

## É PRECISO

€ € € custo  
● ● ● dificuldade



fecho de segurança



suporte p/ quadros



martelo & pregos



cantoneiras



berbequim & parafusos



aro para vasos



camarões



cabo /esticador

Identifique elementos grandes ou pesados que possam tornar-se perigosos quando soltos. O que precisa para os fixar encontra-se na maioria das lojas de ferragens.

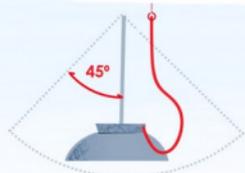


Fixar armários altos e beliches às paredes com cantoneiras para móveis. Instalar esticadores em prateleiras com livros ou outros objectos soltos. Aplicar fechos de segurança em gavetas e portas de armários.

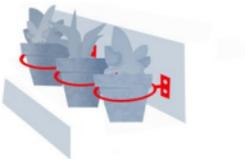
## 3. FIXAR mobília & objectos pesados



Usar suportes para quadros ou camarões, fechando as pontas. Pregar a uma superfície sólida.



Fixar candeeiros ou objectos suspensos com cabos de segurança. Deixar livre um espaço que permita oscilar 45° sem colisões.



Usar aros para vasos de varanda ou ancorrentar à parede.

## 4. REFORÇAR a sua casa

### É PRECISO

€ € € custo  
● ● ● dificuldade



chamar um profissional

Caso viva em zona de risco elevado reforce os elementos mais críticos. Consulte um arquitecto ou engenheiro. Pequenos passos fazem a diferença.

Para mais detalhes, consulte o Portfólio de Soluções KnowRISK:

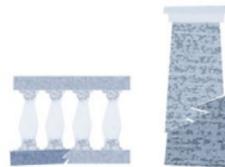
[www.knowriskproject.com](http://www.knowriskproject.com)



Optar por vidro temperado ou laminado nas janelas.



Inspeccionar as condutas de gás, água e rede eléctrica.



Verificar se varandas e chaminés apresentam sinais de degradação.

A execução deste guia foi possível em parte com o apoio da European Civil Protection e Humanitarian Aid Operations (ECHO) Grant agreement ECHO/SUB/2015/718655/PREV2B. KnowRISK é um projecto no âmbito do programa ECHO, executado em associação pelo Instituto Superior Técnico (Portugal), Laboratório Nacional de Engenharia Civil (Portugal), Istituto Nazionale di Geofisica e Vulcanologia (Itália) e Earthquake Engineering Research Centre (Islândia).

**Autores:** Mónica Amaral Ferreira, Hugo O'Neill, Stefano Solarino, Gemma Musacchio  
**Consultores:** Carlos Sousa Oliveira, Mário Lopes, Marta Vicente  
**Design:** Hugo O'Neill

O risco sísmico (potencial de perdas humanas e materiais) de um determinado local é função da perigosidade sísmica, da vulnerabilidade dos edifícios e seus conteúdos e da exposição (pessoas e edifícios).

As medidas apresentadas neste guia, só por si não servem como garantia contra perdas e danos que possam ser causados por futuros sismos e não são aplicáveis em todas as situações. Consulte um especialista sempre que necessário. Mais informação disponível no Portfólio de soluções KnowRISK e no Guia Prático para Estudantes.

[www.knowriskproject.com](http://www.knowriskproject.com)



Copyright © 2017

Co-financed by European Commission's Humanitarian Aid and Civil Protection Grant agreement ECHO/SUB/2015/718655/PREV2B



Istituto Nazionale di Geofisica e Vulcanologia



EARTHQUAKE ENGINEERING RESEARCH CENTRE UNIVERSITY OF ICELAND

## PREPARE A SUA CASA PARA UM TERRAMOTO



## GUIA PRÁTICO



# Se vive numa zona de risco de TERRAMOTOS

## Como preparar A SUA CASA

### Se vive numa zona onde podem ocorrer terremotos (perigosidade)

Onde quer que esteja, em casa, na escola, ou no local de trabalho, está exposto a perigos e perdas humanas e materiais.

Perigosidade Sísmica em Portugal Continental e Açores:

- Reduzida
- Baixa
- Moderada
- Elevada



Antes de um terremoto ocorrer, adopte medidas simples que o deixam mais seguro. Os terremotos não podem ser evitados, mas os danos e o número de vítimas podem ser reduzidos.

### Os danos ocorrem mesmo sem colapso dos edifícios

A queda de elementos decorativos, paredes divisórias, máquinas ou móveis pesados, causam danos, perdas e ferimentos, durante ou após um terremoto.

### Este guia ensina medidas para tornar a sua casa mais segura

### Começando sem custos e sem qualquer experiência necessária

Os 4 passos seguintes proporcionam soluções que dão prioridade à segurança, e cujo custo e dificuldade aumentam progressivamente.



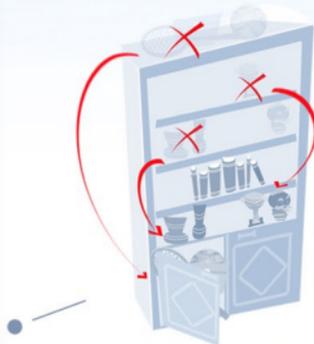
## É PRECISO

custo  
dificuldade



força física

Comece por mover a mobília. A sua segurança pode aumentar significativamente sem que haja custo ou necessidade de conhecimentos técnicos.

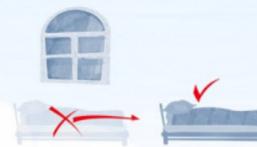


Arrumar objectos pesados ou frágeis nas prateleiras mais baixas, ou colocá-los dentro de compartimentos fechados.

## 1. MOVER a sua mobília



Evitar colocar objectos pesados por cima de camas.



Manter camas afastadas das janelas e as passagens desimpedidas em caso de emergência.



Evitar colocar vasos em locais altos.

## 2. PROTEGER os seus bens

### É PRECISO

custo  
dificuldade



película de vidro



corinas



cintas



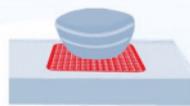
adesivos



anti-derrapante



Segurar electrodomésticos com cintas de protecção. Optar por um monitor de TV com fixação própria para paredes.



Para objectos baixos, usar tapetes anti-derrapantes.



Aplicar discos ou pastilhas adesivas em objectos frágeis.



Instalar corinas ou aplicar película auto-adesiva nos vidros das janelas.