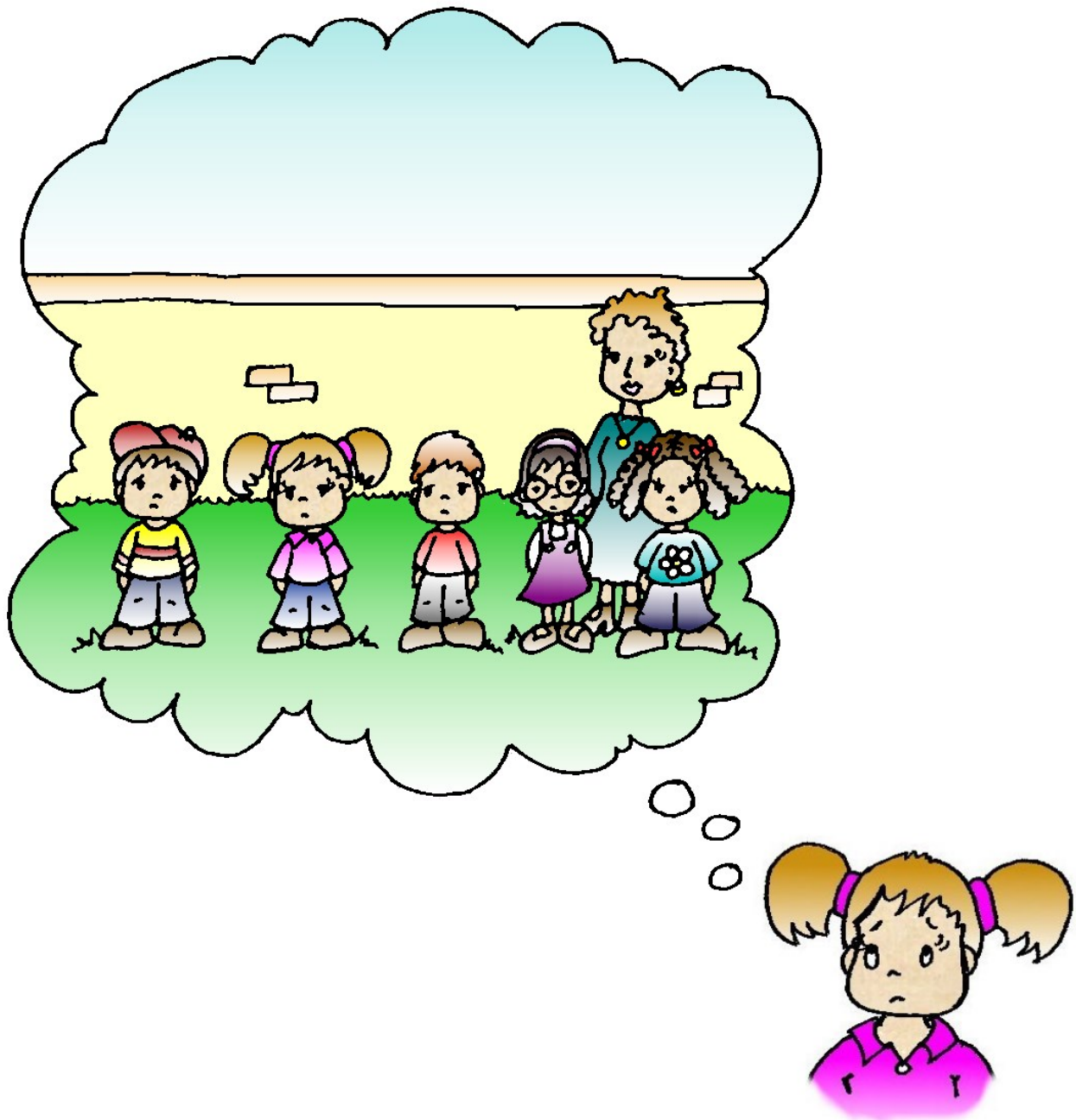
- Então aqui vai mãe – começa a Maria.



- Estava a ser um dia de escola normal, quando de repente toca a campainha. Mas não era hora do recreio, nem da saída. A campainha também não tocou como é habitual. Era o sinal sonoro indicador de incêndio – conta a Maria. – Fiquei um bocadinho assustada, mas sabia o que devia fazer. A minha professora já nos tinha ensinado como agir em caso de incêndio.



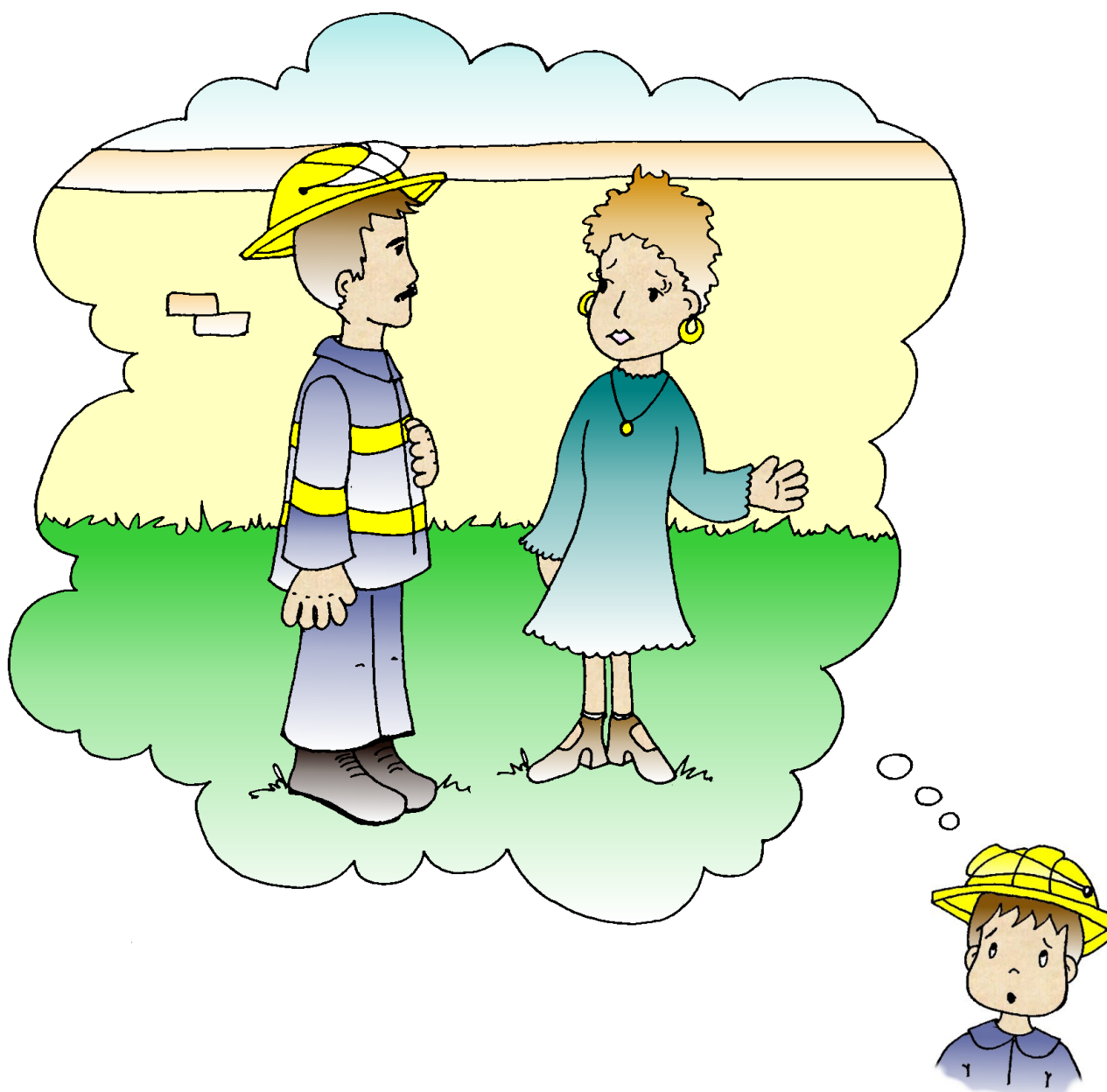
- Eu e os meus colegas saímos da sala em fila. Não saímos a correr nem aos encontrões. Caminhámos o mais depressa que conseguimos, seguindo sempre as indicações da professora... e claro que para podermos ser rápidos tivemos que deixar para traz todo o nosso material escolar – continua a Maria.



- Fomos até ao “ponto de encontro” das emergências. Pelo menos é assim que a nossa professora lhe chama. Fica no campo de jogos da escola. Todos os outros meninos e meninas, das outras turmas, se juntaram a nós com os seus professores.

- Estávamos lá há alguns minutos quando o meu colega Diogo se lembrou que tinha deixado a sua caneta da sorte na sala – continua a Maria. – Entretanto a Filipa ficou com vontade de ir à casa de banho e eu pensei que era melhor voltar atrás só para apanhar o meu telemóvel. Mas fomos detidos pelo Infante. Um menino bombeiro perito em segurança e que só é visto pelas crianças.

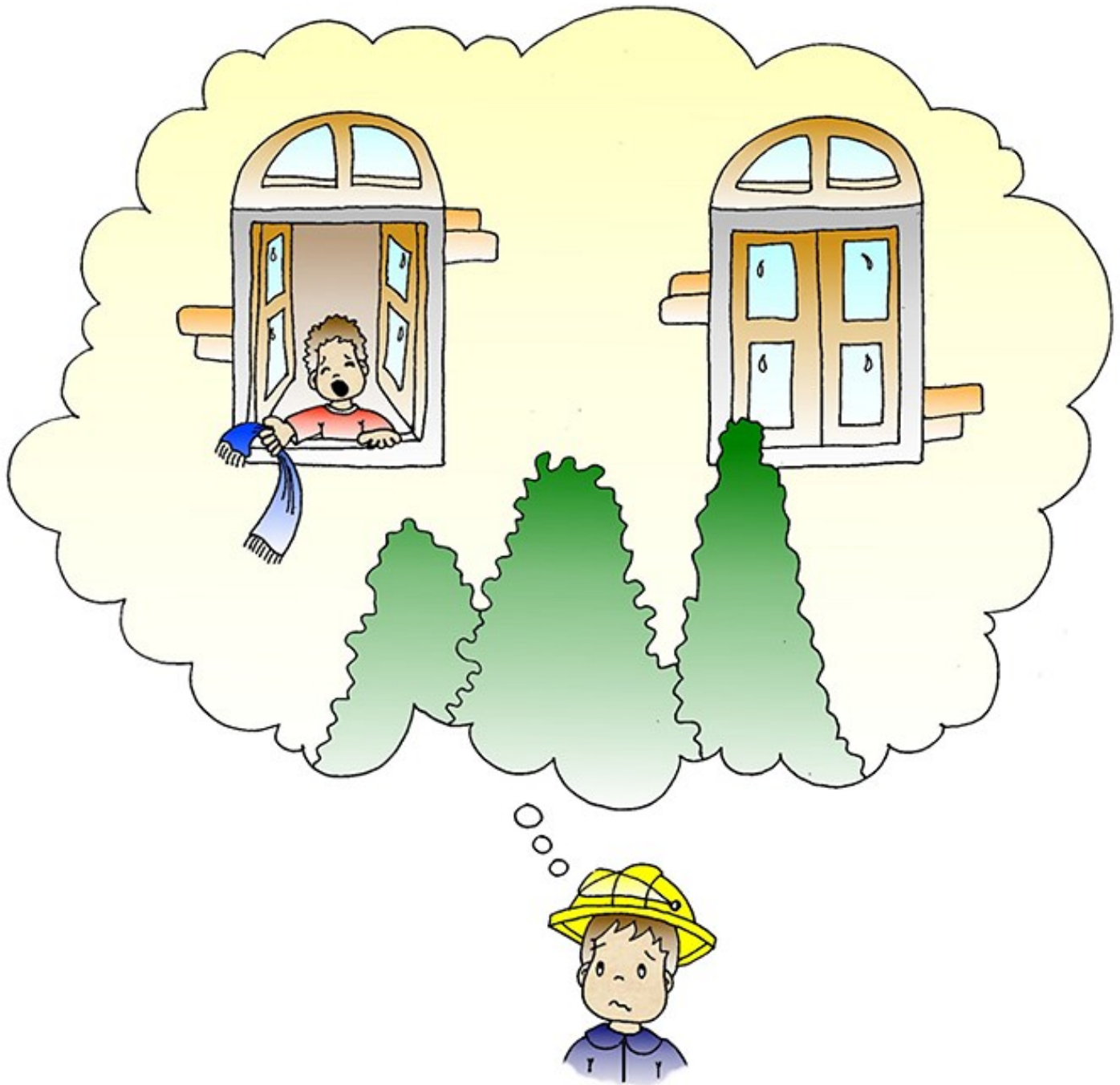




- O Infante disse-nos que não devíamos sair do ponto de encontro até que a nossa professora nos desse essa instrução. Ele explicou-nos que quando os bombeiros chegam à escola, dirigem-se primeiro aos professores para saber se todos os meninos estão a salvo e só depois é que vão apagar o fogo. Por isso, se alguém se afasta fá-los perder tempo, uma vez que têm de procurar todos os desaparecidos antes de poderem começar a combater o incêndio – conta a Maria.



- Ele também nos disse que quem não estiver na sala de aula, na altura em que for dado o sinal sonoro de alarme, deve dirigir-se logo para o “ponto de encontro” sem passar pela sala de aula... para não se desencontrar dos colegas que já terão todos saído – explica a Maria.



- Por fim, o Infante disse-nos que , caso algum menino não consiga sair da sala devido ao incêndio, deve gritar por socorro e esperar que alguém o venha ajudar. Esconder-se para escapar do fogo não é nada boa ideia – conclui a Maria.

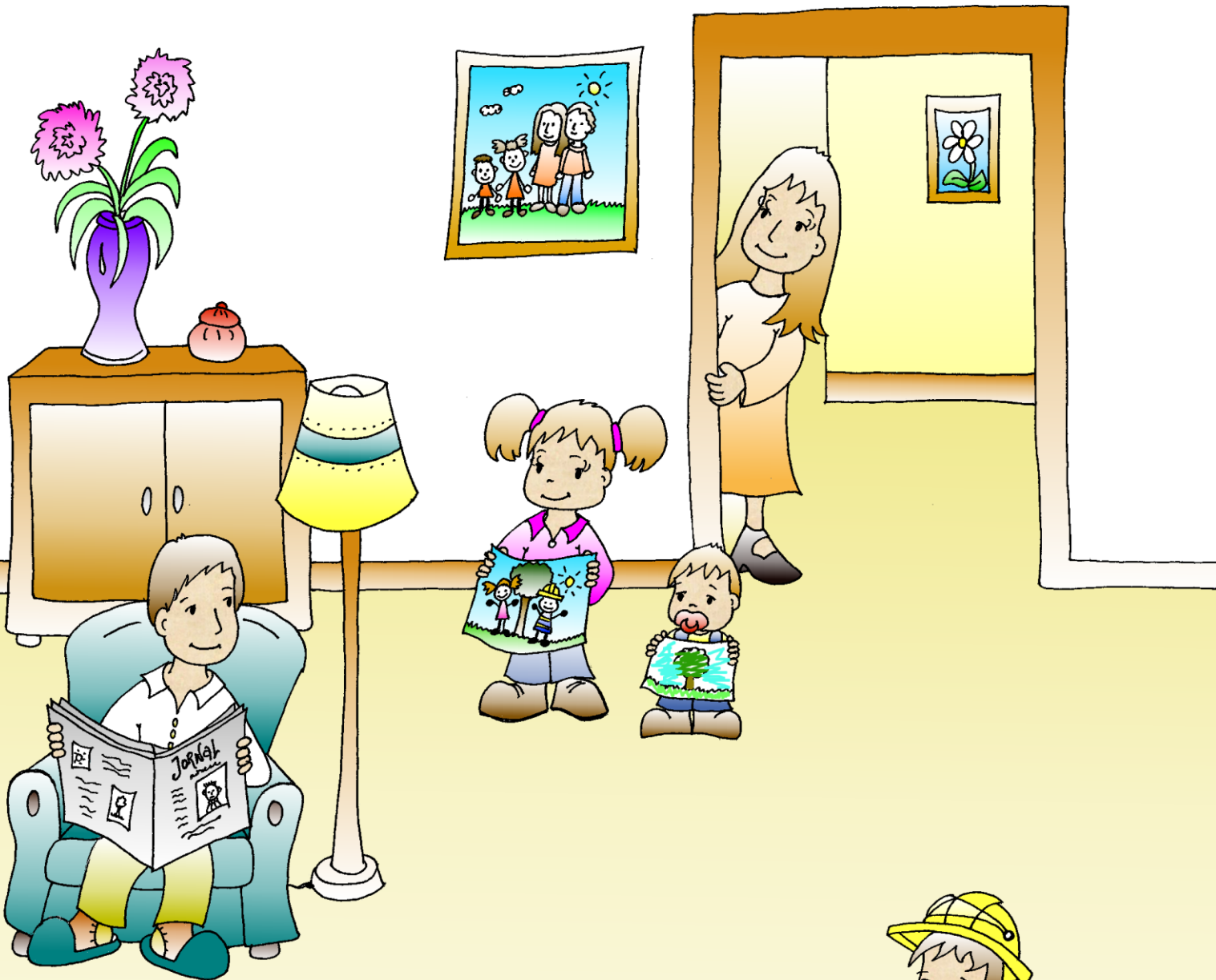


- Foi então que a nossa professora, que não consegue ver o Infante porque já não é uma criança, nos explicou tudo o que ele já nos tinha explicado e nos felicitou por termos cumprido com todas as regras de segurança nesta Simulação de Incêndio. Sim, mãe, foi só uma simulação! Não havia nenhum fogo – diz a Maria com entusiasmo e alívio.



Com tanta conversa, a Maria nem se apercebe que já está em casa.

Assim que a mãe abre a porta, corre para a sala ansiosa por poder contar tudo outra vez... mas, desta vez, ao pai.



- Pai! Nem sabes o que me aconteceu hoje. Tenho aqui um desenho comigo e com o Infante e o mano também tem um desenho de uma árvore para te dar – diz a Maria cheia de entusiasmo.

- Os dois desenhos estão muito bonitos – elogia o pai. – Então conta-me lá o que é que se passou hoje na escola, Maria.



E enquanto a Maria relata a sua aventura, pela segunda vez, o Infante afasta-se de mansinho, deixando a família a sós.

Capítulo 2

Como Evitar os Incêndios Florestais



- Todos os anos há Incêndios Florestais. No entanto há coisas que podemos fazer para evitar esta triste destruição da Natureza. Presta atenção a este capítulo e logo verás.



Como Evitar os Incêndios Florestais



- Olá! Eu sou a Maria e adoro subir às
árvores...



... apanhar flores...



... e dormir à sombrinha, ao som dos pássaros.

- O meu irmão bebé adora
brincar com os bichinhos da
floresta...



... imitar os passarinhos que vê...



... e dormir a sesta em cima da relva.



- E eu sou o Infante! A minha missão é falar com todas as crianças sobre os perigos que muitos objectos e comportamentos podem representar para a sua segurança.

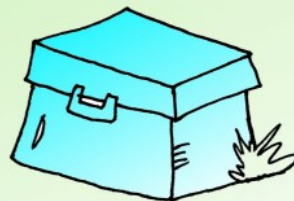
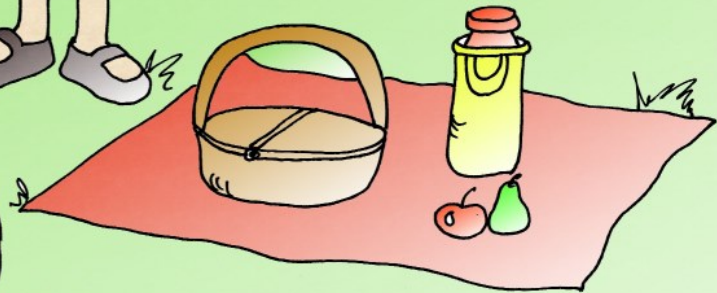
A floresta é um local fantástico, mas também pode ser perigoso, por isso nunca devem andar sozinhos por aí... e se encontrarem lixo no chão não lhe toquem, pois podem apanhar alguma doença; e se virem arbustos com bagas coloridas e apetitosas, não as comam, pois podem ser venenosas...

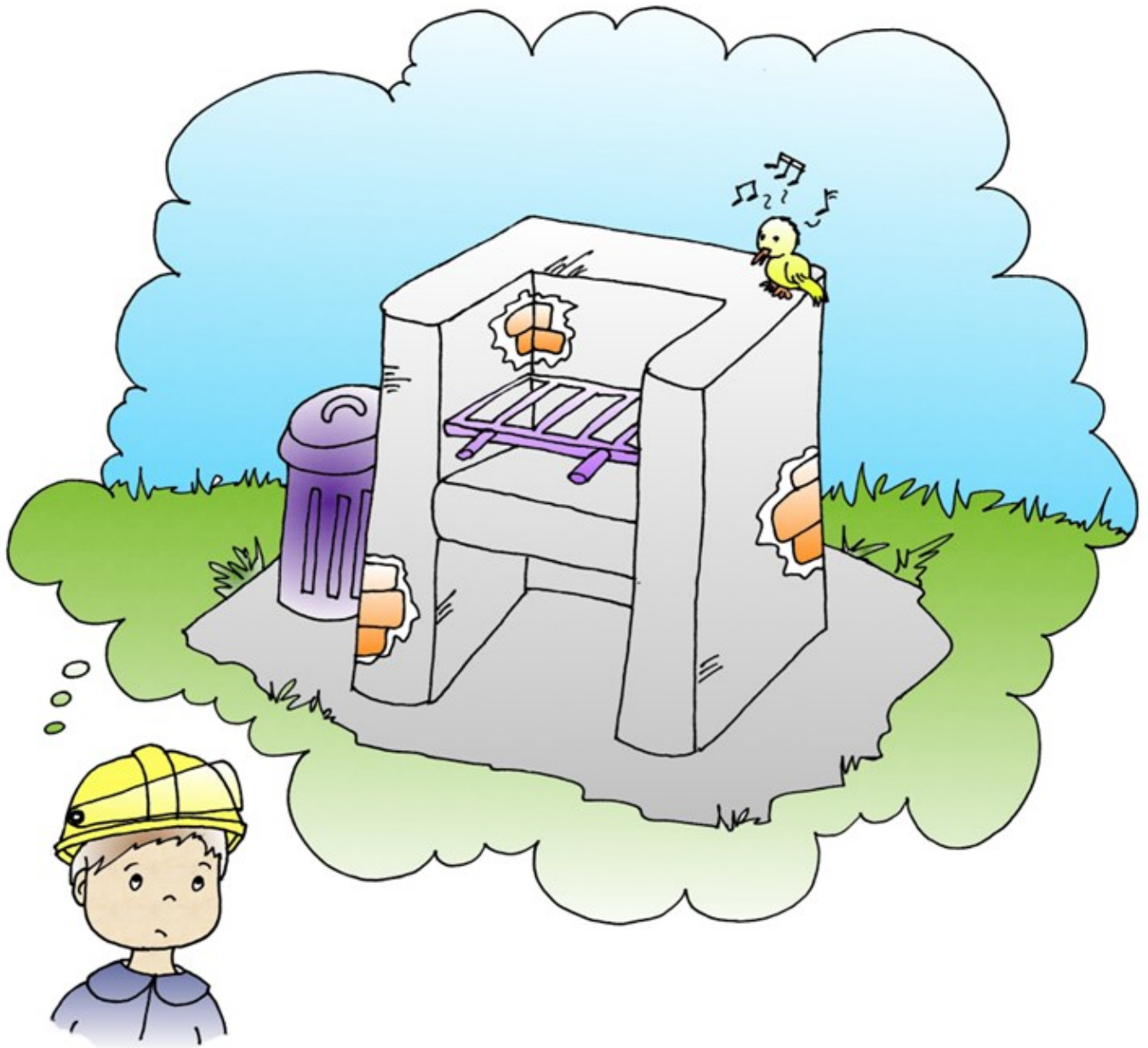
- Não te preocupes Infante – interrompe a Maria –, nós não estamos sozinhos. Estamos a fazer um piquenique com os nossos pais. Queres conhecê-los? – pergunta amavelmente.

- Sabes Maria, só as crianças é que me conseguem ver – responde o Infante. - Mas posso acompanhar-vos.

- Fixe! – diz a Maria entusiasmada.

Oh não! Não se pode
fazer fogo na floresta. É
muito perigoso.





- Existem locais próprios na floresta onde se pode cozinhar e fazer fogo. São zonas onde há churrasqueiras para as pessoas que gostam de grelhados – explica o Infante. - Mas se estiver muito calor, como acontece nos meses de Verão, não se pode fazer fogo em sítio nenhum da floresta. As plantas estão muito secas e uma só “chama” de fogo pode saltar e provocar um incêndio.



- A floresta é muito sensível – explica o Infante -, até um pedaço de vidro, como o daquela lupa com que estiveram a brincar antes de eu chegar, pode ser perigoso... pois pode ampliar o calor transmitido pelo sol e incendiar as plantas mais secas.

- Estivemos a observar formigas com a minha lupa nova – justifica a Maria. - Mas eu vou já guardá-la.

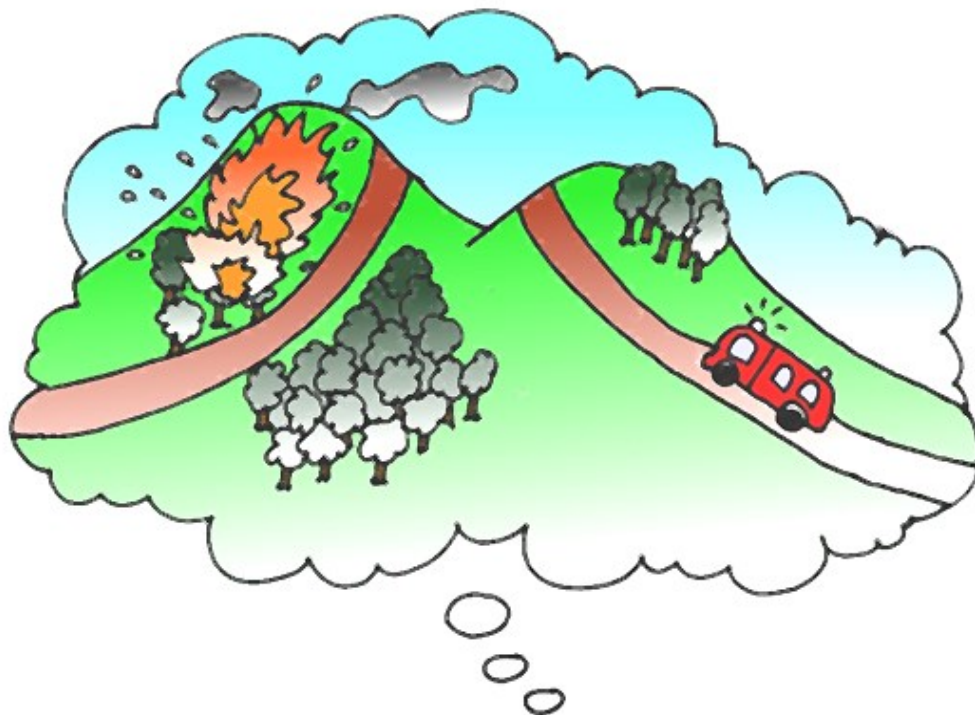


- Sabes Maria –
continua o Infante -,
com a natureza todo o
cuidado é pouco, mas,
infelizmente, ainda
existem algumas
pessoas inconscientes
que atiram lixo e
cigarros para o chão,
sem se aperceberem
que colocam centenas
de plantas e animais em
risco de morrerem
queimados.





- Podes contar connosco, Infante. Nós ajudamos-te a manter a floresta livre de perigo – promete a Maria, enquanto recolhe o lixo do piquenique em família para dentro de um saco.



- Obrigado Maria, se todos fossem como tu a natureza nunca estaria em perigo – agradece o Infante.

- De nada – responde a Maria.

- Mas todos os anos há Incêndios Florestais. Por isso, se vires algum fogo na floresta liga logo para o **112** e avisa os Bombeiros – apela o Infante. – A Floresta é de todos e cabe a todos protegê-la.





- Agora diverte-te no teu piquenique em família – diz o Infante em ar de despedida. – A minha missão por aqui já está terminada.

- Até à próxima Infante! – diz a Maria.

- Adeus Maria! – despede-se o Infante.

Capítulo 3

O que Fazer em Caso de Sismo



- Atenção que neste capítulo o chão pode tremer... tem cuidado e aprende a lidar com os Sismos.



O que fazer em caso de Sismo



Está um dia lindo e a Maria e o irmão

bebé divertem-se a brincar no quintal, quando recebem a visita de um menino fardado de bombeiro.

- Olá! Eu sou o Infante – diz o menino bombeiro. – A minha missão é verificar se todas as crianças vivem em segurança e sabem o que fazer em caso de emergência – continua o Infante.

- Eu sou a Maria e este é o meu irmão bebé – responde a Maria educadamente. – Foi a minha professora que te pediu para passares por aqui?

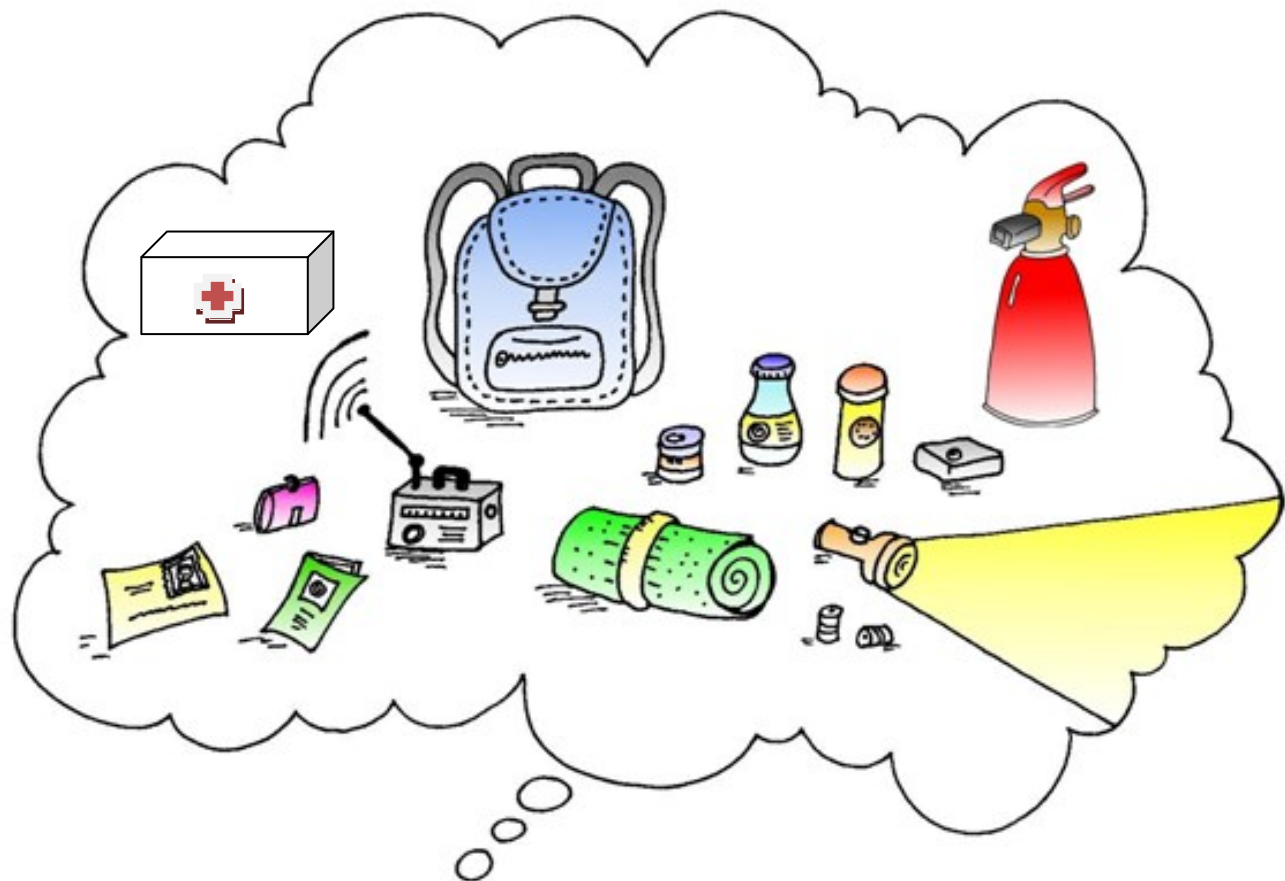
- Não, Maria – responde o Infante. – Os adultos não me conseguem ver... só as crianças. Porquê?



- É que hoje a minha professora disse que amanhã vamos falar acerca de sismos ou terramotos – continua a Maria -, e que vamos aprender tudo o que devemos fazer, mas eu acho que é demasiado assustador...

- Não é preciso teres medo Maria – interrompe o Infante. – Há coisas que podemos fazer *antes*, *durante* e *depois* de um sismo que nos permitem reduzir os efeitos desastrosos deste tipo de fenómenos naturais – esclarece o Infante.





- Para nos prepararmos para um sismo podemos começar por algo tão simples como fazer uma mochila de emergência. Uma mochila com tudo o que podemos precisar caso não nos seja possível entrar em casa por uns dois ou três dias. Essa mochila deve ter comida, água, uma lanterna, um rádio a pilhas, algumas pilhas extra, fotocópia dos nossos documentos, algum dinheiro, um estojo de primeiros socorros, um cobertor e um extintor pequenino.



- Acho que consigo fazer uma mochila de emergência, mas para que serve o extintor. Os extintores não são só para incêndios? – pergunta a Maria intrigada.

- Por vezes os sismos podem provocar incêndios. Basta que os canos do gás fiquem rachados e permitam a libertação de gás. Depois é só alguém ligar a luz ou acender um fósforo e lá se dá um incêndio – explica o Infante.



- Outra coisa muito importante, que podemos fazer antes de um sismo, é preparar a nossa casa – continua o Infante. - Podemos fixar os móveis altos às paredes e colocar as coisas mais pesadas nas prateleiras de baixo e as mais leves nas mais altas. Assim, caso haja um tremor de terra, mesmo que alguns objectos caiam por cima de nós serão sempre os mais leves.



- Então e o que devemos fazer durante um sismo? – interroga a Maria curiosa.

- Acima de tudo devemos ficar calmos. Não adianta entrar em pânico e torna-se mais difícil pensar correctamente quando estamos nervosos – responde o Infante.



- E devemos fugir de casa rapidamente? – questiona a Maria.

- Não. Pois os sismos não duram muito tempo e se todos decidissem fugir de casa a correr, podiam atropelar-se e cair pelas escadas - explica o Infante.



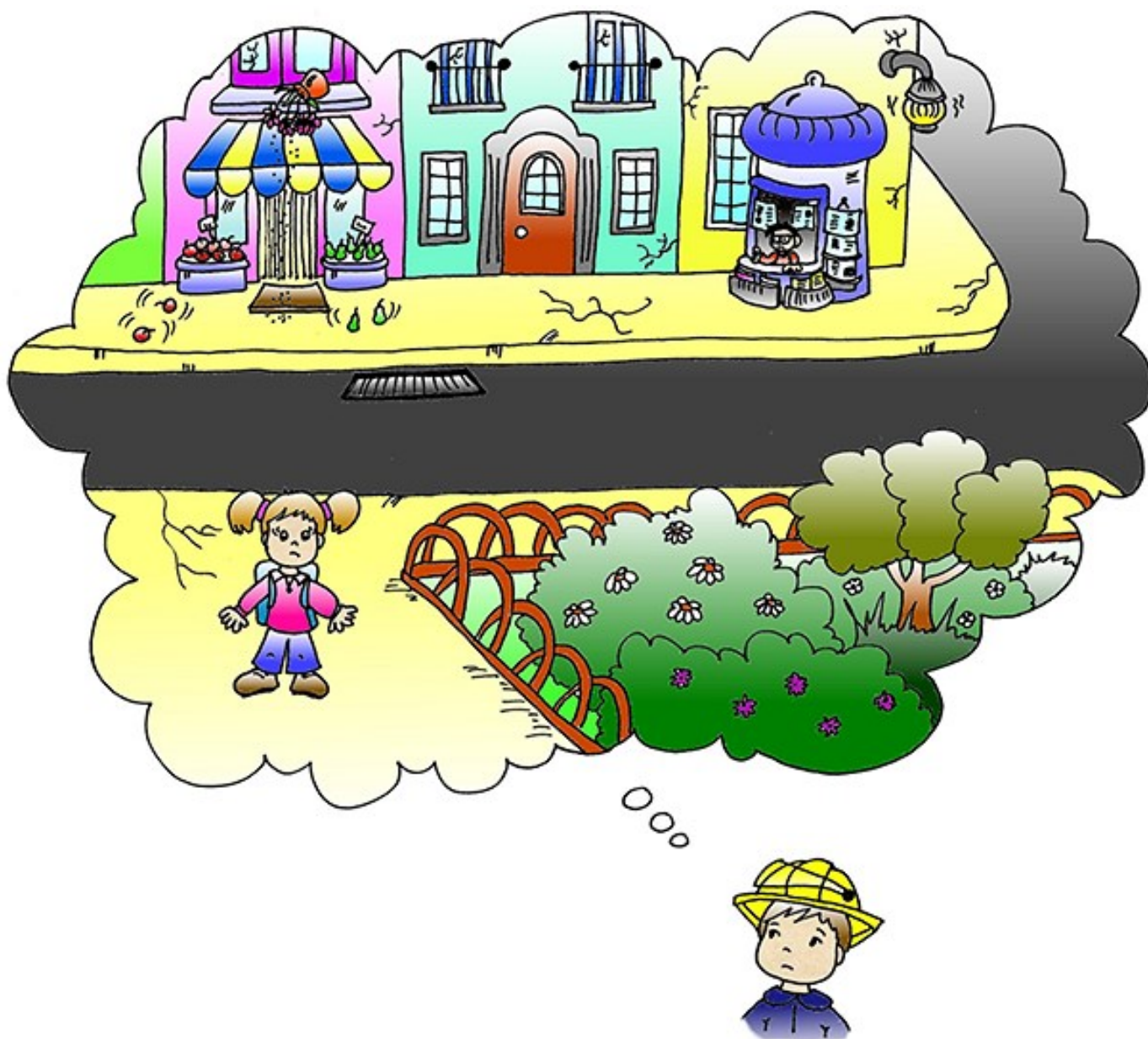
- Também não devemos utilizar o elevador – continua o Infante -, este pode ficar encravado ou cair connosco lá dentro.



- Se estivermos na escola, o melhor é seguirmos uma regra muito simples: **A**gachar, **A**garrar e **P**roteger – continua o Infante -, ou seja, **A**gachamo-nos debaixo de uma mesa, **A**garramos com uma mão uma das pernas da mesa e **P**rotegemos a cabeça com a outra.



- Se estivermos em casa e não pudermos seguir esta regra, o melhor é afastarmo-nos das janelas e de outros objectos que possam cair em cima de nós e baixarmo-nos debaixo das ombreiras das portas protegendo a cabeça e os olhos com as mãos.



- Então e se estivermos na rua e a terra começar a tremer? – pergunta a Maria assustada.

- Aí, é importante correremos para um local onde não haja nem prédios altos, nem muros, nem monumentos ou objectos que possam cair em cima das pessoas.

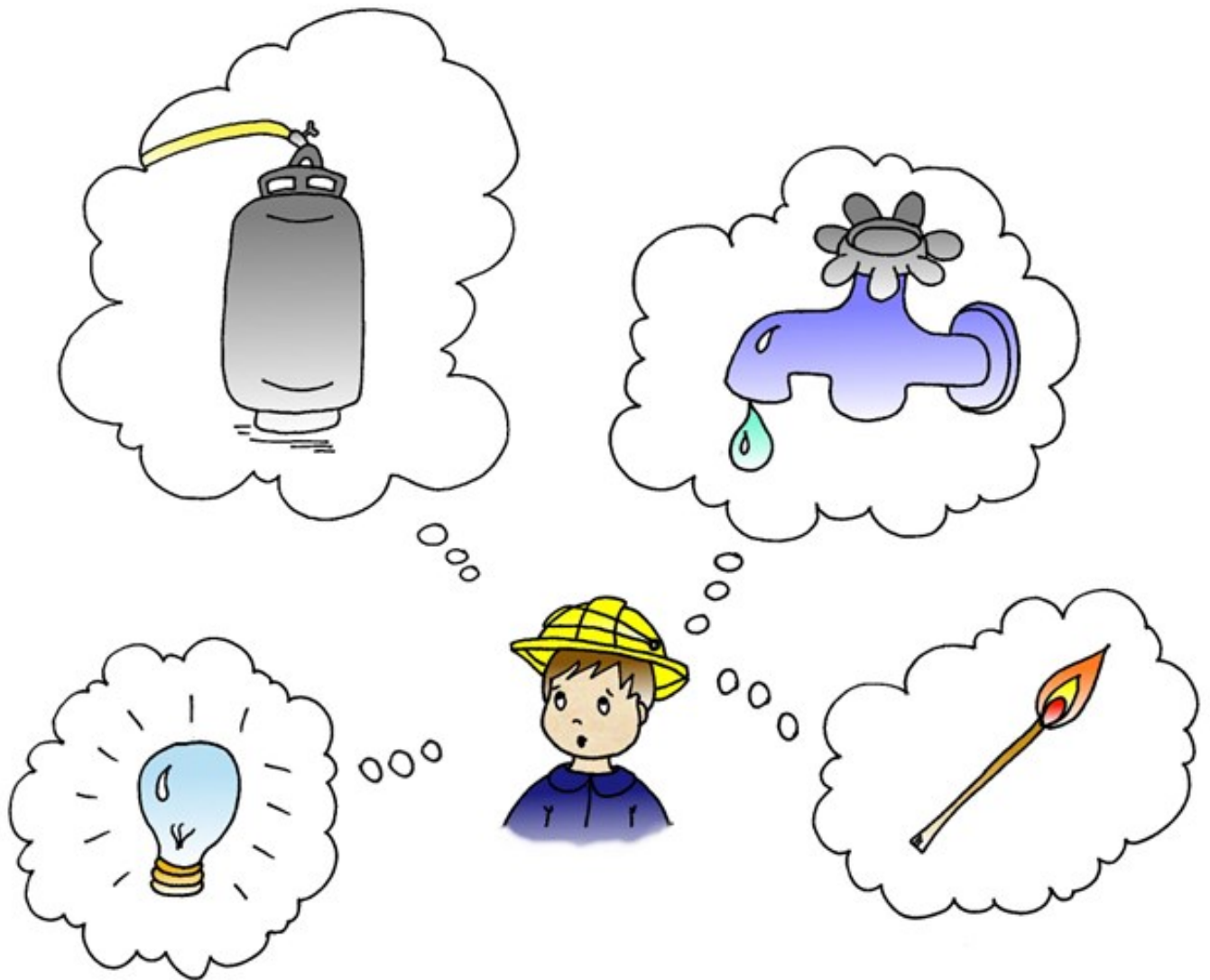


- E se estiver dentro do carro ou do autocarro? – pergunta a Maria.

- Deves ficar dentro dele, desde que esteja num local aberto onde não te possam cair objectos pesados em cima – responde o Infante.

- Acho que já aprendi o que fazer **antes** e **durante** um sismo... então, e **depois**? O que devo fazer logo após um sismo? – pergunta a Maria.

- Mais uma vez deves permanecer calma e contar com mais algumas *tremidelas*, chamadas de réplicas.



- Em seguida, deves desligar o gás, a electricidade e a água e nunca acender fósforos nem isqueiros, como já te expliquei – responde o Infante. – Se mesmo assim vires algum pequeno incêndio, deves apagá-lo com o extintor.



- Depois, deves verificar se a tua casa ficou muito afectada pelo sismo e se é, ou não, seguro ficares lá. Não podes correr o risco dela desabar por cima de ti – alerta o Infante.





- Caso alguém fique gravemente ferido debes ligar para o **112** e pedir ajuda.



-Se estiveres numa zona perto do mar deves afastar-te da praia – continua o Infante –, uma vez que pode formar-se uma onda gigante chamada de Tsunami.

- Uma onda gigante?! Que horror! – exclama a Maria.



- Uma outra coisa, que deves fazer após um sismo, é seguires as instruções que forem sendo dadas pela Protecção Civil. Muitas vezes através das emissões de rádio – acrescenta o Infante ao terminar a sua explicação.



- Espero que não ocorra nenhum tremor de terra nos próximos tempos Infante, mas se ocorrer já estou preparada – diz a Maria confiante. – Para além disso, amanhã na aula vou poder participar e responder a tudo.

- Ainda bem Maria. Agora vou andando. Ainda tenho muitas outras crianças para ensinar. Até próxima! – despede-se o Infante.

- Adeus! – diz a Maria enquanto acena com o seu irmãozinho.

Capítulo 4

Como Prevenir os Acidentes Domésticos com Crianças



- Neste capítulo vais aprender a evitar Acidentes dentro de casa. É maior do que os outros porque sabemos que passas a maior parte do tempo em casa e é importante que o faças em segurança.



**Como Prevenir os Acidentes
Domésticos com Crianças**



***A**o final da tarde, a Maria e o seu irmão bebé ouvem alguém tocar à campainha da porta e apressam-se a abrir.*

- Olá! Eu sou o Infante e sou responsável por garantir que todas as crianças vivem em segurança... e a segurança começa em casa. Posso entrar?

- Claro! – diz a Maria curiosa por saber o que o Infante tem a dizer sobre a sua casa. – Vou só chamar a minha mãe.

- Não vale a pena Maria, como a minha missão só tem que ver com crianças, os adultos não me conseguem ver.

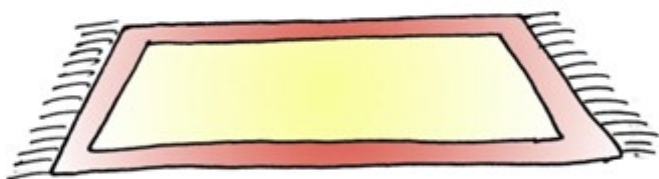
- Fixe!!! – exclama a Maria com entusiasmo.



- Tens uma casa muito bonita Maria –
comenta o Infante.

- Obrigada, Infante. Também vais gostar
muito dos cozinhados da minha mãe.

- Tenho a certeza que sim, mas agora
vamos observar o teu irmão bebé. A cozinha
pode ser um lugar muito perigoso para as
crianças. Há facas, fogo, etc.

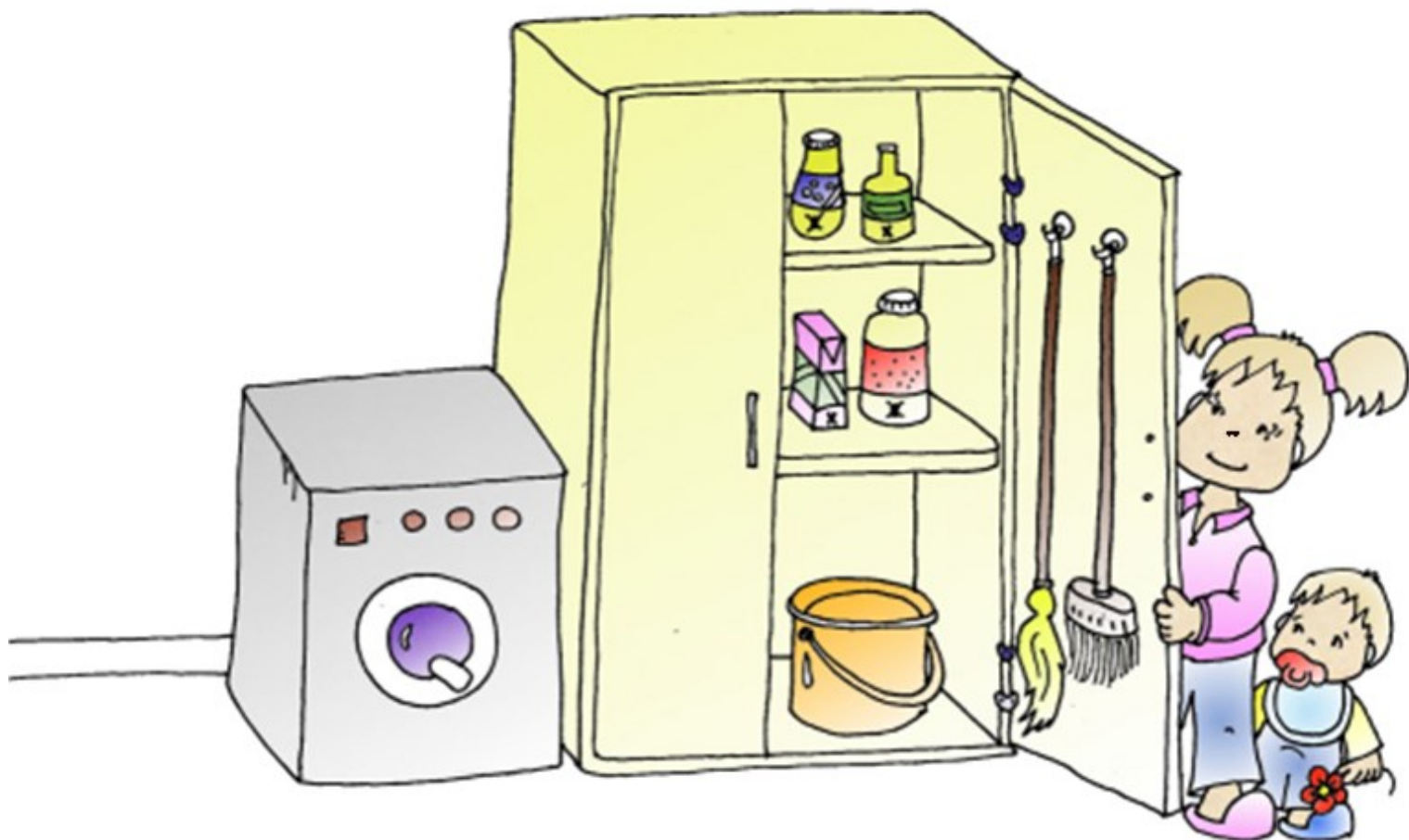


- Não te preocupes Infante, os meus pais têm sempre muito cuidado com o fogão quando estão a cozinhar. Até compraram uma protecção especial para nós, as crianças, não nos conseguirmos aproximar do fogo – mostra a Maria. - Quanto às facas, aos garfos, tesouras e outros objectos que nos podem cortar estão bem guardados e nem eu nem o meu irmão podemos pegá-lhes sem os nossos pais estarem por perto.

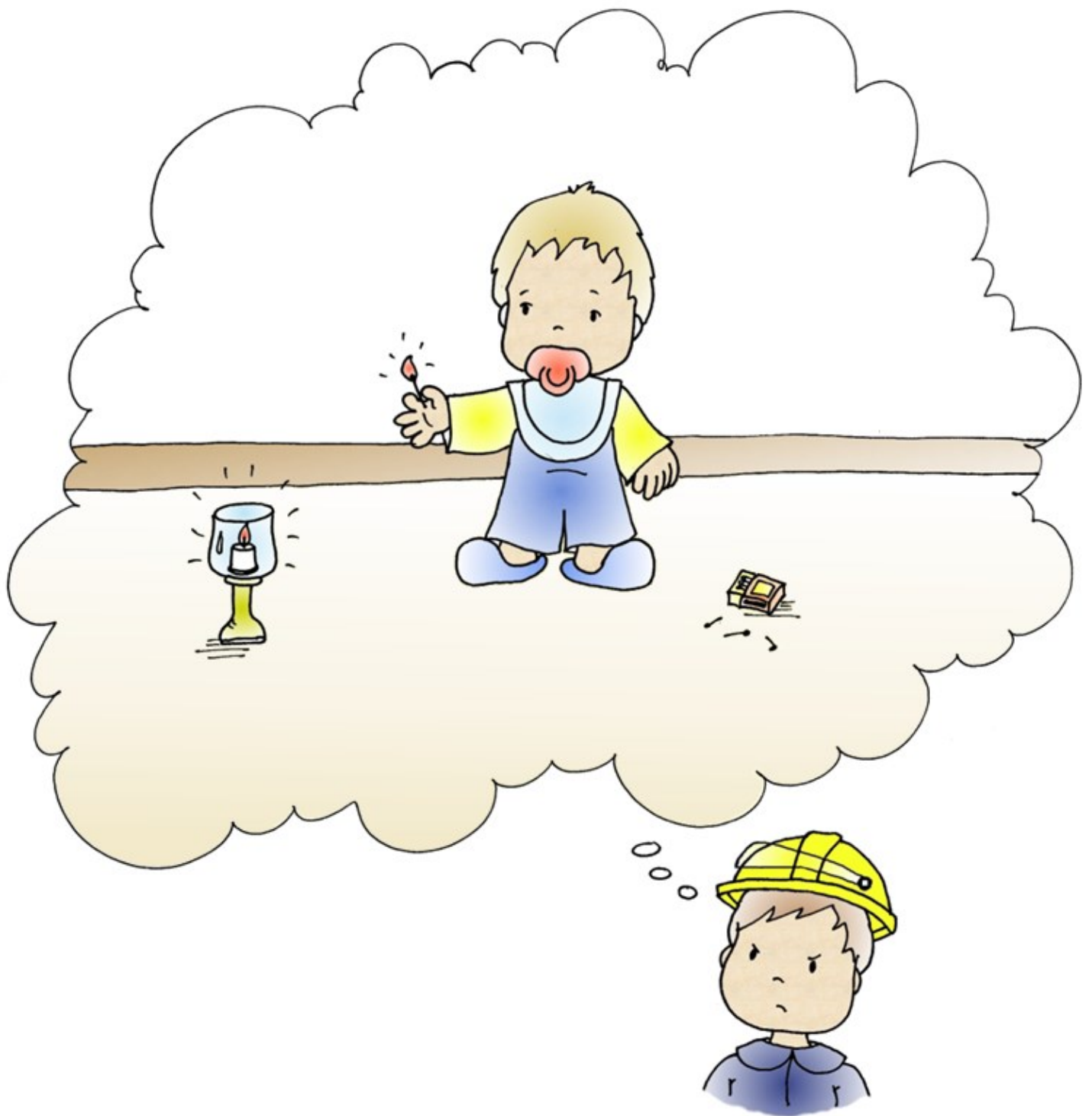




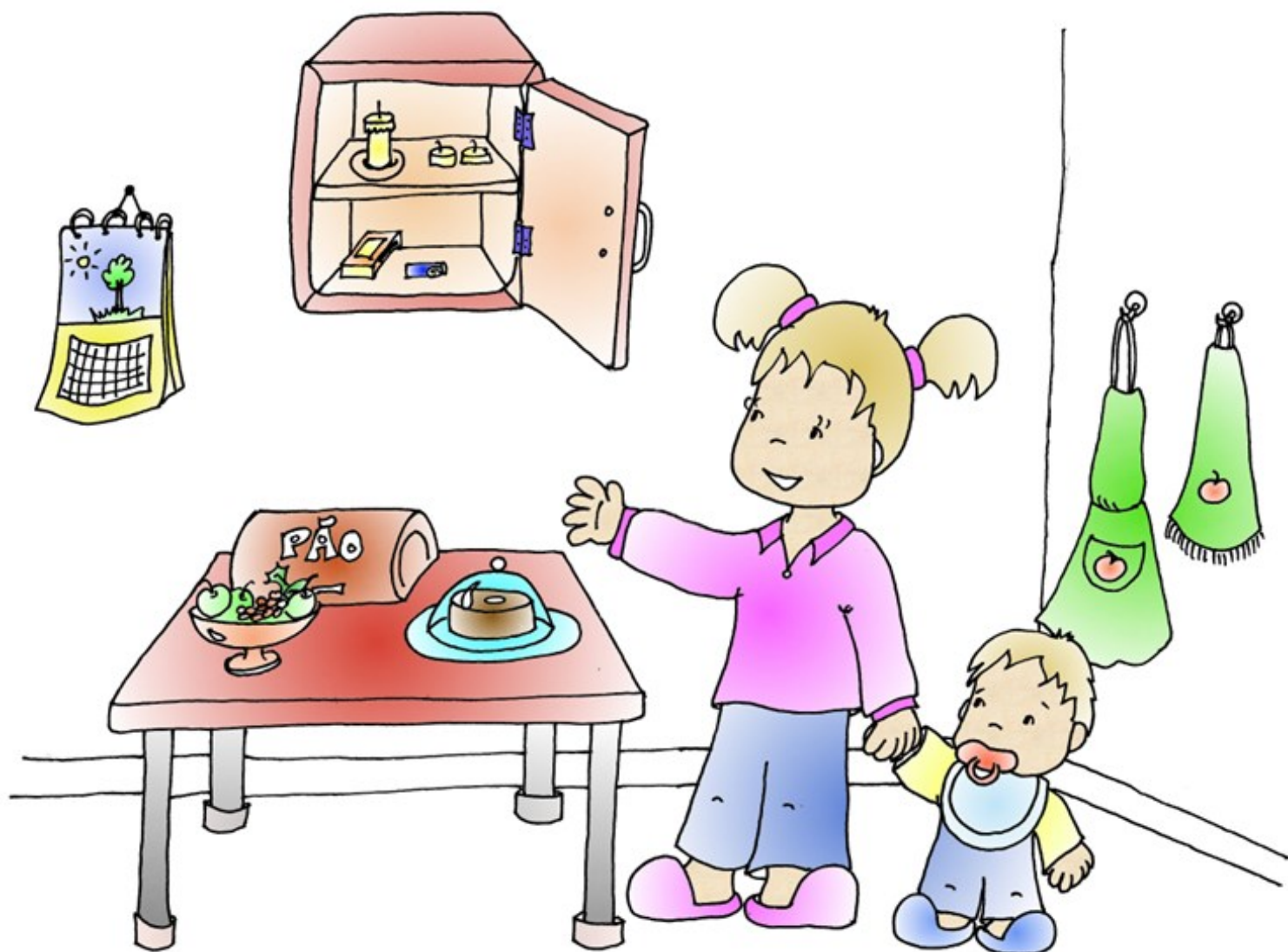
- Então e os produtos de limpeza que são tão perigosos se tocarem na pele ou forem postos na boca?! E o chão molhado que nos pode fazer escorregar?! - continua o Infante.



- Isso não é um problema aqui em casa. Os produtos de limpeza estão guardados num armário e o meu irmão não consegue chegar até eles. E eu também não – explica a Maria. - Em relação ao chão molhado, os meus pais não nos deixam entrar na cozinha enquanto o chão não está seco.



- E os fósforos e as velas? Não se pode brincar com o fogo, sem querer podemos provocar um incêndio grave – pergunta o Infante alarmado por todos os perigos que podem haver numa casa.

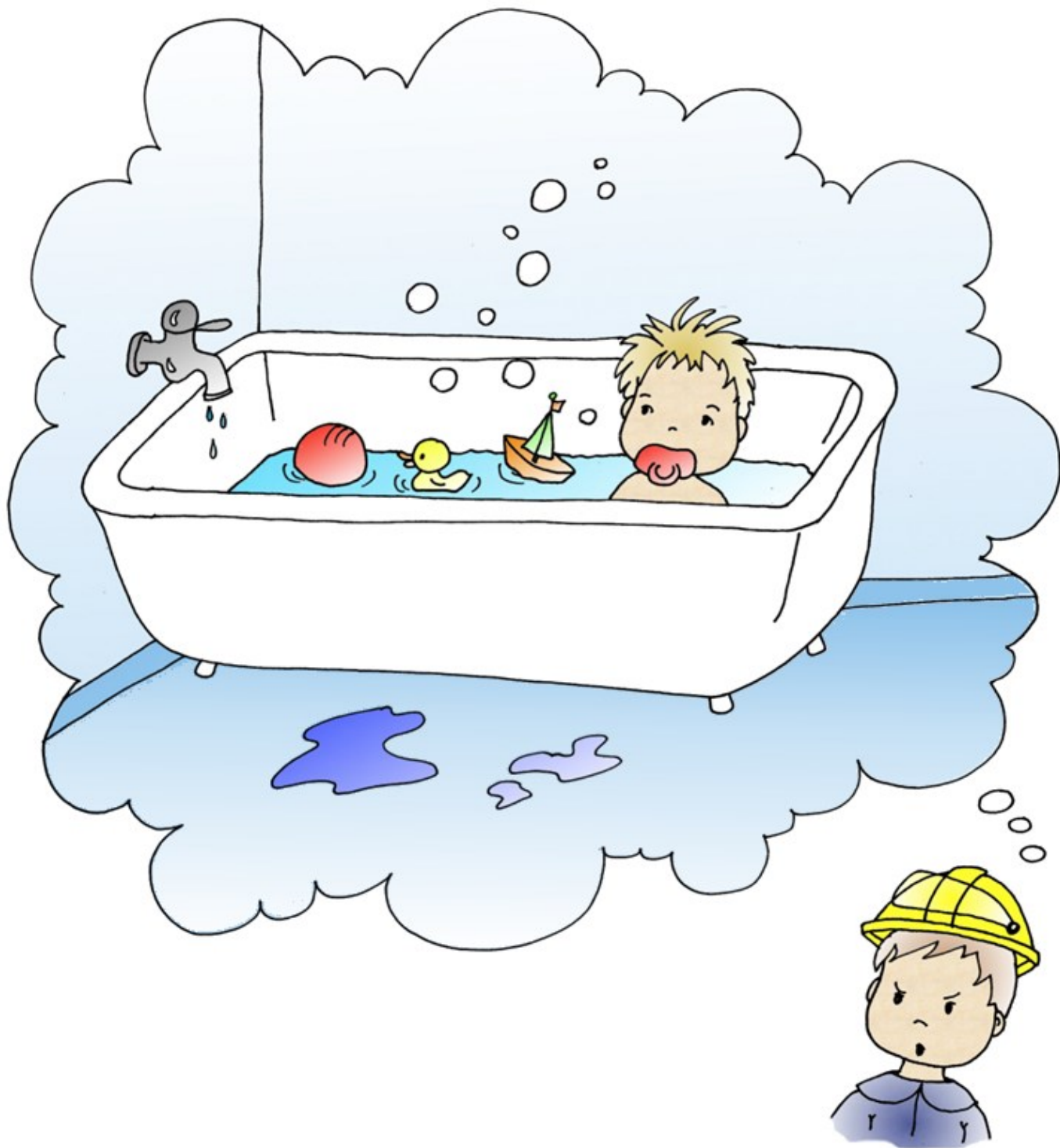


- Isso já nos ensinaram os meus pais, e nem eu nem o meu irmão podemos brincar com fósforos ou acender velas. Por isso, as velas e os fósforos estão guardados num armário alto, onde só os crescidos conseguem chegar – diz a Maria para o sossegar.



Entretanto, o pai da Maria aparece para levar o seu irmão bebê.

- Anda filhote, vamos tomar banhinho – diz o pai, enquanto o pega ao colo.



- Tomar banho?! Mas casas de banho também podem ser locais perigosos – diz o Infante ainda preocupado. – Podemos escorregar no chão molhado e alejarmo-nos ao cair... e os bebés podem afogar-se na banheira se não forem vigiados.



- Também é preciso lembrar que não se devem utilizar aparelhos eléctricos muito próximo da água... pode-se apanhar um choque. Da mesma forma não devemos tocar nos interruptores com as mãos molhadas – continua o Infante.



- Sossega Infante, nós andamos sempre de chinelos na casa de banho, para não escorregarmos, e o meu maninho nunca fica sozinho a tomar banho. Quanto aos aparelhos eléctricos, só os nossos pais é que os podem usar e eles têm muito cuidado para não estarem junto da água.





- E os medicamentos? As crianças não devem mexer nos medicamentos nem metê-los na boca... podem ficar muito doentes se o fizerem.



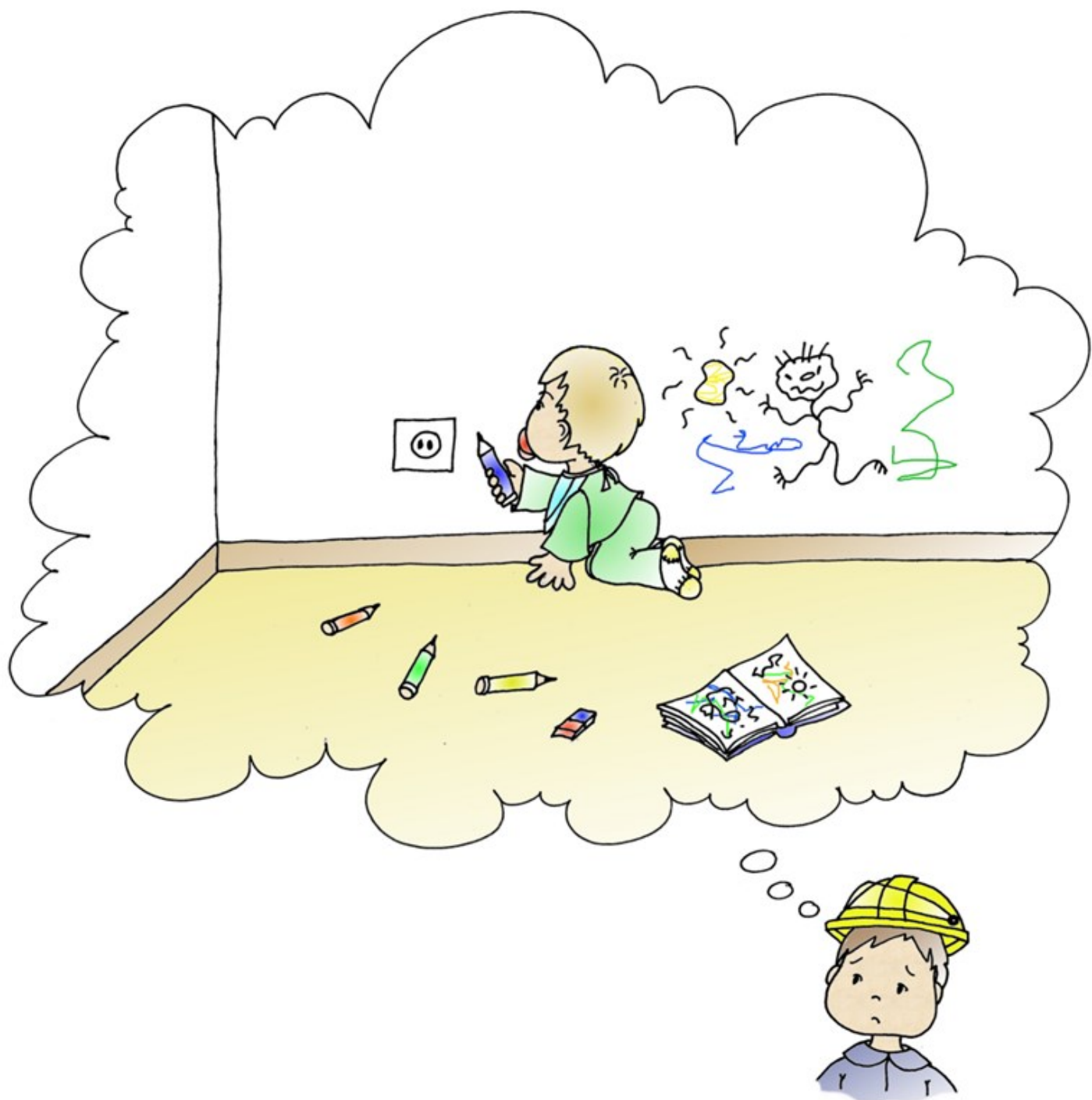
- Então é por isso que os nossos pais têm os medicamentos num armário alto, que está fechado à chave! – comenta a Maria.



- Pronto Infante - continua a Maria -, agora é a minha vez de tomar banho. Fica descansado que eu já calcei os meus chinelos para não escorregar.

- E o teu irmão bebé, fica onde? – pergunta o Infante admirado.

- Talvez na sala a ver televisão. Ele gosta muito dos desenhos animados que dão a esta hora. Mas, não te preocupes, as tomadas e os fios eléctricos estão escondidos atrás do móvel da televisão para ele não lhes poder tocar.

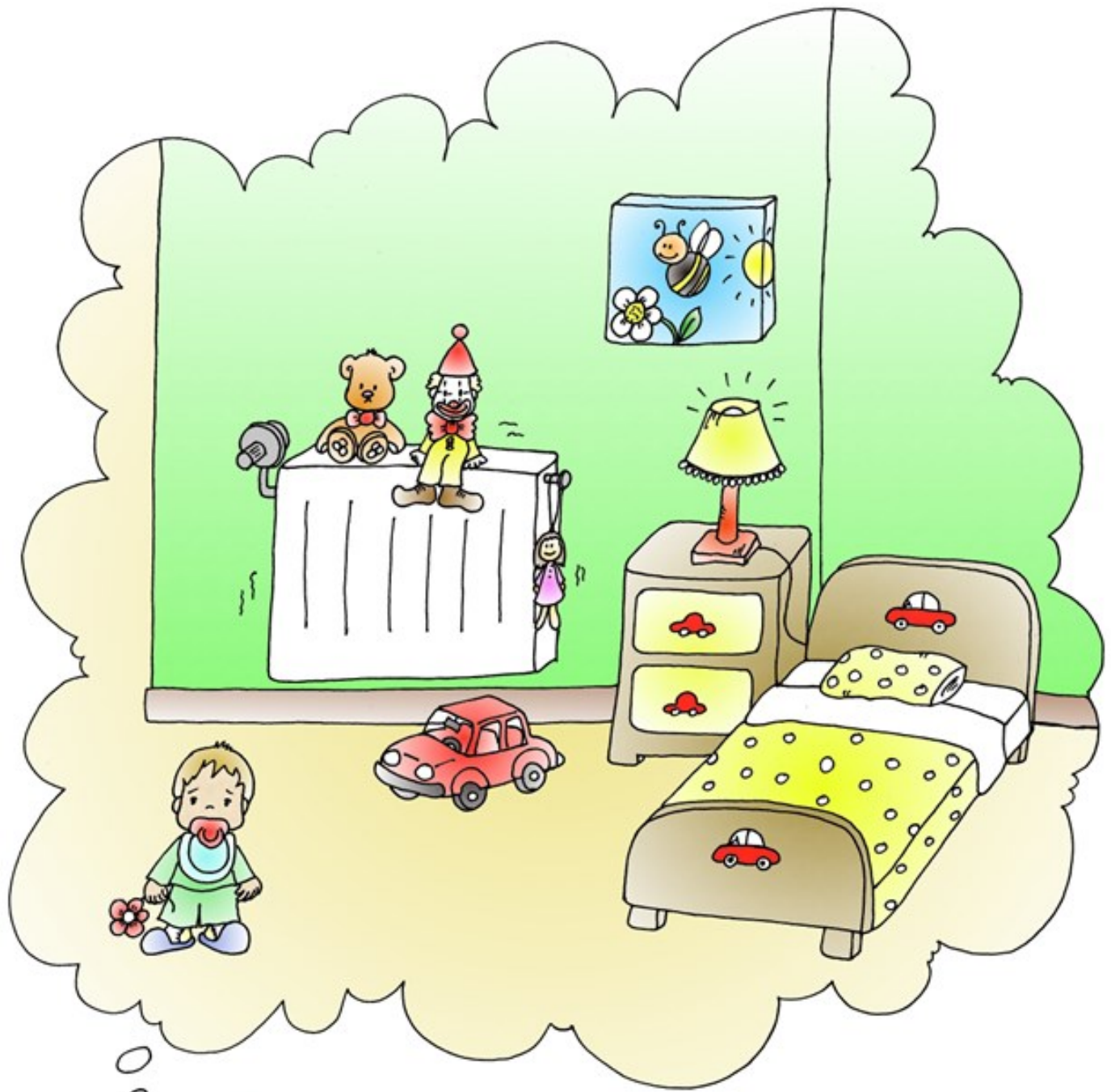


- Então e as tomadas que não estão escondidas atrás do móvel da televisão?! – exclama o Infante. – O teu irmão, a brincar, pode colocar lá os dedos ou outros objectos e apanhar um choque.

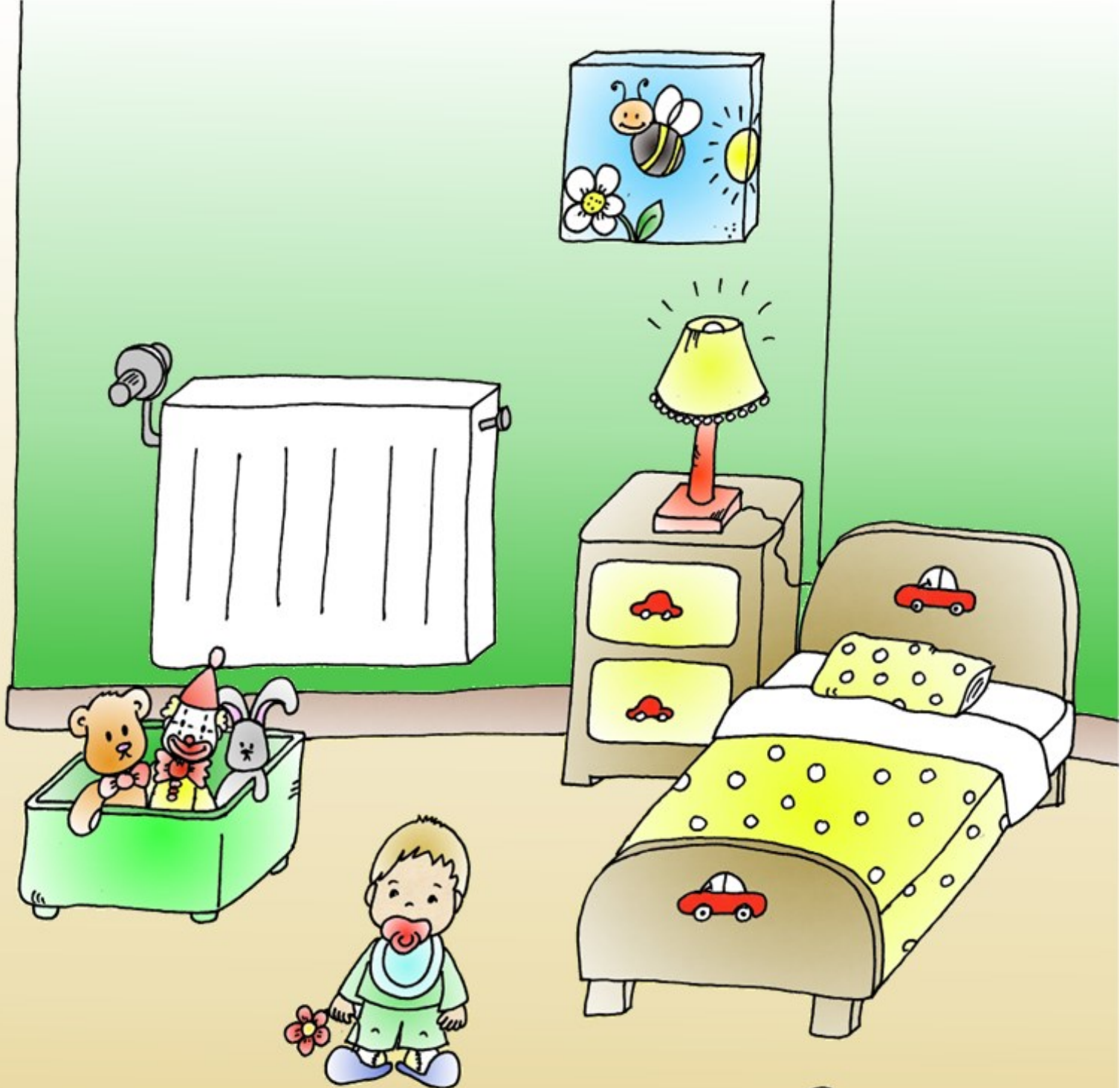


- Isso também não pode acontecer. Todas as tomadas eléctricas cá de casa estão protegidas para nós não apanharmos choques – mostra a Maria. – Agora se me dás licença vou tomar o meu banho. Mas primeiro vou pedir à mãe para ligar os aquecedores... já está a ficar frio.





- Os aquecedores?! Sabes que não devemos ter nada em cima dos aquecedores porque tudo o que lá colocarmos pode aquecer demais e provocar um incêndio? – diz o Infante, ainda sem se sentir completamente descansado.



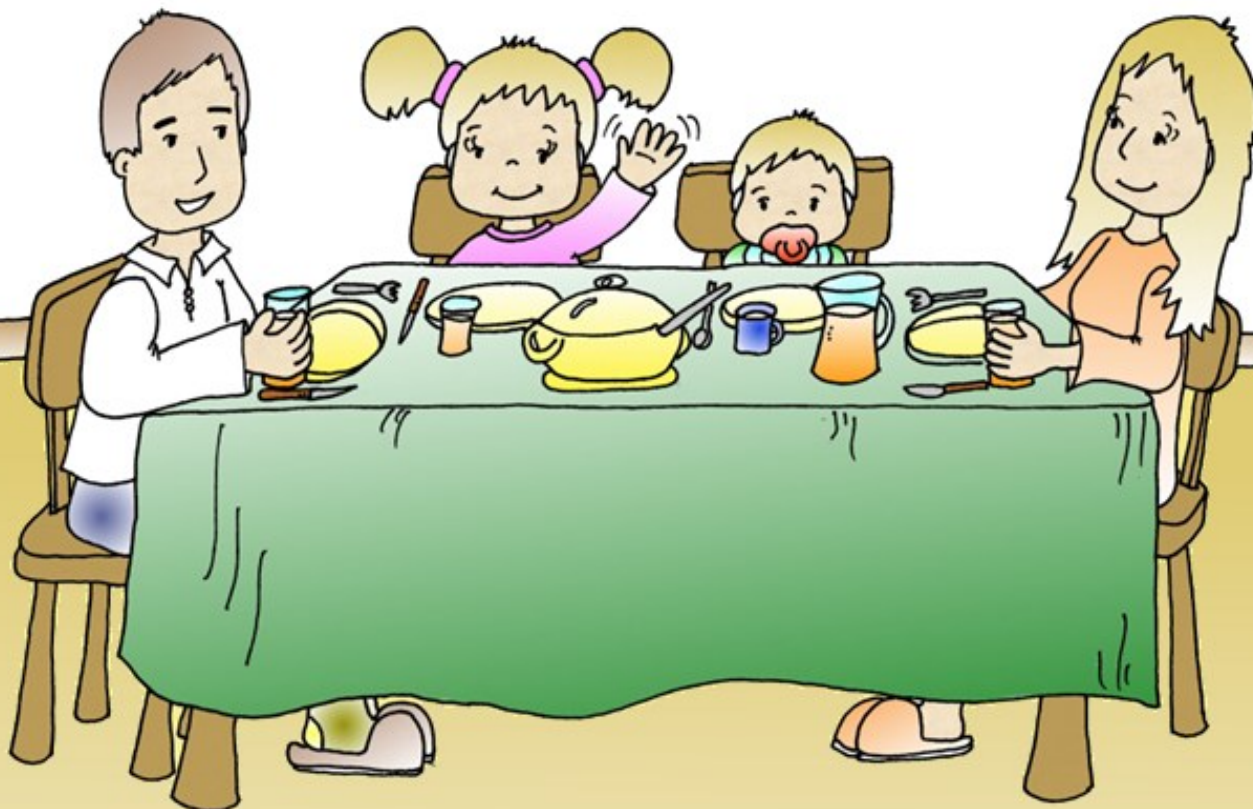
- Os aquecedores cá em casa estão todos descobertos.... Vês? – diz a Maria, enquanto leva o Infante a conhecer o quarto do irmão. - Já podes ficar descansado Infante.

- Sim, parece que aqui os riscos de acidentes ou incêndio são muito poucos.

- Então já posso ir tomar banho? – pergunta a Maria cheia de frio.

- Já... agora podes ir – suspira de alívio o Infante.





Ao jantar, já depois de tudo inspeccionado, o Infante prepara-se para partir.

- Fica connosco para jantar Infante – convida a Maria alegremente.

- Não posso Maria - responde o Infante cheio de pena -, agora que a minha missão aqui está cumprida vou visitar outras crianças e ensinar-lhes tudo o que precisam fazer para viver em segurança.

- Até à próxima Infante! – despede-se a Maria.

- Até à próxima Maria!



Vê se sabes...

-Agora que terminaste de ler o livro, responde às perguntas que se seguem. Vamos ver o que aprendeste acerca de viver em segurança.



1. Quando estiveres na escola e escutares o alarme de incêndio, deves: (pinta a imagem que representa a resposta certa)

a) Arrumar todo o teu material escolar na mochila para não te esqueceres de nada quando fugires.



b) Esconderes-te num armário até que os bombeiros apaguem o fogo.

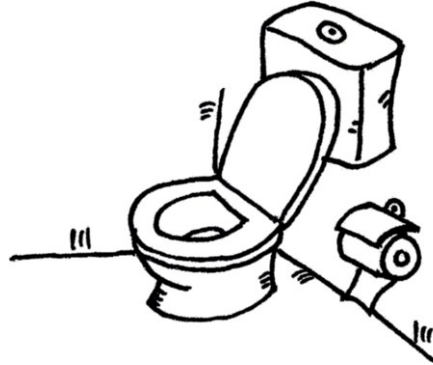


c) Sair da sala apressadamente, em fila e sem encontrões.



2. Uma vez no ponto de encontro, só podes sair quando: (pinta a imagem que representa a resposta certa)

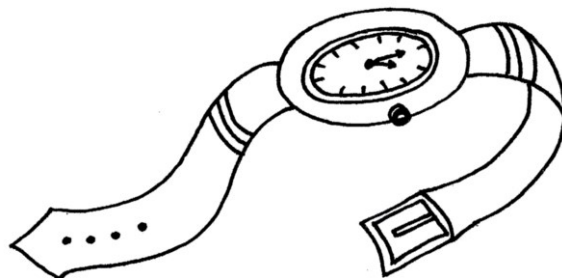
a) Tiveres vontade de ir à casa de banho.



b) A professora disser que já é seguro.



c) Forem horas de almoço.



3. Quando o alarme de incêndio tocar e não tiveres a certeza se é uma simulação ou um incêndio de verdade, debes:
(pinta a imagem que representa a resposta certa)

a) Fazer tudo como se seja sempre um incêndio real.



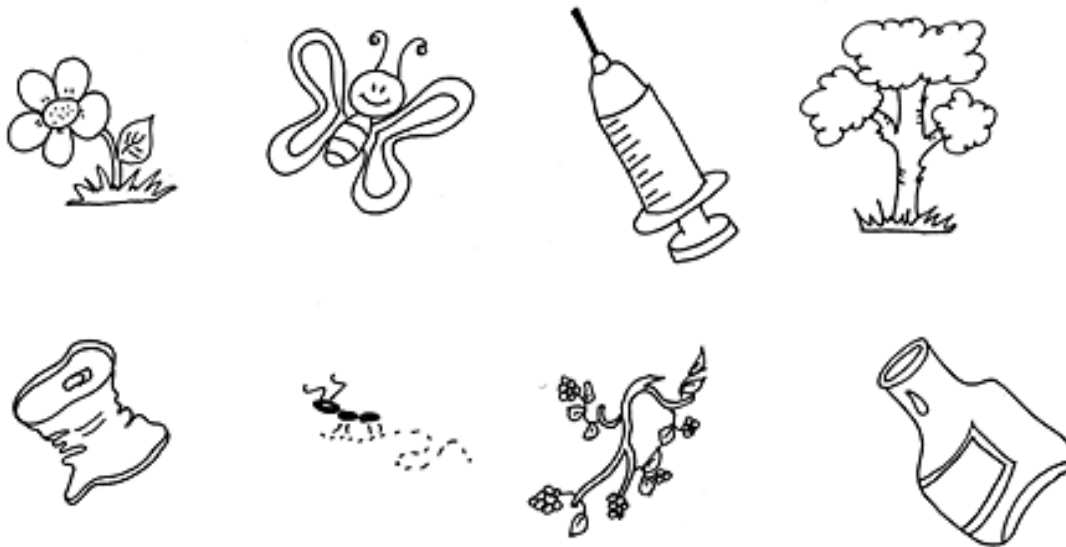
b) Perguntar à professora.



c) Esperar até veres fumo e teres a certeza que há mesmo fogo.



4. Pinta os objectos que, caso encontres na floresta, não deves tocar, pois são perigosos:



5. Onde é que é permitido fazer fogo na floresta? (pinta a imagem certa)



Junto aos lagos, porque a água não deixa o fogo alastrar-se.



Em zonas com churrasqueiras



Em qualquer parte desde que esteja a chover

6. Pinta os objectos que nunca debes atirar para o Chão, pois podem provocar um incêndio.

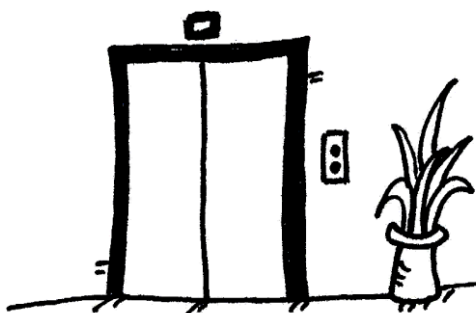


7. Se sentires um sismo debes: (pinta a imagem que representa a resposta certa)

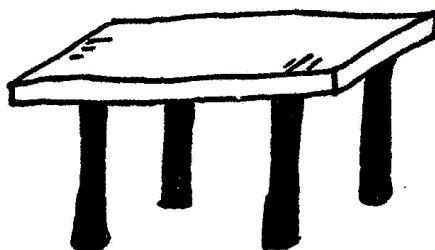
a) Telefonar a todos os teus amigos a contar a novidade.



b) Fugir para a rua o mais depressa possível, sendo que o elevador é a forma mais rápida de o fazeres.

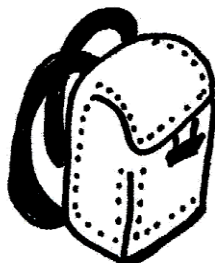


c) Proteger-te debaixo de uma mesa resistente.



8. Observa, atentamente, as imagens que se seguem e pinta as que representam coisas que podes fazer para estares prevenido quando ocorrer um sismo.

a) Uma mochila de emergência.



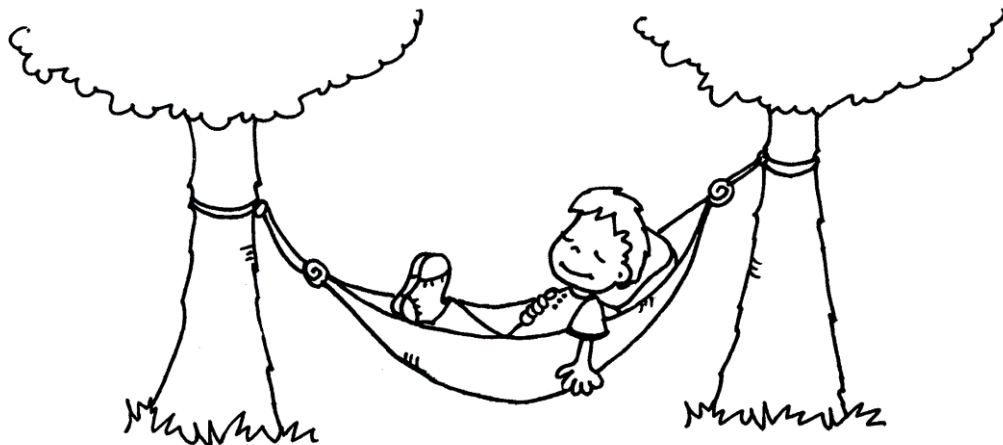
b) Colocar os objectos pesados nas prateleiras mais baixas.



c) Tirar fotografias da zona onde vives, pois os sismos podem afectar a natureza e os edifícios.

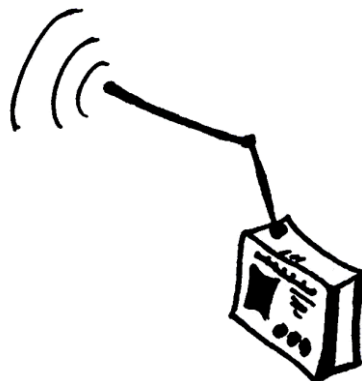


d) Relaxar e não fazer nada porque os sismos só ocorrem no estrangeiro.



9. Depois de um sismo grave, deves: (pinta a imagem que representa a resposta certa)

a) Ligar o rádio a pilhas para saber se há algum comunicado da Protecção Civil.



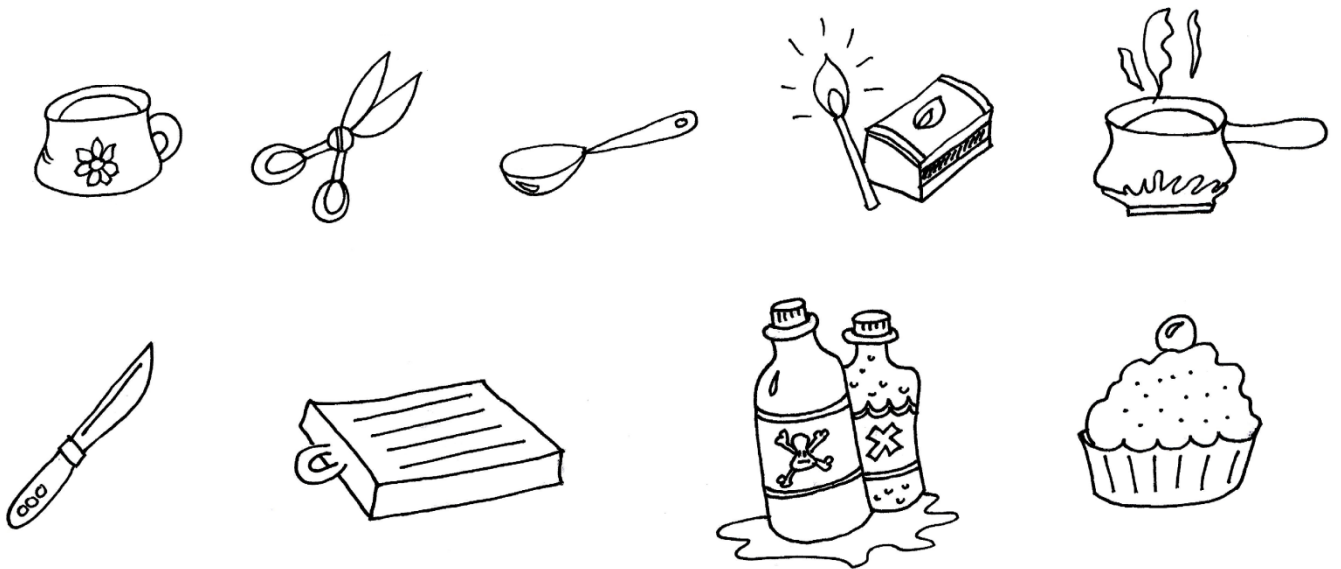
b) Fazer uma lista dos objectos partidos que precisam de ser consertados.



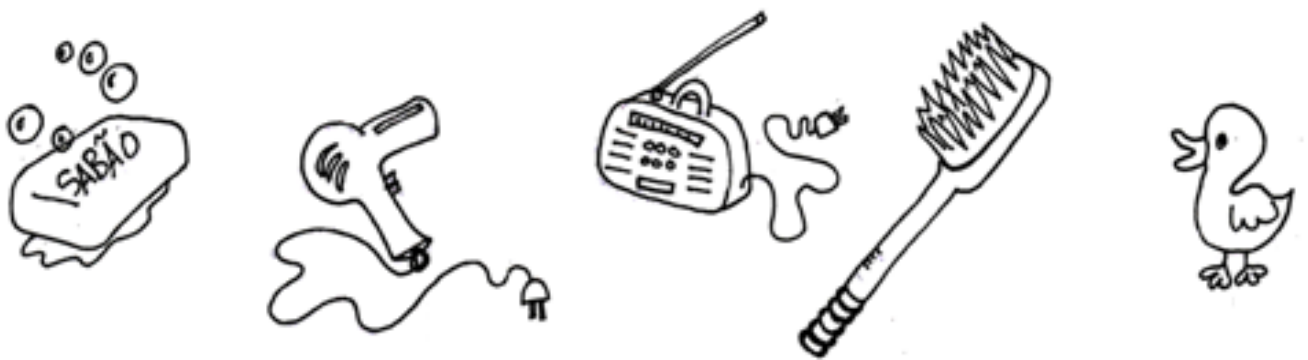
c) Escrever uma composição acerca de sismos para não te esqueceres desse dia.



10. Quais são os objectos de cozinha que são perigosos para as Crianças? (pinta as imagens que representam as Várias possibilidades de resposta)



11. O que é que nunca pode estar junto da água? (pinta as imagens que representam as Várias possibilidades de resposta)



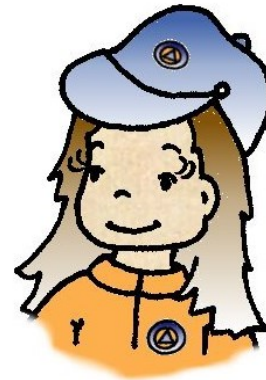
12. O que é que deve estar sempre protegido para que as Crianças não apanhem nenhum choque eléctrico? (pinta a imagem que representa a resposta certa)



Soluções:

Espero que tenhas acertado em todas as respostas... no entanto, para verificares os teus conhecimentos, eis aqui as soluções.

Até à próxima e vive em segurança!!!



1. c
2. b
3. a
4. Seringa; lata; bagas (que podem ser venenosas) e garrafa
5. Churrasqueira
6. Cigarro e fósforo
7. c