



A IMPORTÂNCIA DAS UNIDADES LOCAIS DE PROTECÇÃO CIVIL EM CONTEXTO DE CATÁSTROFE



A IMPORTÂNCIA DAS UNIDADES LOCAIS DE PROTECÇÃO CIVIL EM CONTEXTO DE CATÁSTROFE

VIDA ASSOCIATIVA

VOLUNTARIADO

As Unidades Locais de Protecção Civil desempenham um papel essencial na prevenção, resposta e recuperação em situações de catástrofe. A sua proximidade às populações, rapidez de actuação e articulação com outros agentes permitem minimizar danos, proteger vidas humanas e reforçar a resiliência das comunidades afectadas.



A IMPORTÂNCIA DAS UNIDADES LOCAIS DE PROTECÇÃO CIVIL EM CONTEXTO DE CATÁSTROFE

Num mundo cada vez mais marcado por fenómenos naturais extremos, acidentes tecnológicos e situações de risco colectivo, a Protecção Civil assume um papel de relevância fundamental na salvaguarda de vidas humanas, bens materiais e do equilíbrio social. Em particular, as Unidades Locais de Protecção Civil destacam-se como estruturas essenciais na prevenção, resposta e recuperação em contexto de catástrofe, dada a sua proximidade às populações e o conhecimento aprofundado do território onde actuam.

As Unidades Locais de Protecção Civil constituem o primeiro elo de resposta perante uma emergência. A sua actuação rápida e organizada pode fazer a diferença entre o controlo de um incidente e a sua evolução para uma tragédia de grandes proporções. Em cenários de catástrofe, como sismos, cheias, incêndios florestais ou deslizamentos de terras, o tempo de reacção é determinante. A proximidade geográfica destas unidades permite uma mobilização quase imediata de meios humanos e materiais, reduzindo significativamente os impactos iniciais do desastre.

Para além da resposta imediata, estas unidades desempenham um papel crucial na fase de prevenção. Através de acções de sensibilização junto das populações, simulacros, planos municipais de emergência e identificação de zonas de risco, contribuem para o aumento da resiliência comunitária. Uma população informada e preparada reage de forma mais eficaz em situações críticas, seguindo orientações adequadas e evitando comportamentos de risco que possam agravar a situação.

Outro aspecto de elevada importância prende-se com a articulação entre as Unidades Locais de Protecção Civil e os restantes agentes de protecção, como bombeiros, forças de segurança, serviços de saúde e autarquias. Em contexto de catástrofe, a coordenação é essencial para garantir uma resposta integrada e eficiente. As unidades locais funcionam como elementos de ligação entre o nível municipal e as estruturas regionais e nacionais, assegurando que a informação circula de forma clara e que os recursos são distribuídos de acordo com as necessidades reais no terreno.

Após a ocorrência de uma catástrofe, as Unidades Locais de Protecção Civil mantêm um papel activo na fase de recuperação. A avaliação de danos, o apoio às populações desalojadas, a reposição de serviços essenciais e a colaboração na reconstrução são tarefas que exigem um conhecimento profundo da realidade local. A confiança estabelecida entre estas unidades e a comunidade facilita a implementação de medidas de apoio e a retoma progressiva da normalidade.

Em síntese, as Unidades Locais de Protecção Civil representam um pilar fundamental do sistema de protecção e socorro. A sua presença próxima, a capacidade de intervenção rápida e o envolvimento directo com as populações tornam-nas indispensáveis em contexto de catástrofe. Investir na sua formação, equipamento e valorização é investir na segurança colectiva e na protecção da vida humana, valores que devem estar no centro de qualquer sociedade responsável e solidária.



A IMPORTÂNCIA DE UM KIT DE SOBREVIVÊNCIA EM CADA LAR

A importância de um Kit de Sobrevivência em cada lar está directamente ligada à **preparação para situações de emergência** como desastres naturais, incêndios, falhas prolongadas de energia, acidentes domésticos ou necessidade de evacuação rápida. Estar preparado reduz o pânico, aumenta a segurança e pode **salvar vidas**.

Ter um kit de sobrevivência em casa permite:

- **Resposta imediata a emergências**, sem depender de ajuda externa nas primeiras horas ou dias seguintes;
- **Protecção da família**, especialmente crianças, idosos e pessoas com necessidades especiais
- **Redução do stress e da confusão**, pois todos sabem o que fazer e onde encontrar os recursos
- **Autonomia temporária**, caso serviços essenciais (água, electricidade, comunicações) falhem

Um kit bem preparado garante que a família consiga **sobreviver pelo menos 72 horas** de forma segura.

❖ O Ponto de Encontro Familiar

É essencial para garantir que todos os membros do agregado familiar se reencontrem caso sejam separados.

Deve ser:

- **Definido previamente**
- **Conhecido por todos**
- **Seguro e de fácil acesso**

- Definir **dois pontos de encontro**:
 - Um **próximo da residência** (ex.: portão, praça ou casa de um vizinho)
 - Um **externo à área** (ex.: casa de um familiar ou local público seguro)
- Ensinar às crianças **como chegar ao local**
- Incluir o ponto de encontro num **plano familiar escrito**, guardado junto ao kit

❖ A Composição do Kit de Sobrevivência

Deve ser adaptado ao número de pessoas da casa e revisto regularmente.

❖ Água e Alimentação

- Água potável (mínimo **3 litros por pessoa/dia**)
- Alimentos não perecíveis (enlatados, barras energéticas, frutos secos)
- Abre latas e saca-rolhas

❖ Primeiros Socorros

- Kit de primeiros socorros completo
- Medicamentos de uso regular
- Máscaras, luvas descartáveis e álcool/desinfectante



❖ Iluminação e Comunicação

- Lanterna(s) e pilhas extras
- Rádio a pilhas ou manivela
- Power bank carregado e cabos

❖ Vestuário e Protecção

- Roupas de acordo com a estação.
- Cobertores térmicos
- Máscaras de protecção (pó/fumo)

❖ Documentação e Utilidades

- Cópias de documentos importantes (em saco impermeável)
- Dinheiro em numerário
- Apito, canivete ou ferramenta multiusos
- Fita adesiva e corda resistente

❖ Necessidades Especiais (se aplicável)

- Itens para bebés (fraldas, leite)
- Produtos de higiene pessoal
- Material para animais de estimação

❖ Manutenção do Kit

- Verificar validade dos alimentos e medicamentos **a cada 6 meses**
- Actualizar conforme mudanças na família
- Guardar o kit em **local acessível e identificado**

Conclusão

Um kit de sobrevivência e um ponto de encontro bem definidos **não são sinais de medo**, mas sim de **responsabilidade e prevenção**. A preparação antecipada pode fazer toda a diferença entre o caos e a segurança quando uma emergência acontece.

Se quiser, posso adaptar este conteúdo para **folheto informativo, apresentação escolar ou plano familiar personalizado**.

VIDA ASSOCIATIVA

- No passado dia 9 de Fevereiro recebemos as chaves de mais uma loja na Freguesia de Santa Clara onde iremos desenvolver um projecto de saúde em parceria com a A.P.P.S.H.O. com quem temos mantido reuniões de trabalho com vista à apresentação do projecto.





- Estivemos presentes nas seguintes reuniões;
- ❖ Fórum da Comissão Comunitária da Alta de Lisboa;
- ❖ Grupo de Envelhecimento do Lumiar;
- ❖ Grupo de Segurança e Acessibilidades da Alta de Lisboa;
- ❖ Grupo de Segurança e Acessibilidades da Ameixoeira/Galinheiras;
- ❖ Grupo de Segurança e Acessibilidades do Lumiar

INSTALAÇÕES

- ❖ No dia 9 do corrente mês recebemos das mãos do Sr. Presidente da Câmara Municipal de Lisboa, no salão Nobre da Câmara, mais uma loja na Freguesia de Santa Clara, onde iremos desenvolver actividades nas áreas de saúde e nutrição destinadas especialmente à população residente.



- ❖ Encontramo-nos em diálogo com o Sr. Presidente da Junta de Freguesia de Santa Clara, Sr. Dr. Carlos Castro com o fim de estabelecermos um protocolo de colaboração para a área da saúde oral.

A ANAFS NO TERRENO

- A nossa parceira **ANAFS** – Associação Nacional dos Alistados das Formações Sanitárias esteve no terreno, na região de Leiria, a prestar auxílio na reconstrução e distribuição de bens essenciais após a catástrofe que assolou esta região. A todos os seus voluntários que estiveram no Teatro de Operações o nosso reconhecimento.



- Aos novos corpos gerentes da ANAFS que tomaram posse no passado dia 27 do corrente desejamos as maiores felicidades e a concretização de todos os seus sonhos.



CAMPANHA IRS

Um pequeno gesto para si, um grande passo para quem precisa. Consigne-nos 1% do seu IRS e ou do seu IVA.

No Modelo 3, no quadro 11(Consignação do IRS), e nas entidades beneficiárias escolha o campo 1101 (Instituições Particulares de Solidariedade Social...) e inscreva o nosso **NIF 516 210 742** não esquecendo de marcar o **quadradinho do IRS ou do IVA** conforme seja o seu caso.



Sabia que pode apoiar a **SOCIAL GENERATION** sem gastar mais?

Ao consignar **1% do seu IRS e do seu IVA**, está a transformar impostos em impacto social real.

QUOTIZAÇÃO



Lembramos os nossos estimados sócios que as quotas também podem ser pagas através de MBWAY pelo n.º **+351 928 485 500**.

FAÇA-SE SÓCIO



Junte-se à Social Generation e faça parte da mudança! A sua contribuição é essencial para construir um futuro mais justo e sustentável para todos. **Faça-se sócio.**

VOLUNTARIADO

Doe um pouco do seu tempo e transforme muitas vidas. Há alguém esperando por si, a sua ajuda faz a diferença. **Seja voluntário.**

