

## Poemas - Os sismos

Se dos sismos te queres proteger,  
As regras tens de cumprir,  
Muita casa a cair vai haver,  
E deles tens que fugir!

*Alexandre*

No dia 15 de novembro  
A Terra vai tremer  
Eu lembro-me  
Que a gente vai enlouquecer!

No caso de um sismo ocorrer  
Alguns cuidados debes ter  
Nunca uses elevador  
E abriga-te no vão da porta interior!

*Cláudia*

Na rua afasta-te dos postes de eletricidade  
E afasta-te de outras construções  
Mantém a serenidade  
E lembra-te destas recomendações!

*Camila*

Os sismos  
São tremores de terra  
Se se entra em pânico  
Toda a gente berra!

*Débora*

Foi um grande maremoto  
Que destruiu a nossa Lisboa  
Com muitas obras e dedicação  
Ficou muito boa!

*Cármen*

Um sismo está a acontecer,  
Quando a Terra tremer,  
As regras de segurança aprendemos,  
Para saber como fazemos.  
Um Kit vamos organizar,  
Onde nada pode faltar,  
Desligar água, luz e gás,  
E não deixar ninguém para trás!

*Dinis*

Para um sismo aguentar  
Dirigi-te para um lugar aberto,  
Muito calmo tens de estar,  
Mas nunca perto do mar!

*Fábio*

Os sismos destroem tudo,  
Nisso não vou pensar,  
A água faz cair um aqueduto,  
E também coisas que não posso imaginar!

*Fernando*

Quando um sismo ocorrer  
Muita coisa terei de fazer  
A primeira será  
Certamente me proteger!  
Um kit tenho de fazer  
Para me proteger  
Do que vai acontecer  
Se a Terra tremer!

*Martim*

Um sismo é uma desgraça  
É perigoso e causa destruição  
Cada réplica é uma ameaça,  
E é preciso ter muita precaução!

*Matias*

Nos sismos  
Tens que te proteger,  
Se não agimos  
É provável que possamos morrer!

*Ricardo*

Os sismos são terramotos,  
Por isso temos de ter cuidado.  
Temos de ter na mão sempre os focos  
E o Kit comprado.  
Temos de ter o Kit nas mãos,  
Em caso de emergência,  
Salvar os cidadãos  
Da tragédia em iminência.

*Gustavo*

Quando a Terra treme está tudo a mexer  
Devemos de ter atenção,  
Calma temos de ter  
E procurar proteção!

*Júlia*

Em caso de sismo  
Atenção debes ter  
E também muito cuidado  
E um kit debes fazer!  
Deves ter um estojo de primeiros socorros

Para estares bem preparado  
Não debes correr na rua  
E debes ficar bem abrigado.

*Leonor*

Tens de ter atenção com os sismos,  
E também cuidados debes ter  
Porque pode provocar abismos  
Em qualquer momento podem acontecer!  
Com os sismos devemos ter cuidado,  
Longe do mar devemos estar  
E um kit preparado,  
Para do perigo escapar!

*Simão*

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS  
DE MONÇÃO  
ESCOLA BÁSICA DE ESTRADA,  
MONÇÃO



# Sismos



Os sismos, também chamados terramotos ou tremores de terra, são vibrações da crosta terrestre causadas pelo movimento brusco de enormes placas que a formam. Essas vibrações podem durar poucos segundos ou alguns minutos. Após o primeiro abalo sísmico seguem-se outros a que se dá o nome de réplicas.

Em caso de emergência, **ligue:**

**Bombeiros: 251 652 303**

**GNR: 251 652 321**

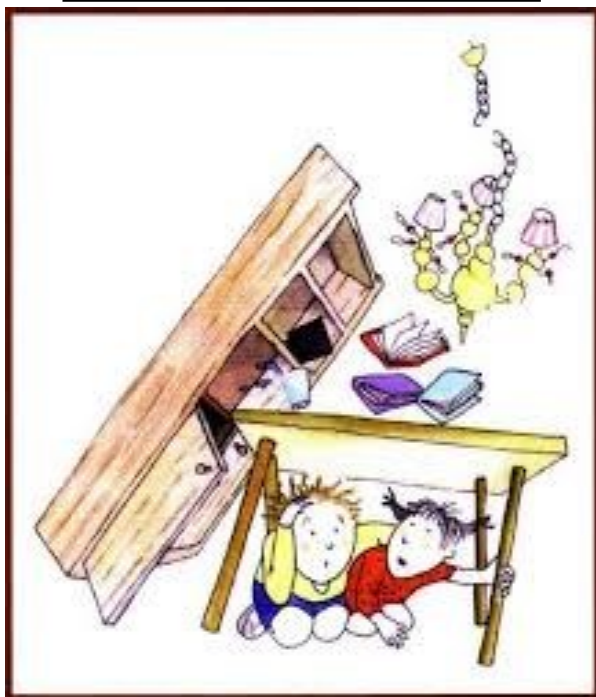
15 de novembro de 2019

No dia 13 de outubro celebra-se o *Dia Internacional para a Redução de Catástrofes*. No dia 15 de novembro assinalamos esta iniciativa com diferentes atividades.

*A TERRA TREME* é um exercício que pretende alertar e sensibilizar a população para agir antes, durante e depois da ocorrência de um sismo. Durante um minuto, a população deverá praticar os 3 gestos que podem salvar vidas em caso de sismo – **Baixar, Proteger e Aguardar**.

(Informação: Direção -Geral da Educação)

### Pinta o desenho



Observa o desenho.

Se ocorrer um sismo, protege-te!

## Antes de um sismo

### Plano de emergência:

#### Devemos:

- \* Organizar um “**Kit de emergência**” com uma lanterna, um rádio (com pilhas de reserva para ambos), um extintor e um estojo de primeiros socorros.
- \* Identificar os locais da casa que sejam mais seguros.
- \* Armazenar água em recipientes de plástico fechados e alimentos enlatados para três dias.
- \* Saber como se desliga a água, o gás e a eletricidade.
- \* Ter em local acessível os números de telefone dos serviços de emergência.

## Durante o sismo

#### **O que pode acontecer?**

- \* Pânico;
- \* Desmoronamento de edifícios;
- \* Queda de árvores, de cabos elétricos, móveis, candeeiros...
- \* Incêndios e explosões de gás.

(Informação retirada do manual do 4º ano—Pasta Mágica—Areal Editores)

## Como devemos proceder?

#### **Em casa:**

- ◆ Não utilizar os elevadores.
- ◆ Manter-se afastado das janelas, dos espelhos e dos móveis altos.
- ◆ Abrigar-se no vão de uma porta interior.

#### **Na rua:**

- ◆ Dirigir-se para um local aberto longe do mar
- ◆ Não andar a vaguear pelas ruas.
- ◆ Manter-se afastado dos edifícios, dos postes da eletricidade, varandas...

## Depois do sismo

- ◆ Manter a calma e contar com a ocorrência de réplicas.
- ◆ Não se precipitar para as escadas ou saídas.
- ◆ Não acender fósforos ou isqueiros.
- ◆ Ligar o rádio e cumprir as recomendações que forem difundidas.
- ◆ Evitar passar por locais onde existam fios elétricos soltos.
- ◆ Cortar a água e o gás e desligar a eletricidade.

(Informação retirada do manual do 4º ano—Pasta Mágica—Areal Editores)