

No dia 13 de OUTUBRO, às 10H13, todas as pessoas, onde quer que estejam, estão convidadas a participar no exercício nacional, praticando os três gestos básicos de proteção em caso de sismo:

Baixar – baixe-se sobre os joelhos, esta posição evita que possa cair durante o sismo, mas permite mover-se;

Proteger – proteja a cabeça e o pescoço com os braços e as mãos e procure abrigar-se, coloque-se se possível sob uma mesa resistente e segure-se a ela firmemente;

Aguardar – aguarde até a terra parar de tremer.

O exercício A TERRA TREME tem a duração de um minuto e qualquer cidadão pode participar, individualmente ou em grupo.

Promovido pela Autoridade Nacional de Proteção Civil, em parceria com diversas entidades públicas e privadas, este projeto enquadra-se nos objetivos da Estratégia Internacional para a Redução de Catástrofes das Nações Unidas e no trabalho continuado que temos mantido junto do Ministério da Educação, no contexto da Educação para o Risco, destacando-se na campanha deste ano, a nossa atenção para com o público mais infantil, jardins de infância e escolas do 1º ciclo do ensino básico, adequando também a linguagem da campanha e apostando em materiais lúdicos e pedagógicos, que incentivem o conhecimento e a participação. As nossas crianças e jovens são importantes agentes de mudança, não só pela aquisição de competências que lhes permitam saber o que fazer e não fazer perante cada risco, mas como valiosos transmissores de uma cultura de prevenção à família e à comunidade onde vivem.

Para além da prática dos 3 gestos, no minuto definido para o exercício, A TERRA TREME procura promover a discussão e a aprendizagem sobre como agir antes, durante e após um sismo. É um exercício que vai ser realizado pela quarta vez em Portugal e é inspirado no modelo norte-americano ShakeOut.

O presente email constitui-se como uma ferramenta de divulgação da presente iniciativa e ainda como um pedido de disseminação da mesma – escolas, universidades, empresas, agentes de proteção civil, serviços municipais de proteção civil, e outros (familiares e amigos), promovendo uma participação ativa, informada e consciente.

Para mais informações e dados adicionais, queiram por favor consultar o site www.aterratreme.pt, que resume a informação essencial sobre o projeto.