SEGURANÇA
BÁSICA

FICHA 17

NORMAS BÁSICAS DE SEGURANÇA A TER EM CONTA QUANDO DA REALIZAÇÃO DE ATIVIDADES EM VIAS PÚBLICAS



CADA ANO QUE PASSA AUMENTA SIGNIFICATIVAMENTE O NÚMERO DE ACIDENTES ENVOLVENDO PEÕES.
DESTES ACIDENTES, RAROS SÃO OS CASOS EM QUE AS LESÕES SEJAM SÓ FERIMENTOS LIGEIROS, MUITO PELO CONTRÁRIO, NA MAIORIA DOS CASOS OS MESMOS PROVOCAM LESÕES, POR VEZES, IRREPARÁVEIS E TAMBÉM A MORTE. NO ENTANTO, NEM SEMPRE ESTE TIPO DE ACIDENTE PODE SER IMPUTADO SÓ AOS CONDUTORES. EXISTEM VARIADAS SITUAÇÕES EM QUE O PRIMEIRO INTERVENIENTE NESTE TIPO DE ACIDENTES É, SEM DÚVIDA, O PEÃO, PORQUE POUCOS CONHECEM E PRINCIPALMENTE APLICAM AS REGRAS DE CIRCULAÇÃO NA VIA PÚBLICA, REALIZAM BRINCADEIRAS ONDE O TRÂNSITO AUTOMÓVEL É CONSTANTE, ANDAM NO MEIO DA VIA QUANDO SABEM QUE TRÂNSITO É RARO, ENTRE OUTRAS.
PRETENDE-SE, COM ESTE DOCUMENTO, QUE TODOS REFLETIREM SOBRE ESTE ASSUNTO MAS, ACIMA DE TUDO, DEMONSTRAR A PREOCUPAÇÃO QUE O CNE TEM NESTE TIPO DE ACIDENTES. TANTO MAIS, QUE QUALQUER QUE SEJA O AGRUPAMENTO DESTE PAIS, TEM PELO MENOS, NO MÍNIMO, UM RAID OU UM HIKE POR ANO ONDE, INFELIZMENTE, NEM SEMPRE CUMPRIMOS AS REGRAS DE SEGURANÇA DA CIRCULAÇÃO NA VIA PÚBLICA.
DESTE MODO, PARA QUE TODOS SEJAMOS MINIMAMENTE RESPONSÁVEIS QUER INDIVIDUALMENTE, QUER NAS VOSSAS REGIÕES, NÚCLEOS E FUNDAMENTALMENTE AGRUPAMENTOS, PUBLICAMOS ESTE DOCUMENTO "NORMAS DE SEGURANÇA PARA ATIVIDADES NA VIA PÚBLICA", APELANDO UMA VEZ MAIS AO CUMPRIMENTO POR TODOS.



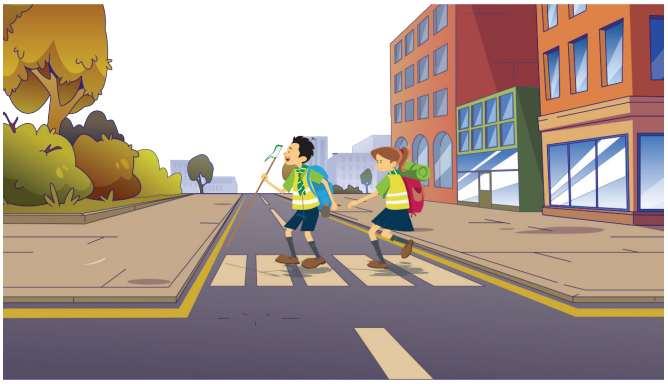
1 ANTES DA ATIVIDADE:

- Elabore um Plano de Prevenção e Segurança.
- Inventarie os recursos disponíveis e proponha medidas adequadas.
- Informe os participantes sobre as ações de prevenção e segurança.
- Coordene com entidades exteriores para ações em caso de acidente.
- Prepare dirigentes e equipas na área de Prevenção e Segurança.
- Atualize o plano imediatamente antes do início.



2 DURANTE A PREPARAÇÃO:

- Consulte entidades oficiais sobre as condições de segurança do percurso.
- Verifique obrigações municipais ou legislativas adicionais.
- Assegure-se de que o percurso é adequado à condição física dos participantes.
- Providencie alimentos e líquidos suficientes para a duração do percurso.
- Seja cauteloso e mantenha um elemento contactável em cada grupo.
- Use coletes refletores e lanternas portáteis para sinalização.



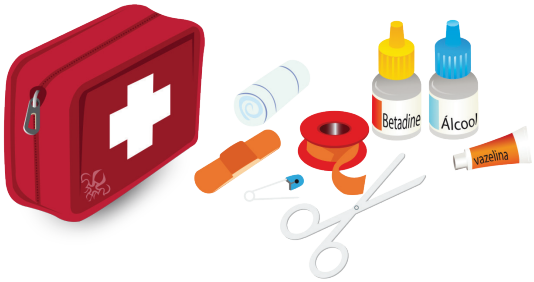
3 DURANTE A ATIVIDADE:

- Prefira vias com passeios e passadeiras.
- Use sempre o passeio ou as pistas para peões.
- Se não houver passeios, caminhe pela berma, de frente para os veículos.
- Caminhe em fila indiana.
- Providencie acompanhamento para atividades com muitos participantes.
- Comunique imediatamente qualquer incidente grave ao responsável.
- Após a atividade, faça relatórios para apresentar à chefia.



4 INSTRUÇÕES DE EMERGÊNCIA PARA JOVENS:

- Comunique acidentes à equipa de apoio.
- Não preste primeiros socorros se não souber como.
- Não abandone feridos.
- Comunique incêndios e não tente apagar.
- Se perdido, mantenha a calma e contacte o seu chefe.



5 MEDIDAS DE MITIGAÇÃO DE RISCO:

- Exija o uso de colete refletor por participante.
- Tenha uma "farmácia" de primeiros socorros em cada grupo.
- Relembre as regras de circulação de peões.
- Use lanternas à noite.
- Distribua uma lista de contactos e procedimentos de emergência.
- Mantenha proporção adequada de acompanhamento humano.



6 INSTRUÇÕES DE EMERGÊNCIA PARA DIRIGENTES:

- Preste atenção aos feridos e avise as equipas de apoio.
- Tente extinguir incêndios se for seguro.
- Informe imediatamente a falta de um escuteiro.
- Em caso de problema de saúde, preste cuidados básicos e contacte 112.



7 SEGURANÇA NA ESTRADA:

- Use roupas visíveis.
- Prefira vias com infraestruturas para peões.
- Atravesse com segurança, usando passadeiras e respeitando semáforos.
- Evite obstáculos que dificultem a visibilidade.



8 SE ESTIVERES DE BICICLETA:

- Usa sempre capacete, joelheiras e cotoveleiras para proteção.
- Circula nas ciclovias ou em parques/zonas sem trânsito, seguindo o sentido do tráfego.
- Utiliza um cadeado ou sistema de bloqueio para segurança da bicicleta.
- Evita transportar pessoas na bicicleta, pois não é seguro.
- Verifica regularmente o estado da bicicleta, especialmente os travões.



9 SEGURANÇA NA RUA:

- Grava contactos telefónicos importantes no telemóvel para emergências.
- Informa alguém de confiança sobre o teu destino e horário de retorno.
- Não leves muito dinheiro ou objetos valiosos.
- Evita mostrar ou usar em público itens de valor como laptops ou smartphones.
- Mantém o telemóvel separado e acessível.
- Mantém-te atento/a ao ambiente; se usares auscultadores, providencia para que sejam pequenos e com volume baixo.
- Fecha bem a mochila ou bolsa e prefere usá-la em tiracolo.
- Caminha com a sacos ou mochilas de ombro do lado oposto ao tráfego.
- Prefere estar acompanhado/a por colegas ou amigos.
- Escolhe ruas iluminadas e conhecidas.
- Muda de passeio se alguém parecer suspeito.
- Não aceites boleias ou ofertas de estranhos.
- Evita aproximar-te de carros parados com motor ligado.
- Se um carro parar ao teu lado, muda de direção no próximo cruzamento.
- Em situação de perigo, foge para um local seguro ou onde haja mais pessoas.
- Se fores abordado/a com intenção de assalto/agressão, não resistas e pede ajuda se possível.

Sabe mais em:


PROTEÇÃO CIVIL
CORPO NACIONAL DE ESCUTAS