

A TERRA TREME **09 DE NOVEMBRO - 11:09**

EXERCÍCIO PÚBLICO DE SENSIBILIZAÇÃO PARA O RISCO SÍSMICO

Breve nota de apresentação

A TERRA TREME é um exercício nacional de sensibilização para o risco sísmico promovido anualmente pela Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil (ANEPC), em colaboração com diversas entidades públicas e privadas.

Este ano, a 10.^a edição realiza-se no próximo dia 09 de novembro, às 11:09 horas.

A iniciativa insere-se nas atividades integrantes da Estratégia Nacional para uma Proteção Civil Preventiva e visa capacitar a população para saber como agir antes, durante e depois de um sismo.

O Exercício propriamente dito compreende a prática de 3 gestos simples que podem fazer a diferença a quem os praticar perante a ocorrência de um sismo.

A ação desenrola-se durante um (1) minuto, no qual os participantes, individual ou coletivamente (famílias, escolas, empresas, instituições públicas, privadas ou associativas), executam os 3 gestos de autoproteção: Baixar, Proteger e Aguardar.

É objetivo de A TERRA TREME sensibilizar os cidadãos para o facto de viverem numa sociedade de risco, desafiando-os a envolverem-se no processo de construção de comunidades mais seguras e resilientes a catástrofes.

Além das Escolas, cuja adesão à iniciativa tem sido expressiva, a Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil tem como objetivo alargar a reflexão e o debate em torno da temática do risco sísmico e o conhecimento sobre o que fazer antes, durante e depois de um sismo a outros setores da sociedade civil, de modo a alcançar-se uma maior resiliência, individual e coletiva, entre a população.

Nesse sentido, a Autoridade Nacional de Emergência e Proteção Civil convida todas as Instituições a associarem-se a esta campanha, promovendo a sua participação no exercício A TERRA TREME.

COMO PARTICIPAR?

1 – **REGISTO** – Registe-se no site (www.aterratreme.pt/inscreva-se/), manifestando o seu interesse por esta campanha. Refira o número de participantes previstos e contactos para eventual envio de mais informação.

2 – **PLANEIE** – Defina a dimensão que quer dar ao exercício, que pode ir do nível mais simples com a prática dos 3 gestos, à elaboração de um exercício mais completo e que inclusive teste o Plano de Emergência, envolvendo entidades diversas.

3 – **DIVULGUE** – Envolve todas as pessoas da sua família e organização e partilhe a informação sobre A TERRA TREME pela sua lista de contactos, incentivando-os a participar. Colabore connosco na resposta a um inquérito que visa aferir o grau perceção do risco sísmico (www.aterratreme.pt/inquerito).

4 – **CONSULTE** – Partilhe os materiais de divulgação disponíveis no site, reforçando a preparação individual e coletiva para uma situação de sismo.

5 – **EXERCÍCIO** – Dia 09 de novembro, pelas 11h09, execute os 3 gestos que salvam: BAIXAR, PROTEGER, AGUARDAR!

No contexto da iniciativa, a ANEPC criou:

- O website www.aterratreme.pt, que disponibiliza informações sobre o Exercício e materiais de divulgação;
- O vídeo promocional sobre os três gestos que salvam: Baixar, Proteger e Aguardar;
- O cartaz alusivo à 10.^a edição exercício A TERRA TREME
- A hashtag #ATerraTreme destinada a identificar nas redes sociais as publicações pessoais/institucionais relacionadas com a iniciativa.

A ANEPC convida, assim, os cidadãos e as Entidades a inscreverem-se em www.aterratreme.pt e a participarem como demonstração do seu compromisso pessoal/institucional para com a causa da proteção e segurança, e como forma de apoio e expressão pública do seu envolvimento no exercício A TERRA TREME.

O sucesso deste projeto de cidadania depende do grau de sensibilização de cada um de nós para este tema, nomeadamente do nosso envolvimento e participação ativa no Exercício.

Todos podem e devem participar: individualmente ou em grupo, em qualquer local onde se encontrem.

Divulgue esta iniciativa junto da sua família, dos seus amigos e colegas de trabalho. Porque TODOS SOMOS PROTEÇÃO CIVIL!

Carnaxide, 2 de novembro de 2022