

Minha linha do tempo (My Timeline)

Anote a ação de sua família em caso de desastre.
Anote o método de contato e o local de encontro decidido por sua família no espaço reservado na contracapa.

| Horas até a ocorrência do desastre | Informações meteorológicas Nível de alerta | <Exemplos> Principais preparações | Procedimentos da família (Descreva usando como referência o exemplo à esquerda) |
|------------------------------------|---|---|--|
| 5 dias atrás ou mais | <p>Informações meteorológicas sobre tufão (Equivalente a Alerta Nível 1)</p> <p>Formação de tufão</p> <p>Tufão aproximando/ Chuva e vento ficam cada vez mais fortes</p> | <p>● Eleve a preparação psicológica para desastres</p> <p>● Informe-se sobre o tufão</p> <ul style="list-style-type: none"> • Veja a previsão do tempo • Verifique os planos da família nos dias seguintes • Verifique o destino de evacuação no mapa de risco do guia de prevenção de desastres <p>* Verifique quando o tufão estará mais próximo e se seu local de residência será afetado.</p> | |
| 12 horas atrás | <p>Informações sobre aviso de transbordamento Aviso de chuva forte/ aviso de risco de inundação (Equivalente a Alerta Nível 2)</p> <p>Chuva concentrada/Aumento gradual da água do rio</p> | <p>● Meça a temperatura corporal e verifique o estado de saúde</p> <p>* Para prevenir-se de doenças infecciosas, verifique o estado de saúde com antecedência e, se necessário, consulte o médico.</p> <p>● Prepare o que levar no momento da evacuação</p> <ul style="list-style-type: none"> • Leve produtos de higiene como máscara, álcool antisséptico, termômetro e chinelos. | |
| 5 horas atrás | <p>Informações sobre alerta de transbordamento/ alerta de inundação (Equivalente a Alerta Nível 3)</p> <p>Chuva intensa/Aumento rápido da água do rio/ Corrente de água no leito maior também</p> | <p>● Verifique o nível de água do rio</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verifique os rios próximos no mapa de risco do guia de prevenção de desastres • Pesquise na internet informações sobre prevenção de desastres fluviais e verifique o nível de água do rio <p>● Troque para roupa que facilita na evacuação</p> <ul style="list-style-type: none"> • Use calçado que facilita a se locomover • Carregue o celular • Incentive conhecidos em áreas de risco a se evacuarem • Verifique as circunstâncias dos abrigos de evacuação <p>● Comece a se refugiar para um lugar seguro</p> | |
| 3 horas atrás | <p>Informação sobre perigo de transbordamento (Equivalente a Alerta Nível 4)</p> <p>Iminência de transbordamento da água do rio/Situação em que pode ocorrer transbordamento a qualquer momento</p> | <p>Evacuem todos!</p> <p>● Finalização da evacuação de toda a família</p> | |
| 0 hora | <p>Informação sobre ocorrência de transbordamento (Equivalente a Alerta Nível 5)</p> <p>Transbordamento da água do rio</p> | <p>● Perigo de vida Garanta a segurança imediatamente!</p> | |

Dicas para usar minha linha do tempo (My Timeline)

Como os desastres são fenômenos naturais, evacuar de acordo com “Minha linha do tempo (My Timeline)” nem sempre significa que estará sempre seguro. Além disso, nem sempre pode evoluir conforme o esperado. Utilize também a tabela à direita como referência para criar a “Minha linha do tempo (My Timeline)”!

Use este cronograma apenas como referência para sua ação

A forma como o tufão e a chuva evoluem, assim como a elevação do nível d’água, varia todas as vezes.

Obtenha/verifique sempre informações como de alerta e evacuação

Alertas meteorológicos, previsões de cheia, entre outros avisos serão anunciados ou emitidos conforme a situação.

Tome ação de prevenção de desastres de maneira sensata baseada em informações seguras

Há situações em que a evolução do transbordamento pode se antecipar.

Preparação para caso permaneça em casa

Caso for permanecer em sua casa, primeiramente, será necessário providenciar **água**, **alimento** e **banheiro**.

Água Abastecimento de água potável

Reserve em média 3 litros/dia por pessoa por no mínimo 3 dias, de preferência para 7 dias

Calcule o estoque necessário

3 litros x Pessoa x Para 7 dias = Litro

Alimento Abastecimento de alimento

Reabastecer Abastecer Consumir

Pratique o “giro de estoque”

Preparação diária

- (1) Estocar um pouco a mais de alimento, incluindo enlatados e comidas prontas para consumo.
- (2) Consumir enlatados e comidas prontas para consumo periodicamente, por ordem de vencimento.
- (3) Reabasteça o que foi consumido e reinicie o ciclo (1).

Em caso de desastre

- (1) Se houver falta de energia, transfira os alimentos do refrigerador (geladeira) para uma caixa térmica.
- (2) Dê prioridade aos alimentos que se danificam facilmente e aos que precisam de refrigeração.
- (3) Consuma enlatados e comidas prontas armazenados regularmente.

Banheiro Medidas para necessidades fisiológicas em caso de desastre

Supondo que cada pessoa use cerca de 5 bolsas descartáveis por dia, prepare-se para cerca de 7 dias.

5 vezes x Pessoa x 7 Dias = Unidade

Medidas para prevenção de danos a bens domésticos

O método de prevenção de inundação e ou invasão de água em uma casa usando materiais domésticos (método simples de controle de alagamento) é eficaz quando a profundidade da água é rasa.

Previna contra inundações!

- **Bolsa simples para abastecimento de água (saco de lixo)**
Use dois ou três sacos plásticos como saco de lixo em camadas (grande, de aproximadamente 45 litros), coloque água até a metade (aproximadamente 20 litros), e amarre firmemente o bico.
- **Uso combinado de bolsa simples para abastecimento de água e caixa de papelão**
Caso coloque o saco de água em uma caixa de papelão, aumentará a resistência e ainda poderá empilhá-lo.
- **Placa de contenção de água**
Instale na porta tábua comprida; chapa de ferro; tatame; mesa; armários; etc.
- **Vasos de plantas**
Use os vasos com terra enrolada em manta ou tapete impermeável para lazer.

Prevenção contra refluxo usando “bolsa de água”

Quando o nível da água sobe bruscamente, como durante chuvas fortes, o tubo de esgoto pode ficar cheio e o esgoto pode voltar, fazendo com que a água suba pelo vaso sanitário, do banheiro ou do ralo da máquina de lavar. Nesse caso, coloque a “bolsa de água” (saco plástico com água) que terá o efeito de retenção do refluxo.