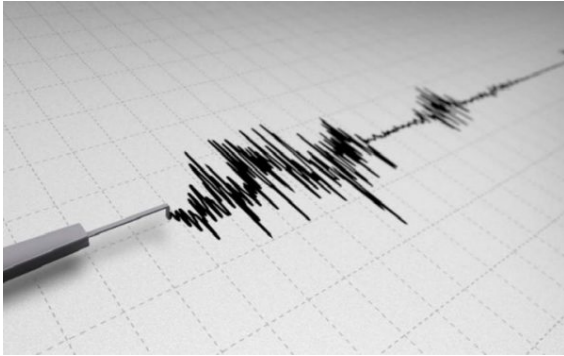


# A TERRA TREME, dia 13 de outubro não perca esta iniciativa!

2017-10-12 14:43:15

Amanhã, dia 13 de outubro, às 10:13 vai realizar-se um exercício sobre como reagir em caso de sismo. A iniciativa é promovida pela Autoridade Nacional de Proteção Civil em colaboração com [A TERRA TREME](#)



## Portugal está “plantado” numa zona sísmica

Esta iniciativa tem a função de chamar a atenção para o risco sísmico tal como a importância de comportamentos simples a adotar que podem salvar vidas.

Apesar dos grandes avanços tecnológicos, ainda nada existe que consiga prever a ocorrência sísmica. O risco sísmico em Portugal é grande por isso é importante ter conhecimentos fundamentais para que possa estar “preparado” da melhor forma.

Lisboa já viveu um dos maiores sismos de que há conhecimento. O terramoto de 1755 destruiu quase completamente a cidade de Lisboa, e atingiu ainda a zona de Setúbal e grande parte do litoral do Algarve. Com magnitude entre 8,7 e 9 na escala de Richter fez mais de 10 mil mortos.



## Saber como agir é fundamental

O exercício de amanhã terá a duração de apenas 1 minuto de forma a lembrar quais os 3 gestos que podem salvar em alturas de sismo. Baixar, proteger o corpo, e aguardar o fim do sismo, são 3 gestos

## Pplware Kids

A TERRA TREME, dia 13 de outubro não perca esta iniciativa!

fundamentais a reter. Pode inscrever-se nesta iniciativa entrando no site [A TERRA TREME](#). Diga quantos participantes pretende inscrever e os respetivos contactos.

O exercício básico a ser feito são os 3 gestos mas, caso tenha interesse é possível fazer um exercício de forma mais completa, que pode até ser um Plano de Emergência, o que envolve diversas entidades.

### **Caso não consiga aderir a este projeto ficam aqui alguns conselhos fundamentais:**

- Procure um lugar seguro para se proteger, preferencialmente debaixo de mesas ou camas;
- Afaste-se de portas, janelas, espelhos ou qualquer móvel que possa cair. Se estiver na rua vá para o sítio mais descampado possível;
- Se estiver num andar superior não tente descer, as saídas podem estar bloqueadas;
- Nunca utilize elevadores;
- Não acenda fósforos ou isqueiros, pode haver uma fuga de gás;



A juntar a esta pequena lista de precauções a tomar deve ainda se possível ter um plano definido com a sua família sobre, onde devem encontrar-se, ter uma mochila com mantimentos, um rádio a pilhas e alguma comida enlatada.

Parece assustador visto assim, mas tendo em conta que pode ser uma situação a acontecer há que saber como agir. Informe-se e mantenha a sua família informada.