



Jogo do **Ganso Gigante** da Autoproteção



ProtecCyL/CIM-BSE

Plan de promoción de la Autoprotección
Plano de promoção da Autoproteção

Perguntas

CASILHA 2

Qual é um dos perigos naturais mais frequentes em la Comunidade Intermunicipal das Beiras e Serra da Estrela de Portugal (CIM-BSE)?

Os incêndios florestais causados por raios ou as inundações.

CASILHA 3

Se houver uma pessoa a afogar-se, o que deves fazer?

Socorrê-la (se possível), lançar-lhe um elemento flutuante (boia, flutuador, bola...), avisar um nadador-salvador ou, se não houver, ligar para o 1-1-2.

CASILHA 4

Como evitarias riscos se derrubares um copo de água na cozinha?

Secando o chão e evitando pisá-lo até estar seco.

CASILHA 7

O que podes fazer para evitar intoxicações por gás?

Ventilar diariamente e manter as revisões em dia.

CASILHA 8

Em média, quantas chamadas recebe o Centro de Emergências 1-1-2 de CIM-BSE por ano?

Quase um milhão.

CASILHA 10

Ao conduzir com condições meteorológicas adversas, deves aumentar ou diminuir a distância de segurança?

Aumentar.

CASILHA 11

Como posso evitar que uma criança caia pelas escadas, varanda ou terraço?

Colocando barreiras de segurança e vigiando a criança constantemente.



CASILHA 13

Estás num concerto com muita gente e há um aviso de evacuação, o que deves fazer primeiro?

Manter a calma, seguir as instruções dos serviços de segurança e as rotas de evacuação.

CASILHA 15

Explica pelo menos duas medidas de segurança ao utilizar braseiros ou lareiras.

Apagar antes de dormir, ventilar frequentemente, colocar uma barreira na lareira, manter as crianças afastadas e realizar revisões periódicas para garantir o bom funcionamento.

CASILHA 16

Se estivermos na Europa, qual é o número que devemos marcar em caso de necessidade de atenção sanitária urgente?

O 1-1-2.

CASILHA 17

Como se chama o Programa de Promoção da Autoproteção de Castilla y León e CIM-BSE?

ProtecCyL/CIM-BSE.

CASILHA 20

Na imagem vemos um elemento de segurança para o carro: o assento infantil. Mas que elementos de segurança podemos usar num trotinete elétrico? Indica pelo menos dois.

Colete refletor, capacete, luzes... (e nunca usar auriculares).

CASILHA 21

Estás numa caminhada pela montanha e és apanhado por uma forte tempestade com chuva e relâmpagos. Onde deves refugiar-te?

Procurar abrigo, mas se não encontrar, refugiar-me no interior de uma floresta densa. Nunca debaixo de uma árvore isolada.

CASILHA 22

Como se chama o conjunto de medidas e ações que podemos aplicar no dia a dia para evitar certos perigos ou saber como agir em caso de emergência?

Autoproteção.



CASILHA 24

O que farias se o secador caísse no lavatório com água?

Desligá-lo rapidamente da tomada.

CASILHA 25

Fazer um churrasco na montanha num dia de verão muito quente é uma boa ou má ideia?

Má, pode causar um incêndio florestal.

CASILHA 28

Indica pelo menos uma medida preventiva para evitar quedas.

Manter o espaço (casa, escola, etc.) limpo e organizado, com o chão seco. Prestar atenção onde caminhamos. Utilizar corrimões nas escadas e pegas de segurança no chuveiro.

CASILHA 29

Indica dois elementos onde devemos evitar refugiar-nos se estivermos na rua e houver ventos muito fortes.

Andaimes, gruas, cornijas, vasos pendurados nas janelas, árvores, muros em mau estado.

CASILHA 30

O que deves fazer para atravessar a estrada se fores uma criança?

Esperar por um adulto, atravessar na passadeira e, se não houver, atravessar quando não houver carros, mas sem correr.

CASILHA 33

Andas de bicicleta ou trotinete elétrica e aproximas-te de uma zona escolar com famílias por perto. O que deves fazer?

Reduzir a velocidade e manter a distância de segurança.

CASILHA 34

Indica dois serviços de assistência à cidadania que fazem parte do Sistema de Proteção Civil.

Serviços de prevenção, extinção de incêndios e salvamento (bombeiros); forças e corpos de segurança (polícia, exército, etc.); serviços de assistência sanitária em emergências; serviços de socorro, resgate e salvamento; voluntários de proteção civil.



CASILHA 35

Quais os elementos do veículo que devem ser verificados antes de sair para a estrada durante uma onda de frio?

Anticongelante, travões, pneus e combustível.

CASILHA 37

O que significam as siglas PAS?

Proteger, Avisar e Socorrer.

CASILHA 38

O que deves fazer se alguém se engasgar e começar a tossir?

Encorajá-la a continuar a tossir e não lhe bater nas costas.

Fazer a manobra de Heimlich: abraçar a pessoa pelas costas, colocar um punho fechado quatro dedos acima do umbigo e a outra mão sobre o punho. Pressionar para dentro e para cima. Repetir o movimento cinco vezes.

CASILHA 39

O que deves fazer em caso de fuga de uma substância química numa indústria perto de casa?

Se estiveres na rua, protege as vias respiratórias com lenços ou panos e procura abrigo. Fica em casa, fecha portas e janelas, baixa as persianas e afasta-te delas. Não uses aparelhos de ventilação. Evita os pisos baixos dos edifícios, como caves e garagens. Sobe, se possível, aos pisos superiores. Segue as recomendações das autoridades.

CASILHA 40

Indica dois elementos de autoproteção que deves levar ao andar de bicicleta.

Luzes, colete refletor, capacete, campainha ou buzina.

CASILHA 43

Indica duas medidas preventivas para não te perderes na montanha.

Usar mapa e bússola ou GPS, avisar familiares ou conhecidos da tua rota, consultar a previsão meteorológica e evitar sair em caso de nevoeiro, chuva forte ou vento.

CASILHA 44

Como apagarías uma frigideira se o óleo se incendiar?

(Correto qualquer) Com manta ignífuga, tapando com um pano húmido ou com uma tampa. NUNCA com água.



CASILHA 46

Como se chama o perigo natural causado por chuvas intensas?

Inundações.

CASILHA 47

Ordena a sequência de ações em caso de atropelamento: Avisar, Proteger, Socorrer a pessoa.

Proteger, avisar e socorrer a pessoa. PAS.

CASILHA 48

Uma pessoa que circula numa estrada rural sem passeio, por que lado deve caminhar em relação ao sentido da marcha?

Pelo lado esquerdo.

CASILHA 49

O que significam as siglas INEM?

Instituto Nacional de Emergência Médica.

CASILHA 51

Se conduzires num dia com previsão de muita neve, como deve estar o depósito de combustível?

Cheio.

CASILHA 55

O que pode acontecer se, durante dias muito quentes, não beberes água suficiente?

Desidratação.



CASILHA 56

Ao anoitecer, vais a pé por uma estrada. O que deves fazer?

Usar uma peça refletora ou luzes (lanterna, frontal, etc.).

CASILHA 57

As alterações climáticas afetam as inundações, secas e incêndios florestais?

Sim, tornam-nos mais frequentes e intensos.

CASILHA 60

O que podemos fazer para reduzir o impacto ambiental dos nossos resíduos?

Indica pelo menos duas coisas.

Reduzir, reutilizar, reciclar, reparar.

CASILHA 61

Perigo natural causado por frio extremo, gelo e neve.

Onda de frio.

CASILHA 62

Estás numa zona de banho sem nadador-salvador e há uma pessoa a sofrer um golpe de calor. O que NÃO deves fazer?

Colocá-la subitamente em água fria.





ProtecCyL/CIM-BSE

Plan de promoción de la Autoprotección
Plano de promoção da Autoproteção



Interreg



Cofinanciado por
la Unión Europea
Cofinanciado pela
União Europeia

España – Portugal

