

OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Em Faro existem...

- a. Corpos de Bombeiros (Companhia Sapadores Bombeiros de Faro e Corpo de Bombeiros de Faro Cruz Lusa).
- b. Bombeiros Voluntários de Faro e Bombeiros Municipais de Faro.
- c. Bombeiros Voluntários de Faro, Bombeiros Municipais e Bombeiros Cruz Verde.

Geral



JOGO
FAARON



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

O simulacro é...

- a. Uma festa que se faz todos os anos na escola.
- b. Um espetáculo.
- c. Um exercício com meios reais onde são testadas normas, procedimentos e medidas de autoproteção para enfrentar riscos.

Complemento:
Quanto mais simulacros realizarmos melhor, estaremos preparados para enfrentar uma situação real.

Geral



JOGO
FAARON



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Os bombeiros...

- a. Apagam incêndios, ajudam as populações quando há acidentes e socorrem as pessoas;
- b. São forças militares que combatem em defesa do nosso país;
- c. Só apagam fogos rurais.

Geral



JOGO
FAARON



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Em caso de emergência devemos ligar...

- a. 115;
- b. 911;
- c. 112.

Complemento:
O 112 é o número Europeu de emergência. Não precisa ter saldo no telemóvel, nem moedas porque é grátis.

Geral



JOGO
FAARON



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

São exemplos de situações de risco...

- a. Inundações, incêndios, trovões, deslizamento de terra e tempestades.
- b. Incêndios, trovões e o jogo da glória.
- c. Deslizamento de terras, andar de avião e incêndios.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

No caso de soar o sinal de alarme da escola devemos...

- a. Chegar o mais rapidamente possível à porta.
- b. Agarrar em todos os pertences e sair de acordo com as instruções do professor.
- c. Seguir as instruções do professor e respeitar o plano de evacuação saindo de forma rápida e evitando confusões.

Complemento: A pressa pode ser inimiga da perfeição, e se não seguirmos as instruções do professor podemos nos aleijar ou perdermo-nos no momento da evacuação.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

A Proteção Civil é importante para os cidadãos porque...

- a. Protege os cidadãos e ajuda a prevenir riscos coletivos em situações de acidente grave ou catástrofes;
- b. Protege os cidadãos, mas não previne riscos coletivos em situações de acidente ou catástrofes;
- c. Protege os cidadãos de catástrofes.

Complemento: “[...] só uma população informada pode ter um verdadeiro e indispensável protagonismo num sistema que visa, em última instância, a melhoria da qualidade de vida de todos os cidadãos.” “Plano Prevenção e Emergência para Estabelecimentos de ensino”.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Em caso de incêndio na escola devemos...

- a. Sair em fila indiana e sair de forma rápida, mas sem correr.
- b. Correr o mais rapidamente da sala de aula.
- c. Tentar apagar o incêndio.

Complemento: Cada turma deverá eleger um Chefe de Fila, sendo o professor o Cerra Filas.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Se estiver na praia e houver alerta de tsunami o que fazer?

- a. Dirigir-me para o ponto mais alto e longe da praia.
- b. Nadar em direção oposta à praia.
- c. Fazer um castelo na areia para me proteger.

Geral



JOGO
FAARON



as aventuras das
FARR&BNHAS



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Em caso de incêndio devemos ligar...

- a. Para 112.
- b. Para os Bombeiros.
- c. Para o INEM.

Geral



JOGO
FAARON



as aventuras das
FARR&BNHAS



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Um Plano de Emergência...

- a. Serve para melhor controlar situações que decorrem de acidente grave ou catástrofe.
- b. Não serve para nada.
- c. Serve para planear a saída dos alunos da escola.

Geral



JOGO
FAARON



as aventuras das
FARR&BNHAS



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Enquanto a inundação dura as crianças devem...

- a. Ficar junto de adultos, pois podem necessitar de ajuda, afastar-se das zonas inundadas pois podem ser levados pela corrente e procurar uma zona mais alta.
- b. Ir espregitar as zonas inundadas e brincar naquela água pois não correm perigos porque sabem nadar.
- c. Pedir aos adultos que fujam de carro para evitar a inundação.

Geral



JOGO
FAARON



as aventuras das
FARR&BNHAS



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

O símbolo nacional de proteção civil tem três cores. Quais são?

- a. Azul, laranja e verde.
- b. Azul, amarelo e branco.
- c. Laranja, vermelho e azul.

Complemento:

O movimento sem-fim das linhas em três cores que compõem o símbolo, remete para a nossa atividade permanente de prevenção e reação, que se centra no cidadão (laranja), no património (azul) e no ambiente (verde).



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Num dia de muito calor devemos...

- a. Beber muitos líquidos não açucarados e vestir roupa fresca.
- b. Beber líquidos, mas só quando se tem sede.
- c. Beber muitos sumos.

Complemento:

A ingestão de líquidos suficientes em dias de muito calor promove o combate à desidratação do nosso corpo.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Em período de seca devemos...

- a. Não tomar banho.
- b. Economizar água.
- c. Gastar água.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

A melhor forma de evitar incêndios nas florestas...

- a. Fazer fogueiras enquanto acampamos.
- b. Não fazer qualquer tipo de fogo próximo das áreas florestais.
- c. Deitar lixo para o chão enquanto passeamos nas florestas.

Complemento:

A floresta é nossa amiga, vamos cuidar dela.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Quando avistamos um ninho de Vespas Asiáticas devemos...

- a. Tentar destruir o ninho.
- b.** Avisar o Serviço Municipal de Proteção Civil.
- c. Fugir do local e não contar a ninguém.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Há matérias perigosas que emitem gases que podem...

- a.** Provocar explosões.
- b. Servir para encher balões.
- c. Servir para arrefecer o meio ambiente.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Os incêndios rurais podem ter origem...

- a. Exclusivamente humana.
- b.** Humana e natural.
- c. Nas atividades de alguns animais.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

São Agentes de Proteção Civil os...

- a.** Bombeiros, Sapadores Florestais, Forças de Segurança, Forças Armadas, Autoridade Marítima e Aeronáutica e INEM.
- b. Bombeiros, Carpinteiros, Polícia, INEM e Professores.
- c. Bombeiros, Médicos, Enfermeiros, INEM e Professores.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Em que data se celebra o Dia Internacional da Proteção Civil?

- a. 1 Junho.
- b. 1 Março.**
- c. 1 Setembro.

Complemento:

O Dia Internacional da Proteção Civil celebra-se anualmente, a 1 de março, a fim de alertar e sensibilizar para a importância da proteção civil na salvaguarda da vida humana, da propriedade e do património cultural e ambiental, face à ocorrência de acidentes graves e catástrofes.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Em que dia se celebra o dia Mundial da árvore?

- a. 20 Agosto.
- b. 21 Março.**
- c. 1 de Junho.

Complemento:

O objetivo da comemoração do Dia Mundial da Árvore é sensibilizar a população para a importância da preservação das árvores, quer ao nível do equilíbrio ambiental e ecológico, como da própria qualidade de vida dos cidadãos.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

A mascote do Serviço Municipal de Proteção Civil é...

- a. Um camaleão.
- b. Um cavalo Marinho.
- c. Um caimão.**

Complemento: O caimão surge no concurso de criação de Mascote do Serviço Municipal de Proteção Civil de Faro, onde crianças do 4º ano do ensino básico participaram. Nos anos 80 do século passado, o Ludo foi o último reduto deste Caimão. O Caimão distingue-se pela plumagem azul, que contrasta com o vermelho do bico e patas e é o símbolo do Parque Natural da Ria Formosa.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

A Mascote do Serviço Municipal de Proteção Civil chama-se...

- a. Faaron.**
- b. Tinoni.
- c. Farrobinha.

Complemento:

Depois da tomada da cidade por D. Afonso III, em 1249, os portugueses designaram a cidade por Santa Maria de Faaron ou Santa Maria de Faaram.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Completa a frase: “Pode-se considerar a vaga de frio (...)”

- a. Uma catástrofe natural.
- b. Um risco tecnológico.
- c. Uma consequência da intervenção do homem.

Geral



JOGO
FAARON



as aventuras das
FARR&BNHAS



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Completa a frase: “Os riscos naturais são (...)”

- a. Aqueles que resultam dos danos provocados ao ambiente pelo Homem.
- b. Decorrentes de fenómenos naturais e humanos que causam danos a pessoas, bens ou ao ambiente”
- c. Decorrentes de fenómenos naturais que causam danos a pessoas, bens ou ao ambiente.

Geral



JOGO
FAARON



as aventuras das
FARR&BNHAS



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Completa a frase: “Fazem-se simulacros para (...)”

- a. Testar normas, procedimentos, graus de treino das equipas e planeamento de emergência.
- b. Brincar um pouco com as situações.
- c. Ocupar os tempos livres.

Geral



JOGO
FAARON



as aventuras das
FARR&BNHAS



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Completa a frase: “As funções do chefe de fila incluem (...)”

- a. Gritar e correr para ser o primeiro a chegar ao ponto de encontro.
- b. Agrupar e tranquilizar os colegas da turma, verificar a ausência de fumos no trajeto de evacuação e conduzir os colegas para o ponto de encontro.
- c. Ser o primeiro a fugir após o toque de alarme.

Geral



JOGO
FAARON



as aventuras das
FARR&BNHAS



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Completa a frase: “O ponto de encontro é (...)”

- O local escolhido para brincar no intervalo.
- Um local no recreio/ espaço exterior, previamente identificado, onde todos os elementos da comunidade escolar se devem dirigir em caso de evacuação.
- O local para onde se deve ir no caso de estarmos perdidos.

Complemento:

Verifica sempre, na tua escola ou num lugar com muitas pessoas (ex: hipermercado) onde se situam os pontos de encontro.

Geral



JOGO do FAARON



as aventuras das FARR&BINHAS



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Completa a frase: “Enquanto está a ocorrer um sismo e estamos na escola, devemos (...)”

- Ficar afastados das janelas, estantes e outros objetos que possam cair ou estilhaçar-se e executar os 3 gestos de proteção.
- Gritar e correr pelas escadas para chegar rapidamente à rua.
- Manter a calma e telefonar a todos os conhecidos

Geral



JOGO do FAARON



as aventuras das FARR&BINHAS



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

O que é o “Terra Treme”?

- Um exercício organizado pela Escola que pretende alertar e sensibilizar a população sobre como agir antes, durante e depois da ocorrência de um sismo.
- Um exercício organizado pela Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil, que pretende alertar e sensibilizar a população sobre como agir **antes, durante e depois** da ocorrência de um sismo.

Complemento: Participa, pergunta ao teu professor como fazer. Damos-te uma dica, vê mais em <https://www.aterratreme.pt>

Geral



JOGO do FAARON



as aventuras das FARR&BINHAS



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Os 3 gestos de proteção que podem salvar perante um sismo são...

- Baixar, proteger, aguardar.
- Esperar, esconder, proteger.
- Fugir, gritar e levantar.

Complemento:

Os 3 gestos **baixar, proteger, aguardar** são a melhor resposta para nos protegermos em caso de sismo.

Geral



JOGO do FAARON



as aventuras das FARR&BINHAS



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Completa a frase: “ Perante um incêndio na escola, devemos (...)”

- a. Chegar rapidamente à rua e, para isso utilizar o elevador.
- b. Abrir as janelas para tentar apagar o fogo.
- c. Agir de acordo com as instruções do plano de evacuação.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Se fores apanhado por um incêndio e as tuas roupas forem atingidas pelas chamas, deves?

- a. Parar, deitar e rolar.
- b. Gritar, correr e abanar os braços.
- c. Saltar, esbracejar e sentar.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Quais são os 3 pilares da Defesa da Floresta Contra Incêndios?

- a. Análise, Fogo e Rescaldo.
- b. Prevenção, Vigilância e Combate.
- c. Proteger, Limpar e Manter.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Posso fazer um pic-nic na floresta em agosto?

- a. Sim, se tiver cuidado.
- b. Não, porque estamos no período crítico.
- c. Sim, desde que não faça uso de fogo e o risco de incendio me permita.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Qual o resíduo encontrado em maior número nas praias do mundo inteiro?

- a. Palhinhas.
- b. Redes de Pesca.
- c. Beatas de cigarro.



Lista de Expansões

Gerais

Ambiente

Segurança Rodoviária

Socorrismo e Corpo Humano

_____ Cortar
----- Dobrar

OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Do total de comida produzida no mundo durante um ano, quanta é desperdiçada?

- a. Cerca de 5%
- b. Cerca de 34%
- c. Cerca de 82%



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

“No Atlântico Norte, entre a costa leste da Flórida e as Bermudas, encontra-se localizada uma ilha de lixo flutuante constituída por plásticos”. Esta afirmação é verdadeira ou falsa?

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

“Os talheres de plástico devem ser colocados no ecoponto amarelo”. Esta afirmação é verdadeira ou falsa?

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.

Complemento:
Os talheres de plástico não podem ser reciclados.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

O que significa “biodegradável”?

- a. Que pode existir para sempre, pois é difícil de eliminar.
- b. Que pode ser decomposto facilmente pela ação bacteriana.
- c. Que necessita de água para ser removido.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Quanto tempo demora um fio de pesca de nylon a decompor-se na natureza?

- a. Cerca de 10 anos.
- b. Entre 30 e 40 anos.
- c. Não se decompõe.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

De que forma o plástico pode prejudicar os animais marinhos?

- a. Sufocando-os, por ingestão.
- b. Envenenando-os, pois o plástico é constituído por químicos tóxicos.
- c. Ambas as respostas estão corretas.

Podem ainda ficar presos e acabar por morrer (exemplo: as tartarugas marinhas e os golfinhos ficam frequentemente presos nas redes de pesca).



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Qual a percentagem de plástico que é usado apenas uma vez e atirado fora?

- a. Aproximadamente 40%.
- b. Aproximadamente 10%.
- c. Aproximadamente 50%.

(Dados da Revista National Geographic nº 207, Junho de 2018)



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Qual a estimativa para o número de resíduos de plástico existentes atualmente no oceano?

- a. Aproximadamente 500 mil resíduos.
- b. Aproximadamente 6.7 milhões de resíduos.
- c. Aproximadamente 5.25 triliões de resíduos.

Complemento:
Para melhor visualização, este número equivale a um camião cheio de plástico a ser vazado no oceano a cada MINUTO.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

“A Ilha de Plástico do Pacífico tem 17 vezes o tamanho de Portugal”. Esta afirmação é verdadeira ou falsa?

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.

Complemento:
Esta ilha foi-se formando através do lixo que se encontra no oceano, levado pelas correntes.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

“Em Portugal, cada pessoa gera cerca de 250 kg de lixo por ano”. Esta afirmação é verdadeira ou falsa?

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.

Complemento:
Gera cerca de 500kg por ano.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

O tempo de degradação de uma pastilha elástica na natureza é de 5 meses”. Esta afirmação é verdadeira ou falsa?

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.

Complemento: É de 5 anos.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

“A reciclagem de uma tonelada de papel evita o abate de cerca de 15 a 20 árvores”. Esta afirmação é verdadeira ou falsa?

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

“Um resíduo valorizado é um recurso poupado”.
Esta afirmação é verdadeira ou falsa?

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

“Podemos colocar pilhas usadas no contentor do lixo”.
Esta afirmação é verdadeira ou falsa?

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.

Falsa - Não podemos, porque são um resíduo perigoso, contêm metais pesados e ácido.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

“A principal matéria-prima utilizada no fabrico dos plásticos é o petróleo”.
Esta afirmação é verdadeira ou falsa?

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

“O contentor para a recolha seletiva de pilhas chama-se pilhão”.
Esta afirmação é verdadeira ou falsa?

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.

Falsa - Chama-se pilhão.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

“Os medicamentos fora de prazo devem ser entregues na farmácia”.
Esta afirmação é verdadeira ou falsa?

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

“Quando colocamos garrafas de vidro no vidrão ajudamos a poupar recursos naturais”.
Esta afirmação é verdadeira ou falsa?

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.

Complemento - Ajudamos a poupar areia, calcário e energia



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Um pacote plástico de iogurte deve ser colocado...

- a. No ecoponto azul.
- b. No ecoponto verde.
- c. No ecoponto amarelo.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Quanto tempo demora o vidro a decompor-se na natureza?

- a. Cerca de 1000 anos.
- b. Cerca de 200 anos.
- c. Cerca de 1 milhão de anos.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

A sinalização de um acidente é importante...

- a. Para evitar novos acidentes e atropelamentos.
- b. Para evitar o derrame de óleo.
- c. Para que as pessoas possam chegar lá rapidamente para ver o que se passa.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

O que pode acontecer de grave se fores atropelado(a)?

- a. O veículo ficar amolgado.
- b. Podes magoar-te ou ficar com ferimentos graves.

Complemento:
O peso e a velocidade dos veículos podem provocar-te lesões muito graves.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

É mais seguro caminhar em ruas com menos trânsito e em que os veículos andem devagar?

- a. É indiferente, o risco é o mesmo.
- b. Sim.

Complemento:
Quanto menor for a velocidade do veículo, menos graves serão as consequências do atropelamento. Mas é preciso ser cuidadoso em qualquer rua!



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

A tua altura tem alguma importância quando caminhas?

- a. Sim. Não vejo bem os veículos que vêm ao longe e os condutores não me veem a mim.
- b. Não. Os adultos são mais altos e correm o mesmo risco que as crianças.

Complemento:
Regra geral, os adultos são mais altos e por isso, conseguem ver melhor os veículos e serem vistos pelos condutores.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Onde é mais seguro andar de bicicleta?

- a. Nas ciclovias.
- b. Na faixa de rodagem.

Complemento:

As ciclovias são criadas para que as bicicletas estejam mais longe dos veículos, logo mais protegidas.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Quando andas de bicicleta em grupo, como devem circular?

- a. Lado a lado.
- b. Em fila indiana.

Complemento:

É mais seguro andar em fila indiana, pois circulam afastados do trânsito.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Se precisares de atravessar a faixa de rodagem numa passadeira, como o deves fazer?

- a. A conduzir a bicicleta.
- b. Com a bicicleta na mão.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

É perigoso usar auscultadores quando conduzes a bicicleta?

- a. Sim.
- b. Não.

Complemento:

Falar ao telemóvel com o auricular ou ouvir música enquanto conduzes é perigoso. Podes distrair-te e sofrer um acidente.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

É perigoso gritar, atirar objetos ou brincar no carro e no autocarro?

- a. Não as pessoas que conduzem já estão habituadas.
- b. Sim. Podes distrair a pessoa que conduz e provocar um acidente.

Complemento:

Quem conduz precisa de concentração para zelar pela segurança de todos. Não deves provocar distrações, pois estas podem originar acidentes.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Onde deves guardar a tua mochila quando andas de carro ou autocarro?

- a. Às costas.
- b. No porta-bagagens ou debaixo do banco da frente.

Complemento:

Se guardares a tua mochila, ela não bate em ninguém se houver um acidente ou numa travagem brusca. Assim não te magoas nem magoas outras pessoas.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Qual o lado mais seguro para entrar e sair de um carro?

- a. No lado da faixa de rodagem.
- b. No lado do passeio.

Complemento:

No lado do passeio não circulam veículos pelo que não há risco de te atropelarem



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Brincar na rua ao pé dos veículos é perigoso?

- a. Sim.
- b. Não.

Complemento:

Em zonas onde haja veículos, não é seguro brincar. Podes distrair-te e ir para a faixa de rodagem e sofreres um acidente



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Os veículos estacionados em cima do passeio colocam alguém em risco?

- a. Sim.
- b. Não.

Complemento:

Quando alguém estaciona em cima do passeio, coloca os peões em risco porque eles têm de andar na faixa de rodagem e podem ser atropelados.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Qual a primeira coisa que deves fazer, se estiveres no local de um acidente?

- a. Gritar por ajuda.
- b. Ir para um sítio seguro.

Complemento:

É importante que te protejas, para garantir que não sofres um acidente também



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Quando encontras um buraco perigoso no passeio, o que podes fazer para evitar que as pessoas se magoem?

- a. Telefonar ou mandar um e-mail para o SMPC ou para a câmara municipal.
- b. Nada, porque tu não sabes tapar buracos.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Quando um amigo/a entra no carro e se esquece de colocar o cinto de segurança, o que deves fazer?

- a. Lembrar para pôr o cinto.
- b. Falar sobre o que fizeste na escola.

Complemento:

Ao lembrares o teu amigo estás a ajudar a mantê-lo em segurança.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Imagina que à porta do teu prédio há sempre carros mal-estacionados, que dificultam a tua saída ou entrada de casa que podes fazer?

- a. Nada porque não sabes de quem são os carros.
- b.** Fazer um cartaz na porta do prédio a pedir para não estacionarem ali.

Complemento:

Podes fazer um cartaz pedindo às pessoas para não estacionarem ali, e explicando porque é que é perigoso



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

O que deves ter em conta ao escolher o percurso que vais fazer de casa até à escola?

- a. O percurso mais rápido.
- b.** O percurso que oferece menos perigos.

Complemento:

Não importa se temos de andar mais, desde que o nosso percurso seja mais seguro.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

O que deves ter em conta ao escolheres o percurso que vais fazer até à escola?

- a.** O percurso onde há mais passeios.
- b. O percurso mais curto.

Complemento:

Escolher percursos onde há passeios é uma boa opção. Desta forma estarás mais afastado dos veículos e do perigo.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Quando colocamos o cinto de segurança, devemos...

- a.** Ajustá-lo ao nosso corpo.
- b. Deixa-lo largo, para não nos magoar.

Complemento:

Ajusta sempre o cinto quando o colocares, para garantir que ficas no mesmo lugar se houver um acidente, ou travagem. Assegura-te que não fica torcido.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Quando encontrares uma pessoa caída o que se deve fazer em primeiro lugar?

- a. Abanar e gritar com a pessoa.
- b. Pedir ajuda.
- c. Verificar se o local é seguro.**

Complemento:

Só depois de verificar se estamos em segurança é que podemos socorrer alguém, senão podemos ficar expostos a perigos.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Para verificar se uma pessoa está a respirar que sinal se deve procurar?

- a. O movimento do tórax (peito).**
- b. O movimento dos olhos.
- c. A ventilação através do nariz.

Complemento:

Conta até 10 segundos e nesse período verifica se a pessoa está ou não a respirar.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

O que se deve fazer quando alguém sangra do nariz?

- a. Colocar a cabeça para trás.
- b. Manter a cabeça direita apertando as narinas e aplicar frio no local.**
- c. Assoar.

Complemento:

Atenção, se colocares a cabeça para trás o sangue do nariz vai para o estômago. Ao aplicares frio no topo do nariz as veias ficam frias, mais pequenas e a ferida acaba por fechar.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

O que deves fazer caso haja uma ferida?

- a. Limpar a ferida com água oxigenada.
- b. Lavar a ferida com água abundante.**
- c. Soprar para retirar corpos estranho.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Em caso de insolação qual a primeira coisa a fazer?

- a. Regar o corpo da pessoa com água fresca.
- b. Espalhar creme hidratante.
- c. Retirar a pessoa da exposição solar.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Quais são os objetivos dos Primeiros Socorros?

- a. Prevenir, alertar e socorrer.
- b. Melhorar a qualidade de vida.
- c. Acalmar e socorrer.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

A afirmação é verdadeira ou falsa: “Os Primeiros Socorros apenas podem ser feitos por médicos e enfermeiros”.

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

As queimaduras podem ser causadas por vários motivos. Elas são agrupadas em diferentes graus. Quais são?

- a. Ligeiras, moderadas e severas.
- b. 1º grau, 2º grau e 3º grau.
- c. Sem dor, dor ligeira, dor intensa.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Em caso de picada por um animal (exemplo abelha), o que debes fazer:

- a. Fazer um golpe na zona da picada.
- b. Aplicar um pano ou compressas frias no local da picada.
- c. Desinfetar com álcool no local da picada.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Caso um objeto te perfure o corpo (exemplo um pedaço de madeira na perna), debes:

- a. Retirar o objeto e de seguida colocar um pano para estancar a ferida (se existir).
- b. Não retirar o objeto e tentar imobilizá-lo para que não se mexa.
- c. Retirar o objeto de imediato e lavar a zona afetada com água corrente de forma abundante.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

A afirmação é verdadeira ou falsa: “Na nossa casa, só os adultos devem saber onde se encontra a mala de primeiros socorros”.

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.

Complemento:

Toda a família deve saber onde está a mala de primeiros-socorros. Além disso, devemos ter em atenção ao prazo de validade dos produtos da mala. Pede aos teus pais para, de vez em quando, verificar se a mala tem tudo corretamente.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Quantos ossos tem o corpo humano?

- a. 196.
- b. 206.
- c. 204.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Como se chama o maior osso do corpo humano?

- a. Tíbia.
- b. Fémur.
- c. Perónio.

Complemento:

É considerado o maior osso do corpo, além de ser o mais resistente. É considerado um osso longo sendo este responsável pelo suporte corporal, locomoção e movimentação.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

O corpo divide-se em três partes. Quais?

- a. Cabeça, tronco e músculos.
- b. Cabeça, tronco e membros.
- c. Cabeça, membros e crânio.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

O crânio protege um órgão importante. Qual?

- a. O coração.
- b. O cérebro.
- c. Os pulmões.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Qual é o nome da lesão de um osso?

- a. Tendão.
- b. Músculos.
- c. Fratura.

Complemento:

As fraturas podem ser visíveis ou invisíveis caso não se veja o osso partido a furar a pele



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

A afirmação é verdadeira ou falsa: “O corpo humano tem mais de 600 músculos”.

- a. Verdadeira.
- b. Falsa.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Os músculos ligam-se aos ossos através de...

- a. Tendões.
- b. Músculos muito pequenos.
- c. Articulações.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Para que serve um termómetro?

- a. Para medir temperatura.
- b. Para medir tamanho.
- c. Para medir peso.



OPERAÇÃO:
RESGATE DO PAI NATAL

Qual a temperatura corporal normal do Corpo Humano?

- a. < 35°
- b. Entre 35° a 37°
- c. > 37,5°

