

# PLANO DE EMERGÊNCIA INTERNO 2024/ 2025



# PLANO DE EVACUAÇÃO

# Metodologia de trabalho e Calendarização do Simulacro de Evacuação geral Diretor de Turma

Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto

## Metodologia e Plano de trabalho nas aulas de Cidadania e Desenvolvimento/ Diretor de Turma.

- Análise e estudo dos caminhos de evacuação da escola (plantas top.)
- Análise das instruções de Atuação e procedimentos nas evacuações (ppt de apoio);
- Realizar o treino da Evacuação, com saída da sala de aula até ao Ponto de Encontro definido nas plantas;
- Realizar o treino real de situações de Emergência por Sismo ou Terramoto dentro da sala de aula (A Terra Treme).

## Calendarização das atividades

- Realizar o treino da simulação de evacuação com o Diretor de Turma até ao dia 24 de janeiro de 2025.

### **Simulacro Geral de Evacuação**

**Realizar-se-á no dia 29 de janeiro de 2025 (se as condições meteorológicas permitirem)**

**A hora não será divulgada antecipadamente.**

- O Diretor de Turma deverá sumariar o treino da simulação de evacuação com os alunos e deverá realizar tantas vezes quantas entender necessário. A realização do simulacro geral também deverá ser sumariada pelos restantes professores.

# Proposta de metodologia a adotar pelo Diretor de Turma com os seus alunos:

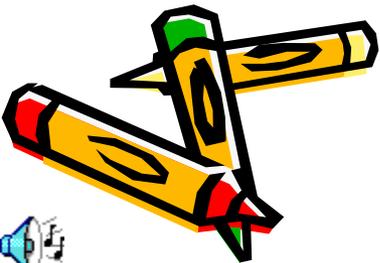
1. Apresentação aos alunos do PowerPoint “Plano de Emergência Interno 2024/2025” e reflexão sobre o mesmo na aula de Cidadania e Desenvolvimento / Diretor de Turma.
2. Realização, com os alunos, de treinos de evacuação (as que o Diretor de Turma entender que sejam necessárias para a turma)
3. Sumariar os treinos de evacuação no sumário eletrónico da turma.

Nota: na página da Internet do Agrupamento poderão encontrar toda a documentação relativa ao Plano de Emergência Interno da Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto.

**Endereço - <http://www.aecb.pt>**



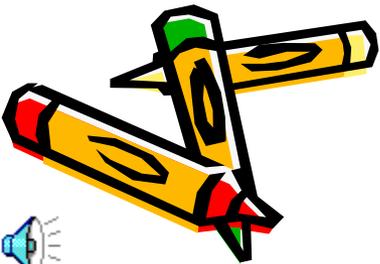
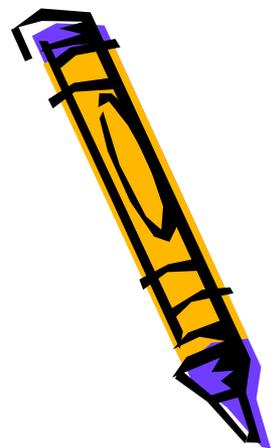
# Segurança na Escola



# Instruções gerais de segurança

*Em caso de emergência DEVE:*

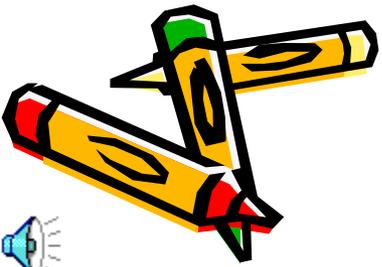
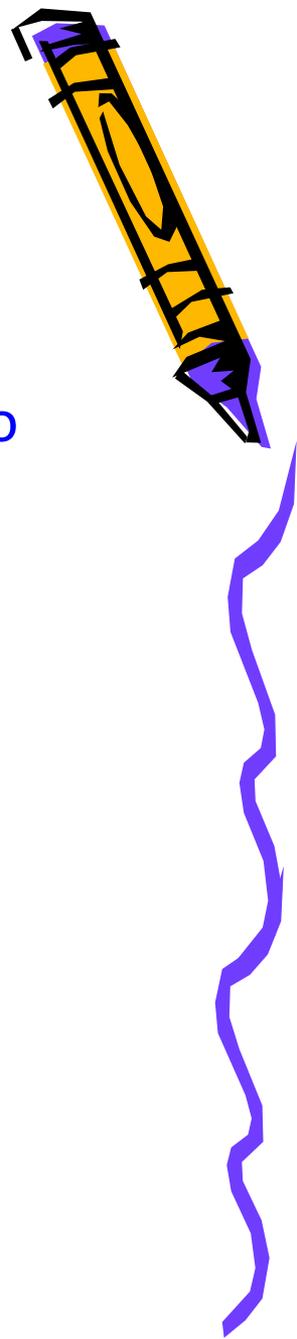
- . Manter a calma
- . Não entrar em pânico
- . Não ligar nem desligar luzes
- . Abandonar o edifício dirigindo-se para as saídas indicadas
- . Seguir a sinalização de segurança
- . Fazê-lo com ORDEM, CALMA e RAPIDEZ
- . Descer as escadas encostado à parede
- . Obedecer às instruções do pessoal de segurança
- . Não gritar - Não empurrar - Não voltar atrás - Não correr



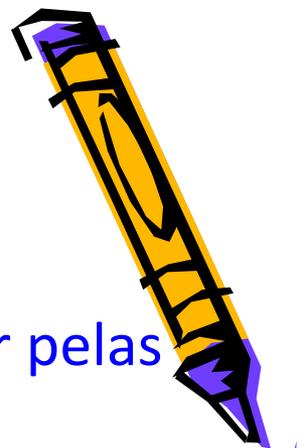
# ***Em caso de emergência DEVE:***

## ***Alunos:***

- . Seguir as instruções do professor
- . Abandonar a sala seguindo em fila indiana atrás do delegado (subdelegado) de turma
- . Abandonar o material escolar dentro da sala de aula
- . **Não correr** nem voltar atrás
- . **Descer as escadas encostado à parede**
- . Não parar nas portas de saída. Estas devem estar livres

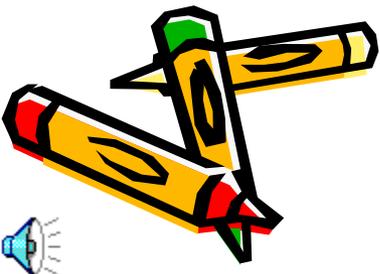


# ***Em caso de emergência DEVE:***



## ***Alunos:***

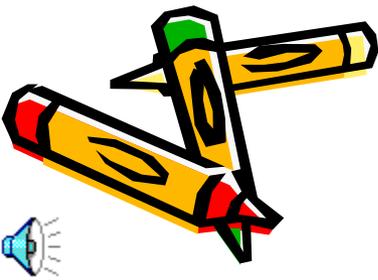
- . Dirigir-se ao local de reunião - Ponto de Encontro - e esperar pelas ordens dadas pelo professor
- . Caso não seja possível sair do local, desloque-se de imediato para as janelas exteriores, abra-as, e sinalize a sua presença acenando uma peça de roupa.
- . Em situações de permanência no espaço escolar, sozinho ou em grupo, devem seguir as instruções gerais de segurança e obedecer às instruções do pessoal de segurança.



# *Delegado (subdelegado) de Turma:*



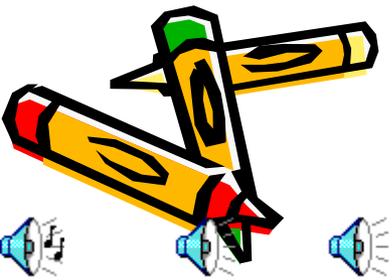
- . Abrir a porta da sala de aula, ao soar do sinal de alarme
- . Colocar-se à frente da fila indiana e sair da sala após a ordem do professor e dirigir-se à saída indicada (esta saída depende da localização da sala ou zona – ver plantas)
- . Conduzir os restantes alunos através dos corredores e escadas, até às portas de saída e daí até ao local de Ponto de Encontro
- . Auxiliar o professor a manter a ordem e na contagem dos seus colegas de turma, no Ponto de Encontro



# O que esperar em caso de sismo

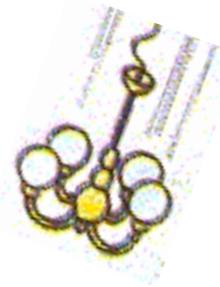
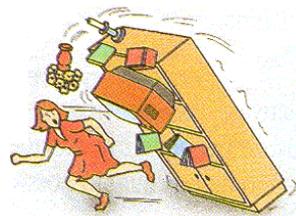
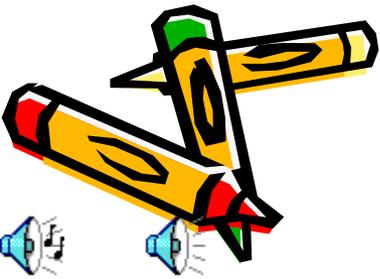
O primeiro indício de um sismo de grandes proporções poderá ser:

- . um tremor ligeiro perceptível pela oscilação de objetos suspensos e pelo abanar de objetos em prateleiras;*
- . um “bang” violento, semelhante à passagem de um avião supersónico;*
- . um ruído surdo e prolongado, que poderá ser bastante alto.*



Um ou dois segundos depois sentirá o verdadeiro sismo. É importante agir imediatamente. À medida que a vibração do solo aumenta o perigo também aumenta:

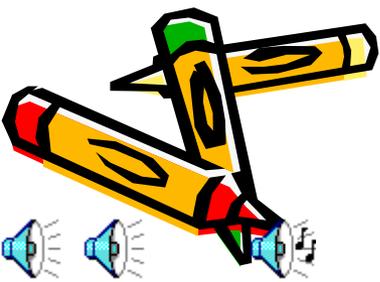
- . armários e prateleiras podem cair;
- . objectos suspensos do teto oscilarão e poderão soltar-se;
- . tetos falsos, seus componentes e equipamentos neles instalados poderão cair;



. caixilhos das portas poderão arquear fechando as portas violentamente

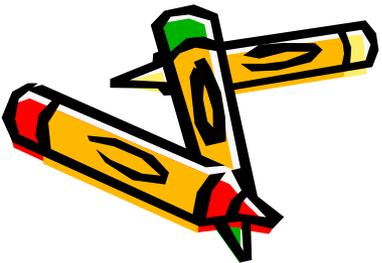


. caixilhos das janelas poderão arquear, quebrando os vidros e lançando estilhaços.

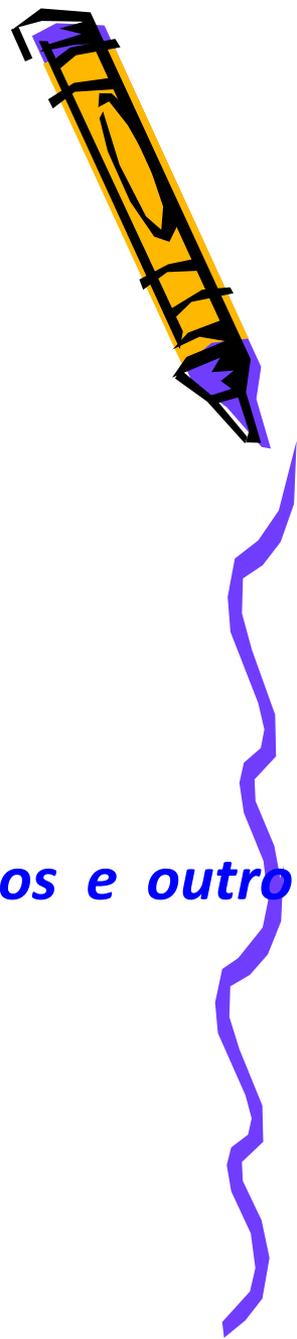


O ruído que acompanha o sismo e os seus efeitos será sempre assustador e provocar enorme tensão.

**É importante manter a calma nesses momentos.**

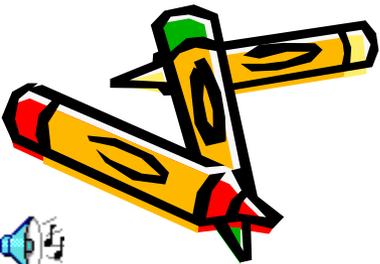


# O que fazer durante o sismo



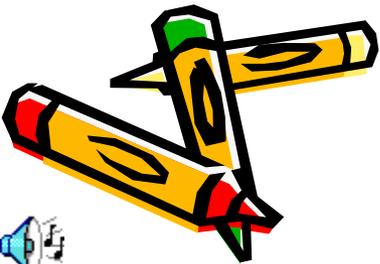
## **NO INTERIOR DO EDIFÍCIO:**

- . não deve tentar sair logo do edifício;*
- . não deve tentar sair pelas janelas;*
- . deve afastar-se de janelas e painéis de vidro;*
- . deve afastar-se de armários, prateleiras, objectos pesados e outro mobiliário que possa cair;*
- . não deve aceder às varandas;*
- . não deve utilizar o elevador.*



# Em salas de aula (sismo)

- . Os alunos e os professores devem proteger-se debaixo das secretárias, agarrar uma perna das mesas e proteger a cabeça e os olhos pressionando a cara contra os braços;
- . Os alunos devem aguardar com calma que o seu professor lhes dê instruções.



# Em zonas onde não haja possibilidade de se proteger (sismo)



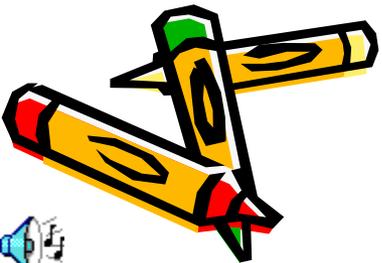
- . refugie-se junto de pilares, sob vigas e vãos de portas ou junto de uma parede interior, ajoelhe-se, coloque a cabeça junto aos joelhos, aperte as mãos firmemente por trás do pescoço e proteja os lados da cabeça com os cotovelos.*

## Em bibliotecas

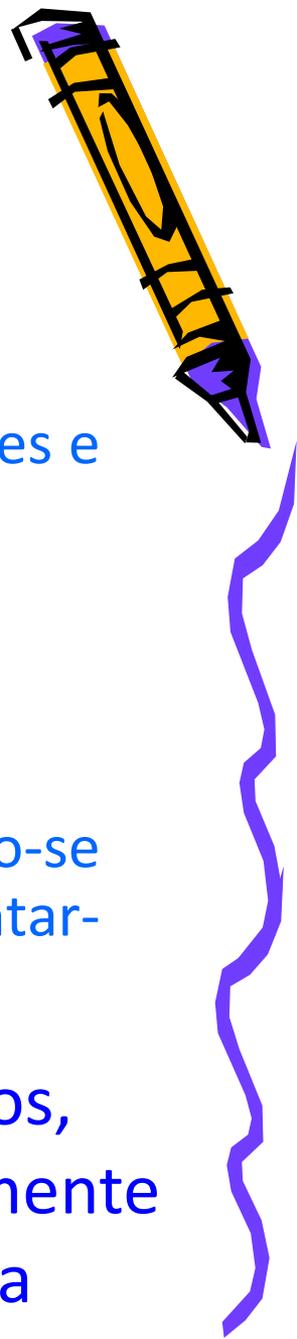
- . afaste-se imediatamente de janelas, painéis de vidro e estantes e proteja-se apropriadamente.*

## Em laboratórios e cozinhas

- . tente apagar todas as chamas antes de se proteger;*
- . afastar-se de todos os materiais perigosos que podem derramar.*



# NO EXTERIOR (sismo)



- . não deve reentrar no edifício, mantendo-se no exterior;
- . deve afastar-se de edifícios, muros, vedações, árvores, postes e cabos elétricos;
- . deve agachar-se ou deitar-se no solo e proteger a cabeça;
- . deve ir observando o que se passa em redor, mantendo-se alerta a possíveis perigos ou que o obriguem a movimentar-se.

No exterior ou no interior dos edifícios, quando um sismo ocorre, aja imediatamente ao primeiro indício ou sinal de alerta



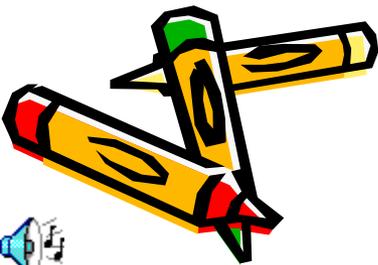
# O que fazer após o sismo

Deve proceder-se à evacuação das salas de aula e dos edifícios em geral, sob vigilância dos professores e dos elementos da estrutura de segurança.

*Todas as pessoas que se encontram no exterior no momento do sismo deverão dirigir-se para o local de Ponto de Encontro.*

## EVACUAÇÃO DO EDIFÍCIO

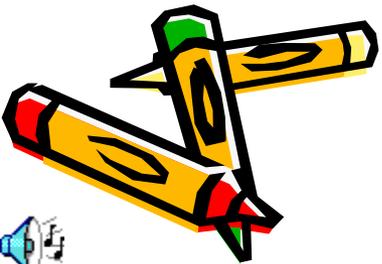
*. Devem seguir-se as instruções gerais de segurança da mesma forma, que no caso de evacuação anteriormente descrito.*



# Se o sismo ocorrer durante o intervalo:



- . durante o sismo quer no interior quer no exterior dos edifícios, os alunos e os professores devem seguir as medidas anteriormente descritas e tentar evitar qualquer risco potencial;
- . após o sismo os professores e os alunos devem seguir o processo de evacuação descrito e reunir-se no local de Ponto de Encontro.





Ponto de Encontro

## Campo de jogos



### Os professores devem:

- . reunir os alunos por turma e contá-los;
- . detetar todos os alunos feridos e prestar os primeiros socorros, quando necessário;
- . alertar os alunos para a hipótese da ocorrência de réplicas.

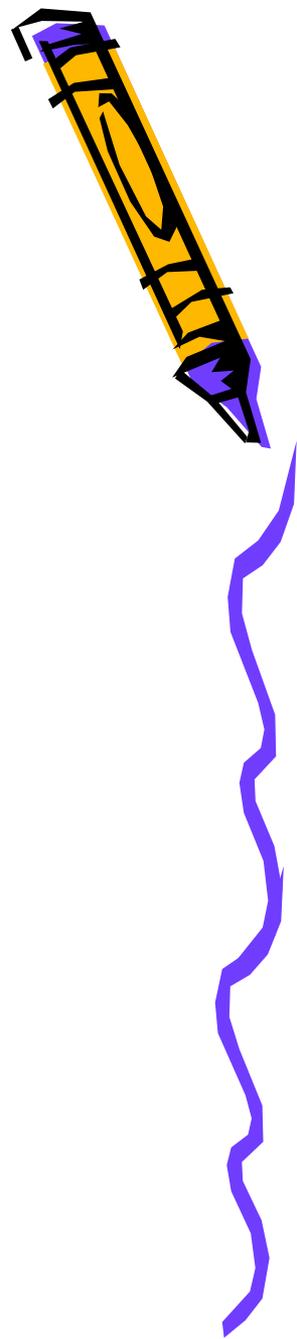
### Os alunos:

- . não devem regressar ao edifício;
- . devem manter-se a uma distância de pelo menos 5 m das fachadas, muros e vedações;
- . não devem beber água das torneiras ou recipientes abertos;
- . devem evitar qualquer contacto com cabos elétricos ou vedações metálicas.

**Todos devem permanecer no local de Ponto de Encontro e aguardar instruções – não ocupar as bancadas**



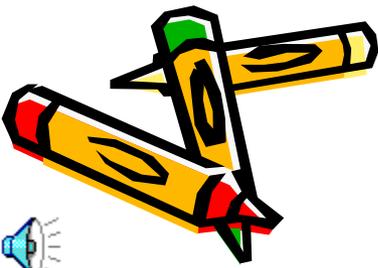
**A segurança na escola é um bem comum!**



**Por favor:**

- não toque nos extintores;**
- não mexa nos botões de alarme.**

**É importante que cada um tenha comportamentos seguros e responsáveis.**





Escola Básica e Secundária  
de Cabeceiras de Basto



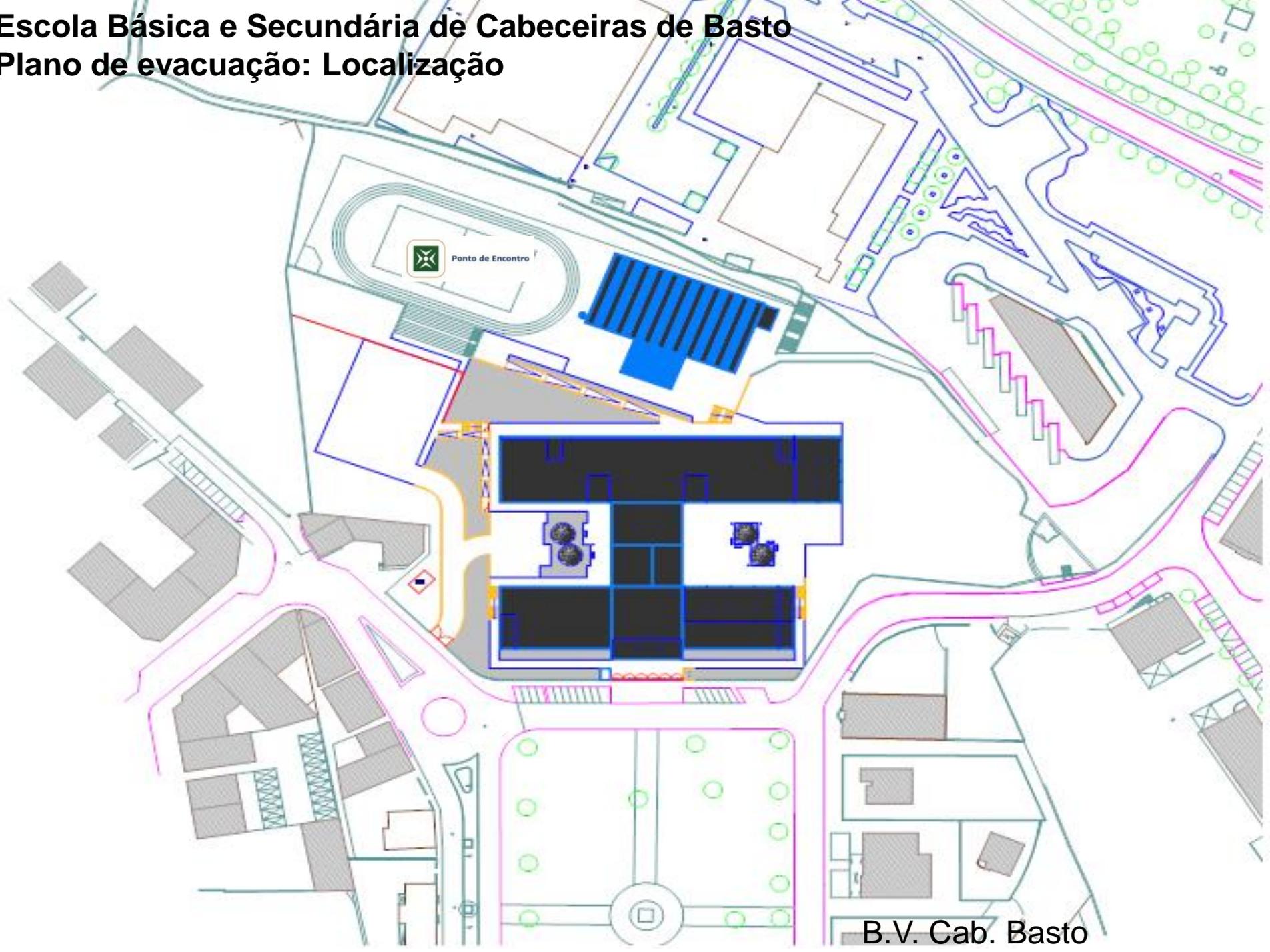
Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto

# Plantas de Evacuação



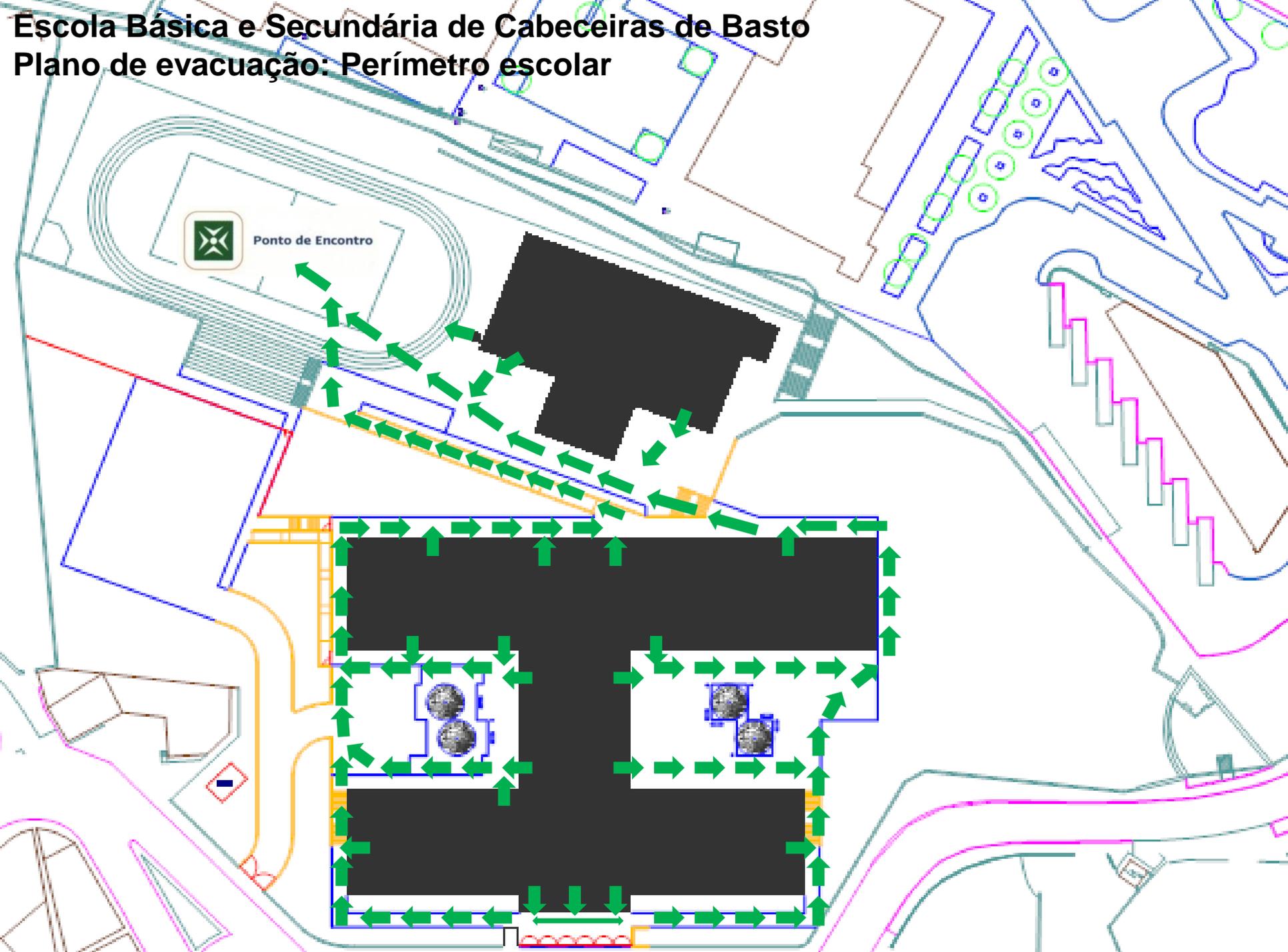
# Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto

## Plano de evacuação: Localização



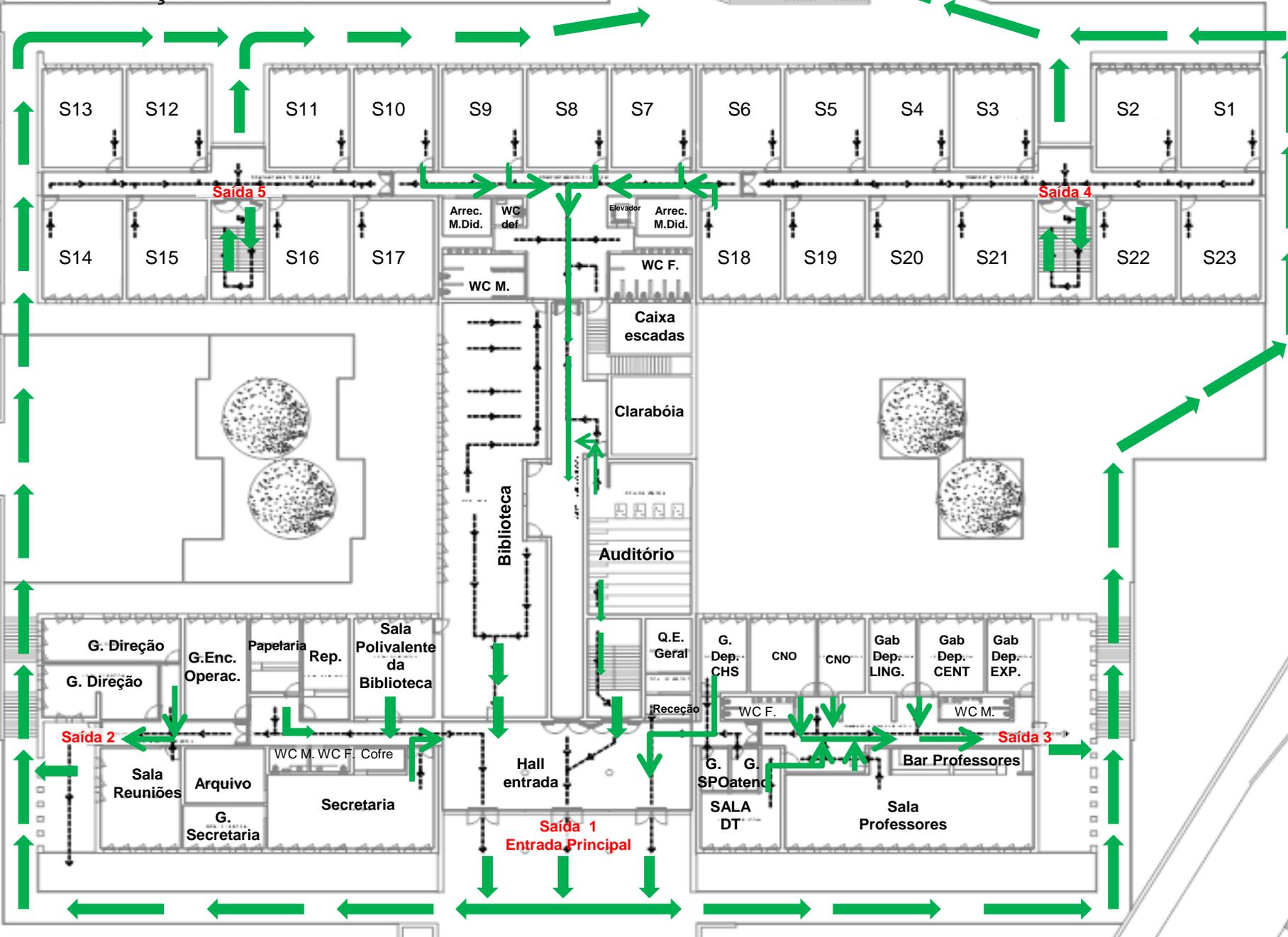
# Escola Básica e Secundária de Cabeceiras de Basto

## Plano de evacuação: Perímetro escolar



# Escola B/S de Cabeceiras de Basto

## Plano de evacuação – Piso 0



# Saídas - Piso 0 (andar superior)

Os ocupantes das salas e locais indicados, devem realizar a evacuação pelas seguintes saídas:

**Saída 1 (Entrada Principal)** – Salas 7,8,9,10,18; Gab. E. Operacional; Papelaria; Reprografia; Secretaria; Sala da Biblioteca; Biblioteca; Auditório; Recepção; Gab. do Departamento CHS; Gab. SPO; Gab. Atendimento.

**Saída 2** – Gab. Direção e Sala de Reuniões.

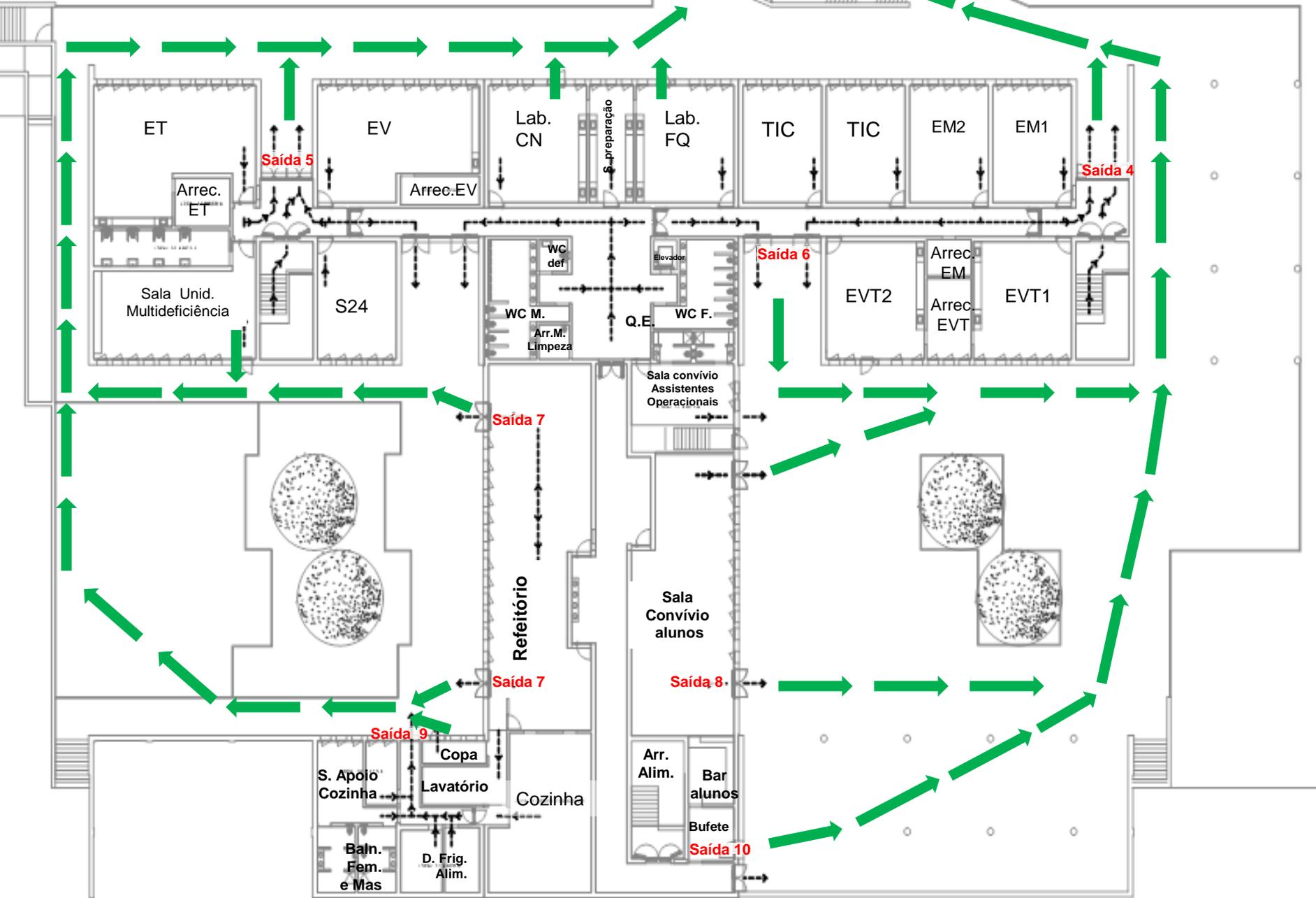
**Saída 3** - Sala DT; Salas CNO; 3 Gab. Departamentos; Sala Professores.

**Saída 4** - Salas: 1,2,3,4,5,6,19,20,21,22 e 23.

**Saída 5** - Salas: 11,12,13,14,15,16 e 17.

# Escola B/S de Cabeceiras de Basto

## Plano de evacuação: Piso -1



# Saídas - Piso -1 (andar inferior)

Os ocupantes das salas e locais indicados, devem realizar a evacuação pelas seguintes saídas:

**Saída 4** – Salas: EM1; EVT1.

**Saída 5** – Salas: EV; ET; S24.

**Saída 6** – Salas: EM2; EVT2; TIC1; TIC2;

**Saída 7** – Refeitório.

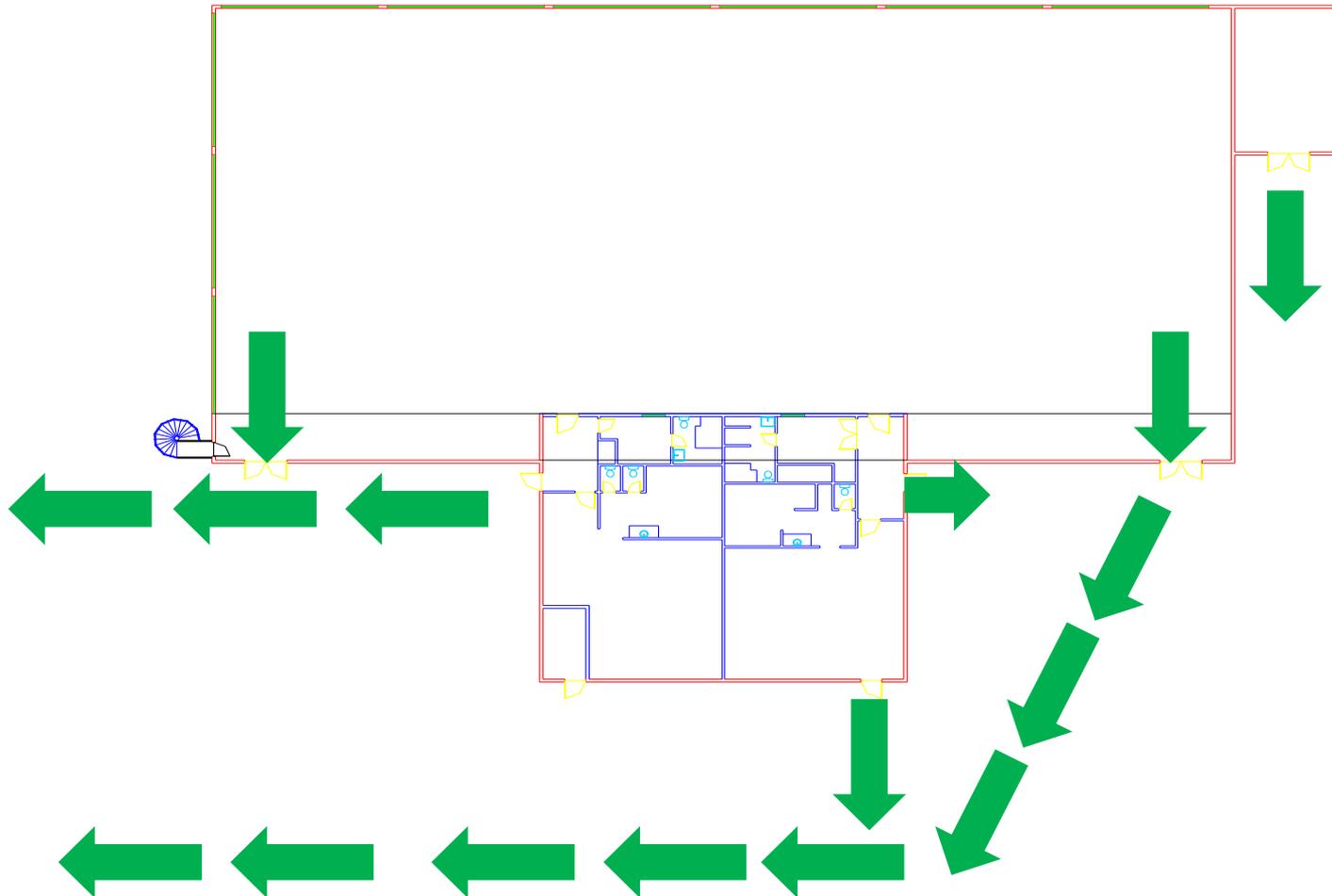
**Saída 8** – Sala Convívio alunos.

**Saída 9** – Cozinha e salas adjacentes.

**Saída 10** – Bar alunos e bufete.

**Saída Própria** – Sala Unidade de Multideficiência; Lab. CN e Lab. FQ; Pav. Gimnodesportivo.

# Pavilhão Gimnodesportivo





Escola Básica e Secundária  
de Cabeceiras de Basto



# QUADRO DO PLANO DE ATUAÇÃO E EQUIPA DE INTERVENÇÃO 2024/ 2025

(Será atualizado em cada ano letivo)

# NOME DOS ELEMENTOS DA EQUIPA DE INTERVENÇÃO 2024/ 2025

## ( ASSISTENTES OPERACIONAIS E RESPONSÁVEIS DE ÁREAS)

Zona	Manhã	Tarde	Noite	Funções
Salas Piso 0				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicar a emergência à Direção ou delegado de segurança.</li> <li>• Acionar o botão de alarme.</li> <li>• Utilizar os extintores, caso necessário.</li> <li>• Colaborar na orientação dos alunos em direção à saída.</li> <li>• Verificar a existência de ocupantes nos sanitários.</li> </ul>
Salas Piso -1				
Pavilhão Gimnodesportivo				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicar a emergência à Direção ou delegado de segurança.</li> <li>• Acionar o botão de alarme.</li> <li>• Desligar o depósito de aquecimento de água.</li> <li>• Utilizar os extintores, caso necessário.</li> <li>• Colaborar na orientação dos alunos em direção à saída.</li> <li>• Verificar a existência de ocupantes nos balneários.</li> </ul>
Cozinha Refeitório Sala Convívio de alunos				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicar a emergência à Direção ou delegado de segurança.</li> <li>• Acionar o botão de alarme.</li> <li>• Utilizar os extintores, caso necessário.</li> <li>• Colaborar na orientação dos alunos em direção à saída.</li> <li>• Verificar a existência de ocupantes nos sanitários.</li> </ul>
Secretaria				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicar a emergência à Direção ou delegado de segurança.</li> <li>• Acionar o botão de alarme.</li> <li>• Utilizar os extintores, caso necessário.</li> <li>• Verificar a existência de ocupantes nas instalações administrativas.</li> </ul>
Biblioteca				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Comunicar a emergência à Direção ou delegado de segurança.</li> <li>• Acionar o botão de alarme.</li> <li>• Utilizar os extintores, caso necessário.</li> <li>• Colaborar na orientação dos alunos em direção à saída.</li> </ul>

# NOME DOS ELEMENTOS DA EQUIPA DE INTERVENÇÃO 2024/ 2025

## ( ASSISTENTES OPERACIONAIS E RESPONSÁVEIS DE ÁREAS)

Zona	Manhã	Tarde	Noite	Funções
Sala Professores CNO Gab. Dep.				<ul style="list-style-type: none"> <li>Evacuar a sala de professores, CNO e Gab. Departamentos</li> <li>Desligar os aparelhos elétricos.</li> </ul>
Receção				<ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicar a emergência à Direção ou delegado de segurança.</li> <li>Acionar o botão de alarme.</li> <li>Colaborar na orientação dos ocupantes em direção à saída.</li> </ul>
Portaria				<ul style="list-style-type: none"> <li>Abrir o portão de entrada de veículos de emergência.</li> <li>Indicar o local da emergência às equipas de intervenção externa</li> <li>Impedir a entrada de pessoas no espaço escolar.</li> </ul>
Auditório				<ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicar a emergência à Direção ou delegado de segurança.</li> <li>Colaborar na orientação dos ocupantes para a saída.</li> </ul>
Papelaria Reprografia				<ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicar a emergência à Direção ou delegado de segurança.</li> <li>Evacuar a papelaria, a reprografia, a sala de reuniões</li> <li>Desligar os aparelhos elétricos.</li> <li>Verificar a existência de ocupantes nos sanitários.</li> </ul>
Bar alunos				<ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicar a emergência à Direção ou delegado de segurança.</li> <li>Acionar o botão de alarme.</li> <li>Utilizar os extintores, caso necessário.</li> <li>Colaborar na orientação dos alunos em direção à saída.</li> </ul>
Espaços Exteriores				<ul style="list-style-type: none"> <li>Comunicar a emergência à Direção ou delegado de segurança.</li> <li>Acionar o botão de alarme.</li> <li>Utilizar os extintores, caso necessário.</li> <li>Colaborar na orientação dos alunos em direção ao Ponto de Encontro.</li> </ul>

Obrigado pela colaboração

**A SEGURANÇA  
SOMOS TODOS NÓS.**

A Direção

e o Delegado de Segurança:  
José Augusto Paredes Pereira