

▼ Ligue para o 9-1-1 e indique o local onde se encontra. Aguarde que o venham socorrer. Mantenha-se calmo! Não entre em pânico!

▼ Aguarde instruções sobre a forma como deve abandonar a sua residência.

Queimaduras

Se alguém se queimar, deixe imediatamente correr água fria sobre a área afectada, durante 5 a 10 minutos, para aliviar a dor. Se a queimadura estiver com bolhas ou se apresentar carbonizada, consulte imediatamente um médico.

Necessita de ajuda?

Se necessitar de ajuda para testar o seu detector de fumo ou preparar um plano de fuga para uma eventual situação de incêndio, contacte os Serviços de Protecção contra Incêndios.



**Proteja
a sua família!**

**Proteja
a sua residência!**

**the
War
on
Fire**

Adira à campanha de Protecção contra Incêndios. Para tomar conhecimento da Estação de Bombeiros existente na sua área, visite o Web site da Câmara Municipal de Toronto www.city.toronto.on.ca ou ligue para Acesso Toronto, 416-338-0338.



Design: Toronto Corporate Communications 028-0273

2 **Mais idoso, mais cauteloso!**



**Segurança contra incêndios
Sugestões para os idosos**

 **TORONTO** Fire Services

Mais idoso, mais cauteloso!

Esteja preparado para uma eventual situação de incêndio

Elimine os riscos de incêndio na sua residência. Seja conhecedor dos preceitos a seguir e do local para onde se deve dirigir em caso de incêndio. Prepare um plano de fuga e pratique-o com todas as pessoas que residem na sua casa.

Instale detectores de fumo

Os detectores de fumo oferecem protecção para todos. Instale um detector de incêndio em cada andar da sua residência, especialmente na área dos quartos. Teste, mensalmente, o sistema de alarme do detector, pressionando o botão com o cabo da vassoura ou bengala. Certifique-se de que o som do alarme é ouvido em toda a casa.



Se é fumador...

Utilize cinzeiros fundos e certifique-se de que as beatas ficam totalmente apagadas. Nunca fume na cama, quando estiver ensonado ou a tomar medicamentos.

Tenha cuidado quando estiver a cozinhar!

Quando estiver a cozinhar, vista roupas justas ou arregace as mangas. Não se debruce sobre um bico



aceso do fogão para alcançar o que quer que seja. Não se afaste da cozinha enquanto estiver a cozinhar. Se um tacho ou frigideira pegar fogo, cubra-a com uma tampa e apague o fogão.

Não se mova, deite-se e role-se no chão!



Se o fogo pegar à roupa que traz vestida, não corra! Onde quer que esteja, não se mova. Deite-se no chão, cubra a face com as mãos e vá-se rolando até o fogo ficar extinto.

Mantenha-se abaixo do nível do fumo



A maior parte das vítimas de incêndios morrem por asfixia devido ao fumo e não às chamas. Se for apanhado pelo fumo de um incêndio, mantenha-se bem junto ao chão. Engatinhe até à saída que estiver mais próxima de si.

Os radiadores necessitam de espaço

Mantenha os radiadores afastados pelo menos 1 metro (3 pés) de tudo o que possa arder - mesmo de si!

Basta um pequeno toque no radiador para que o fogo pegue à roupa.



Se for apanhado numa situação de incêndio



- ▼ Feche as portas, sem as trancar, para facilitar a possível entrada dos bombeiros na sua residência.
- ▼ Vede, com toalhas de pano turco ou lençóis molhados, todas as frestas à volta de portas e janelas por onde veja que o fumo possa entrar.
- ▼ Se puder, abra um pouco de uma janela; feche-a, se vir que o fumo está a entrar.
- ▼ Mantenha-se bem junto ao chão: o calor e os gases tóxicos sobem.
- ▼ Faça sinal aos bombeiros utilizando um lençol ou uma toalha branca.