

FIRE SAFETY **IN THE HOME**

SEGURANÇA CONTRA
INCÊNDIOS EM CASA



FIRE
KILLS

YOU CAN
PREVENT IT

PORTUGUESE



Did you know...?

- You're twice as likely to die in a fire if you don't have a smoke alarm that works.
- 90 people die each year because the battery in their smoke alarm was flat or missing.
- Over half of home fires are caused by cooking accidents.
- More than five fires a day are started by candles.
- Every three days someone dies from a fire caused by a cigarette.
- Faulty electrics (appliances, wiring and overloaded sockets) cause around 7,000 house fires across the country every year.

Sabia que...

- Se não tiver um detector de fumo que funcione, as probabilidades de morrer num incêndio duplicam.
- 90 pessoas morrem todos os anos porque o detector de fumo tinha a pilha gasta ou não tinha pilha.
- Mais de metade dos incêndios domésticos são causados por acidentes ao cozinhar.
- Mais de cinco incêndios por dia são causados por velas.
- Morre uma pessoa a cada três dias em incêndios causados por cigarros.
- Todos os anos ocorrem cerca de 7.000 incêndios domésticos causados por falhas em aparelhos eléctricos, na cablagem e em tomadas sobrecarregadas.

PROTECT YOUR HOME WITH SMOKE ALARMS



The easiest way to protect your home and family from fire is with a smoke alarm.

Get it. Install it.
Check it. It could save your life.

**PROTEJA
A SUA
CASA COM
DETECTORES
DE FUMO**

O detector de fumo é a forma mais simples de proteger a sua casa e a sua família de incêndios.

Compre-o, instale-o e verifique se está a funcionar. Pode salvar a sua vida.

Choosing your smoke alarm

- Fit smoke alarms on every level of your home.
- Smoke alarms are cheap and easy to install.
- They are available from DIY stores, electrical shops and most high street supermarkets.
- There are a variety of different models to choose from. Your local Fire and Rescue Service will be happy to give you advice on which one is best suited for you.
- Look out for one of these symbols, which shows the alarm is approved and safe.

Escolher o detector de fumo

- Coloque detectores de fumo em todos os pisos de sua casa.
- Os detectores de fumo são baratos e de fácil instalação.
- Estão disponíveis em lojas de ferragens, lojas de artigos eléctricos e na maioria dos grandes supermercados.
- Pode escolher de entre vários modelos. O seu serviço local de bombeiros poderá indicar qual o mais aconselhado para si.
- Procure um destes símbolos, que mostram que o detector foi aprovado e é seguro.

Top tip
Dica importante



Fit smoke alarms
Instale detectores de fumo



British Standard Kitemark



**£5 PODEM SALVAR
A SUA VIDA**

£5 COULD SAVE
YOUR LIFE



How to make sure your smoke alarm works

Test the batteries in your smoke alarm every week. Change them every year. Never remove them.

- Never disconnect or take the batteries out of your alarm if it goes off by mistake.
- Standard battery operated alarms are the cheapest option, but the batteries need to be replaced every year.
- A lot of people forget to check the batteries, so longer life batteries are better.
- An alarm with ten-year batteries is the best option.
- Mains-powered alarms are powered by your home power supply. Generally they don't need replaceable batteries, but need to be installed by a qualified electrician.
- Alarms that plug into a light socket use a rechargeable battery, which is charged when the light is on.
- You can even have linked alarms installed, so that when one alarm detects a fire they all go off together. This is useful if you live in a large house or over several levels.

Strobe light and vibrating-pad alarms are available for those who are deaf or hard of hearing. Contact the Royal Institute for Deaf People Information Line on **0808 808 0123**

Como garantir que o detector de fumo funciona

Teste as pilhas do detector de fumo todas as semanas. Troque-as todos os anos. Nunca as tire.

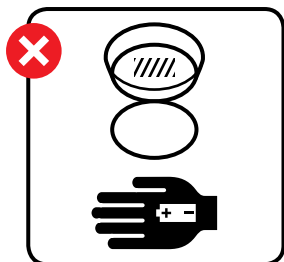
- Nunca desligue ou tire as pilhas do detector se este for activado por engano.
- Os detectores normais a pilhas são a opção mais barata, mas as pilhas devem ser substituídas todos os anos.
- Muita gente esquece-se de verificar as pilhas, por isso é melhor optar por pilhas de maior duração.
- Os detectores com pilhas de dez anos de duração são a melhor opção.
- Os detectores de fumo a electricidade funcionam com a electricidade de sua casa. Normalmente não necessitam de pilhas substituíveis, mas têm de ser instalados por um electricista qualificado.
- Os detectores que se ligam à iluminação usam pilhas recarregáveis, que se carregam quando a luz está ligada.
- Pode até instalar detectores interligados para que, quando um deles disparar, todos disparem em conjunto. Isto é útil se viver numa casa de grandes dimensões ou com vários pisos.

Existem disponíveis detectores com dispositivos de luz intermitente e vibratórios para pessoas com deficiência auditiva. Contacte a linha de informação do Instituto para pessoas com deficiência auditiva através do número **0808 808 0123**

Top tip
Dica importante

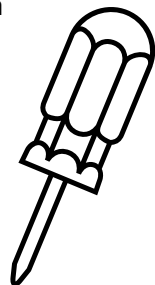


Test it
Teste o detector



Fitting your smoke alarm

- Don't put alarms in or near kitchens or bathrooms where smoke or steam can set them off by accident.
- The ideal position is on the ceiling, in the middle of a room, or on the hallway and landing, so you can hear the alarm throughout your home.
- If it is difficult for you to fit your alarm yourself contact your local Fire and Rescue Service for help. They'll be happy to install it for you.



Instalar o detector de fumo

- Não instale detectores em cozinhas ou casas de banho, ou perto destas onde o fumo ou o vapor poderá activá-los acidentalmente.
- O tecto é o local ideal para instalar os detectores, no centro de uma divisão ou no corredor ou hall, para que o possa ouvir em toda a casa.
- Se tiver dificuldade em instalar o detector, contacte o serviço de bombeiros local para o ajudar. Eles poderão instalá-lo para si.



Looking after your smoke alarm

- Make checking your smoke alarm part of your regular household routine.
- Test it by pressing the button until the alarm sounds. If it doesn't sound, you need to replace the battery.
- If your smoke alarm starts to beep on a regular basis, you need to replace the battery immediately.
- If it is a ten year alarm, you will need to replace the whole alarm every ten years.

Other equipment you could consider

- Fire blankets are used to put out a fire or wrap a person whose clothes are on fire. They are best kept in the kitchen.
- Fire extinguishers shoot out a jet to help control a fire. They are quick and simple to use, but always read the instructions first.

Cuidar do seu detector de fumo

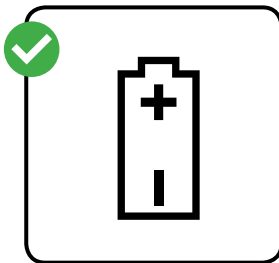
- Verificar o seu detector de fumo deverá fazer parte da sua rotina doméstica habitual.
- Para o testar, prima o botão até disparar o alarme sonoro. Se o alarme sonoro não disparar, é porque precisa de substituir a pilha.
- Se o detector começar a emitir um bip regularmente, deve trocar a pilha de imediato.
- Se for um detector para dez anos, deve substituir o detector todo de dez em dez anos.

Outro equipamento que pode considerar

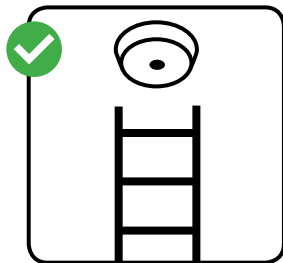
- Utilizam-se cobertores para extinguir um fogo ou para envolver alguém que tenha a roupa em chamas. O melhor local para guardar estes cobertores é na cozinha.
- Os extintores disparam um jacto para ajudar a controlar o incêndio. São rápidos e de fácil utilização, mas deverá sempre ler primeiro as instruções.



Test it
Teste







Change it
Troque



Replace it
Substitua

HOW TO PREVENT COMMON FIRES



IN THE KITCHEN
ELECTRICS
CIGARETTES
CANDLES

This section will tell you how you can avoid fires in your home, including how to cook safely and take care with electrics, candles and cigarettes.

COMO EVITAR INCÊNDIOS COMUNS
NA COZINHA APARELHOS
ELÉCTRICOS CIGARROS VELAS

Esta secção explica como pode evitar incêndios em sua casa, como cozinhar de forma segura e como ter cuidado com aparelhos eléctricos, velas e cigarros.

In the kitchen

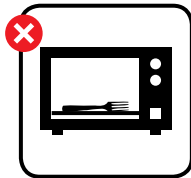
How to cook safely

Avoid leaving children in the kitchen alone when cooking on the hob. Keep matches and sauce pan handles out of their reach to keep them safe.

- Take extra care if you need to leave the kitchen whilst cooking, take pans off the heat or turn them down to avoid risk.
- Make sure saucepan handles don't stick out – so they don't get knocked off the stove.
- Take care if you're wearing loose clothing – they can easily catch fire.
- Keep tea towels and cloths away from the cooker and hob.
- Spark devices are safer than matches or lighters to light gas cookers, because they don't have a naked flame.
- Double check the cooker is off when you've finished cooking



Keep out of reach
Mantenha fora do alcance



Take care with electrics

- Keep electrics (leads and appliances) away from water.
- Check toasters are clean and placed away from curtains and kitchen rolls.
- Keep the oven, hob and grill clean and in good working order. A build up of fat and grease can ignite a fire.

Don't put anything metal in the microwave

Deep fat frying

- Take care when cooking with hot oil – it sets alight easily.
- Make sure food is dry before putting it in hot oil so it doesn't splash.
- If the oil starts to smoke – it's too hot. Turn off the heat and leave it to cool.
- Use a thermostat controlled electric deep fat fryer. They can't overheat.

What to do if a pan catches fire

- Don't take any risks. Turn off the heat if it's safe to do so. Never throw water over it.
- Don't tackle the fire yourself.

GET OUT
STAY OUT
AND CALL
999



Na cozinha

Como cozinhar de forma segura

Evite deixar crianças sozinhas na cozinha quando estiver a cozinhar com os bicos do fogão. Para segurança das crianças, mantenha os fósforos e as asas das panelas fora do seu alcance.

- Tenha muito cuidado se tiver de sair da cozinha enquanto está a cozinhar, retire as panelas do lume ou baixe a temperatura para evitar riscos.
- Assegure-se de que as asas das panelas não estão viradas para fora do fogão, para que não haja o risco de serem tombadas.
- Tenha cuidado se tiver roupa larga, pois pode pegar fogo facilmente.
- Mantenha os panos de cozinha longe do fogão e do forno.
- Os dispositivos de faísca, que não têm chama, são mais seguros para utilizar nos fogões a gás do que fósforos ou isqueiros.
- Assegure-se de que desligou o fogão quando tiver terminado de cozinhar.



Take care with hot oil
Cuidado com o óleo quente



Tenha cuidado com os aparelhos eléctricos

- Mantenha os aparelhos e os cabos eléctricos afastados da água.
- Verifique que a torradeira está limpa e afastada de cortinas e de rolos de papel de cozinha.
- Mantenha o forno, o fogão e o grelhador limpos e em bom funcionamento. A gordura pode começar um incêndio.

Não coloque nada de metal no microondas

Fritadeiras

- Tenha cuidado ao cozinhar com óleo quente, pode inflamar.
- Os alimentos devem estar secos antes de os colocar no óleo quente, para evitar salpicos.
- Se o óleo começar a deitar fumo, está demasiado quente. Baixe a temperatura e deixe arrefecer.
- Utilize uma fritadeira eléctrica controlada por termóstato, que não sobreaquece.

O que fazer se uma panela começar a arder

- Não corra riscos. Se for seguro, desligue a fonte de calor. Nunca atire água para a panela em chamas.
- Não tente apagar o fogo.

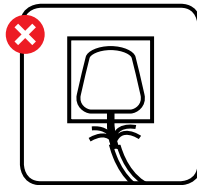
SAIA
FIQUE NA RUA
E LIGUE PARA O
999



Electrics

How to avoid electrical fires

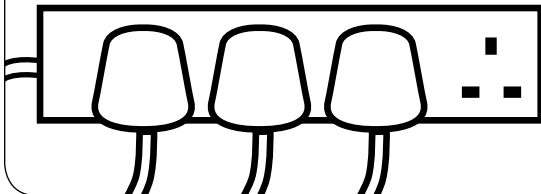
- Always check that you use the right fuse to prevent overheating.
- Make sure an electrical appliance has a British or European safety mark when you buy it.
- Certain appliances, such as washing machines, should have a single plug to themselves, as they are high powered.
- Try and keep to one plug per socket.



Don't overload
Não sobrecarregue

$$5 + 5 + 3 = 13$$

AMP AMP AMP AMP



Electricidade

Como evitar incêndios eléctricos

- Verifique sempre que está a utilizar o fusível correcto, para evitar sobreaquecimento.
- Quando comprar um aparelho eléctrico, assegure-se de que tem uma marca de segurança britânica ou europeia.
- Determinados aparelhos, como máquinas de lavar roupa, devem ser o único aparelho ligado a uma tomada, pois são aparelhos de alta potência.
- Tente limitar-se a uma ficha por tomada.

Know the limit!

An extension lead or adaptor will have a limit to how many amps it can take, so be careful not to overload them to reduce the risk of a fire.

Appliances use different amounts of power – a television may use a 3amp plug and a vacuum cleaner a 5amp plug for example.

Saiba o limite!

As extensões e os adaptadores têm um limite de amperes, por isso tenha cuidado para não os sobrecarregar. Assim, reduzirá o risco de incêndio.

Diferentes aparelhos eléctricos utilizam diferentes potências: a televisão pode ter uma ficha de 3 amp e o aspirador uma ficha de 5 amp, por exemplo.

Keep electrical appliances clean and in good working order to prevent them triggering a fire.

- Keep your eyes peeled for signs of dangerous or loose wiring such as scorch marks, hot plugs and sockets, fuses that blow or circuit-breakers that trip for no obvious reasons, or flickering lights.
- Check and replace any old cables and leads, especially if they are hidden from view – behind furniture or under carpets and mats.
- Unplugging appliances helps reduce the risk of fire.
- Unplug appliances when you're not using them or when you go to bed.

Using an electric blanket

- Don't leave electric blankets folded as this damages the internal wiring. Store them flat or rolled up instead.
- Unplug blankets before you get into bed, unless it has a thermostat control for safe all-night use.
- Try not to buy second hand blankets and check regularly for wear and tear.

Portable heaters

- Try to secure heaters up against a wall to stop them falling over.
- Keep them clear from curtains and furniture and never use them for drying clothes.

Furniture

- Always ensure that your furniture has the fire-resistant permanent label.



Mantenha os aparelhos eléctricos limpos e em bom estado de funcionamento, para evitar que provoquem um incêndio.

- Mantenha-se atento a sinais de cablagem perigosa ou solta, como marcas de queimaduras, tomadas e fichas aquecidas, fusíveis que fundem ou disjuntores que disparam sem razão aparente, ou ainda lâmpadas tremeluzentes.
- Verifique e substitua cabos e extensões velhas, sobretudo se estiverem escondidas atrás de mobílias ou por baixo de carpetes e tapetes.
- Reduzirá o risco de incêndios se desligar os aparelhos eléctricos da tomada.
- Desligue os aparelhos eléctricos da tomada quando não estiverem em utilização ou antes de se ir deitar.

Cobertores eléctricos

- Não guarde os cobertores eléctricos, dobrados para evitar danificar os cabos eléctricos internos. Guarde-os sem os dobrar ou enrole-os.
- Desligue o cobertor da tomada antes de ir para a cama, a menos que este tenha um controlo com termóstato que permita que fique ligado toda a noite.
- Tente não comprar cobertores em segunda-mão e verifique regularmente se estão danificados.

Aquecedores portáteis

- Tente prender os aquecedores na parede para evitar que tombem.
- Mantenha-os afastados de cortinas e da mobília, e nunca os utilize para secar roupa.

Mobília

- Assegure-se sempre de que a mobília tem uma etiqueta permanente a especificar que é de material resistente ao fogo.

Cigarettes

Stub cigarettes out properly and dispose of them carefully. Put them out. Right out!

- Never smoke in bed.
- Use a proper ashtray – never a wastepaper basket.
- Make sure your ashtray can't tip over and is made of a material that won't burn.
- Don't leave a lit cigarette, cigar or pipe lying around. They can easily fall over and start a fire.
- Take extra care if you smoke when you're tired, taking prescription drugs, or if you've been drinking. You might fall asleep and set your bed or sofa on fire.
- Keep matches and lighters out of children's reach.
- Consider buying child resistant lighters and match boxes.

Cigarros

Apague bem o cigarro e deite-o fora com cuidado. Apague-o bem, completamente!

- Nunca fume na cama.
- Utilize um cinzeiro apropriado, nunca o cesto de papéis.
- Assegure-se de que o cinzeiro não pode virar e que é feito de um material que não se queima.
- Não deixe cigarros, charutos ou cachimbos acesos se não estiver por perto, podem tombar facilmente e provocar um incêndio.
- Tenha muito cuidado se fumar quando estiver cansado, a tomar medicamentos, ou se tiver bebido. Pode adormecer e incendiar a cama ou o sofá.
- Mantenha os fósforos ou isqueiros fora do alcance das crianças.
- Pense em comprar isqueiros e caixas de fósforos com protecção infantil.



Put them out. Right out!
Apague bem. Completamente!

Matchboxes now carry this warning label



As caixas de fósforos agora têm esta etiqueta de aviso

Candles

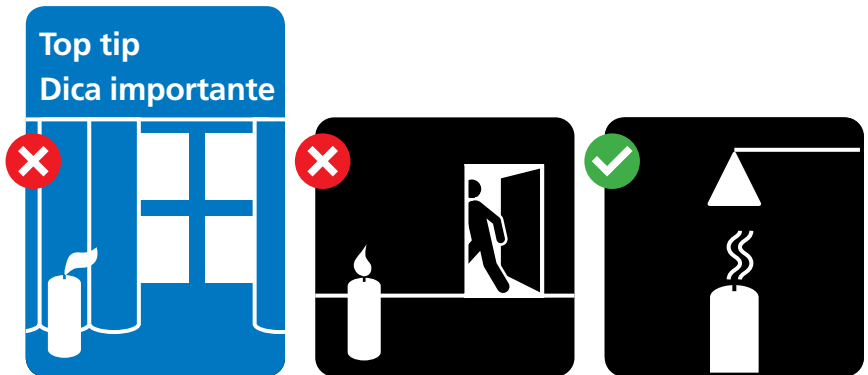
Make sure candles are secured in a proper holder and away from materials that may catch fire – like curtains.

- Put candles out when you leave the room, and make sure they're put out completely at night.
- Use a snuffer or a spoon to put out candles. It's safer than blowing them out when sparks can fly.
- Children shouldn't be left alone with lit candles.

Velas

Assegure-se de que as velas estão seguras num castiçal e longe de materiais que possam pegar fogo, como as cortinas.

- Apague as velas quando sair da divisão e assegure-se de que estão totalmente apagadas à noite.
- Utilize um apaga-velas ou uma colher para as apagar. É mais seguro do que soprar pois podem voar faíscas.
- As crianças não devem ficar sozinhas com velas acesas.



Top tip
Dica importante

Be careful with candles
Cuidado com as velas



PLAN A SAFE ESCAPE

PLANEIE UMA FUGA SEGURA

Fitting a smoke alarm is the first crucial step to protecting yourself from fire. But what would you do if it went off during the night?

This section will help you make a plan ready for an emergency.

Instalar um detector de fumo é o primeiro passo crucial para se proteger contra um incêndio. Mas o que faria se o detector disparasse durante a noite?

Esta secção vai ajudá-lo a elaborar um plano para situações de emergência.

Be prepared by making a plan of escape

- Plan an escape route and make sure everyone knows how to escape.
- Make sure exits are kept clear.
- The best route is the normal way in and out of your home.
- Think of a second route in case the first one is blocked.
- Take a few minutes to practice your escape plan.
- Review your plan if the layout of your home changes.

Esteja preparado e elabore um plano de fuga

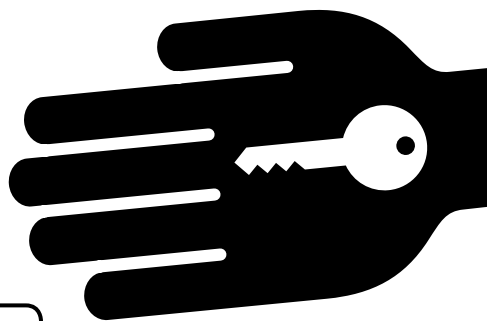
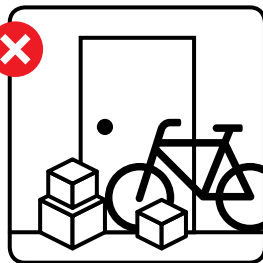
- Planeie uma rota de fuga e assegure-se de que todos sabem como fugir.
- Assegure-se de que as saídas estão sempre desimpedidas.
- A melhor rota é a rota normal para entrar e sair de casa.
- Pense numa segunda rota, caso a primeira esteja bloqueada.
- Passe algum tempo a praticar o plano de fuga.
- Reveja o plano se a disposição da sua casa for alterada.

Top tip Dica importante



Plan an escape route

Planeie uma rota de fuga



Keep door and window keys where everyone can find them

Mantenha as chaves das janelas e das portas num local onde todos as possam encontrar

What to do if there is a fire

Don't tackle fires yourself. Leave it to the professionals.

- Keep calm and act quickly, get everyone out as soon as possible.
- Don't waste time investigating what's happened or rescuing valuables.
- If there's smoke, keep low where the air is clearer.
- Before you open a door check if it's warm. If it is, don't open it – fire is on the other side.
- Call 999 as soon as you're clear of the building. 999 calls are free.

O que fazer em caso de incêndio

Não tente apagar o fogo, deixe isso para os profissionais.

- Mantenha-se calmo e aja com rapidez, tire toda a gente de casa o mais rápido que puder.
- Não perca tempo a investigar o que aconteceu ou a salvar bens de valor.
- Se houver fumo, mantenha-se abaixado, onde o ar está limpo.
- Antes de abrir alguma porta, verifique se está quente. Se estiver, não a abra, pois significa que há fogo do outro lado.
- Ligue para o 999 assim que sair do edifício. As chamadas para o número 999 são gratuitas.

Top tip
Dica importante



Get out, stay out and call 999

Saia, fique na rua e ligue para o 999

What to do if your clothes catch fire

- Don't run around, you'll make the flames worse.
- Lie down and roll around. It makes it harder for the fire to spread.
- Smother the flames with a heavy material, like a coat or blanket.
- Remember, Stop, Drop and Roll!

O que fazer se a sua roupa se incendiar

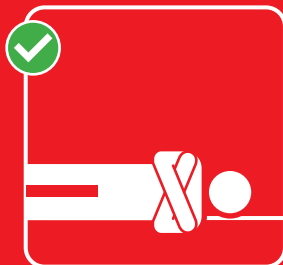
- Não corra de um lado para o outro, pois fará com que as chamas piorem.
- Deite-se e role no chão. Assim será mais difícil o fogo espalhar-se.
- Abafe as chamas com um material pesado, um casaco ou um cobertor.
- Lembre-se: pare, deite-se e role!



STOP!
PARE!



DROP!
DEITE-SE!



ROLL!
ROLE!

What to do if your escape is blocked

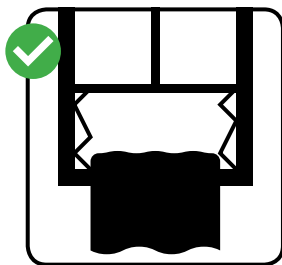
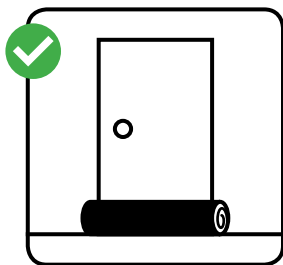
- If you can't get out, get everyone into one room, ideally with a window and a phone.
- Put bedding around the bottom of the door to block out the smoke, then open the window and call "HELP FIRE".
- If you're on the ground or first floor, you may be able to escape through a window.
- Use bedding to cushion your fall and lower yourself down carefully. Don't jump.

If you can't open the window break the glass in the bottom corner. Make jagged edges safe with a towel or blanket.

O que fazer se a saída estiver bloqueada

- Se não puder sair, leve toda a gente para uma divisão, de preferência uma que tenha uma janela e um telefone.
- Bloqueie a parte por baixo da porta com peças da roupa de cama, para evitar que o fumo entre, depois abra a janela e grite "SOCORRO, INCÊNDIO".
- Se estiver no rés-do-chão ou no primeiro andar, poderá conseguir sair pela janela.
- Utilize peças da roupa de cama para amortecer a queda e saia com cuidado. Não salte.

Se não conseguir abrir a janela, parta o vidro no canto inferior. Proteja-se do vidro partido colocando uma toalha ou cobertor por cima do mesmo.



How to escape from a high level building

- Avoid using lifts and balconies if there is a fire.
- It is easy to get confused in smoke, so count how many doors you need to go through to reach the stairs.
- Check there is nothing in the corridors or stairways that could catch fire – like boxes or rubbish.
- Make sure doors to stairways are not locked.
- Make sure everyone in the building knows where the fire alarms are.
- You should still get a smoke alarm for your own home, even if there is a warning system in the block.

Como sair de um prédio alto

- Em caso de incêndio, evite utilizar os elevadores e as varandas.
- É muito fácil ficar confuso com fumo, por isso conte o número de portas por que tem de passar para chegar às escadas.
- Verifique se não há nada nos corredores ou escadas que possa pegar fogo, como caixas ou lixo.
- Assegure-se de que as portas para a escada estão sempre destrancadas.
- Assegure-se de que todos no edifício sabem onde estão os alarmes de incêndio.
- Mesmo que exista um sistema de aviso no prédio, é aconselhável instalar detectores de fumo em sua casa.



**MANTENHA AS ESCADAS
DESIMPEDIDAS**



MAKE A BEDTIME CHECK

VERIFIQUE
ANTES DE
SE DEITAR

You are more at risk from a fire when asleep. So it's a good idea to check your home before you go to bed.

Quando está a dormir corre mais riscos em caso de incêndio. Por isso, é boa ideia verificar a sua casa antes de se ir deitar.



Check list

Close inside doors at night to stop a fire from spreading.

Turn off and unplug electrical appliances unless they are designed to be left on – like your freezer.

Check your cooker is turned off.

Don't leave the washing machine on.

Turn heaters off and put up fireguards.

Put candles and cigarettes out properly.

Make sure exits are kept clear.

Keep door and window keys where everyone can find them.

Lista de verificação

Feche todas as portas do interior de sua casa quando se for deitar, para evitar que um eventual incêndio se espalhe.

Desligue da tomada todos os aparelhos eléctricos, a menos que estejam desenhados para permanecerem ligados, como o frigorífico.

Verifique se o fogão está desligado.

Não deixe a máquina de lavar roupa ligada.

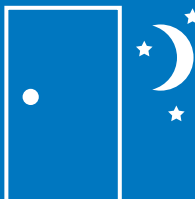
Desligue os aquecedores e coloque as grelhas de protecção.

Apague devidamente as velas e os cigarros.

Assegure-se de que as saídas estão sempre desimpedidas.

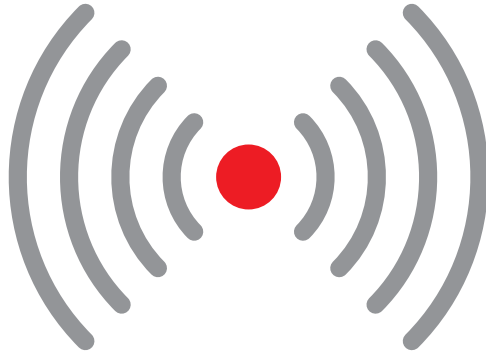
Mantenha as chaves das janelas e das portas num local onde todos as possam encontrar.

Top tip Dica importante



Close inside doors at night

Feche todas as portas do interior de sua casa quando se for deitar



SMOKE ALARMS

**SAVE
LIVES**

For a free home fire risk check contact your local fire and rescue service. The phone number is also in the telephone book (not 999). Or visit www.direct.gov.uk/firekills

**OS DETECTORES DE
FUMO SALVAM VIDAS**

Contacte o serviço de bombeiros local para obter gratuitamente uma verificação de risco de incêndio em sua casa. Também encontrará este número na lista telefónica (não ligue para o 999). Em alternativa, pode visitar o site www.direct.gov.uk/firekills