

# An Garda Síochána



Office of the Minister for Integration  
Oifig an Aire Léimhárachta



## Informação sobre Segurança



### Na Irlanda, o trânsito circula pela **ESQUERDA**

Antes de conduzir um veículo na estrada na Irlanda, deve certificar-se de que o veículo está seguro, com os impostos liquidados, com os testes NCT ou DOE realizados e de que todos os dísticos estão aplicados no pára-brisas, conforme exigido por lei. Também deve ser titular de carta de condução para o veículo.

Na condição de aluno de condução na Irlanda, a partir de 4 de Abril de 2011, deve completar 12 horas de instrução por um instrutor de condução qualificado, como parte da aprendizagem para conduzir um automóvel ou, para motociclos, a partir de 6 de Dezembro de 2010, deve completar 16 horas de instrução. Na condição de aluno, não é permitido que circule em auto-estradas, deve utilizar as placas “L” e deve ser acompanhado por um condutor com, pelo menos, 2 anos de experiência depois de concluído o respectivo exame de condução.

A velocidade é um factor importante na maioria dos acidentes com mortes e feridos graves na Irlanda.

Os limites máximos de velocidade na Irlanda (em quilómetros por hora), são os seguintes:

30 km/h	Áreas com utilizadores vulneráveis da estrada (peões, ciclistas e motociclistas)
50 km/h	Áreas urbanas
60 km/h	Estradas principais de acesso ou dentro de vilas e cidades
80 km/h	Estradas secundárias ou regionais
100 km/h	Estradas nacionais principais (não auto-estradas)
120 km/h	Auto-estradas

Os limites de velocidade não são os objectivos mas sim a velocidade máxima permitida para conduzir numa extensão de estrada em boas condições. Deve conduzir a uma velocidade adequada às condições da estrada e meteorológicas, ao volume de trânsito presente e à probabilidade de perigos.

**Reduzir a velocidade pode salvar vidas**

An Garda Síochána  
[www.garda.ie](http://www.garda.ie)

# Se beber, não conduza

## De que forma o álcool afecta a condução

O álcool afecta o discernimento, a visão, a coordenação e o tempo de reacção.

Pode provocar graves erros de condução, como, por exemplo:

Conduzir demasiadamente depressa ou demasiadamente devagar

Conduzir na faixa errada ou em sentido contrário

Não respeitar sinais de STOP ou semáforos vermelhos

Ultrapassagens inadequadas



## A Legislação

O limite de condução sob o efeito do álcool na Irlanda é de 80 mg por 100 ml de sangue.

Na Irlanda, é considerada infracção conduzir, tentar conduzir ou ser responsável por um veículo se não possuir o adequado controlo do veículo devido ao consumo de álcool ou drogas.

Lembre-se de que é necessária cerca de 1 hora, em média, para cessar o efeito de uma unidade de álcool no sistema de uma pessoa (1 unidade = menos de metade de uma cerveja, uma medida pequena de bebidas espirituosas ou um pequeno copo de vinho).

A An Garda Síochána realiza testes aleatórios de respiração para detecção de álcool nos condutores, em vários momentos do dia – considere-se avisado!

## Use sempre o cinto de segurança em viagem

É obrigatório por lei que todos os ocupantes de um veículo usem um cinto de segurança. É da responsabilidade do condutor garantir que todas as pessoas menores de 17 anos usem o respectivo cinto de segurança.

As crianças devem ser transportadas em cadeiras de criança adequadas.

### Os cintos de segurança salvam vidas

## Fadiga

Crê-se que a fadiga seja um factor em 1 de cada 5 acidentes fatais na Irlanda.

Não ignore a fadiga.

Se sentir cansaço, faça um intervalo na condução – uma sesta de 15 a 20 minutos pode ajudar.

Se planeia uma longa viagem, tenha uma boa noite de sono na noite anterior.

Evite o álcool ou medicamentos que possam provocar sonolência.

Considere a partilha da condução.

## Telemóveis

É considerada infracção a utilização, com as mãos, de telefones móveis durante a condução.

Tenha cuidado ao utilizar outros dispositivos electrónicos durante a condução – qualquer distracção que desvie a sua atenção da estrada pode ser perigosa.

**An Garda Síochána**  
**[www.garda.ie](http://www.garda.ie)**

# An Garda Síochána



Office of the Minister for Integration  
Oifig an Aire Láimhdeáireachta



## Informação sobre Segurança Rodoviária



### O seu veículo

Regularmente:

Verifique a pressão dos pneus e a profundidade do piso.

Verifique o nível do óleo, da água e de outros fluidos.

Verifique a existência de fugas ou danos.

Verifique todas as luzes e indicadores.

Mantenha o seu pára-brisas limpo e desimpedido de tudo o que possa obstruir a sua visão.

Encha o depósito do líquido do limpa pára-brisas.

Verifique se a buzina funciona.

Proceda à assistência ao seu veículo de acordo com a periodicidade recomendada.



### Condições Meteorológicas

Quando a visibilidade for reduzida, ligue os faróis para ver e ser visto.

Quando as condições meteorológicas se deteriorarem – reduza a velocidade

Utilize os faróis de nevoeiro apenas na presença de nevoeiro ou queda de neve e não se esqueça de os desligar quando as condições melhorarem.

Lembre-se de que, em condições de neve ou de gelo ou de chuva intensa, deve reduzir a velocidade e aumentar a distância para o veículo da frente, para permitir mais tempo para parar.

### Pontos de penalização

Se um condutor acumular 12 pontos de penalização num período de 3 anos, fica com a sua carta de condução automaticamente suspensa durante um período de 6 meses. Existem vários tipos diferentes de infrações que produzem pontos de penalização, incluindo: excesso de velocidade, não utilização do cinto de segurança, condução negligente, quebra das luzes dos travões, não cumprimento dos sinais de STOP ou de Prioridade. Consulte em [www.penaltypoints.ie](http://www.penaltypoints.ie) a lista completa.

# Utilizadores vulneráveis da estrada

## Peões

Use vestuário de cores vivas quando caminhar durante a noite e considere o transporte de uma lanterna.

Sempre que possível, utilize as passeadeiras para atravessar a estrada. Quando não existirem passeios, caminhe de frente para o trânsito (no lado direito).

Nunca atravesse a estrada na proximidade de veículos pesados de mercadorias.

Não se mantenha junto à berma do passeio em locais onde curvem veículos pesados de mercadorias.

Pare, escute e olhe antes de atravessar a estrada.



## Ciclistas

Veja e seja visto (use vestuário de cores vivas e/ou um dorsal, cinto ou casaco fluorescente).

Use sempre capacete.

Durante a noite, deve usar sempre uma luz branca à frente e uma luz vermelha atrás, além de um reflector vermelho atrás.

Nunca circule próximo de veículos pesados de mercadorias, especialmente na aproximação a cruzamentos.

Cumpra as regras do Código da Estrada – especialmente os semáforos vermelhos e os sinais de STOP.

Onde existam, deve utilizar sempre as faixas para circulação de bicicletas.

## Motociclistas / Passageiros

Os motociclos representam cerca de 1,5% dos veículos na Irlanda mas contabilizam cerca de 12% das vítimas mortais.

Os motociclistas/passageiros DEVEM usar um capacete aprovado.

Os motociclistas/passageiros devem mostrar-se sempre bem visíveis (usar vestuário de cores vivas ou reflectores de alta visibilidade e conduzir com as luzes dos faróis ligadas).

Os motociclistas/passageiros devem usar vestuário de protecção para a sua própria segurança.

Os motociclistas devem ter consciência da sua vulnerabilidade e devem conduzir em conformidade.

Os motociclistas devem verificar regularmente as suas motos, especialmente os travões, pneus (pressão e profundidade do piso), luzes, buzina.



**An Garda Síochána**  
**[www.garda.ie](http://www.garda.ie)**



# An Garda Síochána

## Folheto de Informação sobre a Prevenção do Crime



### Segurança Pessoal

### Ser "Astuto"



#### Torne-se "Astuto"

O crime pode acontecer a qualquer pessoa, a qualquer hora, em qualquer local. Os criminosos pensam que não serão apanhados e a vítima pensa que não acontecerá consigo! A realidade é muito diferente. Em cada crime existe sempre uma vítima. **Nem todos os criminosos serão apanhados, mas todas as vítimas irão sofrer.** A informação presente neste panfleto foi concebida para reduzir o seu risco de sofrer ferimentos e/ou perdas devido a crimes em Locais Públicos.

A extensão do seu sofrimento ou perdas irá depender de três factores:

- A sua vulnerabilidade
- O seu ambiente
- O seu comportamento individual

#### A sua vulnerabilidade

A compreensão do seu potencial individual em se tornar numa vítima de crimes deve ser abordada do ponto de vista do criminoso. Ele irá avaliar ou classificar a sua vulnerabilidade de diversas formas e alguns factores irão sobrepor-se a outros para eles, dependendo do tipo de crime a ser contemplado.

Se você:-

- É idoso, muito jovem ou uma pessoa com deficiência
  - É um homem ou mulher
  - Estiver sozinho em vez de estar em grupo
  - É local ou forasteiro
- É confiante e agressivo ou calmo e obediente em termos de aparência

depois uma ou mais características acima podem aumentar ou diminuir a sua potencialidade de se tornar numa vítima. Algumas não são controláveis por si, outras são. O que é importante é lembrar-se de que cada uma dessas características pode afectar a sua categoria de risco.

#### O seu ambiente

Algumas áreas são mais propícias para o crime do que outras. As ruas comerciais movimentadas com muita gente irão sempre atrair os ladrões. Da mesma forma, ruas calmas e mal iluminadas, passagens subterrâneas e vielas podem ser o local ideal para que assaltantes e agressores ataquem.



Muitos assaltos aleatórios e actos de violência ocorrem em pontos de encontro, tais como filas, à porta de instalações licenciadas, restaurantes de comida rápida e discotecas.

Deve preparar-se sempre instintivamente para o ambiente que possa visitar, fazendo algumas questões básicas a si próprio:

- Sei como lá chegar?
- Vou precisar de passar por pontos potencialmente perigosos e posso evitá-los?
- É necessário ir sozinho e preciso de ir de noite ou de dia?
- Qual é o modo da viagem e quanto tempo irá demorar a mesma?
- Se estiver a utilizar o meu carro privado – onde posso estacionar em segurança e quais os planos de contingência que tenho se este avariar?
- Eu sei alguma coisa acerca do local que vou visitar – é seguro e bem gerido?



PARA OBTER MAIS INFORMAÇÕES SOBRE ESTA OU OUTRAS QUESTÕES SOBRE A PREVENÇÃO DO CRIME,

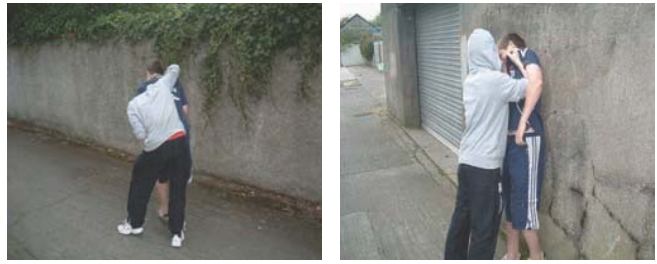
CONTACTE o seu AGENTE DE PREVENÇÃO DO CRIME DA GARDA

ou visite a página de Internet da Garda em [www.garda.ie](http://www.garda.ie)

- Disse a alguém onde vou e a que horas penso regressar?
- A minha aparência ou vestuário são adequados e preciso de utilizar objectos de joalharia valiosos ou transportar todos os meus cartões de crédito ou de débito?
- Quais os outros objectos em minha posse que podem tornar-se atractivos para os assaltantes - preciso mesmo de os trazer?

### O seu comportamento individual

Aquilo **que somos capazes de controlar** quando estamos no domínio público é **o nosso comportamento individual**. Algumas pessoas são naturalmente conflituosas e agressivas; outras conseguem manter-se calmas e controladas mesmo nas situações mais provocadoras. A sua capacidade de antecipar qualquer potencial problema e minimizar ou evitar o mesmo depende da sua personalidade individual e do seu próprio comportamento. Tornar-se "astuto" é uma experiência de aprendizagem; no entanto devemos todos ter em conta alguns princípios básicos para evitar problemas e os causadores dos problemas.



- Lembre-se - não é possível ser racional com pessoas agressivas ou embriagadas
- As mulheres jovens devem evitar a tentação de acompanhar estranhos sozinhas – por mais inofensivos que estes possam parecer
- Se você for vítima de um crime ou de violência – reporte o assunto à Gardai imediatamente – não guarde para si o problema de lidar com os agressores



- Mantenha-se na companhia das pessoas que conhece
- O consumo de álcool, drogas ou outras substâncias tóxicas não só diminui os seus sentidos como o torna particularmente atractivo para os criminosos
- Evite demonstrações públicas da sua riqueza – mantenha a sua carteira/mala oculta
- Se presenciar comportamentos criminosos – abandone a área imediatamente e contacte a Gardai
- Se vir ou se sentir intimidado por grupos de pessoas – tome um caminho seguro – atravesse a rua – ou aguarde até que as pessoas desapareçam
- Mantenha-se em ruas bem iluminadas e caminhe no sentido contrário ao do tráfego
- Nunca se envolva em desentendimentos de outras pessoas
- Nunca responda a provocações ou comentários ofensivos de terceiros – estes têm a intenção de o envolver num conflito
- As pessoas que o provocam ou confrontam tem a intenção de o agredir – evite olhar nos olhos e não se envolva verbal ou fisicamente

Os conselhos contidos neste panfleto informativo não têm o objectivo de serem exaustivos ou absolutos.

Nada do que está contido nesta publicação deve ser interpretado como obrigatório, imperativo nem foi concebido para se opor a qualquer legislação estatutária.

### Contactos e Ligações Úteis

Unidade de Prevenção do Crime da Garda Nacional, Sede da Garda, Harcourt Square, Dublin 2. Tel: (01) 6663362, Fax: (01) 6663314 Email: [crime\\_prevention@garda.ie](mailto:crime_prevention@garda.ie)

An Garda Síochána  
[www.garda.ie](http://www.garda.ie)



# Segurança Pessoal Violência Doméstica



### Introdução

O termo "Violência Doméstica", apesar de não estar definido na legislação, é um termo que provoca ao mesmo tempo medo e repulsa na maior parte das pessoas. Pode ser classificado como abusos físicos, sexuais, mentais, financeiros ou emocionais por parte de um parceiro em relação a outro parceiro numa relação. **As mulheres em relações heterossexuais são a maior parte das vítimas reportadas de violência doméstica.** Os homens em relações heterossexuais e homens e mulheres em relações com o mesmo sexo podem também ser vítimas. As crianças podem também ser sujeitas a violência doméstica. Outras formas podem ser -

- o abuso de pessoas mais velhas por parte de parceiros abusadores, crianças, parentes, prestadores de cuidados e
- o abuso de pessoas com deficiência por parte dos seus prestadores de cuidados, parceiros ou parentes

A violência doméstica abrange todos os géneros, idades, classes sociais, raças e crenças religiosas. Lembre-se, não existe um "tipo" de mulher ou homem ao qual isto acontece e não existe um "tipo" lar onde tal acontece.

### Estou a ser vítima?

A violência doméstica inclui todo o tipo de abuso físico, sexual, mental, financeiro e emocional num relacionamento íntimo. Faça as seguintes perguntas a si mesmo, que apesar de não serem absolutas e completamente abrangentes, irão incentivar o seu raciocínio e a avaliação da sua situação.

O seu parceiro -

- Empurra/abana, bate, morde, dá estalos, murros, pontapés a si ou aos seus filhos?
- Ameaça fazer-lhe mal a si, aos seus filhos ou aos seus familiares?
- Ameaça utilizar uma arma contra si?
- Ameaça matá-la se o abandonar?
- Força-a a ter relações sexuais contra a sua vontade?
- Fica agressivo facilmente sobre o efeito de álcool ou drogas?
- Humilha-a em frente a outras pessoas?
- Destroí deliberadamente / de forma maliciosa a sua propriedade pessoal ou outros objectos de valor sentimental para si?

- Acusa-a constantemente de ser infiel? "Controla" constantemente e de forma obsessiva os movimentos e o seu tempo?
- Critica ou desvaloriza-a constantemente?
- Impede-a de trabalhar, sair de casa ou socializar?
- Desencoraja o seu relacionamento com a sua família e amigos?
- Controla o seu dinheiro e força-a a contabilizar em detalhe as suas despesas?
- Nega-lhe o acesso ao dinheiro, mesmo para as necessidades domésticas?

Se a sua resposta for sim a pelo menos **uma** destas questões, então pode estar a ser sujeito a violência doméstica e deve considerar a sua situação cuidadosamente.

### O Ciclo da Violência

A violência doméstica tende a seguir três fases -

- Fase de crescimento da tensão
- Fase de agressão / violência e
- Fase de reconciliação / carinho

É importante ter em conta que assim que a violência começa, não só se mantém, mas com o tempo aumenta de frequência e gravidade. À medida que a violência continua, o ciclo de três fases começa a alterar-se para o pior. A fase de crescimento da tensão torna-se menor e mais intensa, os incidentes de recurso violento tornam-se mais frequentes e graves e os períodos de reconciliação tornam-se mais curtos e menos intensos.

### O que posso fazer para estar em segurança?

A primeira coisa a ter em conta é que não tem de aceitar a situação.

**Ninguém tem o direito de agredir ou abusar de outra pessoa!**

Se estiver a ser vítima de violência doméstica, a segurança é a sua primeira prioridade para si e os seus filhos. A ajuda é disponibilizada pelo Gardai e por outras organizações relacionadas, por ex. Women's Aid, AMEN etc. (consulte a secção "Contactos e Ligações Úteis" no verso para obter os contactos).

**PARA OBTER MAIS INFORMAÇÕES SOBRE ESTA OU OUTRAS QUESTÕES SOBRE A PREVENÇÃO DO CRIME,**

**CONTACTE o seu AGENTE DE PREVENÇÃO DO CRIME DA GARDA**

**ou visite a página de Internet da Garda em [www.garda.ie](http://www.garda.ie)**



É da responsabilidade da Gardai disponibilizar-lhe protecção e investigar inteiramente qualquer incidente de violência doméstica, incluindo relatos de violência doméstica recebidos de terceiros.

#### Se estiver em perigo eminente -

- **Contacte a Gardai através do 999 ou 112.** Eles irão disponibilizar protecção e podem colocá-lo em contacto com organizações que lhe podem disponibilizar aconselhamento, orientação ou abrigo. Podem também disponibilizar informações relativas à obtenção de Ordens de Restrição / Protecção, etc.
- **Saia assim que possível ou peça a alguém para ficar consigo,** se tal aumentar a sua segurança; caso contrário, desloque-se para a casa de um vizinho / amigo / familiar ou outro local seguro.

#### Se não estiver em perigo eminente, mas necessitar de ajuda -

- Pode, como é óbvio, contactar a Gardai ou
- Contactar uma das várias organizações que lhe podem disponibilizar aconselhamento, orientação ou refúgio (os detalhes de contacto de algumas destas organizações são disponibilizados em "Contactos e Ligações Úteis", no final deste panfleto.

#### Assistência Médica

Obtenha sempre assistência médica, caso esteja ferida e solicite que o pessoal médico tire fotografias aos seus ferimentos. Quando for possível, registre os seus ataques – isto pode ser útil para o caso de um processo legal.

#### Questões Legais

Pode obter informações em diversos locais, incluindo a Gardai, o Free Legal Advice Centre (Centro de Aconselhamento Legal Gratuito – FLAC) e outras organizações de apoio. Os Tribunais podem emitir Ordens de Segurança, Ordens de Restrição, Ordens de Restrição Temporárias e Ordens de Protecção. Estas estão definidas na Lei da Violência Doméstica de 1996. As informações acerca destas ordens podem ser encontradas na página de Internet do FLAC.

#### Planeamento Futuro – Faça um Plano de Segurança

Deve considerar o planeamento futuro para desenvolver um plano de acção, para o caso de acontecer outro incidente. Isto pode ajudar a sentir-se mais em controlo e preparar-se para os procedimentos a tomar se tal evento acontecer. O seu plano de acção pode incluir:

- Fazer uma lista de pessoas a contactar no caso de um incidente, ou se sentir em perigo.
- Decidir para onde ir se tiver de deixar a sua casa.
- Guardar roupa extra, artigos de higiene e objectos pessoais com alguém em quem confie.
- Saber onde é guardada a identificação e outros papéis importantes, no caso de necessitar dos mesmos rapidamente.
- Alertar vizinhos de confiança para contactar a Gardai se ouvirem quaisquer sons suspeitos com origem na sua casa.
- Praticar uma saída de emergência (com os seus filhos) e viajar para a localização que tenha escolhido como local seguro.
- Criar uma lista de outros preparativos que possa considerar.

Quando decidir sair, quer seja durante um período curto ou mais longo, terá de levar consigo alguns dos objectos seguintes, se for possível fazê-lo de forma segura; se não, pode voltar a casa numa fase posterior, com o acompanhamento do Gardai para recuperar os seus pertences -

- |                      |                                  |
|----------------------|----------------------------------|
| * Dinheiro           | * Livros de Cheques              |
| * Cartões de Crédito | * Medicação Prescrita            |
| * Chaves do Carro    | * Carta de condução              |
| * Passaporte         |                                  |
| * Roupas             | * Autorização de Trabalho        |
|                      | * Lista de Endereços / Telefones |

Outros objectos adicionais a considerar levar, **se tiver tempo** -

- \* Certidão de Nascimento
- \* Certidões de nascimento das crianças
- \* Registos médicos familiares
- \* Registos dos Subsídios das Crianças
- \* Registos da Segurança Social
- \* Papéis de registo do carro
- \* Registos escolares
- \* Alguns brinquedos para as crianças
- \* Fotos e objectos pessoais de importância
- \* Jóias

**Os conselhos contidos neste panfleto informativo não têm o objectivo de serem exaustivos ou absolutos.**

**Nada do que está contido nesta publicação deve ser interpretado como obrigatório, imperativo nem foi concebido para se opor a qualquer legislação estatutária.**

#### Contactos e Ligações Úteis

##### Unidade de Investigação de Agressões Sexuais e

##### Violência Doméstica da Garda,

N.B.C.I., Sede da Garda, Harcourt Square, Dublin 2. Tel: (01) 6663430, 6663435, Fax: (01) 6663316 Email: [dvsau@iol.ie](mailto:dvsau@iol.ie) ou a sua **Esquadra local da Garda**

##### An Garda Síochána

(página de Internet: [www.garda.ie](http://www.garda.ie)  
Em caso de Emergência - ligue 999 ou 112

##### Cosc

(página de Internet: [www.cosc.ie](http://www.cosc.ie))  
Tel.: (01) 4768680

##### Womens Aid

(página de Internet: [www.womensaid.ie](http://www.womensaid.ie))  
Linha grátis 1800 341 900,  
7 dias por semana das 10h às 22h

##### Safe Ireland

(página de Internet: [www.safeireland.ie](http://www.safeireland.ie))  
Tel.: (090) 6479078

##### AMEN

(página de Internet: [www.amen.ie](http://www.amen.ie))  
Tel.: (046) 9023718

##### Free Legal Advice Centre (Centro de Aconselhamento Legal Gratuito - FLAC) (página de Internet: [www.flac.ie](http://www.flac.ie))

Tel.: (01) 8745690

##### Linha de Apoio a Vitimas de Crimes

(página de Internet: [www.crimevictimshelpline.ie](http://www.crimevictimshelpline.ie))  
Tel.: 1850 211 407

##### Samaritanos

(página de Internet: [www.samaritans.org](http://www.samaritans.org))



# An Garda Síochána

## Folheto de Informação sobre a Prevenção do Crime



### Segurança Doméstica Desafio da lista de verificação



Os ladrões gostam de oportunidades fáceis. Se tiverem de fazer muito barulho, demorar muito tempo ou de correr o risco de serem vistos, é provável que não se incomodem. Uma boa regra básica é o teste de atraso de 3 minutos. Se conseguir atrasar a entrada por 3 minutos ou mais – é provável que os ladrões procurem outros locais. Preencha este simples questionário de segurança doméstica para determinar a forma como a sua casa está segura contra ladrões. Ignore as questões não relevantes para a sua casa.

Lembre-se, cada resposta NÃO é uma ameaça à sua segurança doméstica.

<b>Portas e Janelas</b>	Sim	Não
1 As suas portas externas estão devidamente equipadas com sistemas de fechaduras de segurança? (ou seja, fechaduras de 5 trincos para portas de madeira, fechaduras de multi-ponto para portas de PVC, etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 Se tiver portas com painéis de vidro – estas são reforçadas de forma a não ser possível quebrarem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 Possui um óculo grande angular na sua porta principal/da frente ou outros meios de visualizar quem toca	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 Possui uma corrente na porta / limitador de abertura e utiliza-os?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 Desde que se mudou para a sua casa (onde possa ter existido um ocupante anterior) trocou as fechaduras?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 As suas chaves suplentes são mantidas com um vizinho de confiança e nunca deixadas num candeeiro exterior, vaso de flores, etc.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 Tranca as suas portas exteriores quando se ausenta de casa, mesmo que durante um curto período de tempo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 Tranca as portas que ficam fora da sua visão quando está a trabalhar no jardim / pátio?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 Tem instaladas fechaduras adicionais nas suas portas vidro de correr / de pátio?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 É possível fechar e trancar as suas portas da garagem / anexo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 As portas da garagem / anexo estão protegidas com fechaduras de qualidade ou com um puxador apenas interior?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 Costuma fechar e trancar as suas portas da garagem / anexo?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 Todas as suas janelas são seguras?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 É possível que as janelas sejam abertas apenas para ventilação?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 Costuma verificar se todas as janelas estão fechadas quando se ausenta de casa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**PARA OBTER MAIS INFORMAÇÕES SOBRE ESTA OU OUTRAS QUESTÕES SOBRE A PREVENÇÃO DO CRIME,  
CONTACTE o seu AGENTE DE PREVENÇÃO DO CRIME DA GARDA  
ou visite a página de Internet da Garda em [www.garda.ie](http://www.garda.ie)**

**Segurança Interior**

	<b>Sim</b>	<b>Não</b>
1. Costuma pedir a identificação antes de permitir que técnicos / vendedores desconhecidos entrem na sua casa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Evita deixar dinheiro em casa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Possui temporizadores automáticos ou deixa algumas luzes acesas quando a casa está vazia?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. A sua casa aparenta ter sempre alguém presente?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Tem os números de série dos seus valores registados?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Possui fotografias, para efeitos de identificação dos seus valores, especialmente para objectos onde não existam números de série tais como jóias, porcelanas, cristais, pinturas, etc.?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. As suas chaves do carro / casa são mantidas numa localização não visível a partir do exterior?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Segurança Exterior**

	<b>Sim</b>	<b>Não</b>
1. O número da sua casa é visível a partir da rua?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Existe iluminação suficiente à volta da sua casa para permitir uma inspecção visível de algumas áreas à volta da mesma?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Existe iluminação suficiente na parte exterior de cada porta para iluminar os visitantes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Os vizinhos e transeuntes possuem uma visão clara da sua casa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Aparou todos os arbustos e sebes para que estes não permitam que um ladrão se esconda enquanto arromba uma porta ou janela?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Já alguma vez andou à volta de sua casa à procura de formas como um ladrão pode entrar na mesma?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Costuma manter as ferramentas ou escadas, etc., em locais inacessíveis a potenciais ladrões?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. As máquinas, ferramentas e outros objectos de elevado valor guardados em garagens ou anexos ficam devidamente seguros através de cadeados ou correntes?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. O seu anexo / garagem são seguros?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Segurança em Férias**

	<b>Sim</b>	<b>Não</b>
1. Tem um vizinho de confiança a quem possa notificar dos seus planos de viagens e deixar uma chave, com um pedido de uma verificação periódica da casa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Tem um vizinho que recolha o seu correio ou jornais quando estiver fora ou solicita a suspensão da entrega de correspondência aos correios?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Cancela todas as entregas?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Tem um vizinho que possa estacionar o carro extra dele/dela na sua entrada quando estiver fora da sua casa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Providencia o corte da sua relva?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Costuma notificar a Gardai de ausências prolongadas da sua casa?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

**Segurança Electrónica**

	<b>Sim</b>	<b>Não</b>
1. Possui um sistema de alarme de intrusão instalado e utiliza-o?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Este está em conformidade com o padrão da Norma Europeia EN 50131?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. É feita a manutenção e assistência anual?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Tem conhecimento da Política de Alarmes de Intrusão da Garda?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Sabe como utilizar e operar as funções do seu sistema de alarme?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Já considerou ligá-lo a um centro de monitorização ou ao seu telemóvel?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Indicou uma pessoa com chave de casa e esta irá responder de forma adequada a uma activação do alarme?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

# An Garda Síochána

## Folheto de Informação sobre a Prevenção do Crime



# Segurança Doméstica

## Portas



### Segurança Doméstica

A maior parte dos intrusos que entrarem na sua propriedade irão fazê-lo através de uma porta ou janela. Não é invulgar as pessoas deixarem portas e janelas abertas, não trancadas ou indevidamente seguras. A maior parte das portas domésticas são normalmente produzidas na seguinte variedade de formas e resistências -.

- Madeira maciça sólida
- Madeira maciça incorporando painéis de vidro
- Alumínio uPVC
- Portas de correr ou de pátio
- Portas francesas

A resistência e segurança de qualquer porta são em primeiro lugar determinadas pela qualidade do material utilizado na sua construção e pelo padrão dos trincos e acessórios utilizados.

A capacidade de um intruso conseguir ou não acesso à sua casa através das suas portas exteriores pode depender de -

- a resistência do material de construção,
- a qualidade dos fechos,
- instalação e montagem adequadas

Nós podemos reduzir a atracção das mesmas como ponto de entrada para os ladrões, tentando minimizar estas funções de risco.

### Portas de Madeira Maciça

As portas de madeira maciça devem ter um mínimo de 44 mm de espessura e devem ser capazes de suportar fechaduras incorporadas e suportadas por dobradiças com o mínimo de 100mm. Os painéis de vidro, quando instalados, devem ser laminados com uma espessura mínima de 6,4 mm. A moldura da porta deve estar aparafusada de forma segura à parede com não menos de intervalos de 600 mm à volta da moldura.

### Portas de uPVC e Alumínio

Este tipo de portas são normalmente inadequadas para equipar com dispositivos de segurança e podem, quando tal for feito, comprometer qualquer segurança de instalação. Nestas circunstâncias, deve sempre consultar o fabricante ou o instalador. A maioria possui um sistema de bloqueio multi-ponto e geralmente disponibiliza um elevado grau de protecção de segurança.

### Funções da Segurança de Portas

A porta de acesso frontal a qualquer casa deve estar equipada, quando for possível e adequado, com as seguintes funções de segurança adicionais -

- **Óculo de porta**, que deve ser grande angular, o que permite ao ocupante identificar visitantes antes de a porta ser aberta.
- **Corrente de Porta ou Limitador**, que permite que o ocupante restrinja a abertura completa da porta enquanto entender.
- **Parafusos de Segurança**, que irão fortalecer a porta contra entradas forçadas.
- **Limitador/Entrada de correio**

### Segurança de Portas e Padrões

É recomendado que todas as portas exteriores de entrada/saída sejam concebidas com resistência à intrusão por força até um nível aceitável, por ex., o padrão de segurança Britânico actual para portas PAS 24-1 "Portas de Segurança Melhorada" ou equivalente. Estas são sujeitas a condições de testes de segurança específicas.

Actualmente, a maior parte das portas instaladas nas casas não está em conformidade com este padrão. Uma porta de segurança doméstica ideal incorpora a maior parte ou todas as seguintes funções de segurança:

- Trinco de cinco pontos para BS 3621 – superior e inferior
- Fechadura incorporada com manípulo apenas interior
- Parafusos de segurança para reforçar o lado das dobradiças da porta
- Corrente de porta e visualizador com grande angular

Existe uma ampla variedade de fechaduras e dispositivos de bloqueio disponíveis no mercado hoje em dia. No entanto, deve ser lembrado que instalar uma fechadura de segurança de qualidade numa porta de natureza fraca ou instalar uma fechadura fraca numa porta de qualidade não irá aumentar a sua segurança de uma forma real.

PARA OBTER MAIS INFORMAÇÕES SOBRE ESTA OU OUTRAS QUESTÕES SOBRE A PREVENÇÃO DO CRIME,

CONTACTE o seu AGENTE DE PREVENÇÃO DO CRIME DA GARDA

ou visite a página de Internet da Garda em [www.garda.ie](http://www.garda.ie)

As fechaduras domésticas são normalmente incorporadas, (com manípulo apenas interior ou fechadura de bloqueio), ou contendo um mecanismo de múltiplo bloqueio com parafusos. Todas devem estar em conformidade com o padrão de segurança adequado, por ex. BS 3621 ou equivalente. Isto irá assegurar que as fechaduras foram testadas contra entradas à força, perfuração e serração durante um determinado período de tempo.

Todos os dispositivos de segurança devem estar equipados com parafusos ou cavilhas fortes. As fechaduras com manípulo interior, quando instaladas e utilizadas, irão também impedir que os ladrões retirem bens da sua casa através das portas.

Os painéis de vidro nas portas ou à sua volta são particularmente vulneráveis e devem ser evitados, sempre que possível. Alternativamente devem ser substituídos por vidro laminado com um mínimo de 6,4 mm de espessura.

#### **Entrada de correio**

Quando estiverem instaladas entradas de correio numa porta, estas devem estar afastadas em pelo menos 400mm ou 16 polegadas de qualquer mecanismo de bloqueio. Uma caixa de correio irá ajudar a evitar que um ladrão aceda às fechaduras manualmente.

#### **Portas de Pátio**

As portas de pátio são normalmente de correr ou "Portas Francesas", portas de dois batentes, por vezes conhecidas como "Janelas Francesas".

A fraqueza mais comum das portas de correr de pátio é a sua instalação ao longo das calhas de correr. Em algumas circunstâncias é possível levantar a porta completamente para fora das calhas. Devem ser instalados dispositivos anti-levantamento aprovados.

As barras de segurança instaladas internamente, o que irá evitar que as portas sejam separadas, mesmo que o mecanismo de bloqueio seja forçado, são também recomendadas. Os "Parafusos de Impacto" ou "Parafusos de Correr", o que for mais adequado, devem também ser instalados para reforçar a segurança nas portas de Pátio e Francesas. Um serralheiro conceituado irá informá-lo de forma adequada.

#### **Portas Interiores**

A maior parte das portas interiores domésticas são ocas e equipadas com fechaduras de dois manípulos. Não devem ser consideradas como fornecendo boa segurança mas antes como medida de atraso de tempo. Normalmente, é considerado prudente deixar estas portas destrancadas quando a casa estiver vazia, pois raramente irão impedir um ladrão determinado e apenas aumentarão o provável vandalismo cometido.

#### **Chaves**

É um procedimento comum deixar as chaves inseridas nas fechaduras. Esta é uma prática imprudente, pois pode ajudar o ladrão de duas formas. Primeiro, podem ser utilizadas por um intruso para impedir a sua entrada na sua própria casa e em segundo lugar porque podem ser roubadas ou removidas e posteriormente copiadas. No caso das portas onde a entrada ou saída é apenas controlada por chave é obrigatório que a localização e o armazenamento seguro destas chaves sejam conhecido por todos os ocupantes no caso de um incêndio ou evacuação de emergência.

As chaves devem estar geralmente codificadas por cores ou numeradas em vez de identificadas pelo nome pois irão facilitar a identificação por parte do ladrão.

#### **Precauções contra incêndio**

Qualquer alteração ou mudança das portas da sua casa deve ser efectuada de forma a não impedir ou restringir a sua saída em caso de incêndio ou evacuação.

As chaves devem ser mantidas acessíveis aos ocupantes mas fora do alcance de potenciais intrusos ou ladrões.

#### **Lembre-se!**

Quando a casa está ocupada, a segurança contra incêndios é a sua prioridade, no entanto, quando a casa estiver desocupada, a segurança é a sua principal preocupação.

*Os conselhos contidos neste panfleto informativo não têm o objectivo de serem exaustivos ou absolutos. É sempre sensato procurar aconselhamento profissional quando forem efectuadas alterações físicas ou estruturais na sua propriedade para melhorar a segurança.*

*Nada do que está contido nesta publicação deve ser interpretado como obrigatório, imperativo nem foi concebido para se opor a qualquer legislação estatutária.*

#### **Contactos e Ligações Úteis**

Unidade de Prevenção do Crime da Garda Nacional, Sede da Garda, Harcourt Square, Dublin 2. Tel: (01) 6663362, Fax: (01) 6663314  
Email: [crime\\_prevention@garda.ie](mailto:crime_prevention@garda.ie)

An Garda Síochána

[www.garda.ie](http://www.garda.ie)

A Autoridade Nacional de Padrões da Irlanda

[www.nsai.ie](http://www.nsai.ie)

Secured by Design

[www.securedbydesign.com](http://www.securedbydesign.com)

Associação de Serralheiros da Irlanda

[www.aloi.net](http://www.aloi.net)

Associação de Serralheiros Principais da Irlanda

[www.masterlocksmiths.co.uk](http://www.masterlocksmiths.co.uk)





## Segurança Doméstica

### Janelas



#### Segurança das Janelas

Mais de um terço dos ladrões irá entrar na sua propriedade através de uma janela. As janelas existem em diversos desenhos, estilos e materiais, que são normalmente um dos seguintes -

- Caixilharia
- De Rodar e Inclinar
- Vidros de Correr
- Janelas de iluminação
- Velux
- Persiana

Os vidros incorporados na estrutura da janela são também variados e são normalmente temperados, laminados ou fortalecidos.

Todos são concebidos para a entrada de luz, mas é importante ter em conta que as janelas são um ponto de entrada favorito para os ladrões. Pode avaliar a sua vulnerabilidade individual, o que irá depender de três factores principais:

- A acessibilidade da janela
- A visibilidade da janela para os vizinhos ou transeuntes
- A qualidade do fabrico, resistência e instalação da janela

Nós podemos reduzir a atracção das mesmas como ponto de entrada para os ladrões, tentando minimizar estas funções de risco.

#### A acessibilidade da janela

Lembre-se que um ladrão consegue passar normalmente por qualquer abertura que seja ligeiramente maior do que uma cabeça humana - por isso não seja complacente com a sua segurança devido ao tamanho da janela. As janelas no piso térreo são mais vulneráveis do que as dos pisos superiores. No entanto, janelas superiores que possam ser alcançadas facilmente através de uma escadada, com a ajuda dos tubos de tubos de escoamento ou através de um telhado adjacente, podem ser igualmente atractivas para o ladrão. Algumas destas janelas podem ser protegidas com grades metálicas decorativas; mas é importante lembrar-se que qualquer

fixação não deve criar uma obstrução em caso de uma evacuação de emergência.

Quando estas grades forem instaladas, as mesmas devem idealmente ser instaladas internamente e retrácteis ou amovíveis, conforme necessário. A acessibilidade da janela e a segurança pode ser melhorada instalando fechaduras adicionais, limitadores ou vidros mais fortes.

#### A visibilidade da janela para os vizinhos ou transeuntes

As janelas laterais ou dos fundos das instalações são mais susceptíveis de ataques criminosos do que as que estão claramente visíveis aos outros. Faça uma utilização completa da iluminação externa para iluminar as abordagens externas a estas janelas durante a noite. A obstrução desnecessária da visão pode também ser provocada pelo crescimento em excesso de árvores ou sebes. Os ramos ou sebes demasiado crescidos que possam restringir a linha de vista natural por observadores casuais devem ser cortados.

#### A qualidade do fabrico, resistência e instalação da janela

Nem todas as janelas são iguais. As boas funções de concepção, a qualidade do fabrico e a instalação podem disponibilizar um nível de segurança muito para além das capacidades do ladrão comum. A abordagem moderna da segurança das janelas avalia a resistência a um ataque forçado por parte de todo o produto e não apenas dos componentes. Podem ser instaladas boas fechaduras em estruturas essencialmente fracas. Da mesma forma, em estruturas de qualidade, podem ser instalados vidros de qualidade inferior. Em alguns casos, janelas de qualidade são mal instaladas no edifício.

Existem muitas janelas diferentes no mercado hoje em dia e todas possuem algumas funções de segurança. A qualidade dos produtos, no entanto, pode variar consideravelmente. Algumas podem incluir bloqueios multi-ponto, estruturas reforçadas, molduras externas de segurança e vidros laminados, mas podem ser feitas invocações exageradas quanto à sua segurança. Com tempo e esforço suficientes qualquer janela pode ser forçada. O que deve comprar em termos de segurança devem ser janelas com força e qualidade suficiente para parar ou impedir os métodos comuns utilizados pelos ladrões para as quebrar e entrarem através das mesmas. O tempo e o investimento extra que

PARA OBTER MAIS INFORMAÇÕES SOBRE ESTA OU OUTRAS QUESTÕES SOBRE A PREVENÇÃO DO CRIME,

CONTACTE o seu AGENTE DE PREVENÇÃO DO CRIME DA GARDA

ou visite a página de Internet da Garda em [www.garda.ie](http://www.garda.ie)

gastar na compra de janelas de qualidade irá pagar dividendos reais quando chegar a hora de proteger a sua casa ou negócio.

Por exemplo, no mercado de hoje em dia, o padrão de segurança actual Britânico para janelas é o BS 7950 "Janelas de Segurança Reforçada", o que significa que as janelas foram certificadas de forma independente para disponibilizar um elevado grau de protecção que são "resistentes a ataques", geralmente para além das capacidades de um ladrão comum. Não existe actualmente nenhum Padrão Irlandês compatível com esta categoria; no entanto, alguns padrões globais ou Europeus podem ser compatíveis. As janelas que se afastem do âmbito do Padrão Britânico devem demonstrar compatibilidade com um padrão Europeu ou global alternativo, por ex. ENV 1627. Isto deve ser discutido com o seu instalador.

O BS 7950 é o padrão para "*Janelas de Segurança Reforçada*" para testes de uma **janela completa fabricada de novo**, incluindo a manipulação do trinco, segurança dos vidros, carga mecânica e testes de ataque. Não é um teste de componentes individuais, que apesar de excelentes, podem ser instalados em janelas de fraca resistência. As janelas certificadas BS 7950, conseqüentemente, disponibilizam também protecção adicional para o consumidor, porque são testadas de forma independente e são avaliadas quanto ao desempenho e segurança. Estas estão actualmente disponíveis em PVC-U, madeira maciça, madeira mole e alumínio.

#### **Trincos e Limitadores de Janelas**

Pode ainda aumentar a segurança da sua janela em janelas antigas; no entanto, é sempre aconselhável procurar assistência profissional antes de acrescentar fechaduras de segurança ou vidros especiais a janelas existentes para assegurar que qualquer alteração de segurança ou acréscimo não irá enfraquecer a estrutura ou moldura da janela. É também aconselhável falar com o fabricante ou instalador antecipadamente, para assegurar que qualquer garantia que possa ter não é comprometida. As lojas de segurança doméstica e DIY vendem fechaduras baratas, operadas com chave, que se adequam à maior parte das janelas. Pode necessitar de mais do que uma fechadura de janela, dependendo do tamanho da abertura que pretender segurar. As janelas mais vulneráveis podem também ser equipadas com "limitadores" para restringir o tamanho da abertura.

#### **Vidro Temperado**

Os vidros temperados, laminados ou flutuantes são os tipos de vidro utilizados mais frequentemente em edifícios. Parte facilmente e quando partido forma fragmentos longos e afiados.

#### **Vidro Laminado**

O vidro laminado é constituído por duas ou mais camadas de vidro normal coladas entre si com um material forte chamado polivinil butiral (PVB). Disponibiliza uma protecção excelente contra acidentes, vandalismo ou roubos. Quando atacado o vidro em si pode partir mas o vidro irá aderir à camada de união de PVB. O nível de protecção pode ser aumentado dependendo das camadas e da espessura do vidro, no entanto, em geral para a protecção residencial, é suficiente uma espessura de 6,4 mm ou ¼ de polegada.

Por vezes utilizado como alternativa ao vidro laminado, o vidro fortalecido é aproximadamente 8 vezes mais forte do que o vidro em lâminas. Não deve ser utilizado para questões de segurança em janelas e portas, pois o seu principal valor é ser um vidro de segurança. O vidro fortalecido é concebido para se opor a golpes de força; no entanto, não é impenetrável e a sua superfície pode ser quebrada ou fracturada com força suficiente, normalmente com um objecto afiado ou pontiagudo. Se a superfície for perfurada, todo o vidro se irá desintegrar em pequenos pedaços granulados.

#### **Precauções contra incêndio**

Qualquer alteração ou mudança das janelas da sua casa deve ser efectuada de forma a não impedir ou restringir a sua saída em caso de incêndio ou evacuação. Isto será particularmente importante quando instalar vidro laminado ou onde janelas sejam controladas por fechaduras operadas com chave. As chaves devem ser mantidas acessíveis aos ocupantes mas fora do alcance de potenciais intrusos ou ladrões.

#### **Lembre-se!**

Quando a casa está ocupada, a segurança contra incêndios é a sua prioridade, no entanto, quando a casa estiver desocupada, a segurança é a sua principal preocupação.

*Os conselhos contidos neste panfleto informativo não têm o objectivo de serem exaustivos ou absolutos. É sempre sensato procurar aconselhamento profissional quando forem efectuadas alterações físicas ou estruturais na sua propriedade para melhorar a segurança.*

*Nada do que está contido nesta publicação deve ser interpretado como obrigatório, imperativo nem foi concebido para se opor a qualquer legislação estatutária.*

#### **Contactos e Ligações Úteis**

Unidade de Prevenção do Crime da Garda Nacional, Sede da Garda, Harcourt Square, Dublin 2. Tel: (01) 6663362, Fax: (01) 6663314 Email: [crime\\_prevention@garda.ie](mailto:crime_prevention@garda.ie)

An Garda Síochána  
[www.garda.ie](http://www.garda.ie)

A Autoridade Nacional de Padrões da Irlanda  
[www.nsai.ie](http://www.nsai.ie)

Secured by Design

[www.securedbydesign.com](http://www.securedbydesign.com)

Associação de Serralheiros da Irlanda

[www.aloi.net](http://www.aloi.net)

Associação de Serralheiros Principais da Irlanda

[www.masterlocksmiths.co.uk](http://www.masterlocksmiths.co.uk)

# An Garda Síochána

## Folheto de Informação sobre a Prevenção do Crime



### Segurança de Veículos Automóveis e Jipes



#### Introdução

Para a maior parte das pessoas, o carro é normalmente a segunda maior compra efectuada e é por isso importante proteger o seu investimento mantendo-o seguro e fora de perigo.

Em média, na Irlanda, todos os anos são roubados mais de 10.000 veículos. A maior parte são recuperados, apesar de muitas vezes danificados, mas alguns nunca são recuperados. Um número semelhante aplica-se também aos objectos roubados dos veículos.

#### Estacionar em Locais Públicos

O roubo de carros e outros veículos é hoje um crime comum na Irlanda. Idealmente, **nunca devem ser deixados bens abandonados nos carros ou outros veículos**. No entanto, se tiver de o fazer, tenha em conta o seguinte -

- Assegure-se de que todas as janelas e portas estão trancadas
- Assegure-se de que o seu alarme / imobilizador está activado
- Não deixe bens à vista dentro do seu veículo



- Não deixe dinheiro, cartões de crédito/débito, livros de cheques ou outros objectos de valor dentro do seu veículo
- Não deixe documentos pessoais (carta de condução, certificado de seguro, contas, extractos bancários, etc.)

- pois tal pode facilitar o roubo de identidade ou conduzir os criminosos à sua morada de casa
- Tenha particular atenção a computadores portáteis, telemóveis e outros pequenos aparelhos electrónicos, pois os dados lá contidos podem ser atractivos para os ladrões
- Não coloque objectos por baixo do banco – não é uma localização segura e pode muitas vezes ser avistado
- Se tiver de guardar objectos no seu veículo, guarde-os na mala, mas faça-o numa localização que não a área onde pretende estacionar
- Evite estacionar em locais isolados e à noite, estacione numa área bem iluminada
- Considere recolher, quando possível, os seus espelhos retrovisores o mais possível em relação às portas para evitar danos criminosos

#### Estacionar em Casa

As recomendações acima aplicam-se igualmente quando estacionar em casa. Se possuir uma garagem, estacione o seu veículo no interior da mesma e mantenha a garagem fechada.

#### Conduzir

Enquanto conduz, esteja alerta ao ambiente que o rodeia.

- Mantenha todas as portas e janelas fechadas.
- Mantenha os valores escondidos - não deixe casacos, malas, pastas, gabardines, etc. à vista.



PARA OBTER MAIS INFORMAÇÕES SOBRE ESTA OU OUTRAS QUESTÕES SOBRE A PREVENÇÃO DO CRIME,

CONTACTE o seu AGENTE DE PREVENÇÃO DO CRIME DA GARDA

ou visite a página de Internet da Garda em [www.garda.ie](http://www.garda.ie)



## Dispositivos de Segurança

### Imobilizadores e Alarmes -

A maior parte dos carros modernos estão equipados com imobilizadores e alarmes. Se não possuir um imobilizador, considere a instalação de um.

### Dispositivos Mecânicos de Bloqueio

Estão disponíveis diversos dispositivos de bloqueio que se adequam e/ou à volta dos volantes, manípulos de velocidades, pedais de travão/embraiagem, etc. Estes permitem ajudar o impedimento do roubo do veículo. As porcas de rodas bloqueáveis provaram ser eficazes contra o roubo de rodas, especialmente aquelas que possuam jantes valiosas. Estão também disponíveis tampas de depósito de combustível.

### Sistemas de Localização -

A utilização de sistema de localização ajuda bastante na recuperação de veículos roubados, normalmente horas após o seu roubo.

### Gravação

Todas as superfícies de vidro – pára-brisas, janela traseira, janelas laterais e faróis – devem ter o número de registo do seu carro gravado nas mesmas. Isto pode ajudar a dissuadir os ladrões, pois torna mais difícil e mais dispendioso vender ou desfazer-se do veículo. É também uma boa ideia colocar um pequeno autocolante nas janelas para indicar que essas superfícies de vidro estão gravadas.

### Chaves

A maior parte dos carros modernos são difíceis de roubar sem chaves.

- Quando abandonar o seu carro, mesmo que durante períodos curtos, nunca deixe as chaves na ignição. Isto aplica-se em áreas privadas e públicas, incluindo a sua entrada, em postos de abastecimento, lojas, etc.
- Não deixe as chaves do seu carro à vista na cozinha ou em mesas de entrada, nos parapeitos das janelas ou pendurados em suportes de parede, especialmente se estiverem acessíveis a partir da porta da frente. Não é invulgar os ladrões roubarem as chaves utilizando uma “rede de pesca” ou semelhante através da entrada de correio.
- Quando se deitar, leve as chaves consigo, se não possuir outra localização segura, mas lembre-se, em caso de ameaça, a sua segurança pessoal e a da sua família é mais importante do que a protecção do seu carro.
- Não cole uma etiqueta no seu porta-chaves indicando o seu nome e endereço.
- **Lembre-se** – se deixar de forma inadvertida as suas chaves num veículo abandonado, tal pode comprometer a cobertura do seguro.

### Equipamento de Navegação por Satélite (GPS)

Os GPS estão a tornar-se muito populares e como tal estão a tornar-se num alvo para os ladrões. As linhas gerais seguintes podem ajudá-lo a reduzir o risco de roubo do seu equipamento -

- Evite deixar o GPS portátil no seu veículo
- Leve-o consigo quando abandonar o carro, incluindo a base e a ventosa de suporte
- Limpe qualquer marca da ventosa deixada no tablier ou pára-brisas
- Segure o seu GPS gravando o número de registo.
- Não programe o seu GPS com a indicação da sua morada



### Car-jacking

Não existe o crime de 'car-jacking'. No entanto, o termo é normalmente aplicado aos casos em que os condutores são removidos à força dos seus veículos e o carro é roubado. Em alguns casos os ladrões exigem dinheiro aos proprietários para a devolução do veículo. Os incidentes de “car-jacking” são raros na Irlanda; no entanto, estes ocorrem e por isso devemos estar sempre vigilantes.

- Esteja alerta ao ambiente que o rodeia e a pessoas que se aproximem do seu veículo.
- Mantenha as portas trancadas e as janelas fechadas.
- Se possível, evite ruas e estradas calmas, especialmente após anoitecer.
- Quando parar no tráfego, deixe sempre espaço entre o seu veículo e o da frente para permitir um arranque de emergência. Evite ficar “entalado”.

**Lembre-se – um carro, por mais valioso que seja, não vale o risco de ficar com ferimentos sérios.**

**Os conselhos contidos neste panfleto informativo não têm o objectivo de serem exaustivos ou absolutos.**

**Nada do que está contido nesta publicação deve ser interpretado como obrigatório, imperativo nem foi concebido para se opor a qualquer legislação estatutária.**

### Contactos e Ligações Úteis

Unidade de Prevenção do Crime da Garda Nacional, Sede da Garda, Harcourt Square, Dublin 2. Tel: (01) 6663362, Fax: (01) 6663314 Email: [crime\\_prevention@garda.ie](mailto:crime_prevention@garda.ie)

An Garda Síochána  
[www.garda.ie](http://www.garda.ie)

Sociedade Irlandesa da Indústria de Motores  
[www.simi.ie](http://www.simi.ie)



# An Garda Síochána

## Folheto de Informação sobre a Prevenção do Crime



### Segurança de Veículos Bicicletas



#### Introdução

Com o aumento dos custos com o combustível, cada vez mais pessoas estão a utilizar bicicletas para as suas viagens. A segurança é, como é óbvio, uma preocupação e é muito importante que as bicicletas sejam utilizadas de uma forma segura. Utilize sempre equipamento de segurança adequado. Assegure-se que a bicicleta é mantida em condições mecânicas de segurança, com bons travões, luzes e reflectores adequados, pneus em bom estado etc. No entanto, é também importante considerar a segurança, pois as bicicletas são muitas vezes um alvo fácil para os ladrões. Os números dos anos recentes mostram que mais de 2000 bicicletas por ano são levadas sem o consentimento do proprietário. O aconselhamento neste panfleto informativo pode ajudá-lo a reduzir o risco de roubo da sua bicicleta.

#### Precauções Básicas

Quando receber a sua bicicleta existem diversas questões às quais deve prestar atenção -

- Tire pelo menos uma fotografia distinta a cores da sua bicicleta.
- Mantenha um registo escrito da marca, modelo e número do quadro da bicicleta e de características únicas que a bicicleta possa ter, por ex. acessórios extra, marcas, equipamentos, etc. Lembre-se de actualizar à medida que a bicicleta for envelhecendo - é improvável que mantenha as suas características iniciais e terá provavelmente riscos e mossas.
- Faça uma marca de segurança na sua bicicleta em pelo menos dois locais diferentes. A sua marca de segurança



- deve estar claramente visível e não deve ser possível removê-la ou escondê-la facilmente. Pode necessitar, especialmente em bicicletas com o quadro leve (por ex. de liga de alumínio), que isso seja feito por uma pessoa qualificada. Considere também o facto de anunciar que a bicicleta possui uma marca de segurança com um autocolante/etiqueta adequada. Pode obter aconselhamento sobre as marcações de segurança na nossa folha de informações separada ou junto do nosso Agente de Prevenção Contra o Crime.
- Considere fazer um seguro da sua bicicleta, seja através de uma apólice independente ou através do seguro de recheio da sua casa.
- Os proprietários de bicicletas muito valiosas devem também considerar um dispositivo de localização inserido de forma camuflada no quadro.

#### Segurança em Casa

Quando estiver em casa, a sua bicicleta deve ser mantida numa localização segura fora do alcance da vista pública. Evite deixar a sua bicicleta abandonada na sua entrada, mesmo que durante períodos pequenos. As garagens e os anexos são normalmente utilizados para isto e devem ser mantidos fechados. É também uma boa ideia manter a sua bicicleta na garagem/anexo fixando-a ou prendendo-a a uma parede ou outro objecto imóvel. Se a guardar ao ar livre, fixe-a a um objecto imóvel - não a deixe solta e desbloqueada.

#### Segurança em Locais Públicos

Quando se deslocar com a sua bicicleta, existem várias precauções a serem tomadas.

- Tranque sempre a sua bicicleta, mesmo quando a deixar durante breves momentos.
- Prenda a sua bicicleta a um objecto imóvel, por ex. a um poste de iluminação ou a uma grade metálica. Esteja consciente, se utilizar um poste de iluminação, da possibilidade do levantamento da bicicleta por cima do poste.
- Tranque o quadro e as rodas, se possível.
- Se estiverem disponíveis parques de bicicletas, utilize-os.
- Leve todos os acessórios e objectos facilmente amovíveis consigo.

PARA OBTER MAIS INFORMAÇÕES SOBRE ESTA OU OUTRAS QUESTÕES SOBRE A PREVENÇÃO DO CRIME,

CONTACTE o seu AGENTE DE PREVENÇÃO DO CRIME DA GARDA

ou visite a página de Internet da Garda em [www.garda.ie](http://www.garda.ie)

- Considere a substituição dos manípulos de remoção rápida por parafusos e porcas normais ou por parafusos e porcas com bloqueios especiais.
- Não abandone / estacione a sua bicicleta em locais escuros, isolados ou mal iluminados
- Tente não deixar / prender a sua bicicleta no mesmo local todos os dias.

### Prender a sua Bicicleta

Existem muitos tipos diferentes de cadeados disponíveis que podem ser utilizados para prender a sua bicicleta. Quando escolher um cadeado deve considerar o valor da sua bicicleta, onde a vai deixar, durante quanto tempo a vai deixar estacionada e a resistência e peso do cadeado, etc. A maior parte das bicicletas são bloqueadas utilizando os seguintes meios -

- Cadeados D / Cadeados U
- Cadeados com cabo
- Correntes e cadeados e
- Cadeados de clique.

**Cadeados D / cadeados U** – são cadeados rígidos de aço em forma de D ou U. São normalmente pesados e fortes, apesar da força ser variável e normalmente reflectida no preço. Existem limitações quanto aos locais onde estes cadeados podem ser utilizados, por ex. podem não encaixar em muitos postes de iluminação.



**Cadeados de cabo** – são flexíveis e podem ser utilizados em muitas situações. Os cabos, como é óbvio, podem variar significativamente de peso e resistência. Invariavelmente, os cabos mais baratos e mais finos podem ser cortados mais facilmente e não devem ser utilizados como único método de bloqueio.



**Correntes e cadeados** – variam também quanto ao peso e à resistência. Os mais pesados podem ser complicados de transportar e manobrar à volta das estruturas e postes de iluminação ou grelhas.



As correntes e cadeados de boa qualidade disponibilizam uma boa segurança. É importante no entanto, manter a corrente e o cadeado afastados do chão/pavimento ou encostados a paredes quando a sua bicicleta estiver trancada pois o cadeado ou a corrente podem ser facilmente partidos com uma marreta ou com um formão, se estiverem pousados nessas áreas.

Da mesma forma, mantenha a sua corrente o mais apertada possível à volta do quadro e do objecto imóvel ao qual está a prender - isto pode ajudar a impedir que os ladrões utilizem um pé-de-cabra nos espaços, forçando a corrente ou o cadeado. Por razões semelhantes, os cadeados de elo fechado são recomendados em alternativa aos cadeados de elo aberto.

**Cadeados de clique** – não são muito comuns. Estes são normalmente fixados à estrutura por cima da roda traseira, por baixo e próximo do assento. Estes prendem a roda ao quadro, impedindo alguém de simplesmente fugir a pedalar, mas não impedem que alguém pegue na bicicleta e que fuja a caminhar com a mesma.

**Os conselhos contidos neste panfleto informativo não têm o objectivo de serem exaustivos ou absolutos.**

***Nada do que está contido nesta publicação deve ser interpretado como obrigatório, imperativo nem foi concebido para se opor a qualquer legislação estatutária.***

### Contactos e Ligações Úteis

Unidade de Prevenção do Crime Garda Nacional,  
Sede da Garda, Harcourt Square, Dublin 2. Tel: (01) 6663362, Fax: (01) 6663314 Email:  
[crime\\_prevention@garda.ie](mailto:crime_prevention@garda.ie)

An Garda Síochána  
[www.garda.ie](http://www.garda.ie)

Sold Secure  
[www.soldsecure.com](http://www.soldsecure.com)



# An Garda Síochána

## Folheto de Informação



## Vigilância da Comunidade (Neighbourhood Watch)



### *O que é a Vigilância da Comunidade?*

A Vigilância da Comunidade é uma parceria entre a An Garda Síochána e o público. É um programa próprio de prevenção do crime e da segurança da comunidade. Cada membro de uma comunidade, jovem ou idoso, pode ajudar a melhorar a qualidade de vida, olhando pelos seus vizinhos e reportando actividades suspeitas à Gardai.

### *Membros da Organização de Vigilância da Comunidade*

Cada Organização da Vigilância da Comunidade é constituída por:

**(a) O Coordenador de Área**

O relacionamento entre o Coordenador de Área e a Liaison Garda é muito importante para a organização ser bem sucedida. O Coordenador de Área actua com a ajuda e apoio dos Coordenadores de Rua e os membros da organização.

**(b) O Coordenador de Rua**

**(c) O Membro da Vigilância da Comunidade.**

A Vigilância da Comunidade apenas terá sucesso com a colaboração activa de todos os membros. As suas acções e apoio ajudam à sua colocação em funcionamento. Não deixe para os outros. Participe de qualquer forma que lhe seja possível.

**d) População jovem**

É importante envolver a população jovem na Vigilância da Comunidade. Existem iniciativas bem sucedidas de prevenção de crimes e de segurança da comunidade para estudantes do Ano de Transição que lhe permitem participar na comunidade.

Diversas organizações de Vigilância da Comunidade têm envolvido a população jovem em actividades desportivas e ambientais, para melhoramento das suas comunidades.

### *Quais são os objectivos da Vigilância da Comunidade?*

- Encorajar as comunidades a adoptarem uma abordagem da qualidade de vida através de parcerias, trabalho de equipa e boas relações de vizinhança, o que reduz o impacto e o medo do crime.
- Prevenir o crime reduzindo as oportunidades de ocorrência dos crimes.
- Melhorar a Garda e as ligações da comunidade encorajando os residentes a contactarem a Gardai local sobre qualquer actividade suspeita.
- Melhorar a segurança da comunidade.
- Melhorar a confiança pública na An Garda Síochána através de uma melhor comunicação, consulta, serviço e feedback com as comunidades locais.
- Proporcionar um ambiente de cuidado para as pessoas mais velhas e vulneráveis.
- Desenvolver e manter uma parceria e abordagem multi-agência para lidar com comportamentos anti-sociais, incluindo graffiti e desacatos
- Promover as instalações desportivas e de recreio para a população jovem e encorajar activamente que a população jovem se envolva na Vigilância da Comunidade a todos os níveis.
- Promover o Interculturalismo, compreensão e respeito.

Gabinete Nacional do Policiamento Comunitário

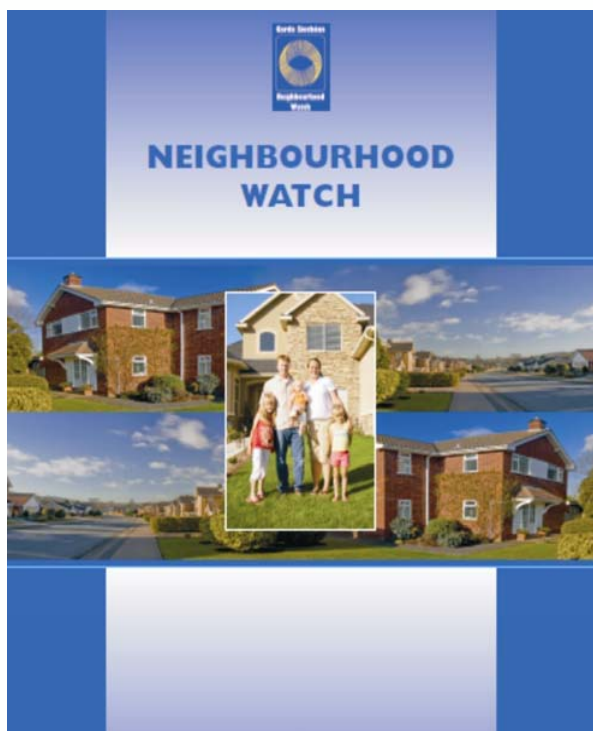
Divisão de Relações Comunitárias e de Policiamento Comunitário da Garda

[www.garda.ie](http://www.garda.ie)

## ***Criar a sua Organização de Vigilância da Comunidade***

Para criar uma organização na sua área, contacte a sua Esquadra da Garda local. A organização pode ser criada devido a uma exigência da comunidade ou a um contacto da Garda. A Garda irá definir o que deve ser feito e organizar a sua primeira reunião. Antes de a criar, fale com os residentes locais para saber se eles apoiarão a organização. É importante certificar-se de que toda a gente que vai participar compreenda o que é.

Qualquer comunidade ou vizinhança, independentemente do seu tamanho, pode criar uma organização. Uma organização pode abranger apenas uma rua, um complexo de apartamentos, parte ou todo um bairro. O centro de cada organização é o compromisso de cada família participar na mesma



## ***Participação da Garda***

Uma vez que a Vigilância da Comunidade é um programa de parceria, faremos um compromisso adicional de promover e apoiar as organizações de Vigilância da Comunidade no futuro. Vamos cumprir este compromisso da seguinte forma:

Iremos incluir a Vigilância da Comunidade em todas as estratégias de prevenção do crime e redução do crime, incluindo os Planos de Policiamento;

Iremos disponibilizar todo o material com recursos (panfletos, autocolantes para as janelas, formulários de questionários e formulários administrativos);

Vamos executar outra análise da Vigilância da Comunidade em 2011; os gestores seniores da Garda vão estabelecer Comitês Divisionais e de Distritos da Vigilância da Comunidade.

## ***Informação de Contacto***

A prevenção do crime é um dos objectivos primários da An Garda Síochána. A Secção de Policiamento da Comunidade e das Relações Comunitárias da Garda inicia e apoia a implementação de diversos programas concebidos para prevenir o crime e desenvolver uma ampla participação comunitária na prevenção do crime e outras questões relacionadas.

Para mais informações:

Contacte a sua Esquadra local da Garda,

através do número que se encontra na página de Internet da

Garda [www.garda.ie](http://www.garda.ie)

Gabinete Nacional do Policiamento Comunitário

Divisão de Relações Comunitárias e de Policiamento Comunitário da Garda

[www.garda.ie](http://www.garda.ie)



# An Garda Síochána

## Folheto de Informação sobre a Prevenção do Crime



## Conhecimento das Drogas

### Aconselhamento para pais/tutores



#### Introdução

O consumo de drogas é comum no mundo de hoje. Para além do consumo de drogas ilegais, também consumimos muitas drogas legais, como o álcool, cigarros, medicamentos prescritos, etc. As crianças e os jovens são potencialmente expostos a drogas desde muito cedo e é importante que os pais / tutores estejam conscientes do que acontece com as suas crianças e ao que estão expostos.

Este panfleto irá disponibilizar-lhe alguns conselhos gerais acerca dos tipos de drogas disponíveis, das formas que pode ter, sinais de aviso a procurar e onde se pode dirigir para obter aconselhamento e informações.

#### Porque é que as crianças consomem drogas

Os jovens podem ser expostos a drogas em algum ponto da sua vida. Os jovens consomem drogas por diferentes razões. Cada pessoa tem as suas razões. Alguns factores que podem influenciar as suas decisões quanto ao consumo de drogas são:

- A sua curiosidade
- A sua vontade de experimentar, de diversão
- O consumo por parte dos amigos
- Pressão do grupo
- Ser vulgar na vizinhança
- A sua vontade de serem rebeldes
- Pretenderem ser livres, desfrutar da sensação
- As drogas serem acessíveis e facilmente disponíveis

#### Fale com os seus filhos

A comunicação é vital, mas devemos ouvir, bem como falar. Os jovens ouvem falar de drogas numa fase prematura, através de programas de televisão, colegas de escola, irmãos, irmãs e outras pessoas. Muitas vezes, recebem mensagens imprecisas ou confusas acerca das drogas. É importante que as crianças e os jovens conheçam os factos acerca do consumo de drogas e que compreendam que é perigoso, pode prejudicá-los e que não é bom.

- Encontre a hora e o espaço para falar com os seus filhos sobre drogas – não apresse.
  - Ouvir é vital – fale, escute e escute novamente.
- Descubra o que eles sabem e pergunte-lhes se têm questões ou preocupações em relação a alguma coisa.

Não dê sermões nem faça interrogatórios. Seja um modelo em relação ao consumo de drogas, consumo de medicamentos prescritos, etc. Para criar a auto-confiança, elogie-os o mais possível, quando o merecerem.

- Explique-lhes que é Bom ser independente e que não têm de seguir "os outros".
- Mostre-lhes que os ama e que se preocupa com eles e que a sua principal preocupação é a segurança e felicidade deles.

#### Sinais de Aviso que deve procurar

Pode ser bastante difícil perceber que os seus filhos estão a consumir drogas. Os sinais de consumo de drogas podem ser confundidos com as características normais do crescimento, por ex. mudanças de humor, comportamentos imprevisíveis, etc. É importante observar estas alterações e falar e escutar os seus filhos sobre as mesmas. Alguns dos sinais que podem avisar sobre o consumo de drogas são -

- Mudanças súbitas de humor
- Comportamento irritável ou agressivo fora do comum
- Padrões de sono invulgares ou dificuldades em adormecer
- Perda de interesse pela escola, desporto ou outras actividades
- Alienação dos amigos
- Mentiras ou comportamento involuntariamente sigiloso
- Desaparecimento de dinheiro ou venda de objectos
- Presença de objectos invulgares em casa, por ex. papel de alumínio queimado, sacos de plástico vazios, pós, comprimidos, pequenos pedaços de papel dobrados, etc.

#### Situação de Emergência?

Se o seu filho aparentar estar gravemente doente, demasiado sonolento ou inconsciente, deve procurar ajuda especializada imediatamente. Contacte os Serviços de Emergência através do 999 ou do 112. Não entre em pânico, contacte os Serviços de Emergência e explique claramente quais os sintomas que o seu filho tem e não abandone o seu filho.

É sempre uma boa ideia os pais frequentarem um curso de Primeiros Socorros, que pode ser bastante útil e importante em muitas situações de emergência médica.

PARA OBTER MAIS INFORMAÇÕES SOBRE ESTA OU OUTRAS QUESTÕES SOBRE A PREVENÇÃO DO CRIME,

CONTACTE o seu AGENTE DE PREVENÇÃO DO CRIME DA GARDA

ou visite a página de Internet da Garda em [www.garda.ie](http://www.garda.ie)

## Drogas - tipos comuns

As drogas podem ser categorizadas em diferentes classes, dependendo dos seus efeitos. Os principais que pode encontrar são -

- Estimulantes – aqueles que o fazem sentir com mais energia, alerta e acordado.
- Depressores – aqueles que o fazem sentir mais relaxado e menos inibido
- Alucinógenos – aqueles que distorcem a realidade e produzem alucinações.

**Álcool** - *depressor* – consumido em bebidas espirituosas, vinhos, cervejas e “sumos alcoólicos”.

**Anfetaminas** - *estimulante* – designado frequentemente como speed ou whiz. Um pó cinzento ou branco que é inalado, fumado, engolido, injectado ou dissolvido em bebidas. Também disponível na forma de comprimidos.

**Nitrito de amila** - *estimulante* – normalmente designados por poppers. Um líquido amarelo límpido que tem um aroma doce quando fresco. O vapor é inalado através do nariz ou da boca.

**Cannabis** - *alucinógeno* – normalmente designado como erva, hash, dope, draw, blow. Existe como resina sólida, em folhas, raízes e sementes ou como um óleo escuro. Normalmente é fumado, mas pode ser misturado na comida.

**Cocaína** - *estimulante* – normalmente designado por coca, pó, charlie. Existe em pó branco que é normalmente inalado ou dissolvido e injectado.

**Crack (cocaína)** - *estimulante* – designado por vezes como pedras. O crack é uma versão mais potente da cocaína e existe em pedras ou rochas. Normalmente fumado.

**Ecstasy** - *estimulante /alucinógeno* – muitas vezes referido como 'E'. Existe em comprimidos de diferentes tamanhos, formas e cores, muitas vezes com um logotipo. O ecstasy é engolido.

**Gama-hidroxibutírico** - *depressor* – normalmente conhecido por GHB, GBH, ecstasy líquido. Existe em pequenas garrafas como um líquido sem cor e sem odor. Por vezes em forma de comprimido. Engolido.

**Heroína** - *opiáceo / depressor* – normalmente designada por cavalo, branca, scag. Normalmente encontra-se como pó acastanhado-branco. É fumada, dissolvida ou injectada.

**Ketamina** - *alucinógeno* – Por vezes designado por K, Especial K, Ket ou Vitamina K. Normalmente existe como pó branco ou líquido. Pode ser engolida, inalada ou injectada.

**LSD** - *alucinógeno* – existe como pequenos quadrados de papel ou em pequenos comprimidos chamados pontos ou micropontos. É engolido.

**Cogumelos Mágicos** - *alucinógeno* – designado por vezes como mushies ou shrooms. Crescem de forma selvagem no Outono. Podem ser comidos crus, secos, cozinhados com a comida ou em infusão como chá.

**Metadona** - *depressor* – designado normalmente como met, linctus. Existe em líquido azul, verde ou âmbar ou em comprimidos brancos. Normalmente engolida.

**Metanfetaminas** - *estimulante* – designadas normalmente por crystal meth, gelo, zip, meth, medicamento louco. Existe em pó branco ou comprimidos. O pó é fumado, injectado, inalado ou dissolvido numa bebida. O comprimido é engolido.

**Nicotina** - *estimulante / depressor* – Normalmente fumada em cigarros, cachimbos ou charutos. Pode também ser mastigada.

**Solventes** - *depressores* – encontram-se normalmente em recipientes de gás, vaporizadores, colas, etc., incluindo recargas de isqueiros, isqueiros descartáveis, lacas do cabelo, latas de cola. São normalmente inalados através de um pano.

**Tranquilizantes** - *depressores* – conhecidos normalmente por benzos, geleias ou pelo nome da marca. Existem em comprimidos com marca ou cápsulas e são normalmente engolidos ou injectados.

## Grupos de Apoio

As Equipas Especiais de Narcóticos Locais e Regionais são fontes de informação úteis em relação aos serviços de apoio na Irlanda. Os detalhes de contacto destas Equipas Especiais podem ser encontrados no panfleto de apoio “Não Perca a Cabeça” para pais e tutores, disponível na página de Internet da Crosscare ([www.drugs.ie](http://www.drugs.ie)) para obter mais detalhes.

## Lembre-se

**Mantenha-se calmo,**

**Não julgue antecipadamente,**

**Fale,**

**Não dê sermões**

**Escute e escute mais**

**Procure aconselhamento adequado**

*Os conselhos contidos neste panfleto informativo não têm o objectivo de serem exaustivos ou absolutos.*

*Nada do que está contido nesta publicação deve ser interpretado como obrigatório, imperativo nem foi concebido para se opor a qualquer legislação estatutária.*

## Contactos e Ligações Úteis

**Unidade Nacional de Drogas da Garda,**  
Dublin Castle, Dublin 2.  
Tel.: (01) 6669900, Fax: (01) 6669985  
**ou a sua Esquadra local da Garda,**  
**An Garda Síochána**  
(página de Internet: [www.garda.ie](http://www.garda.ie))

**Programa Transversal de Drogas e Álcool (página de Internet: [www.drugs.ie](http://www.drugs.ie))**  
Tel.: (01) 8360911

**Identificação Comunitária das Drogas**  
(página de Internet: [www.faboutdrugs.ie](http://www.faboutdrugs.ie))  
Tel.: (01) 6792681

**Administração dos Serviços de Saúde (página de Internet: [www.hse.ie](http://www.hse.ie))**  
Linha grátis 1800 341 900,  
7 dias por semana das 10h às 22h

**Administração da Investigação de Saúde (página de Internet: [www.hrb.ie](http://www.hrb.ie))**  
Tel.: (090) 6479078

# An Garda Síochána

## Folheto de Informação sobre a Prevenção do Crime



## Segurança Pessoal Segurança das Pessoas Idosas



### Introdução

Acredite ou não – as pessoas idosas são vítimas de crimes com menos frequência do que muitos dos seus vizinhos jovens. Os casos de agressão são invulgares, apesar de todos adorarmos que nunca acontecessem de todo. As pessoas idosas estão no entanto sujeitas a burlões e ladrões mais frequentemente do que o resto da população. Uma vida inteira de experiência, juntamente com problemas físicos devido ao envelhecimento pode fazer com que as pessoas idosas se sintam vulneráveis e com maior medo de se tornarem vítimas de crimes.

### Segurança Doméstica

- Instale um óculo de porta. Isto irá permitir-lhe visualizar em segurança que está do lado de fora antes de abrir a porta.
- Instale uma corrente / limitador da porta. Isto irá permitir-lhe abrir a porta parcialmente enquanto lhe disponibiliza algum controlo quanto à segurança.
- As portas frontais e traseiras devem ser mantidas trancadas de noite e de dia. As janelas devem também estar trancadas.
- Guarde uma lista de números de emergência que possa consultar numa situação de emergência, por ex. família, amigos, vizinhos, Gardai, médico, enfermeira distrital, etc.
- Se possuir um telemóvel, assegure-se de que tem os números de contacto de emergência gravados no sistema ICE (Em Caso de Emergência).
- Guarde um Pack de Informação Pessoal no seu frigorífico (consulte a página de Internet da Age Action Ireland para mais informações).
- Tenha o número da sua casa visível para que a Gardai e os serviços de emergência possam encontrá-la rapidamente quando for necessário

### Roubo por Distracção

Alguns ladrões vão tentar entrar em sua casa. Um roubo por distração é quando um falso visitante tenta entrar na sua casa com um pretexto falso / mentira ou cria uma distração para que o cúmplice possa entrar separadamente.

Infelizmente, as pessoas idosas são frequentemente afectadas por este crime. Os falsos visitantes dizem qualquer coisa para entrar em sua casa

*"Aconteceu um acidente, posso chamar uma ambulância?"*,

*"O meu carro avariou, posso utilizar o seu telefone?"*,

*"Tive uma queda, posso tomar um copo de água?"*,

*"Pertença à Câmara, existe uma quebra no abastecimento, tenho que desligar o seu contador" etc.*

Alguns conversam consigo na porta da frente enquanto o cúmplice entra pela porta traseira. Em todos os casos **deve suspeitar de estranhos que apareçam em sua casa**. Tome precauções -

- Não abra a porta a ninguém enquanto não confirmar quem é e o que pretende. Utilize o seu óculo de porta e o limitador / corrente.
- Verifique a identificação, quando necessário.
- Não deixe estranhos sozinhos na sua entrada.
- Assegure-se de que a sua porta traseira está trancada quando atende a porta da frente.

### Lembre-se – se tiver dúvidas, deixe-os à porta

### Dinheiro / Segurança Financeira

Os ladrões e os burlões adoram o dinheiro vivo. É por isso importante ter em conta o seguinte, na medida do possível -

- Não guarde grandes quantidades de dinheiro em sua casa. Utilize os bancos, sociedades financeiras, sociedades de crédito, etc., sempre que possível.
- Mantenha os cartões de crédito e de débito numa localização segura, incluindo os registos bancários e financeiros e declarações, etc.
- Os cartões antigos, fora de validade devem ser destruídos de forma adequada
- Não forneça os seus códigos dos cartões de crédito / débito a ninguém.
- Quando estiver a passear, evite transportar grandes quantias de dinheiro consigo.

PARA OBTER MAIS INFORMAÇÕES SOBRE ESTA OU OUTRAS QUESTÕES SOBRE A PREVENÇÃO DO CRIME,

CONTACTE o seu AGENTE DE PREVENÇÃO DO CRIME DA GARDA

ou visite a página de Internet da Garda em [www.garda.ie](http://www.garda.ie)

## **Bens:**

Marque os seus bens e registe os números de série, quando for adequado. Isto torna mais simples de identificar os mesmos se estes forem roubados e recuperados. Podem ser utilizados marcadores de UV e/ou ferramentas especiais de gravação. Utilize um número único de referência como as suas iniciais ou data de nascimento. Procure aconselhamento para marcar peças de elevado valor, por ex. antiguidades, pinturas, etc.

É também uma boa ideia fotografar os seus bens. Fotografe objectos como jóias encostados a uma régua ou com outro objecto utilizado vulgarmente (para referência do tamanho). Se tirar fotografias digitais, guarde cópias das suas fotografias dos objectos em outro local que não os seus computadores.

## **Tire partido dos bons vizinhos.**

Ter bons vizinhos é uma condição vital para a prevenção do crime, no sentimento de segurança e na redução do medo do crime. Isto é particularmente importante para as pessoas idosas. Um bom vizinho é alguém que toma conta da propriedade dos seus vizinhos e telefona regularmente para saber se está tudo OK.

Você também pode ser um bom vizinho, está tudo na consciência do que se passa à sua volta e em ter uma preocupação amiga pela pessoa que está próximo de si. Crie um "sistema de companheiro" com os seus pares para que cada um confirme como está o outro diariamente. Considere também fazer parte de um Alerta Comunitário ou de uma organização da Vigilância da Comunidade, se estes existirem na sua área. Estas organizações podem ajudar na angariação de fundos para diversos sistemas de segurança disponíveis para pessoas idosas. A sua esquadra da Garda ou o Agente de Prevenção do Crime da Garda podem disponibilizar-lhe mais informações sobre como criar essas organizações.

## **Sair de Casa**

- Se possível, evite viajar sozinho. Saia com a sua família, amigos e vizinhos.
- Se viajar de carro, mantenha todas as portas trancadas. Esteja alerta quando estacionar e ao sair / entrar no seu veículo.
- Nos transportes públicos sente-se o mais próximo possível do condutor ou da saída.
- Leve o mínimo dinheiro possível. Transporte apenas os cartões de crédito / débito necessários.
- Mantenha as carteiras e bolsas escondidas; os sacos de mão ou de ombro devem ser mantidos encostados ao corpo e não suspensos pelas alças.
- Tente evitar andar à noite, mas se tiver que o fazer, é aconselhável ter uma companhia, ande em ruas bem iluminadas e o mais próximo possível do lado da estrada.

## **Esquemas**

Esteja atento aos vigaristas. Não caia em algo que pareça ser demasiado bom para ser verdade.

- Em geral, não disponibilize informação pessoal pelo telefone, excepto se souber com quem está a falar. Isto aplica-se também às comunicações pela Internet.
- Não divulgue os seus números de cartão de crédito/débito, contas bancárias, segurança social, etc., a ninguém pelo telefone.
- Não deixe documentos financeiros antigos e que já não sejam relevantes espalhados. Destrua-os de forma adequada.

- Desconfie de vendedores que toquem à sua porta e que o aconselhem que o seu telhado precisa de reparações, que as condutas de drenagem devem ser limpas, que as árvores precisam de ser aparadas, etc.

## **Abuso sobre os Idosos**

Os abusos sobre os idosos podem inserir-se nas seguintes categorias -

- Abuso físico
- Abuso psicológico
- Abuso financeiro
- Abuso material
- Abuso sexual
- Negligência (activa ou passiva)

Em muitos casos, a vítima pode ser sujeita a mais do que um tipo de comportamento abusivo.

Toda a gente tem o direito a não sofrer abusos ou negligências. Se for uma vítima de abuso sobre idosos ou suspeitar que alguém está a ser vítima de abuso sobre idosos, reporte-o imediatamente às autoridades competentes.

## **Conclusão:**

Seguir os conselhos presentes neste panfleto irá ajudá-lo a impedir que seja vítima de um crime. O seu Agente de Prevenção do Crime da Garda pode também ajudá-lo neste assunto.

No caso de ser ameaçado por força física não resista. Tente manter a calma e se possível concentre-se para obter uma boa descrição do criminoso.

***Os conselhos contidos neste panfleto informativo não têm o objectivo de serem exaustivos ou absolutos.***

***Nada do que está contido nesta publicação deve ser interpretado como obrigatório, imperativo nem foi concebido para se opor a qualquer legislação estatutária.***

## **Contactos e Ligações Úteis**

**Unidade Nacional de Prevenção de Crimes da Garda, Sede da Garda, Harcourt Square, Dublin 2. Tel: (01) 6663362, Fax: (01) 6663314 Email: [crime\\_prevention@garda.ie](mailto:crime_prevention@garda.ie)**

**An Garda Síochána**  
[www.garda.ie](http://www.garda.ie)

**Age Action Ireland**  
[www.ageaction.ie](http://www.ageaction.ie)

**Administração Nacional do Envelhecimento e das Pessoas Idosas**  
[www.ncaop.ie](http://www.ncaop.ie)

**Executivo dos Serviços de Saúde**  
[www.hse.ie](http://www.hse.ie)

**Departamento de Saúde e Crianças**  
[www.dohc.ie](http://www.dohc.ie)

**Dep. dos Assuntos Sociais, da Família e da Comunidade**  
[www.welfare.ie](http://www.welfare.ie)



# An Garda Síochána



## Fiche d'information sur la prévention des infractions



### Segurança Pessoal Visitantes/vendedores falsos



#### Visitantes/vendedores falsos

Muitas pessoas contratam regularmente vendedores porta-a-porta e pessoas que reparam coisas / empreiteiros. Algumas destas pessoas prestam muito poucos serviços e cobram quantias de dinheiro exorbitantes pelos mesmos. Este é um comportamento criminoso e existem formas vulgares do cometimento destes crimes.

Existem ofensas criminais reconhecidas e definidas para este tipo de comportamento e que vão desde os danos criminosos, fraude e extorsão de dinheiro através de ameaças. Todos são tratados ao abrigo da legislação criminal existente e os agressores, quando apanhados, podem ser acusados com sucesso perante os tribunais criminais. Existem, em linhas gerais, quatro formas através das quais este tipo de crime pode ser cometido:

#### 1. Trabalho insuficiente/Cobrança excessiva – ou nenhum trabalho executado de todo.

Os criminosos, neste caso, normalmente telefonam para a casa de uma vítima previamente identificada por eles. Normalmente é a casa de uma pessoa idosa ou frágil a viver sozinha. Esta informação é normalmente obtida através de vigilâncias ou inquéritos “discretos”/“inocentes” feitos pelos criminosos localmente. Podem também identificar a pessoa por já lá terem estado “**com sucesso**” anteriormente. Normalmente telefonam com o pretexto de serem profissionais de telhados, de condutas de escoamento, pintores ou outros prestadores de serviços, etc. e



“convencem” a vítima de que é necessário efectuar reparações.

Irão oferecer os seus serviços com o argumento de que são competentes e que cobram pouco. Normalmente deslocam-se ao telhado ou sótão da casa identificada e começam a martelar, furar, pintar, etc., para dar a ideia de que estão a trabalhar. Após a conclusão do “trabalho”, invariavelmente num período curto, exigem então o pagamento em dinheiro, utilizando muitas vezes táticas de intimidação e ameaças. Podem ainda conduzir a vítima ao banco para levantar dinheiro.

#### 2. Cobranças falsas de I.V.A.

Diferentes membros do mesmo grupo criminoso podem voltar numa data futura à casa de uma vítima apresentando-se como Fiscais das Finanças ou I.V.A.. Exigem então dinheiro pelo “trabalho” já executado e procuram pagamentos futuros.

#### 3. Esquemas de Depósitos

Quando os criminosos estiverem satisfeitos por terem enganado a vítima que pretendem para lhes solicitar o trabalho; vão exigir um depósito para adquirir os materiais para a execução das reparações necessárias. Após a recepção do dinheiro, desaparecem, não voltando a aparecer.

#### 4. Ladrões de Oportunidade

Os ladrões irão identificar uma área particular e oferecer um serviço real ou genuíno à vítima. Após terem obtido acesso à casa decidem ver o que podem comprar ou adquirir por um valor inferior ao de mercado. Isto pode incluir mobílias, quadros ou outros valores. Coagem depois a vítima a assinar as declarações de venda dos artigos que pretendem. Podem utilizar táticas subtis e intimidatórias para forçar a vítima a “vender-lhes” aquilo que pretendem.

#### O que podem as pessoas fazer para evitar os comportamentos criminosos mencionados acima?

Se uma pessoa tocar à sua porta oferecendo serviços profissionais observe o seguinte:

- Informe o vendedor de que nunca faz negócios com pessoas que “aparecem” à porta. Solicite um panfleto de vendas ou outra documentação que possa

PARA OBTER MAIS INFORMAÇÕES SOBRE ESTA OU OUTRAS QUESTÕES SOBRE A PREVENÇÃO DO CRIME,

CONTACTE o seu AGENTE DE PREVENÇÃO DO CRIME DA GARDA

ou visite a página de Internet da Garda em [www.garda.ie](http://www.garda.ie)

posteriormente investigar e verificar como credível. Este deve conter um número de telefone de contacto, um endereço reconhecido e um número de contribuinte registado.

- Preste especial atenção quando a documentação de venda apenas exibir contactos de telemóvel ou endereços incompletos. O número de informações telefónicas pode ajudá-lo a estabelecer o tipo de credibilidade e credenciais acerca da empresa ou do indivíduo em questão.
- Se estiver satisfeito por a empresa ou o indivíduo ser credível e ainda pensar que o trabalho é necessário, solicite um orçamento escrito para os serviços a prestar e os nomes das pessoas e locais onde tenham trabalhado anteriormente com sucesso.
- Nunca confie cegamente na precisão da informação a ser disponibilizada. Verifique a informação por si. Tente obter sempre orçamentos comparativos para todos os serviços disponibilizados junto de outras empresas existentes e com credibilidade.
- Nunca confie numa pessoa que insista no pagamento em dinheiro pelos serviços prestados. Mesmo quando trabalhar com uma empresa credível utilize sempre um método de pagamento que seja rastreável.
- Nunca permita que estranhos, mesmo trabalhadores de boa-fé, estejam sozinhos em sua casa.

**Se pensar que está a ser vítima deste tipo de crime o que deve fazer?**

Nunca fique embaraçado ou com vergonha de contactar a Gardai. **Faça-o imediatamente.**

Aponte tudo o que se conseguir lembrar acerca do que aconteceu, incluindo descrições das pessoas, o seu vestuário, as suas particularidades ou características distintas e os veículos utilizados. Guarde todos os documentos que lhe possam ter dado.



Para as pessoas que tenham vizinhos ou amigos idosos vulneráveis, seja um bom vizinho e avise-os acerca destes possíveis esquemas. Se suspeitar que vendedores ou prestadores de serviços falsos estão na sua área e que aparentem ser suspeitos ou que estejam a trabalhar na casa do seu vizinho – não hesite em contactar a Gardai imediatamente.

Os vendedores genuínos não vão ficar chateados com as questões que a Gardai possa colocar e podem inclusivamente e de facto normalmente acolher a mesma de forma positiva.

**Lembre-se, se parecer demasiado bom para ser verdade, normalmente é!**

Os conselhos contidos neste panfleto informativo não têm o objectivo de serem exaustivos ou absolutos.

Nada do que está contido nesta publicação deve ser interpretado como obrigatório, imperativo nem foi concebido para se opor a qualquer legislação estatutária.

**Contactos e Ligações Úteis**

Unidade de Prevenção do Crime da Garda Nacional,  
Sede da Garda, Harcourt Square, Dublin 2. Tel: (01) 6663362, Fax: (01) 6663314 Email:  
[crime\\_prevention@garda.ie](mailto:crime_prevention@garda.ie)  
An Garda Síochána  
[www.garda.ie](http://www.garda.ie)