

Fique seguro!

Um guia de segurança

CRUZ VERMELHA
BRASILEIRA

Federação Internacional das Sociedades da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho
www.ifrc.org
Salvando vidas, mudando mentes.

© Federação Internacional das Sociedades da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho, Genebra, 2012

Cópias de todo ou parte desse manual podem ser feitas para uso não comercial, fornecendo a indicação da fonte. A FICV/CV apreciaria que todas as solicitações fossem direcionadas à FICV/CV em secretariat@ifrc.org

As opiniões e recomendações expressas nesse manual não representam necessariamente a política oficial da FICV/CV ou das Sociedades Nacionais da Cruz Vermelha ou do Crescente Vermelho. As designações e mapas usados não implicam a expressão de nenhuma opinião por parte da FICV/CV ou Sociedades Nacionais sobre a condição jurídica de um território ou de suas autoridades. Todas as fotos e gráficos usadas nesse manual são direitos autorais da FICV/CV, salvo indicação em contrário.

Fique seguro!
Um guia de segurança



A Estratégia 2020 exprime a determinação coletiva da Federação Internacional das Sociedades da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho (FICV/CV) para avançar na resolução dos principais desafios que confrontam a humanidade na próxima década.

Informada pelas necessidades e vulnerabilidades das diversas comunidades com as quais nós trabalhamos, bem como direitos e liberdades fundamentais a que todos têm direito, essa estratégia busca beneficiar a todos que olham para a Cruz Vermelha para ajudar a construir um mundo mais humano, digno e pacífico. Ao longo da próxima década, o foco coletivo da FICV/CV será alcançar os objetivos estratégicos a seguir:

1. Salvar vidas, proteger os meios de subsistência e reforçar a recuperação de desastres e crises;

2. Permitir uma vida saudável e segura;

3. Promover inclusão social e uma cultura de não violência e paz.

O serviço voluntário é o coração da construção da comunidade. O voluntariado promove confiança e reciprocidade. Encoraja as pessoas a serem cidadãos responsáveis.

O voluntariado dentro das Sociedades Nacionais é realizado por pessoas que são comprometidas com os Princípios Fundamentais, o respeito aos Emblemas e motivadas por sua livre e espontânea vontade sem a expectativa de ganho material ou financeiro. Nossos voluntários servem pessoas vulneráveis, e trabalham para um mundo mais humano e pacífico. Eles contribuem com seu tempo, habilidades, diversidade e competências regularmente ou ocasionalmente na prestação de serviços humanitários, na mobilização de recursos, funções administrativas, de liderança e de aconselhamento.

As Sociedades Nacionais estão comprometidas em melhorar a qualidade, normas, capacidades e retenção de voluntários através da criação de um ambiente acolhedor e socialmente inclusivo. Esse ambiente significa fornecer aos voluntários treinamento, supervisão, avaliação regular e reconhecimento; proteção de seguro, equipamento e apoio psicológico; e uma estrutura local de apoio relevante para as tarefas que eles realizam.

Como as tendências da vida continuam a mudar conforme as pessoas se voluntariam, a Federação Internacional defende as políticas legais, sociais e econômicas que encorajam e valorizam o voluntariado mais fortemente na sociedade.

Índice

Prefácio 6
Agradecimentos 7
Por que nós precisamos “Fique seguro! Um guia de segurança”? 8
1. Meta, objetivo e população-alvo 9
2. A perspectiva do pessoal da CVB nos procedimentos do fique seguro 10
3. Questões fundamentais em relação aos procedimentos do Fique Seguro para o pessoal da CVB 12
4. Mapeamento da situação de segurança a nível da Filial 15
“O Sapo na Panela” 16
5. Os sete pilares de segurança adaptados para o ambiente do pessoal da CVB ... 17
Fatores que contribuem para os incidentes de segurança 21
6. Segurança na estrada 22
7. Saúde Pessoal 26
Dengue, Zika e Chikungunya 33
8. Gerenciando o estresse 38
9. Ficando seguro em desastres e emergências 42
10. Criminalidade e violência armada 47
11. Grandes Eventos e Manifestações 53
12. Orientações sobre segurança pessoal 56
13. Voluntariado na Cruz Vermelha Brasileira 65
Política de Voluntariado - FICV -2011 68
14. Política Nacional da Juventude - CVB -2016 71
Anexo I: Auto avaliação 74
Anexo II: Documentos de Referência 77

Antes de quaisquer atividades voluntárias, o formulário de auto avaliação do Voluntário (Anexo I) deve ser lido e preenchido pelos voluntários e se permanecer qualquer dúvida quanto à sua segurança e bem-estar, seu supervisor deve ser contatado.

Prefácio

Os voluntários estão no coração das comunidades e são os primeiros a responder em tempos de emergência e desastre. Sua segurança deve ser nossa prioridade. Com isso em mente, tenho o prazer de introduzir "Pessoal da CVB, fiquem seguros", esse manual produzido pela unidade de segurança da FICV/CV junto com departamento de Desenvolvimento do Voluntariado e de Ação com os Jovens e, em colaboração com colegas de Regionais, Sociedades Nacionais e nossos dedicados voluntários.

Mais de 17 milhões de pessoas em todo o mundo são voluntários da Cruz Vermelha. Dada as complexidades das emergências de hoje e os riscos que os voluntários enfrentam, é essencial que nossas Sociedades Nacionais, junto com os governos, favoreçam um ambiente propício para a proteção, reconhecimento e promoção de voluntários e voluntariado.

As lições nesse manual têm o objetivo de ajudar a proteger o pessoal da CVB enquanto garante seu acesso seguro às comunidades que eles servem. Esses dois pontos são parte integrante das políticas de voluntariado e juventude aprovadas pela Assembleia Geral em novembro de 2011. O relatório anual da unidade de segurança demonstra que nenhum membro da equipe que opera sob o mandato de segurança da FICV/CV morreu no último ano. Entretanto, há relatos que outros membros da Cruz Vermelha no Movimento perderam suas vidas como resultado de crimes, conflitos e acidentes de carro. É importante saber que muitos incidentes de segurança são previsíveis e, portanto, evitáveis. Este manual aborda as situações comuns que o pessoal da CVB e jovens podem enfrentar em nível local. Por exemplo, acidentes em estradas, violência doméstica e escolar, criminalidade comum (roubo, furto ou assalto) e problemas de saúde (qualidade da água e do alimento, diarreia, malária, estresse), bem como o que fazer antes, durante e depois de um desastre.

O manual também fornece orientação básica no estabelecimento dos procedimentos do "Pessoal da CVB, fiquem seguros". Seu objetivo é informar a Sociedade Nacional – líderes, gestores e administração – como promover uma cultura de segurança e fornecer apoio de segurança operacional ao pessoal da CVB. As Sociedades Nacionais devem compartilhar esse manual com seus voluntários e funcionários como parte de sua indução de base, para fornecer o ambiente mais seguro possível para os voluntários dedicados e altruístas que servem à Cruz Vermelha todos os dias.

Cordialmente



Secretary General
Federação Internacional das
Sociedades da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho - 2011

Agradecimentos

A Cruz Vermelha Brasileira agradece a toda equipe de voluntários, funcionários e conselheiros que contribuíram na adaptação deste conteúdo.

O documento base foi facilitado pela Federação Internacional das Sociedades da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho, Genebra, 2012.

Cópias de todo ou parte desse manual podem ser feitas para uso não comercial, fornecendo a indicação da fonte. A FICV/CV apreciaria que todas as solicitações fossem direcionadas à FICV/CV em secretariat@ifrc.org

As opiniões e recomendações expressas nesse manual não representam necessariamente a política oficial da FICV/CV ou das Sociedades Nacionais da Cruz Vermelha ou do Crescente Vermelho. As designações e mapas usados não implicam a expressão de nenhuma opinião por parte da FICV/CV ou Sociedades Nacionais sobre a condição jurídica de um território ou de suas autoridades. Todas as fotos usadas nesse manual são direitos autorais da FICV/CV, salvo indicação em contrário.

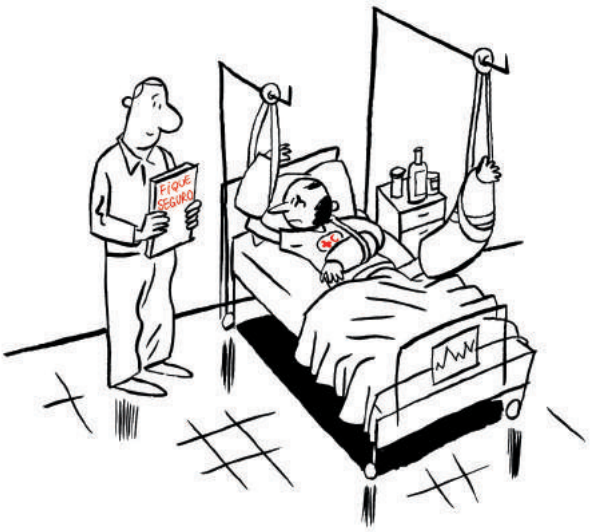
Por que nós precisamos “Fique seguro! Um guia de segurança”?

O pessoal da CVB trabalha em muitos ambientes diferentes e é importante para eles estarem cientes de sua situação de segurança local a fim de ficarem seguros, minimizando o risco que eles enfrentam e aumentando suas capacidades na prestação de serviços humanitários em todos os momentos. Os procedimentos do fique seguro para o pessoal da CVB devem ser organizados levando em consideração três cenários de segurança:

›› **Cenário I** – baixa intensidade durante atividades regulares (situação normal): como garantir a segurança e bem-estar dos voluntários durante suas atividades, incluindo situações relacionadas à saúde, eventos em lugares públicos, acidentes na estrada, crimes locais e problemas socioeconômicos.

›› **Cenário II** – operações de emergência (situação durante/após desastres): como ficar seguro durante situações de crise, emergência e desastre.

›› **Cenário III** – alta intensidade (situação durante conflitos, perturbações internas e grandes eventos): como ficar seguro durante perturbações internas, protestos, violência crescente e situações de conflito (inclusive armados), que representam riscos adicionais para os voluntários, tais como minas antipessoais, explosivos, sequestro, agressões sexuais e aumento da ilegalidade.



1. Meta, objetivo e população-alvo.

Meta

Fique seguro para o pessoal da CVB é uma ferramenta de prevenção, que visa diminuir os riscos e aumentar a segurança e bem-estar dos voluntários e funcionários da CVB e das pessoas vulneráveis que nós servimos.

Objetivo

A finalidade desse manual é estabelecer procedimentos de segurança fáceis de entender para ajudar a prevenir incidentes de segurança antes, durante e após atividades humanitárias, fornecer acesso às pessoas vulneráveis e prestar serviços eficazes.

População-alvo

O manual é um documento básico que explica os procedimentos do fique seguro para o pessoal da CVB, que deve ser usado pela Sociedade Nacional – líderes, gestores e membros da administração da Cruz Vermelha a nível local e nacional e os seus voluntários – para promover uma cultura de segurança e fornecer apoio de segurança operacional ao pessoal da CVB.

Ele deve ser distribuído e explicado a TODO o pessoal existente e aos novos (como parte da sua formação) para garantir que eles estejam cientes dos conceitos envolvidos nos procedimentos do fique seguro para o pessoal da CVB que trabalham nas filiais locais.

Esse manual deve ser parte de qualquer pacote formação de introdução também para os funcionários da Sociedade Nacional (para garantir que eles tenham uma boa compreensão de que tipo de organização a Cruz Vermelha é, o papel e atividades dos voluntários e sua segurança).



2. A perspectiva do pessoal da CVB nos procedimentos do fique seguro.

O que é importante para o pessoal da CVB quando se trata da sua segurança?

- Sentir que a organização se importa com eles, fornece todo o apoio necessário, incluindo aconselhamento psicológico, equipamentos, materiais específicos e adequados, instrução, treinamento, capacitação específica, transporte, acomodação, refeições quando requeridas, seguro contra acidentes, apoio administrativo, jurídico e outros.
- Saber que a CVB tem planos e regras claras em matéria de segurança; estar ciente dos riscos/ameaças/perigos envolvidos e as estratégias e ações estabelecidas para reduzi-los.
- Sentir-se confortável, respeitado, aceito e integrado (o que aumenta a autoestima e confiança); ter um ambiente de trabalho amigável, que reduz o estresse e é eficaz para a prestação dos serviços humanitários.
- Estar ciente dos procedimentos de segurança do fique seguro para o pessoal da CVB que estão participando ativamente em programas humanitários, avaliações e decisões relacionadas aos mesmos.
- Receber informação dos procedimentos do fique seguro, supervisão e instrução em base regular.
- Ter certeza que sua família e entes queridos estão seguros e não necessitados, especialmente quando ocorrer um desastre/ emergência ou no caso de tensões e conflitos.



- Rer certeza que eles têm condições de vida decentes, seguras, fornecendo um ambiente adequado para sua participação ativa.
- Ter acesso mais seguro às pessoas em necessidade (pessoas afetadas e vulneráveis).

Como o pessoal da CVB pode ficar mais seguro quando oferece serviço humanitário?

- Ao consolidar boas práticas para a preparação de pessoas da CVB.
- Ao garantir o pleno respeito e compreensão dos Princípios Fundamentais pelo pessoal da CVB e comunidades.
- Ao divulgar informação sobre o uso correto dos emblemas da Cruz Vermelha.
- Ao estabelecer uma metodologia clara para seguir onde o acesso é difícil ou complicado.
- Ao ser flexível e adaptável às circunstâncias.
- Ao ter e seguir procedimentos de operação padrão.

"Segurança é um estado de mente"

Proteção – a condição de estar seguro de sofrer, causar dano, lesão e perda; estar protegido contra consequências físicas, espirituais, financeiras, políticas, emocionais, ocupacionais, psicológicas, educacionais ou outros tipos de falha, dano, erro, acidentes, lesão ou qualquer outro evento que poderia ser considerado não desejável.



Segurança – a qualidade ou estado de estar seguro e livre do perigo; medidas tomadas para proteger contra sabotagem, crime e ataque.

A segurança da equipe é responsabilidade de cada um e da competência de todos. Um membro que, através de determinada conduta ou comportamento, deixe de estar alinhado com o preconizado neste documento, expõe toda a equipe à vulnerabilidade e a desnecessários prováveis incidentes de segurança.

Respeitar as regras significa minimizar a probabilidade de intercorrências com qualquer pessoa ou bem que represente a Instituição. Não obstante, o trabalho em campo, cujos territórios mantem a congruência de graus variáveis de periculosidade e potenciais situações acidentais, é sempre uma circunstância propícia para desenvolvermos e atuarmos segundo nosso maior nível de atenção e alerta.

Observar e respeitar os sinais é sempre mais seguro do que a priori desconsiderá-los e ter que posteriormente adotar evacuações emergenciais ou expor a equipe e a si mesmo a riscos evitáveis.

Sejamos neutros imparciais, independentes e corresponsáveis por nossa entrada e saída, em segurança, de qualquer contexto.

3. Questões fundamentais em relação aos procedimentos do Fique Seguro para o pessoal da CVB.

Abordagem Individual

- Entender os Princípios Fundamentais e valores humanitários;
- Saber como usar os emblemas da Cruz Vermelha corretamente;
- Conhecimento da segurança básica – mapeamento da situação local (análise de contexto);
- Conduta/comportamento pessoal;
- Competência, habilidade e conhecimento;
- Conformidade com as regras de segurança e procedimentos padronizados de atividade padrão.

Abordagem Institucional - Ambiente Organizacional (cultura de segurança):

- Plano de segurança sonora; regras e procedimentos padronizados bem entendidos; (ex: alarme de incêndio, avisos sonoros de apito, etc);
- Gerenciamento de segurança adequado e apoio de segurança;
- Informação disponível em geral e com parceiros envolvidos em todas as atividades;
- Apoio psicológico e apoio de gerenciamento de estresse;



- É recomendado que todo o pessoal da CVB complete o curso “Segurança Pessoal do

"Fique Seguro", disponível no link do site da CVB: *http://www.cruzvermelha.org.br/news/plataforma-de-aprendizagem-da-federacao-internacional-das-sociedades-da-cruz-vermelha-e-do-crescente-vermelho/ ou se preferir direto na plataforma de aprendizagem eletrônica: https://ifrc.csod.com/client/ifrc/default.aspx*

- Código de Conduta para o pessoal da CVB bem explicado e assinado por todos;
- Cobertura de seguro para os voluntários da CVB.

Instruções

A CVB estabelece uma instrução de segurança e sistema de atualização para o pessoal da CVB, que explica a situação da segurança no país e nas áreas específicas de operação e aborda quaisquer ameaças às atividades da Cruz Vermelha, com base nas análises de segurança e avaliações de risco, ameaça e vulnerabilidade. É importante que o pessoal da CVB entenda a hierarquia de segurança e os comandos dos setores responsáveis pela segurança.

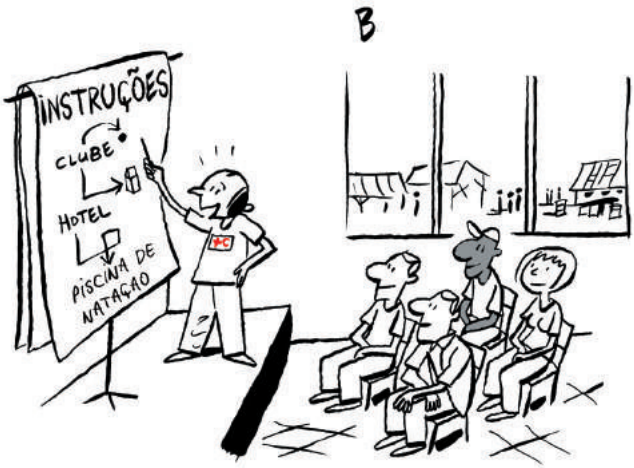
Compromisso Pessoal

- Todos da CVB irão cumprir plenamente com os Princípios Fundamentais da Cruz Vermelha, a política de voluntariado e as regras de segurança da CVB.
- Todo o pessoal da CVB deve ser informado sobre o ambiente político, social, religioso, cultural e de segurança, agir adequadamente e permanecer atento e responder às novas situações.

Treinamento

- Antes do pessoal da CVB assumir suas tarefas, eles devem receber treinamento de CBFI (que deverá constar primeiros socorros, treinamento de segurança e difusão). Os voluntários também devem receber treinamento de educação continuada. (Ex.: difusão dos Princípios Fundamentais e valores humanitários, o uso correto dos emblemas da Cruz Vermelha, telecomunicações, direção segura, consciência da existência de minas, primeiros socorros, a língua local e outros).
- O pessoal da CVB pode solicitar informação adicional e/ou treinamento, se necessário, nas áreas mencionadas acima.

Regras e procedimentos do Fique Seguro



- As regras de segurança são obrigatórias em todas as localizações onde a CVB opera e deve incluir voluntários, todos os funcionários que trabalham na CVB e parceiros.
- É obrigatório que todo o pessoal da CVB seja segurado contra acidentes de acordo com as atividades e a capacidade de cobrir tal seguro.
- A CVB deve manter um registro atualizado da localização e detalhes de contato de todos os voluntários e funcionários que estejam em campo.
- A partir do desenvolvimento do programa Fique Seguro deverá ser criado um nível de Fase da Segurança que deve ser comunicado ao pessoal da CVB junto com as implicações de segurança que eles podem encontrar nas atividades.

Incidentes / Eventos

- O pessoal da CVB deve relatar todas as violações das regras de segurança, incluindo o código de conduta – é altamente recomendado que a CVB tenha um – e especialmente qualquer forma de abuso, após a atividade, para alinhar os gestores (desenvolver sistemas apropriados para relatar e comunicar essas questões).
- Todo o pessoal da CVB deve saber o que fazer no caso de acidentes e incidentes de segurança.

4. Mapeamento da situação de segurança a nível da Filial.

O pessoal da CVB e pessoas locais podem ajudar a analisar o contexto local em termos de fatores que podem afetar sua segurança e bem-estar, tais como:

1. Problemas de saúde – qualidade da água, higiene e saneamento, acidentes, doenças, mosquitos, estresse, doenças sexualmente transmissíveis, epidemias, etc.;

2. Incidentes de segurança nas escolas, casas, apartamentos, parques, restaurantes, bares, shopping centers, feiras livres, bancos, caixas eletrônicos, locais religiosos; crime local, bandidos, gangues, roubo, furto;

3. Estradas – problemas de tráfego, falta de segurança nas estradas e acidentes;

4. Violência – contra mulheres, crianças, idosos, usuários de droga, pessoas soropositivas (AIDS), violência doméstica e outros grupos vulneráveis/minorias;

5. Diversidade – diferenças culturais e tradições; ações contra minorias, imigrantes, refugiados e pessoas desabrigadas, discriminação, xenofobia e estigma;

6. Problemas socioeconômicos – falta de oportunidades; problemas relacionados ao trabalho: condições de trabalho, tipo de contrato, ambiente organizacional, ameaças, oportunidades, etc.;

7. Relações com a polícia, forças armadas e outros agentes de segurança (formais ou informais);

8. Condições climáticas: mudanças bruscas no clima/condição meteorológicas, insolação, clima frio e desastres naturais:

9. Grandes eventos (praias, estádios e ginásios em eventos esportivos, convenções, seminários, feiras, festas religiosas e festividades, show musical, manifestações) e outros.



Conhecimento do Programa Fique Seguro e boa avaliação de contexto

O pessoal da CVB pode trabalhar em grupos para abordar todas essas questões a nível de Filial, levando em consideração a situação em seu país, região e município, como as situações política e econômica são percebidas por todos: se eles estão cientes de como eles se sentem e se eles sabem o que fazer em cada caso (vide auto avaliação).

Ao longo de todo planejamento e gestão, você precisa estar ciente que as circunstâncias frequentemente podem mudar rapidamente. Portanto, é importante manter constante consciência de seu entorno e como elas podem afetar sua segurança.

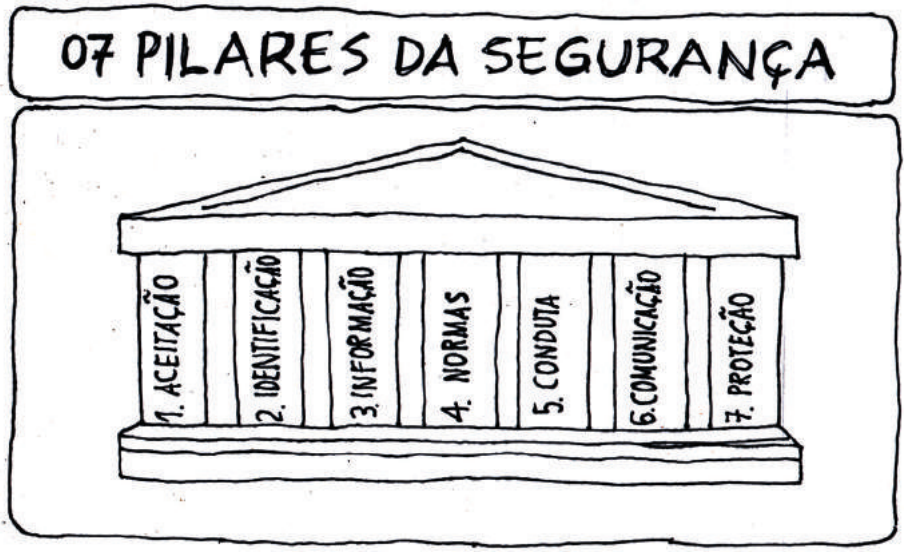
Estar consciente da segurança significa que você entende que há ameaças potenciais que poderiam se materializar e acidentalmente fazer mal a você, a seus colegas e aos recursos que são usados na operação.

"O Sapo na Panela"



Há uma fábula antiga que diz que se você colocar um sapo dentro de uma panela com água fervendo, ele vai pular para fora imediatamente para escapar do perigo. Porém, se você colocar um sapo em uma panela cheia de água fria e agradável, e então gradualmente aquecer a água até ela começar a ferver, o sapo não irá perceber a ameaça até que seja tarde demais. **Os instintos de sobrevivência do sapo são voltados para detectar mudanças súbitas.** Essa história ilustra como as pessoas podem se colocar em apuros. Ela é frequentemente usada como uma advertência para que as pessoas estejam alerta para tendências de mudança lenta no ambiente – não apenas mudanças súbitas. É um aviso para continuarmos prestando atenção não apenas às ameaças óbvias, mas também àquelas com desenvolvimento mais lento.

5. Os sete pilares de segurança adaptados para o ambiente do pessoal da CVB.



Aceitação

É importante ser aceito como um agente neutro do ponto de vista político e cultural por todas as partes. A aceitação também é necessária a nível individual. O pessoal da CVB deve concordar em trabalhar de acordo com os Princípios Fundamentais do Movimento Internacional da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho, bem como com as regras, regulamentos, politica de voluntários e Código de Conduta ou o código de ética da CVB (e importante consultar esses documentos com o Órgão Central).

O pessoal da CVB deve ter uma estratégia de comunicação ativa para mantê-los informados sobre sua Filial: o que é a Cruz Vermelha, o que o pessoal da CVB está fazendo e o que eles planejam fazer no futuro. Eles devem consultar ativamente as comunidades locais e ajustar as atividades conforme necessário para assegurar a aceitação por eles. O pessoal da CVB deve monitorar continuamente a situação local e entender as questões prováveis que possam impedir a aceitação pelas comunidades locais.

Identificação

A Cruz Vermelha deve basear-se principalmente em seus emblemas para ser facilmente identificável. A CVB deve, portanto, garantir que os uniformes de todo o seu pessoal e todas as suas instalações e veículos sejam claramente identificados com seu logotipo, de acordo com a lei de emblema nacional (decreto 2.380 de 31 de dezembro de 1910) e o manual da marca da CVB.

O pessoal da CVB deve carregar um cartão de identificação com foto ou usar um crachá ou uniforme reconhecido em todos os momentos. Eles desempenham um papel importante na divulgação da informação ao usar os emblemas e prevenir seu uso incorreto e abuso. "Tal identificação (uniformes e emblemas) devem ser usados apenas no decorrer das atividades da CVB".

Se você tem de dar crédito/visibilidade aos doadores e patrocinadores, coloque seus nomes e logotipos em material impresso – panfletos e documentos – apenas. Não coloque seus nomes e logotipos em objetos de metal e outdoor, prédios, carros e uniformes.

Para sua segurança, NÃO use uniformes ou equipamentos similares àqueles usados pela polícia, forças militares ou de segurança pública, para evitar percepções negativas e confusão. É muito importante manter uma imagem clara e independente da Cruz Vermelha (também é importante não usar botas militares, capacetes do Exército, decorações de segurança e roupas camufladas).

Nunca use outros emblemas de grupos voluntários ou parceiros no uniforme da CVB. Evite colocar distintivos de metal nos uniformes, o que poderia causar acidentes, assim como outros emblemas, logotipos de instituições ou doadores diferentes.

Informação

A informação deve estar atualizada, e devem ser estabelecidos mecanismos eficazes para passar a informação, especialmente qualquer dado que possa ter um impacto na segurança.

O pessoal da CVB também deve levantar e repassar o máximo de informações possíveis em questões de segurança. Quaisquer incidentes devem ser relatados, mapeados e analisados para a redução de ameaças/danos/riscos as atividades.



Manter boas relações com a mídia é importante. Entretanto, o pessoal da CVB deve seguir as regras estabelecidas pela Filial quando abordados pela mídia. (Consultar guia de mídia/linha de imprensa da CVB).

Regulamentos

Os regulamentos e procedimentos de segurança são obrigatórios para o pessoal da CVB e devem ser estabelecidos para prevenir as ameaças e vulnerabilidades, bem como garantir um ambiente seguro de trabalho. Eles podem ser específicos da região, estado ou município e dependem dos planos preparados pela CVB, com base no mapeamento de segurança.

Em áreas de desastre e conflito, os regulamentos devem estar de acordo com as regras operacionais da FICV e/ou CICV.

Comportamento



A segurança depende de cada um, das suas características pessoais, e em particular da solidariedade e respeito pelos demais da CVB.

O pessoal da CVB deve conhecer suas forças, fraquezas e reações em diferentes situações e nunca provocar uma situação com comportamento pessoal ofensivo. Todos devem respeitar as diferenças culturais incluindo hábitos, código de vestuário e outras características.

A regra de ouro é manter o comportamento correto, educado, imparcial e neutro. O pessoal da CVB não deve adotar comportamentos similares àquelas usados pela polícia, exército ou forças de segurança pública, a fim de evitar confusão e percepções negativas e manter a independência da CVB e sua neutralidade. O pessoal da CVB representa sua Sociedade Nacional e seu comportamento tem um impacto claro na imagem, visibilidade e reputação da instituição. Todos devem garantir seu próprio bem-estar físico e psicológico e pedir assistência se precisar.

Comunicação



Ter um sistema de comunicações confiável e independente em vigor é indispensável para a segurança do pessoal da CVB.

Devem ser estabelecidas redes de comunicação eficazes a fim de monitorar e verificar os movimentos do pessoal, fornecer informações sobre a situação local ou a área operacional e lidar de maneira eficaz com eventuais crises que podem surgir. Informações sobre a rede serão úteis.

Rádios, celulares, internet e outros equipamentos não necessariamente aumentam a segurança do pessoal da CVB: apenas o uso adequado de tais recursos, assim como o fluxo de informação a ser utilizado em cada situação.

Proteção

Devem ser tomadas medidas para garantir a proteção do pessoal da CVB, assim como a proteção e manutenção dos equipamentos, instalações e veículos, incluindo proteção passiva como barreiras, sistemas de alarme e seguranças, conforme requerido pela situação.

Essas medidas devem incluir seguro para todo o pessoal e autorização para acesso prioritário às instalações da CVB, armazéns e estacionamentos à noite e nos fins de semana.

Fatores que contribuem para os incidentes de segurança

1. Baixa compreensão da situação de segurança/falta de consciência de segurança básica;

2. Falta de respeito ao emblema da CVB, aos Princípios Fundamentais da CV e ao direito internacional humanitário;

3. Falta de coordenação e informação dentro da organização e com outros parceiros;

4. Gestão de segurança ineficaz: falta de plano de segurança, orientação, treinamento, instrução e aviso;

5. Problemas pessoais: provocação e comportamento desrespeitoso, falta de habilidades eficazes no gerenciamento de estresse, problemas de saúde, relacionamentos inadequados, etc.;

6. Aumento da criminalidade;

7. Desastres naturais, emergências e crises;

8. Colapso das estruturas governamentais, físicas e/ou politicas;

9. Incompreensão do objetivo da ajuda humanitária;

10. Natureza de criminalidade, grandes eventos, conflitos armados e envolvimento de vítimas.



6. Segurança na estrada

A maioria dos incidentes de segurança envolvendo trabalhadores de ajuda humanitária geralmente envolve veículos e uso do veículo. Eles incluem acidentes de trânsito, roubo de veículos, alvo de tiroteio e roubo de equipamentos e/ou suprimentos dos veículos.

O que fazer e evitar ao usar um veículo da Cruz Vermelha Brasileira:

As recomendações abaixo visam ressaltar a importância do comportamento seguro quando em um veículo.



FAZER:

- ✓ Tenha certeza que você porta uma carteira de habilitação válida;
- ✓ Siga as regras e regulamentos de segurança da estrada; respeite as leis de trânsito locais e limites de velocidade;
- ✓ Verifique se seu carro está em condição de circulação e adequadamente equipado antes de usá-lo;
- ✓ Teste se todos os rádios e equipamentos de comunicação estão funcionando antes da partida;
- ✓ Informe ao responsável pela segurança/CECOM sobre todos seus movimentos – defina uma forma fixa de fazê-lo; mudanças inesperadas podem dar um sinal;
- ✓ Sempre use o cinto de segurança, estacione em áreas seguras e em posição estratégica para uma saída rápida;
- ✓ Sempre use um capacete ao dirigir uma motocicleta;
- ✓ Use um motorista local sempre que possível;
- ✓ Procurar saber se o local possui “regras” próprias e procurar segui-las;
- ✓ Pare em postos de controle quando solicitado ou ameaçado;
- ✓ Relate imediatamente quaisquer acidentes que esteja envolvido.

EVITE / NÃO FAZER:

- x Dirigir se tiver ingerido bebida alcoólica ou se estiver cansado, doente ou usando medicação forte;
- x Deixar seu veículo destrancado em qualquer lugar ou em qualquer momento;
- x Resistir a assalto ou pegar caronas;
- x Transportar quaisquer armas ou equipamentos militares nos veículos da CVB;
- x Conduzir pessoas não autorizadas nos veículos da CVB;
- x Usar celular ou rádio enquanto dirige;
- x Dirigir foras das áreas urbanas após o anoitecer;
- x Dirigir se você não estiver familiarizado com o veículo (4x4, tamanho do motor e/ou do carro) ou as condições da estrada.

Consciência de segurança e uso do veículo

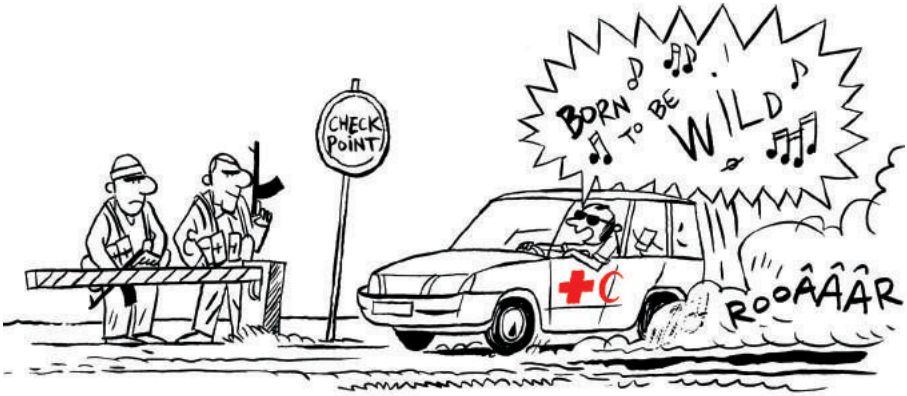
Antes de usar o veículo...

- É útil conduzir o mapeamento de incidente e se familiarizar com as técnicas usadas pelos sequestradores locais (por exemplo, cortes da estrada, ataques do sinal 'Pare', interrupções do veículo, falsos acidentes, falsos veículos de emergência, etc.), para evitar se tornar uma vítima.
- Dirija, pense e planeje à frente; saiba para onde você está indo e como chegar lá.
- Se possível, viaje com cópias de documentos importantes do veículo e mantenha os originais no escritório da CVB ou sua Filial.
- Evite o fecho central das portas do carro já que isso reduzirá seu controle sobre o acesso a seu carro ao entrar no veículo em lugares e mercados lotados, etc.
- Certifique-se que o veículo está devidamente segurado e tem boa manutenção.



Enquanto dirige...

- Fique em estradas bem viajadas, povoadas, bem iluminadas e evite áreas perigosas.
- Se possível, não viaje sozinho. Geralmente, os criminosos procuram por alvos fáceis, sozinhos.
- Na medida do possível, evite viajar de carro à noite ou quando é provável que trânsito esteja lento (hora do rush).
- Nunca siga um padrão de direção fixo.
- Sempre mantenha uma distância suficiente entre seu veículo e o veículo da frente, de modo que você possa ultrapassá-lo, se necessário.
- Ao se aproximarem os sinais de trânsito, reduza sua velocidade de condução para evitar ou pelo menos minimizar o tempo que você fica parado no sinal vermelho.
- Esteja preparado para espantar, tocando a buzina e chamar atenção para seu veículo se estiver ameaçado ou atacado.
- Mantenha suas janelas fechadas e suas portas trancadas, mesmo enquanto dirige. Em climas quentes, tenha certeza que o ar condicionado está funcionando em seu veículo.
- Em áreas de alto risco, os motoristas devem se concentrar cem por cento na direção; isto é, não converse com os passageiros, não ouça o rádio nem devaneie enquanto dirige.
- Pense duas vezes antes de decidir oferecer ajuda ao que parece ser um motorista encalhado, independentemente do sexo, e não pegue nenhuma carona.



Consciência da segurança geral

- Não deixe itens altamente valiosos dentro do veículo e não deixe nada de valor à vista.
- Permaneça particularmente alerta ao se aproximar ou se afastar de sua residência já que esse é frequentemente um lugar favorito para os criminosos atacarem.
- Se você for vítima de roubo de carro, explique que você é da Cruz Vermelha e o que a CVB está fazendo pelas pessoas. Não resista. Desista de tudo, menos de sua vida. Tente, se possível, conversar/negociar sobre a perda do veículo,

Se ocorrer um acidente...

No caso de um veículo da CVB se envolver em um acidente, siga esses procedimentos:

- Evite que ocorram outros acidentes – se necessário, saia da estrada – e coloque seu triângulo de emergência para avisar a outros. Sempre relate qualquer acidente.
- Auxilie o ferido, se tiver um, e permaneça no controle: fique calmo e não entre em pânico.
- Chame a CVB local, indique sua localização e forneça uma descrição do acidente (quem, quando, onde, o que, intenções ou necessidades futuras).
- Se possível, entre em contato com a delegacia de polícia mais próxima para tentar conseguir um relatório policial do acidente para fins de seguro.
- Se o veículo tiver que ser abandonado, removas as antenas, rádios, bandeiras e adesivos, se possível.
- Avise a seu responsável direto e ao de voluntários e preencha um formulário de relatório de acidente.
- Evite assinar quaisquer papéis sem tomar aconselhamento jurídico, especialmente em relação à admissão de culpa ou responsabilidade. NÃO faça nenhum acordo com a outra parte para pagar qualquer compensação sem consultar os colegas de segurança e jurídicos.
- No caso de um acidente criar uma situação que coloque sua vida em perigo (multidão de linchamento, população irritada e violenta, etc.), tente deixar a área assim que possível. Tente sair apenas se você tiver cem por cento de certeza que pode sair. Se não, explique quem você é e o que a CVB está fazendo para benefício da comunidade local.

7. Saúde pessoal

Manter-se em boa saúde durante suas atividades da CVB é essencial para garantir que você pode fazer bem seu trabalho. Estar bem preparado, por exemplo, estar devidamente vacinado e tomar certas precauções (ferver a água antes de beber), melhorará suas chances de ficar bem. Neste capitulo você encontrará informações sobre vários tópicos e problemas relacionados a saúde que podem surgir durante suas atividades humanitárias.

1. Seguro para o pessoal da CVB;
2. Vacinações;
3. Programa de Suporte Psicológico;
4. Abuso de álcool e de drogas;
5. HIV e doenças sexualmente transmissíveis;
6. Biossegurança;
7. Higiene Pessoal;
8. Malária;
9. Dengue, Zika e Chikunguya
10. Comida, água e diarreia;
11. Proteção da pele.



Seguro para o Pessoal da CVB

É fundamental que haja um sistema de seguro contra acidentes em vigor para todo o pessoal da CVB. Por favor, verifique se você tem cobertura de seguro para acidentes, invalidez, doenças e lesões. Se você estiver doente ou tiver um problema de saúde, informe à CVB para que possa monitorar a situação e tomar as medidas necessárias caso haja alguma. Em 2005, a Secretaria da Federação introduziu um esquema de seguro de acidente mundial para voluntários através de sua companhia de seguros. Para o custo de apenas CHF 1,50 por voluntário por ano, este seguro oferece alguma cobertura básica, em caso de morte ou lesão grave que requer tratamento de emergência. Atualmente, não há seguro global para acidentes menos graves ou lesões ocasionadas pelo exercício do dever, mas o nosso objetivo deve ser o de aumentar a extensão da cobertura para cobrir uma gama mais ampla de lesões.

Em 2015, cerca de 50 Sociedades Nacionais tiveram seu próprio sistema de seguro para seus voluntários. 125.000 voluntários em 78 Sociedades Nacionais foram inscritos no esquema da FICV/CV. Isto pode ser devido a uma falta de conhecimento do esquema de seguro da Federação ou porque a Sociedade Nacional não tem fundos suficientes para cobrir os custos do seguro básico para cada voluntário.

A nível nacional, cada Filial da CVB organiza o seu plano de seguro para voluntários. Porém, caso haja interesse, o OC pode esclarecer alguns pontos e facilitar maiores informações.

Vacinações



A vacinação é considerada uma das medidas mais importantes de prevenção contra doenças, levando em consideração que é mais fácil prevenir uma doença do que tratá-la. As vacinas protegem o corpo humano contra bactérias e vírus que provocam vários tipos de doenças graves e afetam seriamente a saúde das pessoas podendo levar a morte. A vacinação não é exclusivamente para crianças, profissionais de saúde, pessoas que viajam para outros estados ou países, pessoas que trabalham em situações de catástrofes ou em áreas de risco para certas doenças, assim como outros grupos de pessoas com características específicas, também têm recomendações para tomarem certas vacinas.

Para a instituição, considera-se importante que tanto os funcionários quanto o voluntariado estejam com a situação vacinal em dia. Funcionários e voluntários precisam anexar a xerox da carteira de vacina aos documentos obrigatórios que ficam arquivados na instituição, pois dessa forma estará mantendo sua saúde protegida.

Faça suas vacinas regularmente. Mantenha o registro de suas vacinações em um lugar seguro e uma cópia em outro lugar.

Esquema de Vacina para adultos e idosos:

IDADE	VACINAS	NÚMEROS
20 a 59 anos	Hepatite B	3 doses em não vacinados → 0, 30 e 180 dias
	DT (difteria e tétano, tipo adulto) em não vacinados	3 doses em não vacinados → 0, 30 e 180 dias (e reforço a cada 10 anos)
	Febre amarela	1 dose em não vacinados (e reforço a cada 10 anos)
	SRC (tríplice viral, MMR)	2 doses em não vacinados →0 e 30 dias
	Hepatite B	3 doses em não vacinados → 0, 30 e 180 dias
	DT (difteria e tétano, tipo adulto) em não vacinados	3 doses em não vacinados → 0, 30 e 180 dias (e reforço a cada 10 anos)
	Febre amarela	1 dose em não vacinados (e reforço a cada 10 anos)
	SRC (tríplice viral, MMR)	Dose única em não vacinados
	Gripe (influenza)	1 dose anual
	Antipneumocócica 23 valente polissacarídica	Dose única

Obs: Adultos (incluindo idosos) que residam ou que irão viajar para áreas de risco de febre amarela, no Brasil ou no exterior. Para não vacinados, em caso de viagem para áreas de risco, inclusive no exterior, a vacina contra febre amarela deve ser feita 10 dias antes da partida. A vacina é contraindicada para gestantes e mulheres que estejam amamentando, nos casos de exposição ao risco de contrair febre amarela a avaliação médica é imprescindível. Antes da vacinação de pessoas com 60 anos ou mais, deve ser feita uma avaliação médica dos riscos. Os reforços devem ser administrados a cada dez anos.

Programa de Suporte Psicológico (PSP)

Algum grau de estresse é inevitável ao trabalhar com Ajuda Humanitária. É importante que tenha um equilíbrio entre situações estressantes e recreação. O estresse pode realmente ajudar a aumentar seu desempenho.

Entretanto, as condições durante as operações são normalmente exigentes. O pessoal da CVB precisa saber como evitar que o estresse se torne prejudicial. É importante reconhecer os sinais de alerta em si e também em outros, e estar ciente das estratégias que podem ajudar a aliviar as reações provenientes de extremo estresse que possam ser prejudiciais.

O folheto "Gerenciando o Estresse no Campo" fornece as informações básicas para lidar com o estresse, e cada filial da CVB deve ter cópias (consulte o Órgão Central para saber maiores informações). O Centro Mundial de apoio Psicológico publicou um kit de ferramentas "Cuidando dos Voluntários" sobre apoio psicológico aos voluntários, com conselhos sobre o que fazer antes, durante e após desastres e como ajudar os voluntários nos programas sociais (consulte o Órgão Central para saber maiores informações).

Abuso de álcool e drogas

O consumo excessivo de álcool deve ser evitado, e o uso de drogas ilícitas é proibido.

O impacto do álcool pode afetar seu desempenho negativamente, turvar seu julgamento, pôr em perigo sua própria vida e também a de seus colegas por não ter atenção e condições de perceber os riscos.

O álcool e as outras drogas provocam um estresse químico ao organismo, deixando o corpo e as reações emocionais alteradas. Também podem causar discussões, falhas na comunicação, intrigas e até brigas chegando a reações mais extremas de agressão física. Cada pessoa responde ao efeito do álcool e/ou das outras drogas de uma forma diferente.

Por inúmeras razões, tais como extremo estresse, solidão, frustração, falta de tempo para o lazer, etc., o pessoal engajado em atividades humanitárias, , estão propícios ao consumo de álcool. . Entretanto, é um erro pensar que o álcool pode ajudar a solucionar seus problemas.

Consulte o Código de Conduta da CVB ou o Código de Ética. Isso é altamente recomendado.



HIV e doenças sexualmente transmissíveis

Durante seu trabalho, você pode se encontrar em uma situação de alto risco em relação ao HIV. Seu risco de contrair o HIV não é sobre quem ou onde você está – é sobre o que você faz!

O vírus HIV, que causa a AIDS, pode ser transmitido de três maneiras:

1. Através do sexo sem preservativo. A grande maioria de todas as transmissões ocorre como resultado de sexo desprotegido.

2. Através do sangue e produtos derivados do sangue, mas comumente através do compartilhamento de agulhas e seringas contaminadas.

3. De mãe para filho durante a gravidez ou amamentação.

Lembre-se que uma pessoa pode ser portadora do HIV em seu sistema por muitos anos sem saber e sem mostrar quaisquer sinais ou sintomas.

Uso consistente e correto dos preservativos dá um nível de proteção mais alto.

A estigmatização e discriminação de pessoas portadoras de HIV, em qualquer âmbito da CVB, é inaceitável.

Doenças Sexualmente Transmissíveis (DSTs)

As Doenças Sexualmente Transmissíveis (DST) são consideradas como um dos problemas de saúde pública mais corriqueiros no Brasil e no mundo, sendo consideradas o principal fator facilitador da transmissão sexual do HIV. Existem algumas DSTs que se não forem diagnosticadas e tratadas precocemente, podem provocar consequências graves à saúde e evoluir para o óbito. As hepatites virais, também são consideradas como problemas de saúde pública no Brasil e no mundo. As pessoas infectadas, na grande maioria, desconhecem que são portadores e acabam constituindo um elo importante na cadeia de transmissão do vírus da hepatite B (HBV) ou do vírus da hepatite C (HCV) ajudando, dessa forma, a perpetuar o ciclo de transmissão dessas infecções.

Nas mulheres e nos homens os sintomas podem, às vezes, passar despercebidos. O diagnóstico precoce e tratamento são essenciais, para evitar a disseminação da infecção e, no caso de mulheres, diminuir o risco de infertilidade e câncer de colo de útero.

AS DSTs não tratadas aumentam o risco de contrair HIV por homens e mulheres.

Os preservativos também dão boa proteção contra HIV e gravidez.

Biossegurança

Entende-se por biossegurança o conjunto de procedimentos e normas de seguranças e adequadas à manutenção da saúde do indivíduo durante atividades que ofereçam risco de aquisição de doenças aos profissionais. (é uma definição?)

• As Precauções Padrão (PP), fazem parte das normas de biossegurança e consistem em algumas atitudes importantes que devem ser tomadas pelo trabalhador da saúde, frente a qualquer vítima que for atendida, com o objetivo de reduzir os riscos de transmissão de agentes infecciosos, principalmente por meio de fluidos corpóreos e sangue ou os que estão presentes em mucosas, lesão de pele, restos de órgão e tecidos.

• Os EQUIPAMENTOS DE PROTEÇÃO são responsáveis por formar uma barreira contra a transmissão de microrganismos e devem ser utilizados de acordo com o tipo de atividade realizada e com risco de exposição aos patógenos. Por exemplo, as pessoas que trabalham em situações de socorro em desastres e primeiros socorros, correm o risco de contaminação das mucosas, por meio de respingo de sangue e devem se proteger utilizando simultaneamente alguns equipamentos de proteção: luvas, avental e máscara. Existem dois tipos de equipamentos de proteção aos trabalhadores:

I- Equipamentos de Proteção Coletiva (EPC): Protege o conjunto dos trabalhadores de um setor de trabalho. Ex:

- Exaustores
- Caixa de descarte de perfurocortante;

II- Equipamentos de Proteção Individual: São equipamentos de proteção específica individual.

Ex:

- Luvas
- Máscaras
- Óculos de proteção
- Aventais
- Gorros
- Botas
- Sapatos
- Uniforme

Obs: Ao usar luvas, deve-se tomar os seguintes cuidados:

- Utilizar sempre que for antecipado o contato com sangue e líquidos corporais, secreções e excreções, membranas mucosas, pele lesada, artigos ou superfícies que contenham material biológico;
- Trocar as luvas durante atendimento a vítima se houver contato com algum material infectado;
- Trocar luvas e lavar mãos sempre que terminar atendimento com uma pessoa e for para outro atendimento;
- Descartar as luvas em lixo apropriado e identificado, para descarte de materiais infectados, imediatamente após uso.

Higiene Pessoal

A higiene pessoal consiste no conjunto de conhecimentos e técnicas para evitar doenças infecciosas usando desinfecção, esterilização e outros métodos de limpeza com o objetivo de conservar e fortificar a saúde. Para manter-se prevenido de problemas de saúde causados por vírus, bactérias e outros microrganismos, é importante seguir as orientações abaixo:

- Manter hábitos diários de higiene corporal: Banho, assepsia, lavar as mãos, higiene bucal.
- Manter o ambiente de trabalho e ambiente pessoal limpo.
- Manter limpo os banheiros.
- Recolher lixo diariamente e dispensá-los em locais apropriados.
- Lavar as mãos principalmente ao usar os banheiros, antes e depois das refeições.
- Lavar frutas e verduras antes de consumi-los.
- Consumir água própria para ingestão: filtrada ou mineral.

Malária



A malária é endêmica em grande parte da África, muitas partes do Sudeste Asiático e partes da América Latina. Ela mata aproximadamente dois milhões de pessoas todos os anos e infecta outras milhões. Ela é disseminada pelos mosquitos que carregam o parasita que causa a malária.

Seus sintomas podem aparecer oito dias após a picada do mosquito, mas também após a saída de uma área endêmica. O sintoma mais importante da malária é a febre, normalmente, mas nem sempre, precedida por tremores violentos. Cada ataque pode durar várias horas e frequentemente começa com tremores, seguido por um período de febre e finalmente sudorese profusa.

Isso é frequentemente acompanhado por dores de cabeça, dor nas costas, articulações e todo o corpo. Podem ocorrer vômitos e/ou diarreia.

Os indivíduos que têm sintomas do tipo da malária devem procurar assistência médica imediata. Atrasos no recebimento de tratamento adequado podem ter consequências sérias ou fatais.

Fortes medidas de prevenção são importantes, já que ainda não há vacina para malária. O mais importante de todos é dormir embaixo de um mosquiteiro tratado com permetrina.

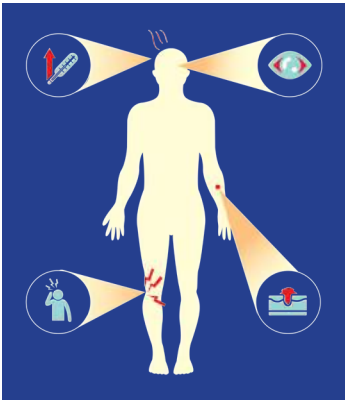
Tomar cuidados adicionais, tais como cobrir a pele exposta à noite, usando repelentes de insetos e tomando profilaxia, conforme recomendado pelo seu médico, é o mais próximo que você pode chegar para proteção adequada. Se você desenvolver os sintomas tipo de malária, apesar de seus melhores esforços, então procure cuidado médico sem demora.

Dengue, Zika e Chikungunya

O que é?	
Dengue	Uma doença infecciosa causada por um arbovírus (existem quatro tipos diferentes de vírus do dengue: DEN-1 DEN-2, DEN-3 e DEN-4), que ocorre principalmente em áreas tropicais e subtropicais do mundo, inclusive no Brasil.
Zika vírus	Uma doença causada pela picada de mosquitos infectados, os mesmos que transmite Dengue e Chikungunya. Em geral é uma doença leve e, frequentemente, as pessoas mão tem sintomas.
Febre chikungunya	É uma doença infecciosa febril, causada pelo vírus Chikungunya (CHIKV), que pode ser transmitida pelos mosquitos Aedes aegypti.

Sintomas

Os sintomas da Dengue são: febre alta com início súbito, forte dor de cabeça, dor atrás dos olhos, que piora com o movimento dos mesmos, perda do paladar e apetite, manchas e erupções na pele semelhantes ao sarampo, principalmente no tórax e membros superiores, náuseas e vômitos, tonturas, extremo cansaço, moleza e dor no corpo, muitas dores nos ossos e articulações.



Os principais sintomas da zika incluem febre moderada, erupção cutânea, olhos vermelhos, dor nas articulações e mal-estar em geral.

O sintomas da febre chikungunya são: febre acima de 39 graus, de início repentino, e dores intensas nas articulações de pés e mãos – dedos, tornozelos e pulsos. Pode ocorrer, também, dor de cabeça, dores nos músculos e manchas vermelhas na pele. Cerca de 30% dos casos não chegam a desenvolver sintomas.

Tratamento

Dengue

Não existe tratamento específico para dengue, apenas tratamentos que aliviam os sintomas. Deve-se ingerir muito líquido como: água, sucos, chás, soros caseiros, etc. Os sintomas podem ser tratados com dipirona ou paracetamol. Não devem ser usados medicamentos à base de ácido acetil salicílico e antiinflamatórias, como aspirina e AAS, pois podem aumentar o risco de hemorragias.



Zika vírus

Não existe O tratamento específico. O tratamento dos casos sintomáticos recomendado é baseado no uso de acetaminofeno (paracetamol) ou dipirona para o controle da febre e manejo da dor. No caso de erupções pruriginosas, os anti-histamínicos podem ser considerados. No entanto, é desaconselhável o uso ou indicação de ácido acetilsalicílico e outros drogas antiinflamatórias em função do devido ao risco aumentado de complicações hemorrágicas descritas nas infecções por síndrome hemorrágica como ocorre com outros flavivírus.

Febre chikungunya

Os sintomas são tratados com medicação para a febre (paracetamol) e as dores articulares (antiinflamatórios). Não é recomendado usar o ácido acetil salicílico (AAS) devido ao risco de hemorragia. Recomenda-se repouso absoluto ao paciente, que deve beber líquidos em abundância.

Em todos os casos, se os sintomas piorarem ou surgirem complicações, um médico deverá ser imediatamente consultado.

Prevenção

É a melhor prevenção contra os mosquito transmissor das doenças.

1



Mantenha bem tampados tonéis e barris de água.

2



Lave semanalmente por dentro com escova e sabão os tanques utilizados para armazenar água.

3



Mantenha a caixa-d'água bem fechada. Coloque também uma tela no ladrão da caixa-d'água.

4



Remova folhas, galhos e tudo que possa impedir a água de correr pelas calhas.

5



Não deixe água acumulada sobre a laje.

6



Encha os pratinhos de vasos de plantas com areia até a borda.

7



Outra opção para os pratinhos de plantas é lavar uma vez por semana.

8



Troque a água dos vasos de plantas aquáticas e lave-os com escova, água e sabão uma vez por semana.

9



Coloque o lixo em sacos plásticos e mantenha a lixeira bem fechada.

10



Feche bem os sacos de lixo e deixe-os fora do alcance de animais.

11



Mantenha as garrafas com a boca virada para baixo, evitando o acúmulo de água.

12



Pneus devem ser acondicionados em locais cobertos.

13



Faça sempre a manutenção de piscinas ou fontes utilizando os produtos químicos apropriados.

14



Se o ralo não for de abrir e fechar, coloque uma tela fina para impedir o acesso do mosquito à água.

15



Coloque areia dentro de todos os cacos que possam acumular água.

16



Não deixe água acumulada em folhas secas e tampas de garrafas.

17



Os vasos sanitários fora de uso ou de uso eventual devem ser tampados e verificados semanalmente.

18



Limpe sempre a bandeja do ar-condicionado para evitar o acúmulo de água.

19



Lonas usadas para cobrir objetos ou entulhos devem ser bem esticadas para evitar poças-d'água.

20



Limpe sempre a cubas de geladeiras semanalmente.

Alimento, água e diarreia

Alimento e água contaminados são duas das causas mais comuns de diarreia e também podem causar hepatite A e febre tifoide.

Alimento

O alimento deve ser sempre totalmente cozido e servido quente. Restos de comida devem ser manuseados com muito cuidado em clima tropical. Assim que a comida preparada estiver fria o suficiente, você deve colocá-la em uma geladeira em bom funcionamento por no máximo dois dias.

Intoxicação alimentar é o resultado de bactérias que crescem no alimento e normalmente se tornam evidentes algumas horas após ingestão. Isso é caracterizado pelo início repentino de diarreia profusa e vômitos e, às vezes, febre. Normalmente, não dura muito tempo, (variando a cada pessoa), mas a fraqueza pode persistir um pouco mais tempo. As frutas e legumes que podem ser descascados são ótimos para serem comidos crus. Alface e vegetais que não podem ser descascados devem ser evitados.



Tente evitar refeições onde há um alto risco de intoxicação alimentar. Pode ser difícil saber quanto tempo o alimento permaneceu no calor e, às vezes, os padrões de higiene não são adequados.

Alimentos como: Presunto, salame, maionese, flan, creme e ovos devem ser evitados. Evite comer carne crua ou malcozida. Se comer fora enquanto viaja, evite saladas, pois os ingredientes podem não ter sido devidamente lavados.

Água – em lugares onde a água potável não é segura

Água potável deve ser fervida e filtrada ou desinfetada com pastilhas especiais de purificação de água. Ao usar um filtro de água, lembre-se de limpá-lo regularmente de acordo com as instruções.

Lembre-se de carregar água potável segura com você ao viajar no campo. Bebidas quentes como chá e café geralmente são seguras. Leite e creme (incluindo sorvete) devem ser evitados, a menos que você saiba se eles foram pasteurizados.

Geralmente, aumente a ingestão de água em climas quentes, especialmente se você tiver diarreia ou febre. Em climas quentes, você precisa aumentar a ingestão de líquidos, substancialmente para evitar a desidratação.

Diarreia

A diarreia é o problema de saúde mais comum que afeta a todos. Pode ser provocada por bactérias, vírus ou parasitas intestinais. A maioria dos episódios de diarreia é de curta duração e não exige tratamento a não ser reposição dos líquidos e sais perdidos. A perda de líquido pode ser compensada ao beber (água de coco, soro caseiro, suco da fruta, caldo e chá leve). Os produtos lácteos e álcool devem ser evitados, já que esses podem piorar os sintomas. Cafeína e álcool podem agravar a desidratação. Coma alimentos leves como arroz frito, bananas, mamão, batatas, pão seco ou biscoitos. Refeições pequenas frequentes são melhores que poucas maiores. Se a diarreia durar por mais de um dia ou for acompanhada de febre ou sangue nas fezes, você deve procurar assistência médica e fazer um exame de fezes para determinar a causa.



Proteção da pele

A exposição aos raios ultravioleta do sol é o grande responsável pelo desenvolvimento do câncer de pele atualmente e também pode causar grave insolação. Os grupos de pessoas de maior risco de desenvolver esse tipo de problema são pessoas que possuem pele clara, sardas, cabelos claros ou ruivos e olhos claros, pessoas que possuem antecedentes familiares com histórico da doença, queimaduras solares, incapacidade para bronzear e pintas. Esse grupo de pessoas, mais do que as outras que não se incluem nas características mencionadas, de acordo com a Sociedade Brasileira de dermatologia, devem manter atenção redobrada e alguns cuidados contínuos com a pele, como:

- Fazer uso chapéus, camisetas e protetores solares, diariamente.
- Obs: O filtro solar deve proteger contra radiação UVA e UVB e deve ter um fator de proteção solar (FPS) 30, no mínimo.
- Evitar a exposição solar no horário entre 10 e 16h.
- Na praia ou na piscina, fazer uso de barracas que absorvam 50% da radiação ultravioleta. Obs: As barracas de nylon não são confiáveis, pois formam uma barreira pequena contra os raios UV, permitindo que 95% dos raios ultrapassam o material.
- Observar a pele regularmente à procura de pintas ou manchas suspeitas.

Consultar um dermatologista pelo menos uma vez ao ano para um exame completo.

***Lembre-se que o uniforme será definido de acordo com a atividade a ser realizada**.

8. Gerenciando o estresse



Todo mundo experimenta ou sofre dos efeitos do estresse de alguma forma. O estresse é normal. É uma reação natural, é o conjunto de reações que o corpo desenvolve para se adaptar a uma situação adversa, a um desafio físico, químico ou emocional.

O estresse pode ser positivo, quando estimula a pessoa para uma ação, uma resposta adaptativa, estimulando a capacidade do indivíduo em mobilizar todo recurso emocional para reagir imediata e adequadamente a uma determinada situação, estresse. Dessa forma, as reações do corpo serão reequilibradas rapidamente.

Entretanto, se os agentes estressores enfrentados se tornarem muito difíceis de administrar e lidar, os recursos emocionais não serão suficientes e o corpo desenvolverá formas prejudiciais ou disfuncionais de reação ao estresse, distresse.

Estresse agudo provoca uma rápida resposta adaptativa. Pode ser provocado por várias fontes de tensão a nível emocional: individual, familiar ou social. Pode ser potencializado pela complexidade das experiências vivenciadas no dia a dia.

Estresse crônico (cumulativo) segue a exposição prolongada a fatores relacionados ao trabalho e ao não trabalho e pode desenvolver na profissional exaustão, também conhecida como colapso e Síndrome de Burnout. Os fatores que causam o estresse crônico variam em vários aspectos, desde um mau relacionamento de longa duração, a problemas financeiros, dificuldades emocionais, solidão, pressão extrema prolongada no trabalho com a inadequada capacidade de enfrentamento do indivíduo, e outras situações que se perpetuam por longo período.

Estresse traumático é causado por um intenso sofrimento vivenciado por um tempo superior ao esperado em situações percebidas como fora da capacidade de enfrentamento da experiência diária. Portanto, a vida é percebida como em constante ameaça. Também pode ser causado por uma pessoa que testemunhou ou passou por violência, brutalidade, um desastre natural ou captura de reféns, a morte de um colega e situações emocionais extremas. O estresse traumático, se não tratado, pode ainda desenvolver para um transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), uma condição patológica que exigirá um encaminhamento para um especialista em saúde mental.

Algumas das principais causas do estresse são:

- Condições de vida e ambiente social difícil (isolamento, falta de privacidade, ameaças sociais, ambientais e/ou climáticas).
- Diferenças ou não familiaridade culturais e falta de contatos sociais (por exemplo, a posição das mulheres na sociedade; rituais sociais e religiosos, não sendo capaz de praticar os próprios rituais culturais; dependência de realização na realização do trabalho por influências sociais, culturais e espirituais; restrições impostas pela situação de segurança local; ignorância, falta de conhecimento, etc.).
- Carga de trabalho pesada ou inatividade.
- Expectativas não realistas (frustração e medo de não ser capaz de realizar e completar a tarefa designada com sucesso).
- Falta de recursos (financeiros e humanos) para desempenhar seu trabalho.
- Controle limitado de uma situação.
- Estar em situação de vulnerabilidade (social, ambiental ou econômica).
- Problemas pessoais, problemas familiares (por exemplo, problemas financeiros pessoais, ou com parceiro ou família, problemas de saúde, etc.). Na medida do possível, é vital que cada indivíduo resolva seus problemas pessoais em seu ambiente familiar.
- Problemas de relacionamento, inabilidade social.
- Dificuldades na comunicação.
- Testemunhar ou vivenciar uma tragédia.
- Envolvimento emocional com o sofrimento vivido pelas pessoas.
- Problemas de saúde (saúde geral, a necessidade de tomar cuidados extras por um longo período de tempo, tal como medicações diárias).
- Ameaças à saúde provenientes do ambiente (ausência de saneamento e falta e/ou dificuldade de higiene pessoal).



Os sinais do estresse crônico

A solução para identificar o estresse crônico é perceber as mudanças emocionais no comportamento de um indivíduo por longo tempo, como por exemplo:

- Sintomas físicos: excesso de cansaço, diarreia, constipação, dores de cabeça, dor abdominal e nas costas, distúrbios do sono, mudanças de apetite, entre outros.
- Sinais emocionais: ansiedade, frustração, culpa, mudanças de humor, pessimismo ou otimismo indevidos, irritabilidade, crises de choro, pesadelos, apatia, tédio, depressão.
- Sinais cognitivos: esquecimento provocado pelo comprometimento da memória, baixa concentração, baixo desempenho no trabalho, perda de criatividade e motivação, dificuldade em tomar decisões, pensamentos negativos, ideias de perseguição.
- Sinais relacionais: sentir-se isolado, irritabilidade ou intolerante aos outros, solidão, vitimização, retraimento social e comportamento antissocial; agressividade na comunicação verbal e física; violência física.
- Mudanças comportamentais: uso aumentado de álcool, drogas e/ou tabaco; mudança nos hábitos alimentares ou comportamento sexual; aumento no comportamento de risco; hiperatividade; hipervigilância; esquiva de situações; atitudes cínicas.

Sintomas da síndrome de Burnout

A Síndrome de Burnout caracteriza-se pela exaustão profissional, pela dificuldade de realização e produção no trabalho e, pela despersonalização, ou seja, o não reconhecimento das inadequadas reações e dificuldades pelo próprio indivíduo.



Isso ocorre quando os sintomas do estresse cumulativo se intensificam e se tornam crônicos.

As principais causas estão relacionadas a impossibilidade de realização no trabalho.

Os principais sintomas são:

- Distúrbios crônicos do sono;
- Problemas psicossomáticos;
- Cansaço físico intenso relacionado ao trabalho e exaustão;

- Deterioração das capacidades mentais, perda de memória e eficiência;
- Perda da autoestima, foco na falha;
- Incapacidade de percepção da realidade e realização;
- Desilusão profunda, às vezes, rejeição de valores;
- Reações intempestivas e impulsivas sem ponderação da situação rotineira;
- Ataques de pânico ou paranoia.

Como prevenir o estresse cumulativo

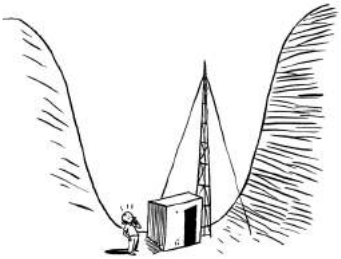
- Cuide-se. SEJA REALISTA sobre você mesmo.
- Conheça-se. Conheça suas próprias limitações, sua capacidade emocional e de enfrentamento ao estresse.
- Reforce atitudes positivas. Tenha confiança em você mesmo e no seu trabalho.
- Evite atitudes negativas. Fique atento as criticas ao seu voluntário e seus colegas funcionários e, a você mesmo.
- Fique atento. Esteja alerta às mudanças no comportamento.
- Peça ajuda. Reconheça a importância de sistemas de apoio adequados; peça ajuda de seus colegas na Filial ou na CVB.
- Dê Apoio. Mostre que você se importa com as outras pessoas e ouça-os;
- Alimente-se. Coma uma refeição bem equilibrada e evite o consumo excessivo de álcool.
- Exercite-se. Encontre tempo suficiente para o descanso, exercício físico e relacionamentos.
- Divirta-se. Arranje tempo para fazer as coisas que você gosta.



9. Ficando seguro em desastres e emergências



Na maioria dos tipos de desastres, crises e emergências, os fatores a seguir devem ser levados em consideração:



Telecomunicações serão, na maioria dos casos, difíceis; o sistema de telefonia é frequentemente o primeiro a quebrar ou ficar sobrecarregado – tanto o fixo quanto o móvel. Portanto, é importante, em áreas propensas a desastres naturais, manter alguns meios de comunicações de back-up tais como telefones por satélite e sistemas de radiocomunicação, e saber como usar essas ferramentas. Saiba como usar seus equipamentos de comunicações e verifique se funcionam antes de quaisquer movimentos fora da base de operações.

Transporte e deslocamento podem ser difíceis em estradas que foram destruídas ou bloqueadas por pessoas fugindo. Nesses casos, outros meios de transporte precisam ser disponibilizados, com ênfase nas questões de segurança.

Cumpra os procedimentos de radio, respeitando o uso dos canais de emergência e operacionais.

Sempre fale devagar e claramente ao transmitir uma informação.

Faça uma lista de números de emergência de instituições chave.

Viaje em veículos devidamente identificados com a Cruz Vermelha.



Os voluntários devem evitar viajar com veículos usados pelas forças de segurança, policial ou militar. No caso de não haver alternativa, o veículo deve ser descaracterizado e identificado com o emblema da Cruz Vermelha.

Primeiros socorros e segurança contra incêndios: pequenas lesões a alguns membros da equipe são prováveis, um kit de primeiros socorros completo deve estar disponível e em local de fácil acesso nos escritórios, armazéns e veículos.

Visibilidade e imagem: certifique-se que você tem seu uniforme, colete, cartão de identificação com foto e crachá com você e revise as informações sobre o uso do emblema e os Princípios Fundamentais. Lembre-se de NÃO usar uniformes e materiais que podem ser confundidos com aqueles usados pelas forças de segurança pública, polícia e militares para evitar confusão e percepções equivocadas.

Saúde é provável de estar sobrecarregada com pessoas seriamente feridas, então você deve estar pronto para lidar com pequenas lesões em si mesmo. O mesmo acontece com segurança contra incêndio; extintores e equipamento de combate às chamas devem estar disponíveis em locais de fácil acesso nos escritórios e veículos. Primeiros socorros e segurança básica contra incêndio devem fazer parte do treinamento básico em áreas propensas a catástrofes naturais.

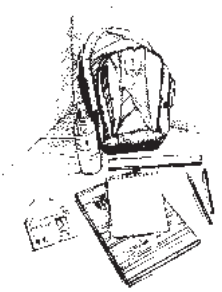
Segurança, na maioria dos casos, sobrecarregada e isso, combinado com uma população desesperada, levará a um aumento nos crimes e violência. Saques e assaltos são prováveis de aumentar drasticamente como consequência de qualquer desastre e terão de ser levados em consideração ao operar em tais circunstâncias. O deslocamento seguro será mais importante do que nunca.

Abaixo você encontrará algumas orientações gerais de segurança. Para orientações de segurança mais específicas para terremotos, inundações, furacões, ciclones, tsunamis, deslizamentos de terra e erupções vulcânicas, por favor, consulte a CVB sobre a disponibilidade do manual de segurança “Fique Seguro – A orientação da Federação Internacional para uma missão mais segura”.

Lembre-se que a maioria das áreas é propensa a tipos específicos de catástrofes naturais e todas as Sociedades Nacionais conduziram uma análise de ameaça e risco para identificar os riscos específicos com base no tipo de desastre natural provável de ocorrer em sua área.

Em alguns casos, isso pode incluir riscos associados com inundações, tais como picadas de cobra, a possível presença de crocodilos e um aumento do risco de malária.

Seja proativo e esteja preparado.



Antes de um desastre

Faça uma avaliação de risco, verifique e analise a situação, colete informação básica, verifique diferentes cenários:

• Verifique a internet, rádio e televisão para as últimas informações.

• Planeje e pratique uma rota de evacuação. Qualquer plano de evacuação deve incluir informação das rotas mais seguras e autoridades ou agentes locais fundamentais. Certifique-se de identificar mais de uma rota de evacuação já que as estradas dentro e fora da área podem ficar bloqueadas. Verifique com sua família, a filial da CVB e as sedes o plano de resposta de contingência.

- Verifique se seu cartão de identificação, uniforme, colete, boné ou capacete com o emblema da Cruz Vermelha está claramente visível.
- Conheça a localização do hospital ou posto de saúde mais próximo e verifique a cobertura do seguro e datas de validade.
- Chegue a um acordo sobre ponto de reagrupamento em uma área segura e certifique-se que todos os voluntários conheçam.
- Familiarize-se com os procedimentos de emergência e evacuação.
- Esteja ciente de todas as medidas de proteção no lugar em sua área operacional.
- Certifique-se que você tem o equipamento de emergência a seguir estocado:
  - ✓ Maçarico e baterias extras
  - ✓ Aparelho de rádio com baterias extras
  - ✓ Um apito para atrair a atenção da equipe de resgate
  - ✓ Manual de primeiros socorros e kit com itens essenciais (cúpula de mosquiteiro, repelente de insetos, máscara facial, luvas, cloro, SRO, emplastros, sabões, curativos, lenços, etc.)
  - ✓ Colete e boné com o emblema da Cruz Vermelha
  - ✓ Botas de borracha, capa de chuva, mochila
  - ✓ Vasilha de jerry de plástico dobrável para água (10 litros)
  - ✓ Alimento de emergência e abastecimento de água
  - ✓ Ferramentas básicas (pá, machado, corda, pregos, martelo, etc.)
  - ✓ Mapas da área e lista nos números de telefone e contatos principais
  - ✓ Opcional: saco de dormir, barraca, colete salva-vidas, colchão portátil.

***Obs: Alternativa ao kit, verificar o Plano de Contingencia da Família.**

Durante um desastre



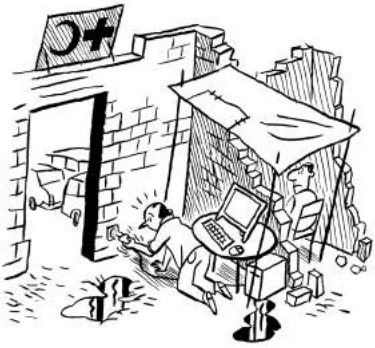
Mantenha-se atualizado ouvindo o rádio ou assistindo à televisão, se possível, para as últimas informações.

- Ligue para fora do cenário de Desastre para obter atualizações caso os serviços de informação local estiverem indisponíveis.
- Não procure abrigo em construções danificadas.
- Comporte-se segundo os Princípios Fundamentais, mostrando autodisciplina e respeito pela cultura local, incluindo seus hábitos, código de vestuário e outras sensibilidades.
- Lembre-se que você está representando a Cruz Vermelha Brasileira, que significa que seu comportamento reflete o Movimento como um todo e pode afetar a segurança dos outros voluntários.
- Mantenha um perfil pessoal baixo, evitando atitudes e acessórios chamativos, para se tornar um alvo menos atrativo para o crime e sempre esteja ciente de sua volta e a vizinhança que você está inserido.
- Garanta seu bem-estar físico e psicológico e peça ajuda se precisar. Descanse e evite trabalhar por longas horas.



Após um desastre

- Reagrupe na área segura e conduza a equipe. Certifique-se que todos o pessoal da CVB está contabilizado ou seus paradeiros e condição sejam conhecidos.
- Informe à sede da CVB ou da Filial imediatamente após o incidente.
- Faça uma avaliação em você mesmo por lesões e aplique os procedimentos necessários.
- Preste os primeiros socorros àqueles que estão seriamente machucados. Lembre-se que outros terremotos, tremores, inundações repentinas, deslizamentos de terra, chuva pesada, etc. podem ocorrer após o desastre inicial.
- Inspecione sua construção por danos e não volte lá dentro a menos que você tenha certeza que é seguro. Tremores, inundações repentinas, chuva pesada, etc. podem ser fatais se a construção já está enfraquecida ou danificada. Fique fora das construções danificadas.



- Infraestrutura em colapso, explosões de gás e eletrocussão de redes elétricas danificadas são algumas das maiores ameaças após um terremoto.
- Nunca toque em fios caídos no chão, fios pendurados nos postes ou objetos que possam estar em contato com eles: eles podem estar carregando eletricidade e podem lesionar ou matar se forem tocados. Procure danos no sistema elétrico. Se você ver faíscas, fios partidos ou gastos, ou sentir cheiro de material isolante de cabo quente, então desligue o fornecimento de energia na caixa de fusível principal ou disjuntor – mas apenas se você achar que é seguro fazer isso. Não faça isso se você tiver que pisar na água para chegar à caixa de fusível ou disjuntor. Deixe cuidadosamente a área e chame a orientação profissional.
- Fique atento para os riscos de incêndio e de materiais inflamáveis ou explosivos.
- Verifique se há vazamentos de gás. Se você sentir cheiro de gás ou ouvir um ruído de sopro ou assobio, deixe rapidamente a área e avise os outros. Não utilize interruptores elétricos, eletrodomésticos, telefones ou quaisquer chamas vivas se você suspeitar de um vazamento de gás, visto que faíscas podem inflamar o gás. Se o vazamento de gás começa a queimar, não tente apagar as chamas.
- Mantenha-se atualizado. Se possível, ouça o rádio ou televisão para as últimas informações.
- Forneça apoio psicológico aos voluntários e seus familiares, se necessário.

Lembre-se que em muitos casos o rádio, a TV e os sistemas de telefonia são os primeiros a falhar em um desastre natural. Ao ter um telefone por satélite, você ainda será capaz de ligar para fora das Sedes da Sociedade Nacional para atualizações nos desastres naturais em andamento e fornecem uma atualização em sua própria situação.



10. Criminalidade e violência armada



Durante as atividades da instituição, é provável que em algum momento o pessoal da Cruz Vermelha esteja exposto a alguma das situações a seguir. Para minimizar os possíveis danos, listamos abaixo medidas que devem ser tomadas em diferentes contextos de Violência Armada:

Interrogatório

A polícia ou outras pessoas que se instituírem como "autoridades" onde você está trabalhando poderão te interrogar.

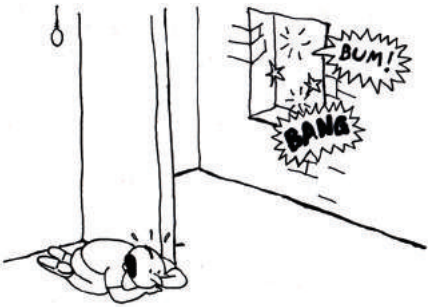
- Fique calmo e coopere;
- Mostre sua identificação da Cruz Vermelha Brasileira;
- Explique por qual motivo você está no local e a atividade que está sendo desenvolvida;
- Não discuta.



Negativa de acesso ao local

- Apesar de suas explicações, algumas vezes você poderá não ser autorizado a realizar suas atividades. Não fique nervoso e não insista;
- Reporte-se ao líder de sua equipe ou ao responsável pela segurança/CECOM, assim que possível.

Tiroteios:



Durante uma atividade em locais com alto índice de violência, pode ser que o pessoal da CVB se veja no meio de um tiroteio. Nesses casos, adote as seguintes posturas:

Em um prédio ou na rua:

- Mantenha a calma sempre, e, se possível, busque a orientação do líder da atividade.
- Encontre proteção do fogo cruzado – o que implica em procurar uma barreira resistente e grossa entre você e a direção de onde o som do fogo cruzado está vindo;
- Encontre uma posição em que você não seja visto; evite se abrigar próximo a janelas. Muitas feridas e mortes são causadas por estilhaços de vidro.
- Se possível, arraste-se, sob proteção, para uma nova posição, de forma que quem esteja atirando não saiba sua localização;
- Caso não exista possibilidade de se abrigar convenientemente, deite-se no chão;
- Durante o tiroteio recomenda-se fechar o local onde está ocorrendo a instrução, a fim de evitar a entrada de pessoas estranhas;
- Caso o tiroteio seja muito intenso, colocando em risco o local da atividade, interrompa a atividade imediatamente e procure local protegido;
- Comunique o fato ao responsável pela segurança/CECOM;
- Fique sob proteção até o tiroteio acabar, aguarde entre 10-20 minutos antes de sair.

Obs: Lembre-se que uma proteção para não ser visto (ex: um arbusto) não é necessariamente uma proteção contra o fogo cruzado.

Caso esteja em um veículo:

- A menos que o tiroteio esteja vindo da frente, dirija o mais rápido possível. É muito mais difícil acertar um alvo em movimento;
- Se o tiroteio estiver vindo da frente, pegue uma via lateral, ou mude de direção e saia, sempre fazendo do veículo uma proteção para você até a escolha de um local mais seguro;
- Tente evitar voltar pelo mesmo caminho ou fazer manobras, isso reduz a velocidade, tornando o veículo um alvo fácil;
- Se o veículo estiver imobilizado, saia e proteja-se.

Explosões de artefatos

As possibilidades de que seja atingido por uma explosão durante uma missão/atividade são bastante remotas. Entretanto, a melhor opção é evitar lugares de alto risco ou frequentados por pessoas que possam ser o alvo. Se estiver próximo a um local onde ocorreu uma explosão, avalie a situação e caso não seja seguro atuar, se afaste o mais rápido possível do local. A tática terrorista mais frequente é provocar primeiro uma pequena explosão para em seguida provocar uma grande dirigida a locais de grande concentração de pessoas e pessoal de resgate concentrados no lugar da primeira explosão.

- Deite-se no chão;
- Se possível, arraste-se, sob proteção, para uma nova posição, onde você possa encontrar uma proteção eficiente;
- Caso esteja dentro de alguma edificação, afaste-se das janelas;
- Procure um local no meio do prédio ou entre pelo menos duas paredes entre você e a direção de onde vem o som das explosões ou tiros;
- Objetos materiais como caixas, cestos, mesas, sacos de areia, cortinas, venezianas, etc, podem não impedir projéteis. Entretanto podem oferecer proteção contra estilhaços.

Quando entrarem pessoas armadas no local da atividade

Não interrompa a atividade;

Fique calmo;

O líder da atividade, com o máximo de discrição possível, deve conversar com a pessoa de forma cortês, apresentando a identificação da Cruz Vermelha Brasileira, explicando o motivo pelo qual está no local e as razões pelas quais pede-se que quaisquer tipos de armas, de quaisquer pessoas, não adentrem no recinto (explicar que locais, veículos identificados com o emblema de Cruz Vermelha Brasileira não podem conter armas e/ou munição);

Se mesmo assim houver resistência, não insista, não discuta;

Continue a atividade de forma mais atenta a quaisquer perigos que possam advir;

O grupo deve ficar atento se a presença da pessoa está apresentando uma ameaça à atividade e se há a necessidade de interrupção;

Comunique ao responsável pela segurança/CECOM o fato, que irá avaliar a situação - a atividade poderá ser interrompida por esse motivo.

Em caso de ameaça verbal ou telefônica



Responda educadamente e tente saber a razão da ameaça. Qual foi o problema e a pessoas (s) envolvida (s) na questão;

Seja atencioso com a pessoa, mas não demonstre medo;

Se for por telefone, anote os detalhes da comunicação;

Caso veja que corre risco iminente de agressão, peça a outra pessoa que continue lidando com o interlocutor;

Informe imediatamente ao responsável pela segurança/CECOM.

Em caso de Roubo / Agressão / Violência Sexual

O fato de ser vítima de roubo, agressão ou violência sexual durante uma missão/atuação pela Cruz Vermelha Brasileira pode ter efeitos negativos e duradouros. Esteja consciente que qualquer pessoa pode ser vítima de agressão, e as mesmas podem ser de diferentes classes.

Roubo

O melhor a ser feito para se proteger e reduzir o risco de roubo é saber com que frequência eles ocorrem na região onde se encontra e respeitar as normas e regras de segurança elaboradas para garantir a segurança do pessoal da CVB durante sua atuação.

Agressão

Seguir as mesmas medidas que o item anterior e saber que quando o agressor é um desconhecido, a oportunidade é a razão mais frequente para a agressão. Frequentemente, o agressor comete a agressão durante um outro delito, por exemplo, um assalto a um prédio ou veículo. Considerando isso, tudo que faça para melhorar sua segurança pessoal servirá também para reduzir o risco de sofrer uma agressão, ou e até violência sexual.

Violência Sexual

A agressão sexual é um delito violento em que se pode empregar a força física ou a coação. Os que a cometem geralmente não o fazem por um desejo de manter relações sexuais com a vítima, mas pelo desejo de provocar um dano e controlar a outra pessoa.

Em muitos casos de violência sexual, a vítima conhece o seu agressor e a agressão ocorre durante um encontro de caráter social. O agressor normalmente nega que se trate de uma violência e a vítima não costuma denunciar a agressão para as autoridades e tão pouco pede

algum tipo de ajuda. Ainda que seja alto o número de vítimas que não contam a ninguém sobre a agressão, suas feridas emocionais costumam denunciá-las mais cedo ou mais tarde, manifestando-se em mudanças de conduta, depressão, podendo chegar ao ponto de tentativas de suicídio.



O que fazer nesses casos:

- Evite movimentos bruscos;
- Identifique-se, se possível, explicando o papel da Cruz Vermelha Brasileira e seu trabalho;
- Tente manter-se calmo;
- No caso de roubo, procure atender as exigências, evitando atritos;
- Não tente, no momento, fugir, correr ou telefonar;
- Evite permanecer olhando a fisionomia dos agressores;
- Assim que possível avise ao responsável pela segurança/CECOM.
- É imprescindível que faça o Registro de Boletim de Ocorrência;
- No caso de agressão sexual, procure o mais rápido um médico (preferencialmente do mesmo sexo) para que seja examinado (a) e se necessário, iniciar o tratamento de uma possível infecção mediante a profilaxia pós exposição (PPE);
- Caso seja necessário, a CVB providenciará suporte psicológico para as vítimas.

Ao testemunhar atitudes consideradas ilegais

- Lembre-se que omissão somente é penalmente relevante quando o agente podia e devia agir para evitar o resultado;
- Não demonstre interesse ou curiosidade;
- Afaste-se do local e relate a situação ao responsável pela segurança/CECOM.

Sequestro de membro da equipe

O líder de equipe deve informar imediatamente ao responsável pela segurança/CECOM, que se encarregará dos contatos com a autoridade policial. Se o sequestrado for o líder da atividade, um membro da equipe deverá substitui-lo;

É importante lembrar que a Cruz Vermelha Brasileira não negocia com organizações criminosas.

Abordagem/sequestro do carro:

Manter a calma sempre, explicar o que está fazendo e o papel da CVB;

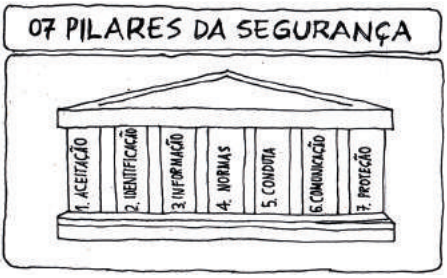
Nunca resistir ou argumentar;

Seguir o que lhe for pedido, nunca tentar ficar com o carro ou qualquer outro objeto requisitado. Entregue e se afaste da situação;

Sair do carro e informar, assim que possível, ao responsável pela segurança/CECOM.

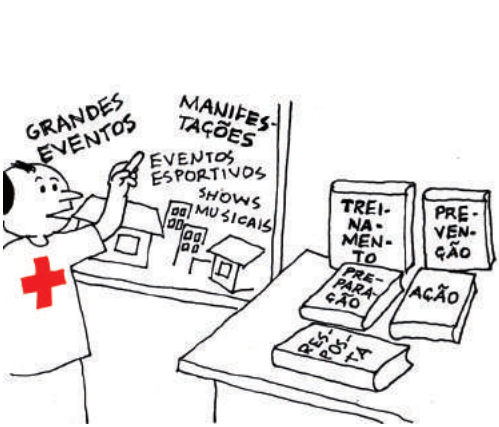
Ações de Preparação do Plano de Segurança para as Filiais

Para a construção de um Plano de Segurança a nível de Filiais, é importante ter em conta os seguintes fatores:



- Considerar sempre os sete Pilares da Segurança, apresentados neste manual;
- Construir coletivamente a Classificação de Risco e Condutas a serem tomadas;
- Estabelecer um local para fixação do sinal da classificação de risco do dia (com a data da classificação);
- Estabelecer um grupo para tomada de decisão no assunto segurança;
- Criar ou atualizar a lista de contatos importantes e do pessoal da sede;
- Responsabilizar uma pessoa para atualização periódica da lista de contatos;
- Estabelecer quem serão as pessoas que farão contato no caso de emergência;
- Mapear instituições estratégicas próximas a sede e dos locais de atividades; (unidades de saúde, hospitais, guarda, etc.);
- Estabelecer um responsável pela comunicação/CECOM, com as instituições e lideranças locais no caso de emergência;
- Reforçar com o pessoal da CVB para o uso adequado do uniforme e credenciais de identificação;
- Estabelecer pontos seguros próximos ao local da atividade, caso necessitem se abrigar;
- Estabelecer de rotas mais seguras ou locais onde não se deve passar em caso de emergência.

11. Grandes Eventos e Manifestações.

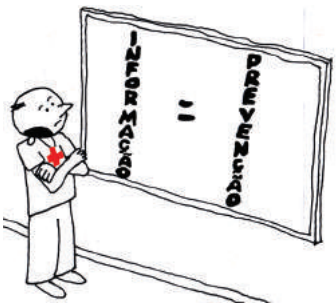


Por ser um cenário sensível a interpretações ambíguas, o profundo conhecimento e clara aplicação dos nossos princípios fundamentais são determinantes para que imagem da Cruz Vermelha como instituição neutra, imparcial e independente não seja danificada. Sendo assim, é imprescindível que seja feito contato com todas as partes envolvidas no contexto antes de iniciar a atuação.

Para que a Cruz Vermelha Brasileira possa atuar em grandes eventos e manifestações é fundamental que tenha em seu corpo de voluntários uma equipe capacitada especificamente para atuação nesses cenários.

Além disso, e fundamental planejar, definir, coordenar, implementar, acompanhar e avaliar as ações operacionais visando a segurança do pessoal da CVB para os Grandes Eventos (praias, estádios e ginásios em eventos esportivos, convenções, seminários, feiras, festas religiosas e festividades, show musical e outros) e Manifestações.

E importante prever as ações antes, durante e após a ação. Devera englobar ações voltadas não somente as atividades especificas da CVB no local, mas prever respostas em caso de catástrofes naturais, distúrbios civis e quaisquer outros acontecimentos que coloquem em risco a segurança, bem como atualizar/ou adaptar constantemente às mudanças do cenário. Os preparativos exigem treinamento da equipe continuamente e a incorporação gradual de novas práticas.

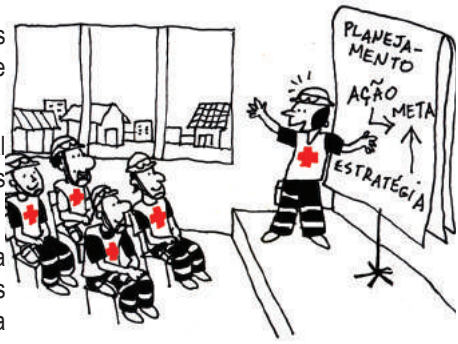


Equipe de Informação

E importante ter uma equipe e/ou responsável dedicados em obter informações e contatar as autoridades e principais atores envolvidos no evento ou nas manifestações. Os contatos são sempre necessários para o estabelecimento de uma rede de informação e controle sobre os aspectos de segurança a serem abordados e planejados. Além disso, e muito importante que todos saibam quem é e qual será a atuação da CVB no evento.

A equipe e/ou responsável realizará análise de riscos, que deverá ser atualizada e verificar as principais ameaças que podem comprometer a segurança do pessoal da CVB, tais como: crime organizado; distúrbios civis; torcidas violentas; fenômeno da natureza; terrorismo; criminalidade de massa, manifestantes violentos, espectadores violentos e outros que serão objetos de análise, identificação de riscos e ação a ser realizada.

Antes



- Implementar protocolos e treinamentos nas fases de prevenção, preparação, ação e resposta;
- Promover a articulação interinstitucional para cooperação nos planos preparatórios nessas áreas, a nível municipal e estadual;
- Definir, divulgar e difundir para a população, para as autoridades e para os atores envolvidos, qual será o papel da CVB durante o evento e seus princípios fundamentais;
- Se possível, participar dos Centros Integrados de Comando e Controle, estabelecendo o papel da CVB como auxiliar dos poderes públicos em ações humanitárias;
- Selecionar voluntários e capacita-los para atuarem nestes contextos.

Durante

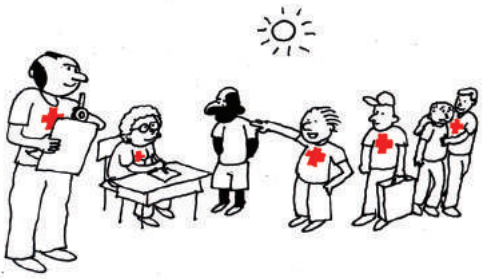
- Atuar na área designada de acordo com o planejamento e treinamento, que poderá ser em primeiros socorros, identificação de pessoas desaparecidas e etc.;
- Atuar em cooperação com representantes dos poderes públicos;
- Além da base na sede, mobilizar postos avançados nas áreas de concentração de pessoas, os quais funcionarão como base logística e de gestão;
- Equipe uniformizada de acordo com a atividade e com o Manual da Marca da CVB, de maneira que todos possam identificar que todos são membros da CVB;



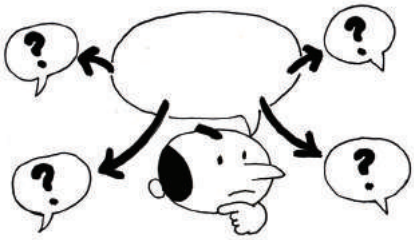
- Comunicação constante entre os membros da equipe e com os envolvidos com o evento ou manifestação;
- Analisar o local constantemente: se há um número expressivo de pessoas presentes, retaliação policial pelo motivo que seja, surgimento de vítimas dos dois lados, variações de ferimentos causados por balas (de fogo, de borracha), pedras, lesões ocasionadas pela correria ao acontecer a dispersão e oriundos da inspiração de grandes quantidades de gás lacrimogêneo e de pimenta.

Depois

- Auxiliar as ações de volta à normalidade (caso tenha), tais como apoio em ações humanitárias ao poder público, informações e atendimento as pessoas atingidas;
- Ao final de cada evento, dentro de um prazo de dez dias, o responsável da CVB pelo evento, deverá enviar um relatório ao chefe direto e ao órgão central.



Fatores a serem avaliados:



Qual o tipo do evento?

Qual o público do evento?

Evento diurno ou noturno?

Realizado em local aberto ou em lugar fechado sem climatização?

Consumo liberado de bebidas alcoólicas?

Tempo de duração superior a 4 horas?

Quantidade do Público?

Densidade de público elevada?

O evento facilita acidentes?

Faixa etária preponderante do público? (Acima de 60 anos de idade e adolescente)

Inexistência de hospital de referência adequado próximo ao local do evento?

Ausência de controle do público no local do evento?

12. Orientações sobre segurança pessoal

Introdução

Saber como agir, se prevenir, identificar riscos em situações no cotidiano e muito importante. Neste capitulo foi feita uma reprodução parcial da publicação da Assessoria de Políticas de Segurança 2012 Ministério Público do Distrito Federal e Territórios – MPDFT que permite a reprodução, desde que citada a fonte - 1º edição - 2012 • Versão I - novembro/2012. O nosso objetivo e orientar ao pessoal da CVB sobre atitudes de prevenção de segurança a nível pessoal para evitar ou diminuir as possibilidades de qualquer transtorno fora do trabalho da Instituição.

As recomendações minimizarão o risco da ocorrência de crimes contra a pessoa, por isso é fundamental ter a consciência da importância do comportamento individual para evitar delitos e, efetivamente, mudar atitudes. Ressalta-se que são medidas pessoais que podem colaborar (não substituir), com o trabalho realizado pelos órgãos de Segurança.

Conheça bem o local por onde transita, ordinariamente, saiba a localização de postos policiais, delegacias, cabines telefônicas, postos de atendimento ao público, estabelecimentos e órgãos que possam servir de ponto de apoio em situações de emergência.

Tenha sempre telefones úteis à mão e armazenados nos aparelhos celulares como Delegacia da área, Unidade da PM, socorro mecânico, etc.

Ao armazenar nomes de familiares no celular não identifique o parentesco. Essa informação pode ser usada por assaltantes ou golpistas caso tenham acesso ao equipamento.

Na rua

Andando

- Procure andar acompanhado, evitando se deslocar por lugares desertos ou mal iluminados, que possam facilitar ações criminosas.
- Mantenha-se alerta durante todos os trajetos a pé, principalmente ao voltar a seu veículo, seja saindo do trabalho, restaurantes, bares, cinemas ou shoppings.
- Evite ostentar bens de valor, como equipamentos eletrônicos,



cordões, relógios, joias e grandes quantidades em dinheiro.

- Ao conduzir bolsas ou mochilas, certifique-se de que os bolsos estejam fechados e leve sua bolsa voltada para a frente do corpo, com sua mão sobre o fecho e com os bolsos voltados para o corpo. Uma bolsa apoiada em seu ombro, apenas por uma alça lateral, pode facilmente ser furtada por trás.
- Caso seja necessário transportar notebooks, evite fazê-lo em pastas próprias. Elas são conhecidas e podem estimular iniciativas delituosas.
- Evite retirar a carteira no caminho e mostrar dinheiro em público.
- Verifique se você está sendo seguido, seja ao sair de casa, do trabalho ou do local de diversão. Caso isso aconteça, mantenha a calma e retorne para o local de onde saiu. Não sendo possível, procure um local movimentado e peça ajuda.
- Procure caminhar no centro da calçada e contra o sentido da via. Será mais fácil perceber a aproximação de algum veículo suspeito.
- Desconfie de pessoas que se aproximem, principalmente à noite, para pedir qualquer tipo de informação. Mantenha distância e continue em movimento.
- Se alguém o incomodar, aja com naturalidade, mude de direção, atravesse a rua ou entre em um lugar seguro.

Atenção: O uso de celulares, fones de ouvido e equipamentos afins podem causar distração, favorecendo e estimulando ações criminosas

Ao presenciar um assalto

- Mantenha-se afastado do local.
- Evite interferir, diretamente, para não colocar em risco sua integridade física.
- Lembre-se de que o assaltante não tem nada a perder.
- Ligue para o telefone 190 e repasse as informações possíveis.
- Após a saída do delinquente, procure ajudar a vítima.

Se for assaltado

- Responda, com calma, somente o que lhe for perguntado e avise sobre qualquer gesto ou movimento a ser realizado.
- Faça movimentos lentos. Movimentos bruscos podem ser traduzidos como reação.



- Não discuta. Entregue ao criminoso o que ele exigir. Assim, o tempo do roubo será menor.
- Faça apenas o que o criminoso mandar.
- Não olhe diretamente para os criminosos. Isto poderá ser interpretado como uma ameaça ou desafio.
- Procure memorizar, sem chamar a atenção, todos os detalhes possíveis, fisionomia, modo e frases usadas, roupas, gírias, trejeitos.
- Não tente fugir ou reagir. É muito comum outros criminosos estarem efetuando cobertura.
- Assim que possível, ligue para 190 e transmita a descrição exata com todos os detalhes e peça apoio.
- Registre a ocorrência em uma delegacia de polícia.

No carro

Ao se aproximar do carro

- Primeiramente, siga as orientações acima.
- Ao se aproximar do seu veículo, tenha a chave à mão para agilizar a sua entrada no carro.
- Observe se há pessoas estranhas ou suspeitas nas adjacências ou no interior do seu veículo. Não se dirija ao seu carro nessas circunstâncias. Na dúvida, desloque-se para um lugar seguro e com movimentação de pessoas e somente se aproxime do carro quando tiver convicção de que não haja riscos. Caso precise de ajuda, ligue para 190.
- Nunca dê carona a estranhos ou a pessoas que acabou de conhecer.
- Ao entrar no veículo, trave imediatamente as portas, mantenha os vidros fechados e deixe o estacionamento.
- Evite descer do veículo para retirar folhetos ou outros objetos afixados nos vidros. Pode ser uma armadilha!
- Caso o veículo, ao sair, apresente um defeito que impeça o motor de funcionar, desconfie de estranhos que ofereçam ajuda. Chame o socorro de urgência e de sua confiança.
- Mantenha o celular com bateria carregada.
- Caso precise de taxi, não saia à sua procura pela rua. Peça-o, pelo telefone, em local seguro.

No trânsito

- Procure planejar e definir o seu itinerário, antes de sair para qualquer destino, principalmente no período noturno. Use o guia de ruas ao invés de perguntar o caminho a estranhos.
- Tenha sempre combustível suficiente para conclusão dos itinerários programados.
- Evite trafegar por caminhos que você não conheça e por áreas consideradas perigosas, sobretudo, à noite.
- Se perceber que seu veículo está sendo seguido: mantenha a calma e não desperte suspeita. Procure memorizar a placa, descrição do veículo e, se possível, características dos ocupantes. Evite se dirigir para vias pouco movimentadas, mal iluminadas ou de trânsito lento, mesmo que tente despistar, dirija-se a um posto policial, quartel ou delegacia e tente chamar a atenção da polícia.
- Mantenha os vidros do veículo fechados e as portas travadas, sobretudo em tráfego lento ou ao parar em cruzamentos e semáforos.
- Evite se distrair com celulares, rádios, etc., principalmente com o veículo parado.
- Evite ostentar bens de valor como cordões, pulseiras, relógios, joias e anéis.



- Evite dar carona a desconhecidos.
- Não pare para discutir em pequenas colisões que lhe pareçam propositais, nem caso o veículo seja atingido por pedras ou pequenos objetos, principalmente à noite. Leve-o, mesmo danificado, a um ponto seguro onde possa fazer os reparos.
- Nos cruzamentos: aproxime-se, com atenção, identificando pessoas suspeitas e demonstrando estar atento; observe e controle a velocidade. Evite a primeira fila de veículos e as faixas de rolamento das extremidades, especialmente da esquerda. Preferencialmente, pare nas faixas centrais.
- Ao passar por lombadas, verifique, antes de reduzir a marcha, se há aproximação de pessoas suspeitas e deixe distância suficiente do veículo à sua frente para poder desviar caso ele pare, tentando bloquear seu caminho.
- Não ignore motocicletas, especialmente se ocupadas por duas pessoas. Use, constantemente, o espelho retrovisor.
- Se utilizar um táxi, peça ao motorista para travar as portas e fechar os vidros.

- Antes de chegar ou sair de casa, observe, com antecedência, se há pessoas estranhas ou suspeitas aguardando sua entrada ou saída. Se notar a presença de alguém suspeito não pare.
- Caso você seja vítima de ASSALTO, NÃO REAJA! É muito comum que a prática do roubo ou furto seja feita com pessoas que dão cobertura, em locais estratégicos, em relação a quem anuncia o assalto. Eles quase nunca estão sozinhos.

Ao estacionar



- Cultive o hábito de olhar ao redor antes de estacionar e de sair do carro.
- Evite deixar seu veículo de forma que atrapalhe a saída de outros carros.
- Procure deixar seu carro em estacionamento credenciado e de sua confiança.
- Estacione o mais próximo possível de seu destino.
- Nos estacionamentos e em estabelecimentos servidos por manobristas, ao entregar o veículo, procure identificá-los com atenção, exija comprovante de recebimento e verifique se há vigilância adequada.
- Evite confiar as chaves de seu veículo aos chamados flanelinhas ou a eventuais lavadores de automóveis, ainda que os conheça. A responsabilidade por seu veículo é sua.
- Estacione em vagas regulamentadas e em locais permitidos. Assim, você não necessitará dos serviços dos flanelinhas.
- Estacione o veículo sempre em condições de sair rapidamente.
- Pare em lugar visível e iluminado. Mantenha o veículo trancado e com o alarme ligado.
- Permaneça o menor tempo possível dentro do veículo. Se isso for extremamente necessário, faça-o em local que permita sua ampla visão e esteja alerta à aproximação de estranhos.
- Não permaneça no veículo ou fora dele conversando, namorando ou aguardando alguém em áreas de estacionamento ou na rua.
- Nunca deixe as chaves no contato de seu veículo, mesmo que seja por alguns momentos.
- Não deixe seu veículo ligado com ocupantes em seu interior (especialmente crianças), mesmo que por curto período de tempo.

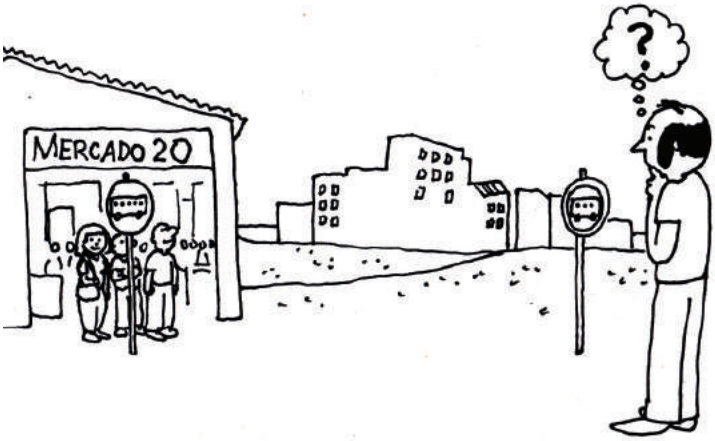
- Memorize o local onde estacionou seu veículo.
- Nunca deixe chaves sobressalentes, documentos, talões de cheque, cartões de crédito, eletrônicos e outros pertences de valor dentro do carro a vista de possíveis assaltantes.
- Da mesma forma, jamais deixe no carro cartões de visita, apólices de seguro ou quaisquer papéis que possam indicar seu endereço residencial ou comercial.
- Ao descer, certifique-se de que todas as portas estejam efetivamente trancadas e não deixe vidros entreabertos.
- Ao sair do carro, verifique se você não está sendo seguido.

Ao ter seu veículo furtado

- Caso lhe mandem descer do veículo, adote os seguintes procedimentos:
- Saia imediatamente passando entre o assaltante e a lateral do carro, e não entre ele e a porta que está aberta. Há mais segurança quando feito desta forma;
- Se estiver usando cinto, avise que vai retirá-lo para evitar que o assaltante interprete como reação;
- Deixe que levem o veículo ou qualquer outro bem. SUA VIDA É INESTIMÁVEL.
- Caso lhe mantenham dentro do veículo, permaneça calmo. Evite gritar ou discutir — seu nervosismo poderá aumentar a tensão e provocar uma atitude mais agressiva em seu desfavor.
- Responda, com calma, somente o que lhe for perguntado e avise sobre qualquer gesto ou movimento a ser realizado.
- Faça movimentos lentos. Movimentos bruscos podem ser traduzidos como reação.
- Não discuta. Entregue ao criminoso o que ele exigir. Assim, o tempo do roubo será menor.
- Faça apenas o que o criminoso mandar.
- Não olhe diretamente para os criminosos. Isto poderá ser interpretado como uma ameaça ou desafio.
- Procure memorizar, sem chamar a atenção, todos os detalhes possíveis, fisionomia, modo e frases usadas, roupas, gírias, trejeitos, trajetos e locais visitados, veículos utilizados etc.
- Não tente fugir ou reagir. É muito comum outros criminosos estarem efetuando cobertura.
- Assim que possível, ligue para 190 e transmita a descrição exata e o possível trajeto seguido com todos os detalhes e peça apoio.
- Registre a ocorrência em uma delegacia de polícia.

- Se observar que o seu veículo está sendo furtado, não intervenha, normalmente, o criminoso age armado e acompanhado de comparsa.
- Ligue para o telefone 190 e forneça todas as informações possíveis, como características dos autores, armas usadas, rumo tomado e características do seu veículo.
- Registre o furto na delegacia de polícia mais próxima.

No transporte coletivo



- Evite ficar sozinho em pontos de ônibus isolados, especialmente à noite.
- Separe, com antecedência, o valor da passagem, bem como o dinheiro necessário para pequenas despesas, para não mostrar seu dinheiro na hora de efetuar o pagamento.
- Ao parar em pontos de ônibus, procure aqueles de maior movimento, de preferência os localizados à porta de estabelecimentos comerciais. Preste atenção especial no momento de tomar o ônibus.
- Na estação rodoviária ou de metrô, mantenha controle, permanente, sobre crianças e jamais permita que se dirijam sozinhas ao banheiro ou se afastem de você sob qualquer pretexto.
- Caso você seja vítima de ASSALTO, NÃO REAJA! É muito comum que a prática do roubo ou furto seja feita com pessoas que dão cobertura, em relação a quem anuncia o assalto. Eles quase nunca estão sozinhos.
- Ligue para o telefone 190 e forneça todas as informações possíveis.
- Registre o furto na delegacia de polícia mais próxima.

No banco ou caixa eletrônico

- Habitue-se a fazer pagamentos e transações financeiras por telefone ou via internet.
- Evite agências e caixas eletrônicos em locais desertos ou mal iluminados.
- Utilize caixas eletrônicos instalados em locais de grande movimentação de pessoas. Procure usá-los durante o dia, preferencialmente no horário comercial.
- Evite levar crianças às agências bancárias ou aos caixas eletrônicos.
- Proteja bem o dinheiro e os cheques quando for ao banco ou caixa eletrônico para efetuar depósitos.
- Ao se dirigir ao caixa eletrônico ou banco, observe se está sendo seguido.
- Ao se aproximar do caixa eletrônico, principalmente à noite, veja se ao redor do caixa não há suspeitos ou pessoas escondidas.
- Caso desconfie de alguém que esteja usando o caixa eletrônico, espere a pessoa sair e ir embora circule e retorne, posteriormente.
- Esteja atento a pessoas com atitudes suspeitas que estejam na agência ou junto aos caixas eletrônicos.
- Antes de iniciar a transação, verifique na tela se o equipamento está ativo ou inoperante. Caso esteja inoperante, não insira seu cartão.
- Ao digitar sua senha, coloque o corpo próximo ao teclado e proteja a digitação com uma das mãos, impedindo que seja vista por estranhos que estejam próximos ou através de câmeras.
- Atente para que as pessoas atrás de você, na fila, observem os limites das faixas a fim de garantir a privacidade no uso dos caixas eletrônicos.
- Ao sacar dinheiro, oculte suas ações o máximo possível, para que ninguém perceba o seu saque e possa assaltá-lo ou repassar informações para comparsas fora do banco ou onde está o caixa eletrônico.
- Saque, somente, quantias necessárias.
- Confira o dinheiro enquanto ainda estiver no caixa. Não o faça saindo ou fora da agência.
- Caso não consiga concluir uma operação, aperte a tecla “anula” ou “cancela” e confira o cancelamento da operação.
- Nunca peça ou aceite ajuda de estranhos. Se tiver dificuldades com o caixa automático, peça ajuda de um funcionário do banco, devidamente identificado.
- Não demore no interior de caixas eletrônicos. Planeje, antecipadamente, a operação desejada.

- Tome especial cuidado com esbarrões, aparentemente, acidentais.
- Caso seu cartão magnético fique preso no caixa automático, peça ajuda, imediatamente, ao funcionário mais próximo e não se afaste daquele caixa até reavê-lo.
- Não saia antes de apanhar o seu cartão do caixa eletrônico e de conferir se o cartão devolvido é realmente o seu.
- Se verificar algo estranho, cancele a transação, guarde seu cartão e deixe o local imediatamente. Vá para um local seguro e chame a polícia.
- Ao sair do banco, olhe bem para todos os lados para verificar se está sendo seguido.



Atenção: Os assaltantes valem-se, principalmente, do fator surpresa, da desatenção e de outros comportamentos facilitadores para escolherem suas vítimas. Por isso, destacamos mais uma vez que é fundamental ter a consciência da importância do comportamento individual para evitar delitos e, efetivamente, mudar atitudes.

13. Voluntariado na Cruz Vermelha Brasileira



Encorajar as pessoas a serem voluntárias, a fim de atender às necessidades locais, foi a resposta de Henry Dunant à tragédia humanitária que ele testemunhou durante a Batalha de Solferino em 24 de junho de 1859.

A ideia, posteriormente, era de que os voluntários fossem capacitados sistematicamente em cada país, na preparação para tempos de guerra, conflitos armados, desastres naturais, crises e emergências, o que levou à formação das Sociedades Nacionais.

O Voluntariado é um dos sete Princípios Fundamentais do Movimento Internacional da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho, adotados na XX Conferência Internacional de 1965 e em recomendações da XXV Conferência Internacional de 1986. As Sociedades Nacionais frequentemente prestam seus serviços através de voluntários.

O voluntário é aquele que, devido a seu interesse e motivação, geralmente humanitários, dedicam parte de seu tempo, sem remuneração alguma, a diversas formas de atividades que contribuem para o bem-estar coletivo, tanto a nível da prevenção quanto frente a emergências, passando por ações pontuais que venham a beneficiar a grupos locais.

Os voluntários tendem a tornar resilientes as comunidades onde atuam, através do aprimoramento de suas habilidades e o desenvolvimento de laços sociais. O voluntariado é uma maneira de ajudar as populações no fortalecimento de suas capacidades para lidar com as crises. Eles agregam valor às Sociedades Nacionais de muitas maneiras, além de participar de um movimento humano maior, onde a solidariedade e a empatia retornam para suas próprias vidas de forma extremamente positiva e gratificante.

Neste sentido, a Cruz Vermelha recebe e acolhe a disponibilidade das pessoas que desejam, voluntariamente, colaborar com a Instituição. O Voluntariado assume, deste modo, uma posição relevante, transversal a toda a atuação da Cruz Vermelha, apoiando e se inserindo em projetos e ações que se desenvolvem em diferentes níveis.

Os Voluntários são a alma do Movimento. Algumas reflexões surgem devido às suas iniciativas:

- Voluntários poderão estar no local quando conflitos armados, desastres ou epidemias flagelam determinado território. Estando em campo, podem e devem agir imediatamente, segundo orientação de suas lideranças e com a supervisão de seus coordenadores.
- Voluntários trabalham conforme sua disponibilidade de horário, normalmente se adequando aos horários das atividades desenvolvidas pela CVB e suas Filiais.
- Ao limitar seu compromisso em poucas horas por semana, o voluntário pode conciliar o voluntariado com sua vida familiar e sua atividade profissional, o que de certa forma garante que possa continuar a ser voluntário ano após ano.
- Voluntários, potencialmente, trazem consigo diversidade e habilidades especiais: ao recrutar funcionários, a escolha é limitada àqueles que estão procurando um novo trabalho e aceitam o salário e as condições oferecidas. Na captação de voluntários, uma escolha muito mais ampla está disponível. Eles naturalmente se agrupam por identificação e afinidades, e esses subgrupos complementam-se mutuamente na realização e no resultado final de atividades e projetos

A Federação Internacional da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho está incentivando os governos e as Sociedades Nacionais ao redor do mundo para aumentar a proteção dos voluntários, através do reconhecimento e da remoção de lacunas e barreiras nas leis e políticas relacionadas ao assunto, tais como responsabilidade, seguro, saúde e segurança, e colocando em pratica sistemas eficazes para apoiá-los.

- Voluntários são um recurso sustentável: os programas para voluntários podem ser facilmente adaptados para contextos e ambientes específicos ou em transformação, a custo muito baixo de manutenção. Ao mesmo tempo, uma organização dinâmica, com bons sistemas de gestão de voluntários, pode facilmente renovar sua base de voluntariado, captando, mobilizando e fidelizando novas gerações de colaboradores.



Tempo dedicado ao voluntariado



Os voluntários normalmente dedicam seu tempo e esforço da seguinte maneira:

- Trabalhando regularmente em uma atividade por 1 a 2 vezes por semana;
- Dedicando tempo e esforço em projetos de curto prazo que duram de 1 a 3 meses;
- Participando de um evento ao ano (durante um ou mais dias);

Recursos humanos em caráter voluntário podem ser expandidos rapidamente: em tempos de necessidade e frente a emergências, a entrada de mão de obra voluntária pode ser elevada rapidamente, visto que os voluntários contribuem mais tempo do que eles normalmente fariam e novos voluntários também podem ser rapidamente inseridos, se liderança adequada e sistemas de apoio estão em vigor.

Gestão de Voluntários

Os gestores de voluntariado normalmente trabalham coordenando os esforços e as atividades que envolvem a participação de voluntários. São responsáveis por todo o Ciclo de Gestão que se inicia com o primeiro contato direto do voluntário com a Organização, que geralmente acontece durante a entrevista inicial, passando por sua formação básica institucional, assinatura de termo de adesão ao serviço voluntário, cadastramento e direcionamento ajustado segundo seu perfil e sua motivação.

A gestão dos voluntários inclui, ainda, sua captação e mobilização, sobretudo para tarefas específicas, onde competências e habilidades devem ser consideradas para um adequado nível de otimização no trabalho a ser desenvolvido.



A CVB procura priorizar o investimento na capacitação e treinamento de seus voluntários, em seu desenvolvimento, fornecendo-lhes informações relevantes e oportunas, orientação e equipamento, feedback sobre o seu desempenho, bem como medidas de proteção e segurança adequadamente avaliadas.

Política de Voluntariado

Adotada pela 18ª sessão da Assembleia Geral realizada de 23 a 25 de novembro de 2011 em Genebra. A ser revisada pela 21ª sessão da Assembleia Geral em 2017.

Introdução

A finalidade dessa política é orientar o voluntariado da Federação Internacional das Sociedades da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho.

Estratégia 2020 desafia a Federação Internacional a "fazer mais", "fazer melhor" e "ir além" para salvar vidas e mudar mentes. Ela reconhece que as próprias pessoas são o recurso mais importante para seu próprio progresso, que só pode ser sustentado através de sua própria liderança e apropriação do processo.

O voluntariado é identificado pela Estratégia 2020 como estando no coração da construção da comunidade. Ele também contribui para o desenvolvimento humano sustentável. Como as Sociedades Nacionais da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho são confiáveis para servir as comunidades do interior, o voluntariado é a fundação essencial para fazer e sustentar Sociedades Nacionais fortes. A capacidade e a eficácia de uma Sociedade Nacional estão diretamente relacionadas à sua habilidade de mobilizar, gerir e capacitar voluntários de todas as comunidades que eles servem. Este, por sua vez, depende dos valores e atitudes que a Sociedade Nacional reflete quando se aproxima das comunidades para inspirá-las a se voluntariar.

Os voluntários da Cruz Vermelha / Crescente Vermelho operam em uma faixa de circunstâncias diversas e complexas em um mundo em rápida mudança, onde as tendências sociais, demográficas, econômicas e ambientais, bem como os avanços tecnológicos estão alterando a forma e o funcionamento das comunidades e como as pessoas se voluntariam. A Federação Internacional está comprometida a promover uma cultura de voluntariado na sociedade em geral e a posicionar a Cruz Vermelha / Crescente Vermelho como a escolha preferida das pessoas que buscam se voluntariar.

Definindo voluntariado e voluntários

Um voluntário da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho é uma pessoa que realiza as atividades de voluntariado para uma Sociedade Nacional, ocasional ou regularmente.

Os voluntários da Cruz Vermelha do Crescente Vermelho trabalham para um mundo mais humano e pacífico. Eles fazem isso ao prestarem serviços diretamente às pessoas vulneráveis e ao buscarem prevenir e reduzir a vulnerabilidade e exclusão onde eles podem. Eles também governam e lideram Sociedades Nacionais e sua Federação Internacional.

O voluntariado da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho é organizado por representantes

reconhecidos das Sociedades Nacionais e destina-se a promover os seus serviços e atividades, sempre trabalhando de acordo com os Princípios Fundamentais da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho. É realizado por pessoas motivadas por livre e espontânea vontade e não por um desejo de ganho material ou financeiro, ou por pressão social externa, econômica ou política.

Protegendo e apoiando os voluntários

As Sociedades Nacionais têm uma boa gestão do funcionamento dos sistemas e práticas para supervisionar, apoiar e encorajar os voluntários. Esses são adaptados ao contexto específico de seu trabalho e respondem às novas tendências no voluntariado que podem ir além das estruturas estabelecidas das Sociedades Nacionais incluindo, por exemplo, formal, online e corporativa ou outras formas de voluntariado.

As Sociedades Nacionais garantem que seus voluntários são devidamente preparados para realizar seu trabalho, fornecendo-lhes informação relevante e oportuna, treinamento e equipamento, feedback de seu desempenho, bem como medidas de proteção e segurança adequadamente avaliadas. Elas protegem seus voluntários contra acidentes e lhes fornece apoio psicológico adequado quando solicitado.

Em certas circunstâncias, os voluntários podem eles mesmos ser vulneráveis e as Sociedades Nacionais garantem que suas necessidades de assistência e proteção recebem a devida atenção.

As Sociedades Nacionais fornecem aos voluntários acesso à aprendizagem acreditada e oportunidades de desenvolvimento pessoal, para ajudá-los a desempenhar melhor as suas tarefas ou funções acordadas, bem como motivá-los a desenvolver suas habilidades e capacidade e realizar futuras funções dentro da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho.

Quando há necessidade ou oportunidade para um voluntário de realizar trabalho remunerado, ocasional ou contratado, a Sociedade Nacional reconhece essa mudança de status e garante que o emprego esteja em conformidade com as leis do país.

Voluntários reconhecidos e suas realizações

As Sociedades Nacionais reconhecem que os voluntários têm uma participação significativa na organização. Elas levam oportunidades formais e informais para apreciar, individual e coletivamente, o trabalho dos voluntários e seu impacto.

As Sociedades Nacionais encorajam os voluntários a participar em sua tomada de decisão e elaboração e melhora do trabalho no qual eles estão envolvidos. O voluntário tem o direito de se tornar um membro da Sociedade Nacional, isto significa que, concorda formalmente com as condições de filiação conforme exigido pelos estatutos da Sociedade Nacional.

Promover voluntários e voluntariado

As Sociedades Nacionais reconhecem o valor do trabalho voluntário, recrutam ativamente voluntários, independente de raça, etnia, sexo, orientação sexual, crença religiosa, deficiência ou idade. Elas removem as barreiras, física, econômica, social e cultura para participação, e recrutam voluntários com base em seu potencial. As Sociedades Nacionais reembolsam os voluntários no caso de despesas pré-aprovadas relacionadas às suas tarefas de voluntariado. As Sociedades Nacionais também trabalham com governos, o setor corporativo e outros parceiros para promover um ambiente propício para o voluntariado na vida nacional.

Harmonizar direitos e responsabilidades dos voluntários

As Sociedades Nacionais fornecem aos voluntários orientação e regras escritas que estabelece direitos e responsabilidades da Sociedade Nacional e seus voluntários. Espera-se que todos os voluntários da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho ajam, em todos os momentos, de acordo com os Princípios Fundamentais.

Espera-se que os voluntários respeitem os regulamentos no uso do emblema, e evitem seu uso indevido. Eles devem estar disponíveis para atuar no caso de emergência, de acordo com suas competências e habilidades, conforme acordado com a Sociedade Nacional.

Ao trabalhar com pessoas vulneráveis, espera-se que os voluntários se esforcem quanto aos padrões de qualidade mais elevados nos serviços por eles prestados. Eles cumprem suas tarefas sem discriminação, respondendo às necessidades das pessoas vulneráveis em uma maneira compassiva e respeitável. Eles respeitam a confiabilidade daqueles a quem eles atendem.

Impacto da política

No reforço da importância dos voluntários e voluntariado, essa política de voluntariado serve como orientação para as Sociedades Nacionais na criação e atualização de suas políticas de voluntariado a fim de desenvolver ambientes propícios para os voluntários e voluntariado.

Espera-se que o impacto da implementação bem-sucedida dessa política seja um crescimento na participação do voluntariado da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho, conforme medido pelo aumento no número de pessoas que preferem começar e permanecer no voluntariado com a Cruz Vermelha e o Crescente Vermelho.

Isso será medido pela comparação contra a linha de base de 2010, através do Sistema de Notificação de Toda Federação.

14. Política da Juventude Nacional

Desenvolvida na I Reunião Nacional de Juventude, 04 a 06 de março de 2016. Adotada por meio da portaria nº 012 de 2016

Introdução

A partir da revisão da Estratégia 2020, da Estratégia para o Engajamento da Juventude (Y.E.S) e da Política Mundial da Juventude, elaborada pela Federação Internacional das Sociedades da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho (FICV), a Cruz Vermelha Brasileira (CVB) elabora a Política Nacional da Juventude, cujo principal objetivo é informar, orientar, valorizar e promover a participação dos jovens na Sociedade Nacional.

A Estratégia 2020 reconhece que para construir e consolidar uma Sociedade Nacional forte, deve-se captar e manter cada vez mais jovens. Recomenda-se que os jovens sejam capacitados, habilitados e empoderados para serem ativos na liderança e participação nas atividades voluntárias, na governança, gestão e serviços da Sociedade Nacional, não deixando de levar em consideração a legislação vigente como o Estatuto da Criança e do Adolescente, o Estatuto da Juventude do Brasil e a Lei do Voluntariado.

A Juventude da Cruz Vermelha Brasileira reconhece o papel da educação como melhor forma de combater a violência e gerar melhores oportunidades, desafiando os jovens a encontrar e combater formas desiguais de acesso aos benefícios do mundo globalizado por parte deles mesmos.

Impacto da Política

Como resultado deste documento, espera-se um grande fortalecimento da Juventude dentro da Sociedade Nacional e também do número de ações, bem como da qualidade delas. Não apenas envolvendo os jovens como voluntários e líderes, mas também como beneficiários de uma forma cada vez mais igualitária e educativa. Acreditamos que a partir do estímulo a estas práticas possamos aumentar a capacidade de desenvolvimento da Juventude na CVB como um todo e impactar positivamente os índices de violência envolvendo jovens no país.

É fortemente recomendada a inclusão de atividades e projetos desenvolvidos pela Juventude nos relatórios das Filiais Estaduais e Municiais, a serem encaminhados anualmente ao Órgão Central, a fim de um melhor conhecimento a respeito da elaboração, qualidade e compartilhamento de informações.

Definindo Juventude

Os termos “juventude” e “jovens” para a Federação Internacional, atinge pessoas na faixa

etária de 5 a 30 anos. Isso inclui crianças (de 5 a 11 anos), adolescentes (de 12 a 17 anos) e jovens adultos (de 18 a 30 anos). Nossa Sociedade Nacional segue a adoção destas faixas etárias de acordo com as leis vigentes.

Evidencia-se a importância do movimento de Juventude dentro da Cruz Vermelha Brasileira e de suas filiais de se organizar a partir das três perspectivas de engajamento: Jovens como Líderes, Jovens como Voluntários, Jovens como Beneficiários. Nesse sentido, são as seguintes atribuições:

Jovem como Líder:

- Garantir a participação dos jovens nas tomadas de decisão em todos os níveis da gestão, governança e prestação de serviços;
- Fortalecer o papel de liderança de seus pares para que possam se conectar com as pessoas vulneráveis e os marginalizados, defendendo-os, identificando e abordando questões que venham a surgir, juntos;
- Priorizar e investir na luta pelo crescimento individual e profissional dos jovens nas funções de liderança atuais e futuras; e
- Reforçar o papel de liderança dos mesmos na busca de novas parcerias.

Jovem como Voluntário:

- Aumentar a sua participação efetiva no Movimento;
- Manter a motivação e o incentivo aos demais a seguirem seu exemplo;
- Colaborar na promoção de inovação; e
- Promover os Princípios Fundamentais e o valor social que os jovens agregam ao desenvolvimento das atividades.

Recomenda-se o desenvolvimento de uma educação inclusiva e não-formal voltada para crianças e adolescentes, que estimule valores humanitários e ações dos mesmos para com seus pares. Caberá ao jovem adulto realizar a educação não-formal aos seus pares e faixas etárias anteriores.

Levando em consideração que os Departamentos de Juventude da Cruz Vermelha Brasileira buscam atingir um público-alvo com a finalidade de prepará-los para colaborar em outras atividades, incentiva-se que um jovem adulto, ao se aproximar dos 30 anos, passe por um processo de transição para outros trabalhos dentro da instituição. Recomenda-se que esta mudança ocorra com o auxílio dos demais departamentos, entretanto caso haja interesse, poderá continuar como colaborador do Departamento de Juventude, neste período de transição.

Valorizando o papel dos jovens

A Cruz Vermelha Brasileira reconhece e valoriza a importância do papel do jovem no desenvolvimento de atividades humanitárias da instituição, interna e externamente. Seus múltiplos papéis incluem serem inovadores, pioneiros da comunicação, mídia social e outras

tecnologias, embaixadores interculturais, facilitadores do desenvolvimento de novas lideranças, mobilizadores comunitários, agentes de mudança social e defensores das pessoas em estado de vulnerabilidade.

Reconhecer o jovem como líder e protagonista no combate às questões contemporâneas e emergentes, através de trabalhos indispensáveis, permite uma maior troca de experiência entre gerações, mantendo assim um ambiente de respeito mútuo.

Nesse contexto e evocando a Declaração da Juventude de Solferino (2009), ressaltamos a importância de que no andamento do reconhecimento do papel do jovem como agente de mudança, o mesmo seja estimulado e incluído nas tomadas de decisões e planejamento dos processos em todos os níveis, incluindo a participação no corpo da Assembleia Nacional, Estadual ou Municipal, da Cruz Vermelha Brasileira, de acordo com o novo estatuto, a partir da aprovação por Decreto Presidencial.

Reforçando a contribuição dos jovens

Observando a importância da capacitação do jovem a respeito dos valores humanitários e Princípios Fundamentais do Movimento Internacional da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho, esta Sociedade Nacional destaca o desenvolvimento dos adolescentes e jovens adultos em papéis ativos e voluntários de acordo com as normas nacionais, diretrizes internacionais e legislação vigentes. Neste sentido,ressalta-se a relevância de fornecer condições para que os referidos jovens desenvolvam habilidades práticas necessárias para viver, trabalhar e relacionar-se com os outros adequadamente.

Favorece-se a participação dos jovens em todas as atividades desta Sociedade Nacional, concedendo-lhes atenção a condições específicas quanto à idade, às especificidades e experiências necessárias, assim como a sua segurança e bem-estar. Recomenda-se ao jovem a participação plena no planejamento e no exame dos serviços prestados pela Sociedade Nacional aos que contribuem e aos que se beneficiam. A instituição garante ao jovem, em particular aos jovens dirigentes, a oportunidade de participar em processos de tomada de decisões tanto em nível nacional como internacional.

Levando em consideração a importância do papel do jovem dentro do Movimento é necessária a existência de um núcleo/departamento em todas as Filiais Estaduais e Municipais, que tenha uma representação estadual para compor a Rede Nacional de Juventude, coloquialmente a ser tratada de “A Rede”.

“A Rede”será estabelecida pelos próprios jovens por meio de atividades, compartilhamento de conhecimento e inovação através do Movimento Internacional da Cruz Vermelha e do Crescente Vermelho. A Cruz Vermelha Brasileira encoraja ativamente e apoia os representantes jovens a participarem de “A Rede” com um intuito de promover a liderança jovem e a troca de ideias, inovações e atividades concretas. Em cumprimento ao novo estatuto, a CVB contará futuramente com uma Comissão Nacional de Juventude - CNJ, sendo o seu presidente,o

responsável em ser o porta-voz dos jovens na governança da Cruz Vermelha Brasileira.

No entanto, não podemos deixar de destacar a importância do trabalho do jovem dentro do Movimento e encorajamos que os mesmos tenham experiências em outros tipos de Redes de juventude internacionais, nacionais ou locais, dentro e fora do Movimento.
Além disso, reforçamos a necessidade de manter viva a memória da Cruz Vermelha Brasileira e das ações jovens, como um todo, através do registro e preservação de documentos e imagens, por meio do envio periódico destes materiais ao Centro de Memória e Documento da CVB.

Proteção e Apoio ao Jovem

Reforça-se, através desta Política Nacional de Juventude, a importância de a Cruz Vermelha Brasileira garantir o apoio psicológico e a segurança em suas atividades com o jovem. Visando este fim, recomenda-se fortemente que a referida Sociedade Nacional promova o uso de seguros contra acidentes, proteção à saúde dos voluntários e adoção do Programa Nacional "Fique Seguro". Além disso, a adoção de um aparato legal e aditivo e promoção da capacitação do jovem através de treinos e aconselhamentos tornam-se atividades fundamentais para atingir estes fins.

Jovens como beneficiários

Jovens beneficiários são aqueles que serão contemplados direta e indiretamente através das atividades desenvolvidas pela Cruz Vermelha Brasileira e suas Filiais. A juventude brasileira se encontra em contextos sociais heterogêneos. Portanto, destacamos a importância de trabalhar com todos os seguimentos da juventude no Brasil sem distinção de raça, gênero, religião, condição social ou opiniões políticas, priorizando dar atenção psicossocial e educacional em lugares com maior situação de vulnerabilidade social. A violência, a defasagem da educação nacional, a precarização dos serviços públicos, desemprego e o uso das drogas são problemas recorrentes destas áreas.

O jovem beneficiário não é somente aquele que recebe passivamente os serviços prestados pela Cruz Vermelha, mas também aquele que vive num momento de transformação e desenvolvimento próprios e é visto como potencial voluntário e, posteriormente, como um jovem líder.

A Política Nacional da Juventude compreende que é a Sociedade Nacional através de suas Filiais Estaduais e Municipais, que deve fornecer subsídios em forma de serviços, programas e projetos a fim de promover, potencializar e capacitar o jovem beneficiário como agente de mudança, que por sua vez é capaz de impactar sua comunidade local através da sua própria transformação.

A Cruz Vermelha Brasileira espera que a juventude não encerre suas ações no "hoje", mas que permaneça recebendo e aprendendo com as experiências do "ontem", agregando-as e somando-as aos desafios do "amanhã".

Anexo I: Auto avaliação

Nome: _____

Esse é um formulário de auto avaliação para voluntários que operam em filiais locais; todos os voluntários devem preencher o formulário antes de qualquer atividade em campo.

N°	Conhecimento e compreensão da situação	Nada	Um pouco	Sim
1	Você tem uma boa compreensão dos problemas de saúde em sua comunidade em relação à água, saneamento, epidemias, poluição, cólera, descarte do lixo, acidentes, doenças súbitas, HIV/AIDS, etc.?			
2	Você está ciente das condições de segurança a nível local em relação aos acidentes de trânsito, furto, roubo, violência e atividades criminais?			
3	Você está ciente dos problemas sociais que surgem da falta de respeito, discriminação, estigmatização, etc. a nível local?			
4	Você sabe sobre possíveis desastres naturais em sua área (terremotos, inundações, deslizamentos de terra, incêndios, clima frio, secas, furacões, tsunamis, etc.)?			
5	Você está ciente da possibilidade de perturbações internas, protestos ou motins que ocorrem em sua região/área/cidade?			
6	Você sabe de algum conflito interno em seu país, com intervenção militar e implicações na segurança?			
7	Você tem bons conhecimentos e compreensão dos Princípios Fundamentais da Cruz Vermelha / Crescente Vermelho e valores humanitários?			
8	Você acha que os sete Princípios Fundamentais da Cruz Vermelha / Crescente Vermelho são bem conhecidos em sua comunidade?			

9	Você está familiarizado com as regras relacionadas ao uso adequado dos emblemas da Cruz Vermelha / Crescente Vermelho?			
10	Você sente que a função protetora dos emblemas do Movimento é amplamente conhecida e compreendida em sua comunidade?			
11	Você conhece os procedimentos de operação padrão de sua SN?			
	Comportamento Individual	Sim	Um pouco	Não
1	As situações mencionadas acima poderiam afetar sua vida/rotina diária?			
2	Você se sente inseguro como resultado de sua participação nessa atividade em campo da Cruz Vermelha / Crescente Vermelho?			
3	Você é identificável como um voluntário da Cruz Vermelha / Crescente Vermelho? (Roupas da Cruz Vermelha / Crescente Vermelho, ID com foto, boné com o emblema, etc.)			
4	Essas situações poderiam afetar sua família, parentes e amigos próximos?			
5	Elas poderiam afetar sua saúde e sua condição física?			
6	Elas poderiam afetar sua comunicação com outros?			
7	Elas poderiam fazer você se sentir assustado, tenso e com medo?			
8	Elas poderiam afetar a segurança da sua casa/ apartamento?			
9	Você tem seguro para cobrir acidentes e doenças? Está válido? Você sabe a cobertura e as exceções?			

N°	Sabendo o que fazer	Não	Um pouco	Sim
1	Você sabe como lidar com potenciais questões de segurança?			
2	Você sabe lidar com o estresse?			
3	Você sabe prestar os primeiros socorros no caso de acidentes ou doença?			
4	Sua filial tem um plano de segurança para voluntários?			
5	Você sabe a quem contatar para questões de segurança? Você conhece o ponto focal de segurança em sua filial local ou sedes da SN?			
6	Você sabe os procedimentos para relatar incidentes?			

Recomendações com base nos resultados da auto avaliação do fique seguro:

Conhecimento: se você não marcou nenhuma ou um pouco mais de três vezes, você precisa melhorar sua conscientização e discutir essas questões com sua comunidade.

Comportamento: se você marcou sim ou um pouco mais de três vezes, você tem de aprender como lidar com essas situações.

Sabendo o que fazer: se você não marcou nenhuma ou um pouco mais de três vezes, você deve solicitar aconselhamento de segurança na sua filial em nas sedes da sua Sociedade Nacional.

Anexo II: Documentos de Referência

- Princípios Fundamentais da Cruz Vermelha / Crescente Vermelho.
- Política de Voluntariado e Política de Juventude adotadas em novembro de 2011.
- Cursos de treinamento de segurança de aprendizagem eletrônica da Federação Internacional: curso básico e curso para gestores.
- Manuais de segurança da Federação Internacional: Fique Segure – manual da Federação Internacional para uma missão mais segura e Fique Seguro – manual da Federação Internacional para gestores de segurança.
- Ficando Vivo – orientações de segurança do CICV
- Estrutura de Acesso Mais Seguro
- Código de Conduta da Federação Internacional e o Código de Conduta da Sociedade Nacional (altamente recomendados)
- Cursos de aprendizagem eletrônica na plataforma da Federação Internacional https://ifrc.csod.com/client/ifrc/default.aspx
- Regras de Segurança Global da Federação Internacional
- Folheto Gerenciando o estresse no campo, FICV
- Normas Mínimas Comuns para Mão de obra Voluntária para Resposta de Emergência e Recuperação Precoce, FICV
- Guia de implementação para saúde de base comunitária e primeiros socorros em ação, FICV
- Normas Mínimas para Kit de Proteção da Saúde do Voluntário, FICV
- Controle de epidemia para voluntários, ferramentas de ação e manual de treinamento, FICV
- O que você precisa saber para se manter saudável quando em missão, FICV “Voluntários em Emergências”
- Kit de ferramenta para Sociedades Nacionais em questões legais relacionadas ao voluntariado.


Primeiros Socorros Brasil
A capacidade de salvar vidas em suas mãos.
Disponivel para
e
CRUZ VERMELHA BRASILEIRA

CRUZ VERMELHA
BRASILEIRA

PRINCÍPIOS FUNDAMENTAIS

Adotados unanimamente pela XX Conferência Internacional da Cruz Vermelha,
Viena - Outubro 1965

HUMANIDADE: A Cruz Vermelha, nascida da preocupação de prestar socorro, indistintamente, aos feridos nos campos de batalha, esforça-se, no âmbito internacional e nacional, em evitar e aliviar o sofrimento humano sob quaisquer circunstâncias. Procura não só proteger a vida e a saúde, como também fazer respeitar o ser humano. Promove a compreensão mútua, a amizade, a cooperação e a paz duradoura entre todos os povos.

IMPARCIALIDADE: A Cruz Vermelha não faz nenhuma discriminação de nacionalidade, raça, religião, condição social ou opinião política. Procura apenas minorar o sofrimento humano, dando prioridade aos casos mais urgentes de infortúnio.

NEUTRALIDADE: A fim de merecer a confiança de todos, a Cruz Vermelha se abstém de tomar partido em hostilidades ou de participar, em qualquer tempo, de controvérsias de natureza política, racial, religiosa ou ideológica.

INDEPENDÊNCIA: A Cruz Vermelha é independente. As Sociedades Nacionais, auxiliares dos poderes públicos em suas atividades humanitárias, sujeitas às leis que regem seus respectivos países, devem, no entanto, manter sua autonomia, a fim de poderem agir sempre de acordo com os Princípios Fundamentais da Cruz Vermelha.

VOLUNTARIADO: A Cruz Vermelha é uma Instituição voluntária de Socorros sem nenhuma finalidade lucrativa

UNIDADE: Só pode existir uma Sociedade de Cruz Vermelha em cada país. Ela está aberta a todos e exerce sua ação humanitária em todo território do mesmo.

UNIVERSALIDADE: A Cruz Vermelha é uma instituição mundial, na qual todas as Sociedades têm iguais direitos e dividem iguais responsabilidades e deveres, ajudando-se mutuamente.

/CruzVermelhaBrasileira.OrgaoCentral
@cvborgaocentral
/CruzVermelhaBrasileira
www.cruzvermelha.org.br

CRUZ VERMELHA BRASILEIRA
Praça Cruz Vermelha 10/12
CENTRO - RIO DE JANEIRO
(21) 2507-3392