

DESASTRE ALÍVIO

ASSISTÊNCIA AOS POBRES



P·E·A·C·E

Desastre Alívio

Rev. 20201215 (v1.0)

Copyright © 2019 Saddleback Church, The PEACE Plan, 1 Saddleback Parkway, Lake Forest, CA 92630 USA and The Chalmers Center, 507 McFarland Road, Suite B, Lookout Mountain, GA 30750 USA
thepeaceplan.com
chalmers.org

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte desta publicação pode ser reproduzida ou distribuída de qualquer forma ou por qualquer meio, ou armazenada em um banco de dados ou sistema de recuperação, sem a permissão prévia por escrito do autor.



As citações da escritura mencionadas NIV são tiradas da Bíblia Sagrada, New International Version®, NIV®. Copyright © 1973, 1978, 1984, 2011 pela Bíblica, Inc. ™ Usado com permissão da Zondervan. Todos os direitos reservados no mundo inteiro. www.zondervan.com "NIV" e "New International Version" são marcas registradas no Escritório de Marcas e Patentes dos Estados Unidos pela Bíblica, Inc. ™

As citações das escrituras mencionadas como ESV são tiradas da Bíblia Sagrada, English Standard Version.® Copyright © 2001 by Crossway, um ministério de publicações da Good News Publishers. Todos os direitos reservados.

As citações bíblicas mencionadas NASB são extraídas da New American Standard Bible®. Copyright © 1960, 1962, 1963, 1968, 1971, 1972, 1973, 1975, 1977, 1995 pela The Lockman Foundation. Usado com permissão. www.Lockman.org.

Boas-vindas



Olá, amigos!

Eu quero agradecê-los pessoalmente por comparecerem a esta sessão de treinamento sobre a Redução de pobreza PEACE. Estou muito feliz por vocês estarem aqui e estejam pensando em implementar estes conceitos-chave na igreja de vocês!

Desejo que a sua vida e a sua igreja sejam abençoadas por Deus, pois trabalhamos juntos para fazer o inimaginável. Juntos, vamos nos importar com o que Deus se importa mais, que são os seus filhos perdidos sendo encontrados, se preocupando com os “pequenos” e o crescimento de sua igreja; tornando-se mais acolhedores através da comunhão, mais intensos no discipulado, mais abrangentes através do ministério, e se estendendo por todo o mundo através do evangelismo. É isso que Deus quer.

Na Saddleback Church, nos concentramos os nossos esforços de evangelização para fazer as cinco coisas que Jesus fez durante o seu tempo de ministério na terra e que nós chamamos de PEACE. É nosso desejo não só fazer o que Jesus fez, mas também nos concentrarmos em capacitar as igrejas em todo o mundo para que façam o mesmo.

Prepare-se para que Deus possa usar as pessoas comuns na sua igreja de maneiras extraordinárias!

Estou muito feliz por vocês estarem aqui na linha de frente desta emocionante e transformadora aventura mundial.

Pastor Rick Warren

Rick Warren

Índice

Aula 1—Forme a Sua Equipe: Desenvolva a Equipe de Liderança Para a Sua Igreja

Introdução	9
Missão.....	9
Valores.....	9
Estratégias	9
Atributos de um Líder do Ministério em Atenção às Catástrofes	10
Responsabilidades de um Líder do ministério em Atenção às Catástrofes.....	11
Antes de uma Catástrofe.....	11
Pós-catástrofe e a Mobilização Necessária.....	13
Pós-mobilização	14

Aula 2—Preparação Pessoal e Familiar Contra as Catástrofes

Preparação Pessoal e Familiar da Igreja Saddleback Contra as Catástrofes	19
Introdução.....	19
Planejamento Contra Catástrofes	21
Antes de uma Catástrofe – Esteja Preparado	21
Contatos de Emergência e Fora da Área	22
Abrigo de Emergência	24
Preservação de Documentos Importantes.....	25
Inspeção da Sua Casa Quanto aos Perigos.....	26

Kit Familiar Contra Catástrofes	27
Armazenamento do Kit Familiar Contra Catástrofes	31
Kit de Emergência Para os Veículos.....	32
Kit de Emergência Para o Trabalho, Escola e Viagem Pessoal ...	34
Teste Do Seu Kit e Seu Plano	35
Checklist do Plano Familiar Contra Catástrofes.....	36
Se Você Faz Parte de um Grupo de Estudo Bíblico, Planeje com Seu Grupo	37
Busca de Treinamento Adicional de Emergência/Catástrofe	38
Desligamento dos Serviços Públicos.....	38
Como Desligar a Eletricidade, Gás e Água em Uma Emergência	39
Instruções Detalhadas Sobre o Desligamento dos Serviços Públicos	40
Como Purificar a Água em uma Emergência	42
Segurança Contra Incêndios.....	44
Preparação Antes de Um Incêndio	44
Como Usar Corretamente Um Extintor de Incêndio.....	49
Segurança Contra Terremotos	51
Emergências Químicas—Abrigo no Local.....	53
Quando Acontecer uma Catástrofe	54
Ajudando os Adultos a Enfrentar	55
Ajudando as Crianças a Enfrentar	56
Conclusão.....	58

Aula 3—Preparação das Equipes em Atenção às Catástrofes

Orientação de Assistência da Saddleback.....	59
Como a Saddleback Soletra RELIEF	61
Saddleback RELIEF - Guia em Resposta às Catástrofes	63
Como Prestar os Primeiros Socorros Espirituais	68

Resposta Específica a Cada Idade em uma Catástrofe.....	71
Como Confio em Deus (adoro) Depois de uma Perda?	71
Saddleback RELIEF - Diretrizes Éticas	75
Saddleback RELIEF - Diretrizes de Segurança	77
Saddleback RELIEF - Diretrizes de Condução Segura.....	79
Saddleback RELIEF - Lista de Bagagem Individual (AMOSTRA).....	80
Saddleback RELIEF - Procedimentos de Emergência	81
Pós-cuidados.....	84
Saddleback RELIEF - Pacto de Viagem	89
Saddleback RELIEF - Escrituras	91
Próximos Passos	92
Lições Aprendidas com o Furacão Katrina	93

Aula 5—Preparação Contra Catástrofes Naturais

Introdução	96
Furacão	96
Inundações	97
Questões para Discussão	99
Terremoto	99
Questões para Discussão	100
Incêndio/Remoção de cinzas.....	101
Questões para Discussão	102
Tornados.....	102
Questões para Discussão	102
Observações finais	102

Aula 1—Forme a Sua Equipe: Desenvolva a Equipe de Liderança Para a Sua Igreja

Introdução

Missão

- Auxiliar as pessoas, o pessoal da igreja e os líderes ministeriais na preparação contra catástrofes
- Auxiliar as pessoas afetadas por catástrofes com o carinho compassivo e amor de Jesus Cristo que conforta os que sofrem e dá esperança aos desesperados
 - Muito do que fazemos não é necessariamente apenas o trabalho físico, mas nos aproximamos dos sobreviventes da catástrofe, nos sentamos com eles e os ajudamos a tentar se recuperar emocionalmente do que sofreram.

Valores

- Estarmos preparados para que tenhamos a capacidade de ajudar as outras pessoas afetadas por catástrofes
- Compartilhar o amor, a misericórdia e a graça de Cristo com as pessoas afetadas por uma catástrofe, atendendo às necessidades físicas, emocionais e espirituais
- Honrar e edificar a igreja local
- Trabalhar em colaboração com a igreja, empresas, governos e ONGs
- Liderar com assistência, NÃO soluções, com relacionamentos, NÃO dependência

Estratégias

- Estabelecer um plano contra catástrofes para a igreja
- Treinar os líderes de pequenos grupos para ensinar o planejamento contra catástrofes aos seus grupos

- Associar-se às igrejas locais e apoiar os pastores locais
 - Trabalhar em rede com outras igrejas quando se trata de servir. Sempre é melhor nos unirmos.
- Associar-se às organizações cristãs para assistência em catástrofes
 - Muitas vezes esta é uma boa maneira de levar as ferramentas necessárias para uma área de catástrofe. Geralmente, os equipamentos necessários para um trabalho específico não serão transportados para o local da catástrofe. Por exemplo, você não recebe a permissão das companhias aéreas para acondicionar motosserras em aviões. Portanto, muitas vezes é necessário se associar com uma organização que está na região que tenha as motosserras ou que já as trouxe.

Atributos de um Líder do Ministério em Atenção às Catástrofes

1. Atitude mental, social e espiritual positiva
2. Disposição para servir
3. Ter experiência anterior em atenção às catástrofes
 - a. Às vezes, ao iniciar um ministério de assistência em catástrofes, pode não ser possível encontrar alguém com esse tipo de experiência. Nesses casos, é bom nomear um novato. Não é o ideal, mas pode dar certo.
4. Compaixão
 - a. Lembre-se de que o líder se reunirá constantemente com pessoas que acabaram de enfrentar catástrofes e precisam de compaixão.
5. Qualidade natural de liderança—alguém que inspire outras pessoas a seguir
6. Organizado e detalhista
7. Capaz de formar e cultivar relacionamentos de parceria com outras organizações
8. Bom orador em público
9. Capaz de facilitar a comunicação entre os grupos e os indivíduos
10. Solucionador de problemas
 - a. Mesmo o melhor dos planos terá que mudar no campo. Este líder terá que estar preparado para avaliar um problema e modificar o plano adequadamente no momento oportuno.
11. Flexível

12. Fisicamente apto

13. Raciocinar rapidamente, priorizar as tarefas e criar um plano de ação

14. Incentivar todos os membros da equipe

A lista acima não é exaustiva de forma alguma, mas um socorrista em exercício/ aposentado ou alguém que trabalhe com organizações sem fins lucrativos pode ter muitos dos itens acima.

Responsabilidades de um Líder do Ministério em Atenção às Catástrofes

Antes de uma Catástrofe

1. Trabalhar com o pastor da igreja para delinear o escopo de uma futura resposta de assistência.

a. Discutir os eventos de catástrofe que possam justificar a resposta em sua área (nem todas as catástrofes ocorrem em todas as regiões – terremotos, tornados, tempestades de gelo, furacões etc., geralmente são limitadas a determinadas regiões geográficas).

b. Estabelecer critérios de resposta – limitados por quais parâmetros: proximidade, apenas igrejas parceiras etc.

i. Caso sejam apenas igrejas específicas—estabelecer uma lista de quais igrejas

1. Você só quer auxiliar igrejas estabelecidas? Talvez só por um tempo quando você começar?

ii. Iniciar uma rede de comunicação com as igrejas-alvo

1. Com antecedência, você precisa criar comunicação aberta com as igrejas parceiras. Dessa forma, quando algo acontecer, você não estará se apresentando à situação.

iii. Comece a esboçar a política da igreja sobre a assistência às igrejas que não pertencem à rede (porque quando ocorrer uma catástrofe, isso acontecerá)

1. As catástrofes afetam a todos, sejam eles crentes ou não. Pense em quem você pode ministrar.

c. Delinear procedimentos de avaliação e cronogramas para tratar de questões logísticas, segurança, transporte, moradia, alimentação etc. da equipe.

- i. No que diz respeito às acomodações, tente evitar que os sobreviventes fiquem em locais como hotéis e motéis. Às vezes, ficar em um desses locais será inevitável e, se assim for, não há problema.
 - d. Estabelecer uma equipe de avaliação
 - e. Discutir e documentar a política financeira da igreja e como ela se relaciona com a resposta às catástrofes
 - i. Para quem a igreja pode pagar por despesas? Líderes? Voluntários? As respostas variam para cada igreja.
 - f. Fazer um inventário dos recursos da igreja que podem ser utilizados para a resposta às catástrofes
 - g. Seguro para a equipe
 - i. Nota: As respostas nacionais e internacionais às catástrofes podem ser diferentes na sua igreja.
2. Pedir ajuda para as organizações regionais de resposta às catástrofes e desenvolver um relacionamento com elas e que apoio logístico elas podem oferecer a uma equipe em caso de catástrofe.
3. Identificar os líderes de equipe dentro da igreja (os atributos e responsabilidades de um líder de equipe devem ser seguidos).
4. Treinar os líderes de equipe sobre como implantar uma equipe para fornecer apoio emocional, físico e espiritual, incluindo o treinamento de segurança pessoal, consciência situacional e o uso de equipamentos básicos (escadas, martelos, equipamentos de proteção).
5. Treinamento básico em psicologia de catástrofes e habilidades básicas de escuta.
6. Fornecer aos líderes de equipe as políticas e procedimentos da igreja relacionados a todos os aspectos da resposta às catástrofes (teológicos, práticos, financeiros, organizacionais, organização de viagens etc.)
7. Estabelecer uma rede de comunicação dentro da igreja através dos líderes de pequenos grupos
 - a. As mídias sociais e e-mails podem ser ferramentas úteis para isso.
8. Orientar sobre a resposta às catástrofes para possíveis membros da equipe
9. Estabelecer um protocolo de avaliação pós-mobilização e formular a estratégia para auxiliar os membros da equipe que possam ter dificuldade.
 - a. Isso é essencial porque, durante as viagens de resposta, os membros da equipe costumam ver ou ter experiências traumáticas. Alguns membros da equipe terão dificuldade em lidar com essas experiências ao voltar para suas casas e precisarão de atenção ministerial.

Pós-Catástrofe e a Mobilização Necessária

1. Peça ajuda a lista previamente estabelecida de igrejas especificadas acima mencionadas. Todo o nosso trabalho de assistência é realizado por e através da nossa rede de pequenos grupos, facilitando a mobilização rápida de uma grande força voluntária. “Estejam preparados para toda a boa obra” (Tito 3:1b, NVI).
2. Envolva as igrejas locais como centros de assistência.
 - a. As congregações locais são as melhores bases, pois
 - i. Elas já estão no local
 - ii. Elas conhecem e são confiáveis pela comunidade
 - iii. Elas têm voluntários no local
 - iv. O serviço compassivo faz parte de sua missão
 - v. Elas fazem parte de uma rede existente
 - vi. Elas permanecerão após a saída das equipes de assistência
 - b. “E sobre esta pedra edificarei a minha igreja, e as portas do inferno não prevalecerão contra ela” (Mateus 16:18, NIV).
3. Vínculo com parceiros públicos e privados
 - a. O governo fornecerá os serviços de evacuação e resgate, as empresas fornecerão a experiência e o capital, e a igreja fornecerá as pessoas, os centros de distribuição e os cuidados de longo prazo. É necessário que os 3 grupos trabalhem em conjunto. “Melhor é serem dois do que um, porque têm melhor paga do seu trabalho” (Eclesiastes 4:9).
4. Incluir apoio físico, emocional e espiritual
 - a. As igrejas fornecem o apoio pessoal que o governo não pode.
 - i. Andar ao lado de pessoas em sofrimento e ouvir o que acabaram de passar é muito benéfico para as pessoas. Pode parecer simples demais, mas ouvir os sobreviventes é necessário e eficaz quando eles passam por um trauma.
 - b. “Levanta o pobre do pó, e desde o monturo exalta o necessitado, para o fazer assentar entre os príncipes, para o fazer herdar o trono de glória” (1Sm. 2:8, Mes.).
 - i. Esse é o objetivo. Independentemente de quão pequeno você possa se sentir, a sua tarefa é necessária.
5. Capacitar os sobreviventes a se ajudarem
 - a. As pessoas se recuperam mais rapidamente quando se ajudam na sua própria recuperação. Tratamos as pessoas como iguais. “Honrai a todos” (1Pe 2:17, NCV).

6. Financiar o que é negligenciado

- a. As nossas ofertas de assistência são usadas para as necessidades estratégicas que normalmente passam despercebidas.
 - i. Geralmente, a Saddleback envia fundos às igrejas locais, que os distribuem onde são necessários.
- b. "Porque a administração deste serviço, não só supre as necessidades dos santos, mas também é abundante em muitas graças, que se dão a Deus" (2Co. 9:12, LB).

7. Se uma igreja que não está na sua rede estabelecida pedir ajuda, após uma discussão prévia com o pastor da igreja, conforme citado acima, formule um plano de resposta às catástrofes.

Pós-Mobilização

1. Encontre-se com os líderes de equipe para discutir os detalhes da mobilização, incluindo:

- a. Pessoal que respondeu
- b. Trabalho executado
- c. Parcerias no campo—com quem e como eles trabalharam?
 - i. Mais uma vez, isso está sujeito a alterações entre as etapas de planejamento e a resposta real em campo. As equipes de assistência podem constatar que o grupo com o qual planejaram fazer a parceria não é realmente o melhor para o que é necessário no momento.
- d. Dificuldades logísticas
- e. Sugestões para a próxima mobilização

2. Escreva um relatório pós-mobilização com as questões/sugestões para a próxima mobilização a ser enviado à liderança da igreja.

- a. Não precisa ser necessariamente um relatório formal. Pode ser um e-mail informando as informações acima.

Atributos de um Líder de Equipe em Atenção às Catástrofes

1. Atitude mental, social e espiritual positiva
2. Capaz de tomar direção
3. Organizado com boa atenção aos detalhes

4. Bom comunicador

a. Isso é fundamental, uma vez que o líder de equipe é a pessoa encarregada por transmitir as informações de volta à igreja.

5. Adepto na resolução de problemas em tempo real

6. Capaz de se comunicar com clareza e facilitar a comunicação entre indivíduos

7. Flexível

8. Pode priorizar tarefas, formular um plano de ação

Responsabilidades de um Líder de Equipe em Atenção às Catástrofes

Antes de uma Catástrofe

1. Ter sido identificado pelo líder do ministério e ter concluído uma ou mais mobilizações de resposta às catástrofes (ou outros requisitos, conforme estabelecido pelo líder do ministério)
2. Ter concluído todo o treinamento, conforme estabelecido pelo líder do ministério em atenção às catástrofes, incluindo, mas não limitado a:
 - a. Orientação sobre catástrofes
 - b. Treinamento de segurança
 - c. Psicologia do treinamento de catástrofes
 - d. Treinamento sobre as políticas e procedimentos financeiros
 - e. Quaisquer outros treinamentos/requisitos especializados, conforme estabelecido pelo líder do ministério
3. Ter sido informado pelo líder do ministério sobre os recursos disponíveis para resposta às catástrofes.
4. Começar a oferecer ajuda à congregação da igreja para coletar os nomes das pessoas interessadas na resposta às catástrofes por qualquer meio que a igreja considerar apropriado – mídias sociais, e-mails, telefonemas etc.

Pós-Catástrofe e a Mobilização Necessária

1. Ajudar os possíveis membros da equipe e/ou líderes de pequenos grupos a formarem a equipe.
 - a. Verificar as restrições alimentares dos membros da equipe e os instruir a tomar as providências necessárias. No campo, a variedade de alimentos será limitada. Portanto, as pessoas com dietas especiais precisarão se planejar com antecedência e fornecer a sua própria comida.
2. Trabalhar com o líder do ministério/líder de avaliação para formular um plano de resposta.
3. Contatar outras organizações de resposta às catástrofes com as quais a sua igreja tem um relacionamento.

4. Em conjunto com o líder do ministério, formular uma resposta que inclua as contraprestações financeiras, logística, viagens, transporte, alimentação, disponibilidade de EPI (Equipamento de Proteção Individual) e uma ideia geral do tipo de trabalho a ser executado.

a. Isso precisa incluir todos os custos potenciais (viagens, alimentação, hospedagem etc.) e um plano B para os custos inesperados. Caso a igreja não consiga arcar com os custos inesperados, é recomendável que você informe aos membros da sua equipe antes da partida que, caso ocorram despesas imprevistas, eles podem ser obrigados a cobrir algumas das despesas.

5. Verificar se os membros da equipe concluíram a orientação sobre catástrofes.

6. Compilar uma lista de suprimentos que os membros da equipe precisarão trazer com eles na mobilização (incluindo receitas médicas, capa de chuva, EPI etc.).

7. Cumprir todas as políticas e procedimentos da igreja com relação a questões financeiras, organização de viagens, seguros, dados demográficos de pessoal (por exemplo, homens e mulheres podem viajar juntos?).

a. Considerar o que fazer na eventualidade de um membro da equipe se tornar inadequado para o serviço e precisar ser enviado para casa.

8. Comunicar-se de forma clara e frequente com os membros e o líder do ministério sobre todos os detalhes da organização da mobilização, incluindo:

a. Requisitos de viagem – CDL, passaporte requerido

b. Condições de sono

9. Viajar com a equipe o tempo todo e monitorar a segurança e a saúde de todos os membros da equipe.

10. Realizar devoções diárias.

11. Realizar reuniões/briefings diários com a equipe sobre situações de rápida mudança.

a. Isso é essencial, pois os líderes e os membros de equipe precisam conversar sobre as suas experiências para processá-las de maneira saudável. A pior coisa que eles podem fazer é “ocultar”, porque isso os impedirá de se curarem emocionalmente.

12. Garantir que comida, água e EPI suficientes estejam disponíveis para todos os membros da equipe durante a mobilização.

13. Estar ciente das regras rodoviárias na região em que você está indo fornecer assistência.

Pós-Mobilização

1. Devolva todos os recursos emprestados à sua igreja.
2. Cumpra todas as políticas da igreja em relação aos procedimentos financeiros/monetários.
3. Encontre-se com o líder do ministério para discutir os eventos positivos/negativos durante a mobilização e escreva um breve parágrafo descrevendo a viagem no geral e as sugestões para a próxima mobilização.
4. Entre em contato com os membros da equipe duas semanas após a mobilização para discutir sobre as dificuldades em voltar à rotina normal. Forneça os recursos aos membros da equipe, conforme necessário e definido pelo líder do ministério.

Aula 2—Preparação Pessoal e Familiar Contra as Catástrofes

Preparação pessoal e familiar da igreja Saddleback contra as catástrofes

Introdução

O nosso objetivo é ajudar as famílias a se prepararem e desenvolverem um plano de sobrevivência após a ocorrência de catástrofes e ministrar aos outros.

Uma **catástrofe** é definida como qualquer coisa que cause sofrimento humano ou crie necessidades humanas que o sobrevivente ou a sua comunidade não possa aliviar.

Atualmente, mais pessoas vivem em áreas propensas a catástrofes do que em qualquer outro momento na história. As nossas populações estão crescendo e as pessoas vivem cada vez mais próximas. Mesmo as emergências relativamente menores podem se tornar desastrosas se você e a sua família não estiverem preparados. É por isso que estamos incentivando as pessoas a se prepararem, e também as suas famílias, seus pequenos grupos e os seus bairros para uma emergência ou uma catástrofe.

No caso de uma grande emergência ou uma catástrofe, pode levar alguns dias ou, pior ainda, algumas semanas para que o socorro chegue até a sua família. Os serviços de emergência, bombeiros, polícia e os serviços da cidade e do condado serão afetados durante uma grande emergência ou catástrofe e muitas vezes não estarão disponíveis para as chamadas de emergência de rotina por vários dias. Os socorristas devem priorizar as suas respostas aos incidentes que afetam o maior potencial de perda de vidas e danos às propriedades. Portanto, é importante que você prepare a sua família para sobreviver no caso de uma catástrofe impactar a sua comunidade. As famílias são incentivadas a desenvolver um plano e montar um kit contra catástrofes para garantir a sobrevivência até a chegada da assistência.

A verdadeira catástrofe começa quando um terremoto ou o evento que causou a catástrofe terminou. É quando você tem que lidar com a devastação e a destruição que restou. Estar preparado o ajudará a passar pelo evento e no caminho da

recuperação mais rápida e com menos estresse. Sem um plano, você será forçado a tomar decisões e possivelmente gastará recursos financeiros sem a vantagem de poder pesquisá-las. Não deixe o estresse de uma emergência ditar as decisões ruins que poderiam ser eliminadas ou reduzidas se você tivesse planejado previamente. Você também se sentirá consumido em lidar com seus problemas e não estará disponível para ajudar outras pessoas que possam realmente estar em maior necessidade.

Sabemos que o Grande Mandamento não é opcional, mas um “mandamento”. Somos ordenados a **AMAR** uns aos outros. Também sabemos que a Bíblia nos instrui a alimentar os pobres e cuidar das crianças e órfãos. Precisamos estar preparados para estarmos disponíveis a Deus, mesmo nos tempos de dificuldade. As catástrofes propiciam uma oportunidade de mostrar o amor de Cristo e ajudar a carregar os fardos dos seus vizinhos

O Grande Mandamento: Mateus 22: 37-39

E Jesus disse-lhe: “Amarás o Senhor teu Deus de todo o teu coração, e de toda a tua alma, e de todo o teu pensamento.” Este é o primeiro e grande mandamento. E o segundo, semelhante a este, é: “Amarás o teu próximo como a ti mesmo.”

Romanos 15:1

Mas nós, que somos fortes, devemos suportar as fraquezas dos fracos, e não agradar a nós mesmos.

Gálatas 6:2-5

Levai as cargas uns dos outros, e assim cumprireis a lei de Cristo. Porque, se alguém cuida ser alguma coisa, não sendo nada, engana-se a si mesmo. Mas prove cada um a sua própria obra, e terá glória só em si mesmo, e não noutro. Porque cada qual levará a sua própria carga.

Gálatas 6:7-10

Não erreis: Deus não se deixa escarnecer; porque tudo o que o homem semear, isso também ceifaré. Porque o que semeia na sua carne, da carne ceifaré a corrupção; mas o que semeia no Espírito, do Espírito ceifaré a vida eterna. E não nos cansemos de fazer bem, porque a seu tempo ceifaremos, se não houvermos desfalecido. Então, enquanto temos tempo, façamos bem a todos, mas principalmente aos domésticos da fé.

Efésios 3:20

Ora, àquele que é poderoso para fazer tudo muito mais abundantemente além daquilo que pedimos ou pensamos, segundo o poder que em nós opera.

Sabemos que não estamos imunes a nenhuma catástrofe e é nossa responsabilidade estarmos preparados e garantirmos que a nossa família esteja preparada. O objetivo deste manual é ajudá-lo a se preparar para uma catástrofe da maneira mais simples possível.

Planejamento Contra Catástrofes

Antes de uma Catástrofe – Esteja Preparado

Desenvolvendo um Plano Familiar Contra Catástrofes

O primeiro passo no desenvolvimento de um plano familiar contra catástrofes é identificar os riscos de catástrofes que podem afetar a sua comunidade. Os exemplos são derramamentos químicos, terremotos, incêndios, inundações, furacões, falta de energia, atos de terrorismo, tornados, acidentes de transporte, neve/gelo etc. Dedique um tempo para educar a sua família sobre as catástrofes que podem acontecer na sua comunidade ou na sua família. O objetivo não é assustar os membros da família, mas ajudá-los a identificar as possibilidades e desenvolver uma resposta apropriada.

Depois de identificar os riscos de catástrofes, determine as necessidades da sua família, caso ocorra tal evento. Uma lista deve ser **criada “pela” sua família “para” a sua família**, para que sejam consideradas quaisquer necessidades e desejos especiais de sua família. Essa lista deve abranger o que seria necessário para sobreviver de três a cinco dias no caso de uma catástrofe. Dedique um tempo para escrever o seu plano familiar contra catástrofes no papel para que ninguém se esqueça. Em seguida, pratique o seu plano e o revise ao menos uma vez por ano.

Tenha um Plano Familiar para Evacuação e Comunicação

Discuta com a sua família e especialmente com os seus filhos o que fazer se a família se separar. Há uma boa chance de a família estar separada no momento de uma catástrofe — trabalho, escola, esportes etc. Não deixe isso ao acaso, planeje e saiba o que fazer. Tenha um ponto de encontro e um plano de comunicação estabelecido. Discuta não apenas onde a sua família pode se encontrar, mas como vocês podem se comunicar. Lembre-se, os celulares podem não estar funcionando, então discuta alternativas. Considere um contato fora da área e possíveis cartões telefônicos para todos os membros da sua família. Você pode criar facilmente um cartão de comunicação de emergência que cada pessoa pode carregar com os nomes e números de telefone listados em prioridade, bem como os locais de encontro pré-estabelecidos.

Contatos de emergência e fora de área

A sua família deve identificar uma pessoa de contato fora da área ou fora do estado. Um membro da família ou amigo identificado como pessoa de contato pode se tornar a única pessoa que pode fornecer informações sobre o paradeiro e o status dos membros da família, especialmente se você se separar. Esse também é um bom papel para os membros do seu pequeno grupo.

Faça Cartões de Contato de Emergência para os Familiares

1. Faça os cartões juntos
 - a. Você pode criar cartões específicos para cada membro da família
 - b. Seja criativo e inclua as informações que considera úteis
 - i. Todos os números de celular dos familiares
 - ii. Números de telefone de amigos próximos, parentes e membros dos pequenos grupos
 - iii. Contatos fora da área
 - iv. Nomes, endereços, números de telefone, endereços de e-mail e informações das quais a sua família precisa em caso de uma catástrofe

2. Imprima cartões em papel comum e os verifique.
 - a. Faça uma pequena encenação com os cartões, tipo mini exercícios de emergência
 - b. Certifique-se de que são as informações que você deseja – Seja preciso!
3. Você pode levar os cartões até uma loja de material de escritório para plastificá-los.
 - a. Considere o que você quer na sua carteira
 - b. Tenha alguns cartões plastificados tipo etiquetas de bagagem que podem ser amarrados no zíper de uma mochila ou no kit de emergência do seu veículo
 - c. Dois cartões plastificados consecutivos podem fornecer mais informações
4. Certifique-se de que cada membro da família tenha um cartão de contato de emergência
 - a. Na sua carteira ou bolsa, amarrado na mochila escolar do seu filho
5. Mantenha os cartões de contato de emergência atualizados
 - a. Manter as informações em seu computador facilitará a atualização de seus cartões de contato e do plano de emergência.
6. Insira as informações de contato de emergência em seus celulares também.

Abrigo de Emergência

Deve-se considerar cuidadosamente o acolhimento de sua família durante uma catástrofe. Essa decisão dependerá do tamanho e da natureza da catástrofe.

1. A sua casa está danificada? Até que ponto?
2. Você precisa evacuar o bairro?
3. Você pode viajar para outra região?
4. Você tem serviços públicos?
5. Você pode permanecer na sua casa em SEGURANÇA?

Outras opções para a sua família são os abrigos públicos patrocinados pela Cruz Vermelha Americana ou por sua igreja. Esteja preparado para levar roupas, medicamentos, cobertores, sacos de dormir e itens para entreter os familiares.

Se você precisar evacuar a área, use rotas que foram identificadas no seu plano familiar contra catástrofes. Conheça o local pré-determinado para o qual a sua família deve evacuar. Obtenha vários mapas locais e marque ou realce seus locais e rotas pré-determinados. Coloque uma cópia deste mapa no seu kit da família e no seu kit veicular e revise-o regularmente.

Se a sua família possui um trailer ou barraca, você pode usá-los para abrigar a sua família até que a evacuação seja possível ou até que a ajuda externa chegue. Se necessário, a sua família pode usar uma van ou automóvel como abrigo até que melhores acomodações estejam disponíveis. Não opere o motor com você ou a sua família sentados dentro do veículo. Os perigos do envenenamento por monóxido de carbono são grandes demais para permitir que o veículo seja ligado com a sua família dentro.

Nunca opere um gerador em ambientes fechados ou onde não haja ventilação suficiente. Sempre siga as instruções do fabricante e as práticas de segurança reconhecidas. Nunca use um aquecedor, churrasqueira ou fogão com chama aberta sem ventilação no interior. Todos os dispositivos de chama aberta emitem monóxido de carbono MORTAL.

Talvez você não precise sair de casa por causa de uma catástrofe. A mudança seria necessária apenas devido a grandes danos à sua casa ou quando solicitado a evacuar devido a alguma outra ameaça. É uma boa ideia ter ferramentas de reparo doméstico e peças de reposição disponíveis e acessíveis após uma emergência. Isso pode poupar

muito sofrimento e tornar o seu tempo após uma catástrofe um pouco mais confortável. Se você puder, considere ter uma escada para chegar ao seu telhado e várias lonas grossas de plástico para fazer reparos temporários em um telhado danificado ou com vazamentos após uma catástrofe, caso uma pessoa que conserta telhados não esteja disponível. Se você tiver um telhado de telhas ou telhas de concreto, pode ser muito perigoso realizar os reparos temporários. Você também pode usar as lonas de plástico dentro de sua casa para desviar o vazamento de água e cobrir os móveis para evitar mais danos.

Preservação de Documentos Importantes

Após uma catástrofe ou emergência prejudicial, você precisará de documentos e informações pessoais vitais para as reivindicações de seguro, empréstimos para catástrofes e outros assuntos. Mantenha os seguintes itens e documentos em uma caixa à prova de fogo/água, em um cofre ou em outro local seguro. Faça uma lista desses itens e a sua localização para saber onde eles estão em um momento de estresse. Tire fotos digitais dos seus objetos de valor e de cada cômodo da sua casa. Isso pode ser muito útil para documentar a perda a partir de um incêndio, terremoto, inundação ou até mesmo uma invasão. Você pode fazer cópias ou digitalizar esses documentos e mantê-los em um local remoto seguro e em um dispositivo de memória flash ou disco rígido portátil. Lembre-se: faça o backup do seu computador regularmente. Alguns dos itens listados abaixo talvez você não queira manter no disco rígido do seu computador devido à identificação de roubo sem proteção adequada. Se precisar evacuar, leve esses itens importantes com você e mantenha-os protegidos:

1. Cartões de previdência social
2. Certidões de nascimento
3. Cópias do testamento ou fideicomisso
4. Registros de passaportes e imunizações
5. Certidões de casamento e óbito
6. Apólices de seguro (Casa, Apartamento, Veículos, Vida, Saúde, Odontológico)
7. Declarações de imposto de renda
8. Escritura(s) de hipoteca
9. Recibos de hipoteca ou aluguel

10. Registros de veículo / veículo de lazer / barco e certificado de propriedade
11. Recibos de grandes compras e/ou documentação de objetos de valor
12. Comprovantes de salário dos funcionários
13. Informações sobre ações, títulos e contas de aposentadoria
14. Livros de poupança e de conta corrente
15. Cartões de crédito
16. Informações médicas
17. Fotos de todos os membros da família (recentes – para fins de identificação)
18. Fotos dos objetos de valor

Quais são os outros itens que você precisará?

Inspeção da Sua Casa Quanto aos Perigos

A sua inspeção residencial o ajudará a remover os itens que possam causar uma emergência grave como um incêndio ou contribuir para danos e ferimentos durante um terremoto ou outra catástrofe. A sua inspeção residencial também ajudará a determinar onde o kit familiar contra catástrofes deve ser mantido. Use a inspeção residencial como uma oportunidade de aprendizado para toda a sua família. Faça isso em conjunto e corrija todos os riscos juntos, a menos que exijam um profissional. Faça reparos antes que eles se tornem um problema. Este exercício pode economizar tempo e dinheiro na determinação dos reparos necessários antes que eles se tornem muito caros.

1. O aquecedor de água deve estar preso e seguro em caso de terremotos
2. O aquecedor de água deve estar devidamente ventilado
3. Nenhum material inflamável, combustível ou líquidos devem ser armazenados perto do seu aquecedor de água
4. Ispécione quanto aos riscos de incêndio – Consulte a seção de segurança contra incêndios
5. Prenda todos os itens que possam cair durante um terremoto
6. Considere usar suportes para terremotos de velcro em aparelhos pesados

7. Considere o uso de travas à prova de crianças em armários, para evitar que se abram e os itens caiam e quebrem durante um terremoto
8. Prenda os armários pesados na parede para evitar quedas
9. Mantenha uma distância até o mato de 100' se estiver vivendo em uma área florestal
10. Certifique-se de que os seus suprimentos para catástrofes estejam acessíveis.

Quais são alguns dos riscos que precisam ser corrigidos / reparados em sua casa?

Kit Familiar Contra Catástrofes

Mantenha este kit doméstico em um local seguro e facilmente acessível para todos os membros da família. Todos os membros da família e as babás precisam conhecer o seu plano e onde o seu kit está armazenado. Prepare os kits de emergência/catástrofes que atendam às necessidades específicas de sua família. É fácil sair e comprar um kit pré-fabricado; mas ele atenderá às necessidades de sua família no momento de uma catástrofe e, mais importante, você saberá o que está nele e como usá-lo no momento de uma emergência?

Uma regra simples para a preparação básica de emergência: Você precisa estar preparado para se manter por conta própria por pelo menos sete dias. Então, se você tem comida, água, roupas, medicamentos prescritos, suprimentos de primeiros socorros e mantimentos para seguir em uma viagem de acampamento selvagem por 7 (sete) dias com a sua família – você está basicamente preparado.

Alimentos e Água

Estoque alimentos que você e a sua família comerão. Durante uma catástrofe, não é hora de experimentar alimentos desconhecidos (a menos que você precise). Armazene a sua despensa com alimentos de fácil armazenamento que não precisam de refrigeração e não precisam de cozimento. Lembre-se de alternar os seus suprimentos de comida e água. Após uma catástrofe em que não há energia elétrica, coma primeiro os alimentos refrigerados e depois os congelados. Mantenha a porta do refrigerador e do freezer fechadas para evitar que os alimentos estraguem. Seja cauteloso em relação aos alimentos estragados caso a energia fique muito tempo inativa; em caso de dúvida, não coma!

- Água (um galão por pessoa, por dia)

- Alvejante para a purificação de água [Veja como purificar a água em caso de emergência]
- Alimentos não perecíveis que você e a sua família irão comer e desfrutar
- Abridor de lata e abridor de garrafas não elétricos
- Churrasqueira, fogão de acampamento - **Nunca use dentro de casa!**
- Combustível para cozinhar
- Kit de refeitório ou utensílios de plástico, copos de papel, pratos e toalhas
- Folha de papel alumínio resistente e filme plástico
- Sacos com fecho tipo zip (vários tamanhos)
- Saco de lixo grande
- Alimentos para lactentes, idosos ou pessoas com dietas especiais
- Alimentos para os animais de estimação (se você possui ou é responsável por um animal de estimação)

Comunicação e Iluminação

- Celular com carregador de bateria (veicular de 12v e doméstico de 110v)
- Serviço de rádio familiar portátil a bateria/serviço geral de rádio móvel (FRS/GMRS), Rádios (walkie-talkies) com alcance de 12 a 22 km e baterias extras, uma para cada membro de sua família
- Rádio AM/FM portátil a bateria e baterias extras
- Lanterna portátil a bateria e baterias extras
- Lanternas e baterias e lâmpadas extras
- Sinalizadores
- Velas e fósforos ou lanternas (tenha cuidado com dispositivos de chama aberta)

Suprimentos de Higiene

- Sacos plásticos grandes para lixo
- Papel higiênico
- Balde de 18 litros
- Assento de privada (assento para as pernas do tipo de acampamento)
- Artigos de higiene
- Suprimentos femininos e infantis
- Toalhetes pré-umedecidos
- Pá
- Lonas de plástico e corda para pendurar
- Chuveiro solar

Vaso sanitário portátil: forre um balde de 18 litros com um saco de lixo grande, coloque um assento do tipo de acampamento sobre o balde e você terá um “ótimo” vaso sanitário de emergência. Você pode usar lonas de plástico para fazer uma cortina para ter privacidade.

Kit de Primeiros Socorros

- Faça um curso de primeiros socorros e ressuscitação cardiopulmonar (RCP) oferecido na Saddleback Church.
- Medicamentos e prescrições atuais
- Manual de primeiros socorros
- Máscara de proteção de barreira de RCP
- Ataduras adesivas estéreis (sortidas)
- Compressas de gaze estéril de 2 pol.
- Compressas de gaze de 4 pol.
- Ataduras Ace® (2)
- Fita adesiva impermeável hipoalergênica
- Ataduras triangulares
- Ataduras de rolo estéreis de 2 polegadas (3 rolos)

- Ataduras de rolo estéreis de 3 polegadas (3 rolos)
- “Cobertores de campo” de emergência
- Tesouras
- Pinças
- Espelho
- Toalhetes pré-umedecidos ou gel antibacteriano
- Neosporin
- Termômetro
- Sabão antibacteriano
- Luvas médicas
- Máscara cirúrgica/contra poeira (classificação N-95 preferida)
- Protetor solar
- Repelente de insetos
- Aspirina ou analgésico não-aspirina
- Medicação antidiarreica
- Antiácido

Itens Especiais

- Bíblia
- Dinheiro (notas pequenas) e cartões de crédito
- Vestuário – confortável e adequado ao clima
- Sapatos – confortáveis que proporcionam apoio e segurança
- Papel e lápis e/ou caneta
- Extintores de incêndio
- Cobertores e sacos de dormir
- Óculos de grau, lentes de contato e soluções extras
- Bons livros, brinquedos e jogos de tabuleiro

- Documentos e números importantes
- Ferramentas manuais (incluindo chave ajustável para desligar a válvula de gás)
- Fixadores – pregos e parafusos
- Fita adesiva
- Lonas de plástico
- Apito
- Dispositivo de sinalização (sinalizadores, espelho)

Itens a Considerar

- Gerador a gasolina. NUNCA ligue dentro de casa ou em uma área sem ventilação.
- Combustível sobressalente – armazenado com segurança em contêineres aprovados na garagem perto dos respiradouros da garagem. Este combustível deve ser trocado regularmente, portanto use-o com o cortador de grama e lembre-se de mantê-lo cheio. NÃO armazene líquidos inflamáveis ou combustíveis perto do aquecedor de água.
- Ferramentas para demolição e reparos. NÃO compre ferramentas que você não esteja familiarizado com a operação delas. MANTENHA-SE SEGURO. Essas ferramentas precisam ser armazenadas com fácil acesso.
- Luvas de trabalho
- Óculos ou óculos de proteção para proteção ocular
- Máscaras contra poeira (classificação N-95 é recomendada)

Armazenamento do Kit Familiar Contra Catástrofes

Deve-se tomar cuidado para fazer o armazenamento adequado e seguro. Mantenha o seu kit contra catástrofes em um local seco e fresco. O kit deve ser coberto para proteger os suprimentos e alimentos contra danos. A comida e a água devem ser trocadas, no mínimo, a cada 6 (seis) meses. Se puder, reserve um armário na garagem para armazenar o seu kit contra catástrofes. Isso facilitará a verificação, o reabastecimento e o giro dos alimentos e da água. Deve ser um local com o qual todos estarão familiarizados.

Inspecione periodicamente os itens do seu kit contra catástrofes quanto a deterioração e as datas de validade. Uma sugestão é fazer isso com a **mudança de tempo a cada primavera e outono**. Troque as pilhas do seu detector de fumaça e substitua os alimentos do seu kit contra catástrofes, conforme o necessário durante esse período.

Kit de Emergência para os Veículos

Como você nunca sabe quando uma catástrofe pode acontecer, você precisa estar preparado enquanto viaja. Mantenha os suprimentos em seu carro para o inesperado.

Os postos de gasolina provavelmente não estarão em operação ou estarão extremamente lotados. Portanto, lembre-se de manter o tanque de combustível cheio. Reabasteça quando seu carro chegar ao $\frac{1}{2}$ tanque. Outro ponto: ao estacionar **LEMBRE-SE DE ONDE SEU CARRO ESTÁ ESTACIONADO**. Faça uma anotação mental ou escrita.

- Bíblia
- Cartões de contato fora da área e de emergência
- Roupas e sapatos confortáveis para cada membro da sua família. (Podem ser roupas e sapatos que você não usa mais)
- Itens de higiene pessoal, escova de dente, pasta de dente, sabão, toalhas etc. para cada membro da sua família
- Carregador de celular
- Inversor de 12 volts (DC) a 110 volts (CA)
- Rádio AM/FM portátil a bateria e baterias extras
- Rádios FRS/GMRS (serviço de rádio familiar/serviço geral de rádio móvel) portátil a bateria, com alcance de 12 a 22 km e baterias extras (uma para cada membro de sua família)
- Lanterna portátil a bateria e baterias extras
- Lanternas e baterias e lâmpadas extras
- Cobertor(es)
- Kit de primeiros socorros

- Mapas – Inclua as suas rotas de evacuação de emergência
- Extintor de incêndio (5lb., Tipo A-B-C)
- Saiba como usar o seu extintor de incêndio
- Água engarrafada (mínimo de 2 litros)
- Alimentos não perecíveis de alta energia, como barras de granola, passas, manteiga de amendoim
- Sinalizadores e/ou bastões luminosos
- Pá
- Bomba de ar/selante para reparo de pneus (Exemplo: lata de “Fix-A-Flat”)
- Cabos de ligação direta
- Fita adesiva
- Correntes de pneus, se você mora ou viaja em áreas propensas a gelo e neve. As correntes de pneus são eficazes na lama em caso de emergências..

Kit de Emergência para o Trabalho, Escola e Viagem Pessoal

Como você nunca sabe quando uma catástrofe pode acontecer, você precisa estar preparado no trabalho, na escola, em viagens ou onde quer que esteja. Mantenha os suprimentos em uma mochila ou bolsa de ginástica para emergências ou catástrofes inesperadas.

Como todas as outras listas deste manual, você não precisa incluir todos os itens em seus kits de emergência. As listas são para ajudá-lo a desenvolver um kit de emergência que atenda às suas necessidades específicas e às da sua família.

Para este kit, mantenha-o pequeno e compacto para que você o tenha pronto sempre que estiver no trabalho, na escola ou em viagens.

- Bíblia, compacta para viagens
- Cartões de contato fora da área e de emergência
- Troca confortável de roupas e sapatos
- Itens de higiene pessoal, escova de dentes, creme dental, sabão, toalhas etc.
- Medicamentos prescritos
- Conjunto de reposição de óculos de grau
- Celular e o seu carregador
- Lanterna pequena e baterias extras
- Kit de primeiros socorros - Guarde em uma bolsa fechada com zíper
 - Máscara de barreira de RCP
 - Luvas médicas
 - Band aids
 - Neosporin
 - Analgésico
 - Aspirina (pode ser usada para dores no peito – faça o curso de primeiros socorros e RCP)
 - Compressas de gaze estéril 4x4
 - Atadura de rolo estéril de 3 polegadas
 - Fita médica

- Bússola e/ou receptor de navegação GPS (sistema de posicionamento global) portátil
- Alicate multifunção (Leatherman ou ferramenta/canivete similar)
 - Obviamente, NÃO deve ser colocado no kit escolar de uma criança
- Retire antes de voar
- Garrafa de água (1 litro)
- Alimentos não perecíveis de alta energia, como barras de granola, passas, manteiga de amendoim
- Mistura de frutas secas

Teste do Seu Kit e Seu Plano

O treinamento é uma parte importante do seu plano familiar contra catástrofes.

Invista tempo na prática do plano familiar contra catástrofes com cada membro da família. O treinamento oferece aos membros da família confiança e experiência. O estresse de uma situação de catástrofe não é o momento de tentar descobrir como fazer algo novo ou usar um equipamento novo do kit familiar contra catástrofes. A atmosfera não ameaçadora do treinamento pré-evento é o melhor momento para familiarizar a sua família com o seu plano e equipamento contra catástrofes.

Treine com a sua família - Pratique o seu plano familiar contra catástrofes

Lembre-se: o modo como você treina ou pratica é o modo como responderá sob estresse durante uma emergência.

Uma ótima maneira de aproveitar o treinamento em família é o acampamento interno. Escolha uma noite antes do jantar para revisar o seu plano familiar contra catástrofes e o seu kit contra catástrofes. Então, diga que das 17h30 até a manhã seguinte você estará junto da sua família sem energia elétrica. Você não pode acender as luzes, assistir TV ou usar o fogão ou o forno e não pode usar a água da torneira.

Você pode usar os seus suprimentos ou o que tem disponível, desde que não use os utilitários domésticos. Pratique como se fosse uma verdadeira catástrofe. Use o seu celular para ligar para o seu contato fora da área, cozinhe as suas refeições ou coma direto da embalagem sem usar fogão, forno ou micro-ondas. Divirta-se com isso, porque se você não puder fazer isso por uma noite, o que acontecerá durante uma verdadeira catástrofe?

O treinamento do seu plano familiar contra catástrofes também deve incluir como usar o equipamento no seu kit familiar contra catástrofes. Exemplos do que deve ser abordado durante um período de treinamento são como colocar as baterias em um rádio ou lanterna e como ligar uma lanterna, acender velas ou fogão de acampamento com segurança. Aprenda a desligar os serviços públicos e quando eles precisam ser desligados. Verifique se todas as pessoas responsáveis em sua casa sabem como fazê-lo.

O planejamento de um local de encontro para a sua família em caso de emergência também deve fazer parte do plano familiar contra catástrofes. Se a sua família tivesse que evacuar sua casa durante uma emergência, onde vocês se encontrariam? Reunir-se no quintal de um vizinho ou na esquina da rua pode salvar a vida dos membros da família. Você também deve planejar um local de encontro se não conseguir retornar à sua casa após uma catástrofe. Uma loja local, igreja ou a casa de um parente ou amigo pode se tornar um local de encontro fora do seu bairro. A sua família deve saber onde encontrar-se fora de seu bairro.

Este é um ótimo momento para ensinar os seus filhos e toda a sua família a praticar o procedimento de ABAIXAR, SE PROTEGER e ESPERAR para se resguardar durante um terremoto; bem como PARAR, ABAIXAR e ROLAR se a sua roupa pegar fogo. Embora sejam elementares, eles salvam vidas.

Divirta-se com sua família e pratique o seu plano de preparação contra catástrofes, fazendo uma viagem de acampamento indoor ou no quintal.

Checklist do Plano Familiar Contra Catástrofes

- Desenvolva uma lista dos suprimentos dos quais a sua família precisará caso ocorra uma catástrofe.
- Desenvolva uma lista de treinamentos necessários para a sua família (agende o treinamento e participe).
- Escolha a sua pessoa de contato fora da área.
- Pratique o seu plano familiar contra catástrofes.
- Localize e saiba como desligar os serviços públicos da sua casa.
 - Local do medidor de gás: _____

- ° Local do painel elétrico: _____
- ° Local do medidor de água: _____
- ° Local do registro de água na casa: _____
- Monte os kits familiares contra catástrofes.
 - ° Casa
 - ° Veículo
 - ° Trabalho / Escola
- Selecione um local seco e fresco para armazenar o kit contra catástrofes.
- Identifique o abrigo oficial da comunidade mais próximo da sua família.
- Desenvolva uma lista com os números de telefone necessários em uma catástrofe. Inclua os membros do seu pequeno grupo.
- Estabeleça o contato de emergência de uma família/amigo fora do estado.
- Identifique os parentes, amigos, vizinhos e membros dos pequenos grupos que você deve verificar após uma catástrofe.
- Identifique as rotas de evacuação de emergência (pelo menos 2 devem ser planejadas).

CERTIFIQUE-SE DE QUE TODA A SUA FAMÍLIA CONHEÇA E TENHA PRATICADO O SEU PLANO DE EMERGÊNCIA E TENHA ACESSO A TODOS OS SUPRIMENTOS PARA CATÁSTROFES, NÚMEROS DE TELEFONE E OUTROS DOCUMENTOS IMPORTANTES

Se Você Faz Parte de um Grupo de Estudo Bíblico, Planeje com Seu Grupo

O seu pequeno grupo é uma extensão da sua família na igreja. Eles devem ser seus parceiros de oração, apoio espiritual, emocional e físico. Quando você precisar, o seu pequeno grupo estará lá para ajudá-lo. Em caso de emergência ou catástrofe, o seu pequeno grupo pode ser o melhor para ajudá-lo e dar apoio; Da mesma forma, você precisa se comprometer com eles. Compartilhe com seu pequeno grupo o seu plano contra catástrofes. Planeje uma reunião com o pequeno grupo para discutir, especificamente, o que fazer no caso de uma grande emergência ou catástrofe.

- Estabeleça uma lista de grupos incluindo todos os endereços, números de contato e endereços de e-mail.
- Planeje cuidar da casa uns dos outros enquanto os membros estiverem fora.
- Após uma catástrofe, faça uma verificação do bem-estar de cada pessoa do grupo.
 - ° Essas informações podem ser úteis para ajudar na localização de membros da família desaparecidos e para fornecer a assistência necessária.
- Discuta os planos contra catástrofes pelo menos uma vez por ano com o seu pequeno grupo.

Busca de Treinamento Adicional de Emergência/Catástrofe

Uma parte essencial de estar preparado é saber o que fazer quando alguém está doente ou ferido. **O treinamento em primeiros socorros e RCP (ressuscitação cardiopulmonar)** é altamente recomendado para todos. O ministério de saúde da Saddleback Church oferece o treinamento de primeiros socorros, ressuscitação cardiopulmonar (RCP) e primeiros socorros básicos, trimestralmente.

Em seu esforço para se preparar para uma catástrofe ou emergência em casa, no trabalho, na escola, nas férias ou no campo missionário, procure oportunidades adicionais para que sua família seja treinada em assistência a catástrofes. Muitos órgãos de gerenciamento de emergências locais, municipais, regionais e estaduais fornecem treinamento para catástrofes comuns à sua área. Educar sua família sobre os serviços de gerenciamento de emergência em todos esses níveis os ajudará a entender o papel dos vários órgãos durante os momentos das catástrofes.

A Cruz Vermelha Americana também oferece treinamento nas seguintes áreas: serviços de catástrofes, primeiros socorros, ressuscitação cardiopulmonar (RCP), atendimento em massa e abrigamento.

Desligamento dos Serviços Públicos

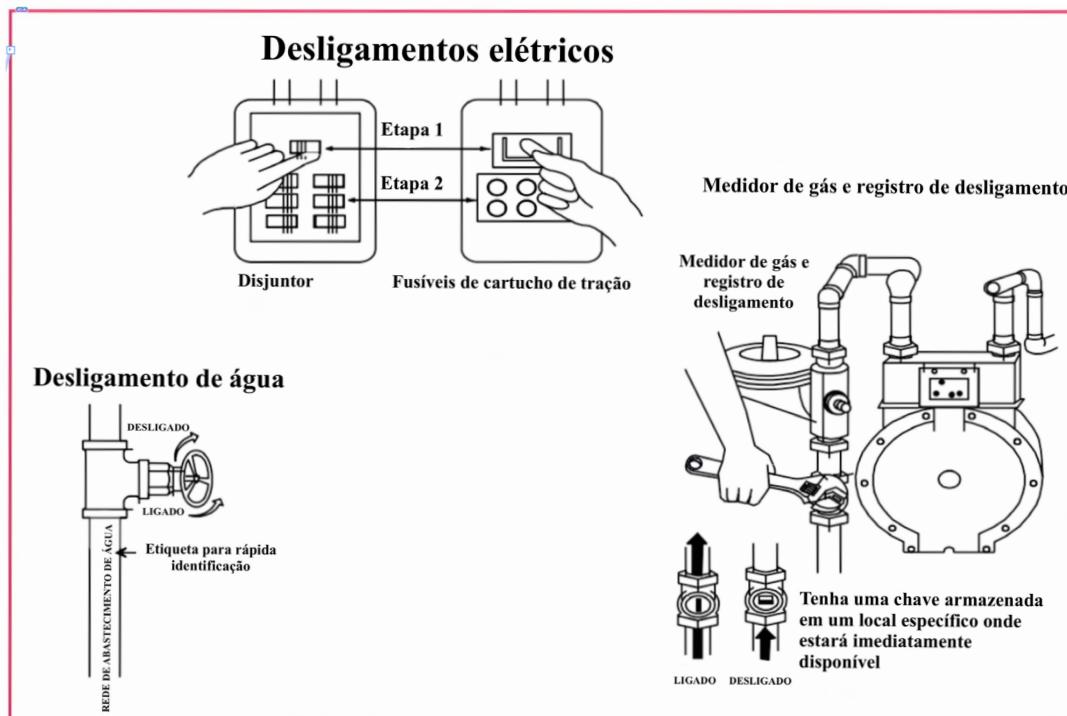
Inspecione a sua casa. Desligue os serviços que estão danificados e aqueles que você suspeita estarem danificados. Você precisará que a empresa de serviços públicos ative esses serviços novamente assim que forem reparados.

NÃO desligue os serviços se não houver motivo para fazê-lo

- Se houver vazamento de água ou você ouvir vazamento, desligue o registro de água.
 - Se você sentir cheiro de gás ou ouvir vazamento de gás, desligue o registro do gás.
 - Se você tiver arcos e faíscas ou a fiação estiver exposta, desligue o disjuntor.
 - Tenha cuidado, use sapatos e **NÃO** fique na água ao desligar um disjuntor.
- Desligue todos os disjuntores individualmente antes de desligar o disjuntor "Principal".
- Guarde uma chave inglesa pré-ajustada ou do tamanho apropriado para o seu registro de gás em um local específico disponível para o uso imediato.

Como Desligar a Eletricidade, Gás e Água em uma Emergência

- Estas são ilustrações apenas para exemplo. Aqui estão o tipo mais comum de registros e interruptores—os seus podem ser diferentes
- Os registros com desligamento automático de gás são disponibilizados por muitas empresas de serviços públicos locais ou profissionais particulares



Instruções Detalhadas Sobre o Desligamento dos Serviços Públicos

Verifique as linhas de gás, água e de eletricidade. Se estiverem danificadas, desligue o serviço. Se houver vazamento de gás, não use fósforos, lanternas, aparelhos ou interruptores elétricos. Abra as janelas, saia do imóvel e informe a empresa de gás.

DESLIGUE O MEDIDOR DE GÁS no registro principal/de desligamento. Os seguintes detalhes sobre os medidores de gás e aquecedores de água são baseados em modelos nos Estados Unidos. Verifique os seus manuais para garantir que eles se apliquem aos seus próprios serviços públicos.

Se o seu imóvel sofreu grandes danos, como grandes rachaduras nas paredes ou nos pisos das lajes de concreto etc. E você suspeita que as linhas de gás possam ter sido danificadas, saia do imóvel imediatamente. Se você sentir cheiro de gás, não ligue ou desligue nenhum interruptor. Não use chama aberta para verificar se há vazamentos. Não ligue lanternas a pilhas, a menos que sejam luzes à prova de água com classificação de segurança. Os bastões de luz química são uma fonte de luz segura em caso de vazamento de gás. É muito perigoso e, portanto, não é recomendável procurar vazamentos de gás dentro de qualquer imóvel danificado. Após um terremoto, tremores secundários continuarão ocorrendo, possivelmente causando danos adicionais (ou mesmo danos primários) aos seus imóveis. Não ligue o registro de gás novamente após um terremoto, a menos que uma pessoa qualificada tenha verificado extensivamente se há vazamentos de gás. Uma pessoa qualificada ou funcionário da empresa de gás terá que acender novamente todas as luzes piloto.

DESLIGAMENTO DE GÁS: localize o desligamento do gás principal (geralmente fora da casa) no medidor de gás. O registro geralmente está em um tubo saindo do chão, indo para o medidor de gás. Gire o registro no sentido transversal ao tubo (veja o exemplo em **COMO DESLIGAR A ELETRICIDADE, GÁS E ÁGUA EM UMA EMERGÊNCIA**). Todas as luzes piloto dentro e ao redor de sua casa (fogão, forno, secador de roupas, piscina/aquecedor de spa, aquecedor de água etc. desligarão quando você desligar o registro. Você precisará que a empresa de gás ou outro profissional qualificado, reacenda todos os pilotos quando o gás for ligado novamente. Esquecer de reacender todas as luzes piloto pode resultar em um perigoso acúmulo de gás em sua casa. Se você está preocupado com a sua habilidade em desligar o registro principal de desligamento de gás ou não tem a certeza se está em ordem de

trabalho adequada (indicação de ferrugem etc.), ou não sabe como reacender as suas luzes piloto, entre em contato com a sua empresa de gás local. Eles podem enviar um representante de serviço para a sua casa para mostrar o procedimento adequado e verificar o registro e as luzes piloto para ter certeza de que eles estão operando corretamente. Limpe a área ao redor do registro principal de desligamento de gás para acesso rápido e fácil em caso de emergência. Uma chave de desligamento de gás para desligar o gás deve ser fixado a um tubo ao lado do registro de desligamento ou em outro local de fácil acesso. Lembre-se, se você não sentir cheiro de gás ou ter danos graves em sua casa, você não deve ter que desligar o gás. A decisão é sua. Os registros de desligamento automático de gás são uma excelente maneira de garantir que seu gás seja desligado em caso de um grande terremoto. Com um registro de desligamento automático, o seu gás será desligado mesmo que você não esteja em casa no momento.

DESLIGAMENTO DA ELETRICIDADE: localize o desligamento principal da eletricidade. A sua casa pode ser equipada com fusíveis ou disjuntores. Se sua casa tem fusíveis, você encontrará uma alça de interruptor de faca ou um fusível de puxar que deve estar marcado como "PRINCIPAL". Se sua casa tem disjuntores, você pode precisar abrir a porta de metal da caixa de disjuntores para ver os disjuntores (nunca remova a tampa metálica). O disjuntor principal deve ser claramente marcado mostrando as posições 'ligado' e 'desligado'. Desligue todos os pequenos disjuntores primeiro, e depois desligue o "principal". Se você tiver algum painel adjacente ao fusível principal ou painel de disjuntores, ou em outras partes da casa, em uma emergência fique seguro e desligue-os também. Às vezes, podem surgir curtos para fazer com que um circuito ignore o disjuntor ou fusível. Verifique se há riscos no sistema elétrico. Se você observar faíscas ou fios quebrados ou desgastados, ou se você sentir cheiro de isolamento quente, desligue a eletricidade na caixa de fusíveis principal ou dos disjuntores. Se você tiver que pisar na água para chegar à caixa de fusíveis ou dos disjuntores, chame um eletricista primeiro para obter orientações.

DESLIGAMENTO DA ÁGUA: localize o principal tubo do abastecimento de água na sua casa (provavelmente na frente onde a sua mangueira do jardim está conectada). Você verá uma válvula gaveta ou uma válvula de $\frac{1}{4}$ no tubo. Se você sabe que há vazamentos após um terremoto, pode desligar toda a água da sua casa com esta válvula. Você pode pintar a válvula para facilitar a localização em caso de emergência. Você pode desligar toda a água da sua propriedade encontrando a caixa do medidor de água (geralmente na rua ou na calçada). Abra a tampa com uma chave de fenda.

Se esta caixa estiver inacessível ou você não a encontrar, ligue para a companhia de água local. Certifique-se de identificar esta caixa e o registro de água dentro antes de surgir a necessidade de usá-los. Dentro da caixa do medidor de água, você verá um registro que é semelhante ao registro do seu medidor de gás. Gire da mesma forma que o seu registro de gás. Você pode alcançar e girar o registro com uma chave inglesa ajustável e uma chave de fenda para fazer uma alavanca em T ou adquirir uma chave específica para esse fim. Verifique se há danos nos esgotos e nas linhas de água. Se você suspeitar que as linhas de esgoto estão danificadas, evite usar os banheiros e chame um encanador. Se os canos de água estiverem danificados, entre em contato com a companhia de água e evite usar água da torneira.

Como Purificar a Água em Uma Emergência

A **ebulição** é o método mais confiável de purificação de água.

- Deixe a água ferver de forma intensa por 10 minutos.
- Deixe arrefecer até chegar na temperatura ambiente.
 - ° NÃO adicione gelo, a menos que você saiba que a água que gerou o gelo é pura.
- Nota: Em grandes altitudes, ferva por alguns minutos extras.
- A ebulação não elimina os produtos químicos.

Tintura de Iodo

- Tintura de iodo 2%
 - ° 5 gotas/litro para água limpa ou 10 gotas/litro para água turva
- Misture bem e deixe descansar por 30 minutos. Agora a água está segura para beber.

Água Sanitária

- Água sanitária 4% ou 6%
 - ° 2 gotas/litro para água limpa ou 4 gotas/litro para água turva
- Misture bem e deixe descansar por 30 minutos. Agora a água está segura para beber.

Pastilhas Purificadoras de Água (leia e siga as instruções do fabricante)

Pastilhas germicidas de emergência para água potável Potable Aqua™ com P.A.

Plus (Disponível na REI ou lojas de artigos esportivos)

Instruções em duas etapas para tratar 1 (um) litro de água

1. Adicione 2 pastilhas de Potable Aqua (Parte 1—hidroperiodeto de tetaglicina) em 1 litro de água e tampe frouxamente para permitir uma pequena quantidade de vazamento. Espere 5 minutos. Agite o recipiente para permitir umedecer as rosas do fechamento e, em seguida, aperte a tampa. Aguarde 30 minutos antes de beber.
2. As pastilhas neutralizantes P.A. Plus devem ser utilizadas APÓS a água ter sido tratada com Potable Aqua. Aguarde no mínimo 30 minutos antes usar as pastilhas P.A. Plus. A adição das pastilhas P.A. Plus antes de 30 minutos pode permitir que bactérias nocivas permaneçam na água potável. NÃO ADICIONE A PASTILHA POTABLE AQUA E O P.A. PLUS AO MESMO TEMPO. Adicione 2 pastilhas P.A. Plus por litro de água tratada. Agite bem o recipiente. Aguarde 3 minutos antes de beber. As pastilhas não precisam se dissolver completamente para serem eficazes.

Filtros de Purificação de Água

Existem vários purificadores de água fabricados comercialmente. Eles estão disponíveis na REI e nas lojas de artigos esportivos que vendem suprimentos para caminhadas e mochilões. Eles são muito eficazes na purificação da água, especialmente após uma catástrofe. Leia as instruções do fabricante. Novamente, é preciso enfatizar, aprenda a usar o purificador de água antes de precisá-lo em caso de emergência. Verifique se você possui todas as peças e recipientes. O sabão e o alvejante são eficazes na limpeza de recipientes de armazenamento de água. Os filtros Lifestraws também são muito eficazes.

PRATIQUE COM TODOS OS EQUIPAMENTOS ANTES QUE PRECISE USÁ-LOS!!!

Segurança Contra Incêndios

Preparação Antes de um Incêndio

Previna-se Para Que Você não Tenha um e Saiba o Que Fazer Se Tiver Um!

- Certifique-se de que todos os membros da sua família saibam como e quando ligar para o 9-1-1.
- Programe o número de telefone de emergência de dez dígitos do Corpo de Bombeiros em seus telefones celulares (Nota: algumas áreas de celular na Califórnia alcançam a Patrulha Rodoviária da Califórnia quando você liga para o 9-1-1). Isso prolongará o tempo de resposta dos bombeiros.
- Instale detectores de fumaça. Limpe e teste os detectores de fumaça todos os meses. **Faça isso!** Todas as casas possuem detectores de fumaça, mas você deve instalar detectores extras de fumaça. Este é um seguro barato que pode salvar a sua vida ou da sua família. O código de construção requer um detector de fumaça em todos os níveis da sua casa; no entanto, instale um detector de fumaça em todos os cômodos, nos corredores e principalmente no topo da escada. Se você tiver um forno no sótão, instale um detector de fumaça perto do acesso ao sótão para poder ouvi-lo. **A detecção prévia salva vidas! Não se arrependa de não fazer isso mais tarde!**
- Troque as baterias do detector de fumaça duas vezes por ano. Um bom momento seria ao mesmo tempo em que você muda o relógio para a primavera e o outono ou em um feriado ou aniversário. Você também deve verificar e girar seus suprimentos contra catástrofes na mesma data.
- Elabore um plano de fuga de incêndio para a sua família e garanta que todos o conheçam! Planeje duas rotas de fuga fora de sua casa e fora de cada cômodo.
- Estabeleça um local de encontro fora da sua casa em um local seguro.
- Ensine aos membros da família a ficarem no chão ao escapar de um incêndio. **Sair rápido e uma vez que estejam fora — devem permanecer fora**

- Durma com as portas do quarto fechadas.
- Ensine os membros da família a nunca abrirem as portas que estejam quentes. Em um incêndio, sinta o fundo da porta com a palma da sua mão e suba a porta. Se estiver quente, não abra a porta; use a sua saída alternativa planejada.
- Ensine todos os membros da família a **PARAR, ABAIXAR e ROLAR** se as suas roupas pegarem fogo. Continue rolando até o fogo acabar. Se você testemunhar alguém com suas roupas pegando fogo, diga-lhes para **PARAR, ABAIXAR e ROLAR**. Apague as chamas com água ou use um cobertor e as abafe. **NUNCA** corra, isso acenderá as chamas e as tornará piores.
- Mantenha um apito em cada quarto para despertar os membros da família em caso de incêndio. Desenvolva um “alarme de incêndio” que qualquer pessoa da sua família possa tocar em caso de incêndio, para que todos possam escapar com segurança e rapidez. Alguns exemplos são um apito alto, buzinas de ar portáteis (são tipo aquelas que as pessoas desagradáveis tocam durante eventos esportivos) ou gritar fogo. Ensine a sua família quando ouvirem isso para não entrarem em pânico, mas reagir como você os ensina. **Lembre-se: a maneira como você treina é a maneira como você reage sob estresse**
- Compre e instale um extintor de incêndio em sua casa. Ensine todos os membros da sua família a usá-lo. Faça com que o seu extintor seja inspecionado e recarregado anualmente.
- Um bom extintor de primeiros socorros é a sua mangueira de jardim. Tenha-a acessível para que possa ser facilmente ligada e puxada ao local necessário sem ser dobrada.
- Tenha uma escada dobrável em cada andar superior da sua casa.
 - Ensine todos os membros de sua casa a usarem essa escada com segurança.
- Verifique se as janelas podem ser abertas. Se elas tiverem dispositivos de segurança, verifique se todos na casa sabem como abri-los e que podem realmente abrir as janelas para escapar.
- Considere instalar aspersores domésticos.

Armazenamento e Uso de Itens Inflamáveis

- Nunca use gasolina, nafta, diluentes, lacas ou líquidos inflamáveis em ambientes fechados sem ventilação adequada e todas as fontes de ignição eliminadas. EM CASO DE DÚVIDA, NÃO FAÇA!
- Armazene gasolina e líquidos inflamáveis em recipientes fechados aprovados em áreas de armazenamento bem ventiladas e nunca dentro de sua casa.
- Nunca fume ao usar líquidos inflamáveis ou reabastecer cortadores de grama ou outro equipamento a gasolina. *Fumar faz mal para você de qualquer forma.*
- Os panos que foram usados com líquidos inflamáveis ou combustíveis e as manchas e tintas sujeitas ao aquecimento espontâneo devem ser descartados em uma lata de metal fechada do lado de fora—longe da sua casa ou de outra exposição potencial.

Fontes de Aquecimento

- Tenha cuidado ao usar aquecedores alternativos ou do tipo de piso.
- Mantenha aquecedores do tipo de piso longe de móveis e qualquer outro combustível.
- Verifique com o corpo de bombeiros local a segurança e a legalidade do uso de aquecedores a querosene na sua comunidade. NUNCA use um aquecedor a querosene sem ventilação dentro. O escape produz monóxido de carbono mortal. Sempre siga as instruções do fabricante.
- Nunca use uma churrasqueira dentro de casa.

Riscos Elétricos e Fiação Elétrica

Os riscos elétricos devem ser reparados ou substituídos por um eletricista qualificado.

- Verifique as tomadas elétricas. Não sobrecarregue as tomadas elétricas.
- Não sobrecarregue ou estenda demais os cabos de extensão.
- Verifique se todas as tomadas elétricas possuem placas de cobertura.
- Verifique se há fiação exposta ou sem isolamento.

- Inspecione os cabos de extensão quanto a fios desgastados ou expostos ou plugues soltos. **SUBSTITUA-OS.**
- Não passe a fiação elétrica sob tapetes, carpetes, pregos ou em áreas com tráfego intenso.
- Considere usar GFI (sistema de corte contra falha de aterramento) ou réguas elétricas para estabilização da voltagem em vez de cabos de extensão.
- Certifique-se de que os fios e os plugues dos aparelhos elétricos não fiquem apertados, dobrados ou flexionados de maneira a causar calor por resistência. Não passe os fios pelas portas onde a porta pode se fechar.

Crianças

Um plano de fuga de incêndios e um exercício de fuga devem ser uma sábia mistura de seriedade e um jogo – nunca uma experiência assustadora. As crianças que praticam exercícios de incêndio em casa quase que automaticamente fazem a coisa certa em uma emergência real. Sem essa prática, eles frequentemente se escondem embaixo da cama ou do armário, o que pode significar uma catástrofe.

Babás

- **Certifique-se de que a sua babá**
 - **Conhece o seu plano e o que fazer em caso de emergência**
 - **Sabe como ligar para o 1-9-3 e como ligar para você**

Durante um Incêndio

- Se ocorrer um incêndio, **ligue para 1-9-3 imediatamente**. Se você tiver um telefone celular, ligue para o número de telefone pré-digitado de dez dígitos do corpo de bombeiros (código de área e número de telefone).
- Se você estiver dormindo quando o fogo começar e for despertado, **NÃO** se sente. Role para fora da cama e fique perto do chão. Toque um alarme para que todos na casa possam escapar com segurança e rapidez e se encontrem no local de encontro planejado.

- Se enquanto você tenta escapar, sente que a porta está quente, vá para a segunda saída planejada. Não entre em pânico, fique abaixado e mantenha as portas fechadas entre você e o fogo.
- Se você não conseguir escapar, ligue para o 1-9-3 e informe ao corpo de bombeiros onde você está na casa.
- Se as suas roupas pegarem fogo: **PARE, ABAIXE** e **ROLE**. Continue rolando até o fogo acabar. Se você testemunhar alguém com suas roupas pegando fogo, diga-lhes para **PARAR, ABAIXAR** e **ROLAR**. Apague as chamas com água ou use um cobertor e as abafe.
- Quando estiver fora no local de encontro, NUNCA volte para dentro – **PERMANEÇA FORA**.
- Se o incêndio for pequeno e você tiver certeza de que pode apagar o fogo, use o extintor ou a mangueira de jardim e apague o fogo—sempre ligue para 1-9-3
 - Mantenha sempre um acesso aberto desobstruído à parte externa entre você e o fogo.
 - Se a fumaça estiver pesada e diminuindo, **SAIA** e **FIQUE FORA**.
 - NÃO use água em um pequeno incêndio da gordura da parte superior de um fogão ou em equipamentos elétricos energizados.
 - Nunca quebre janelas ou deixe as portas abertas, pois isso ajudará a espalhar o fogo.

Incêndio: Ao Estar Hospedado em um Hotel

- Saiba como ligar para o 1-9-3 e para a recepção do seu quarto de hotel.
- Sempre saiba duas maneiras de sair do seu quarto de hotel.
- Saiba onde fica a escada e NÃO use o elevador durante um incêndio.
- Antes de abrir a porta do quarto de hotel, sinta a porta se está quente conforme lhe foi ensinado.
- Deixe o seu quarto e use a escada mais próxima para sair. NÃO faça as malas – **SAIA** do quarto. **SAIA** e **FIQUE FORA**.
- Se você não puder sair do quarto com segurança, ligue para o 1-9-3 e a recepção e diga que você está no seu quarto e não pode sair.
- Use o seu celular para ligar para 1-9-3.

Como usar Corretamente um Extintor de Incêndio

Um extintor de incêndio com classificação ABC é recomendado para o uso doméstico comum.

TIPO DE INCÊNDIO	MÉTODO DO AGENTE DE EXTINÇÃO	
MATERIAIS SÓLIDOS COMUNS  	ESPUMA DE ÁGUA	ELIMINA O CALOR ELIMINA O AR E O CALOR
	PÓ QUÍMICO SECO	QUEBRA A REAÇÃO EM CADEIA
LÍQUIDOS INFLAMÁVEIS  	ESPUMA CO2	ELIMINA O AR
	HALON QUÍMICO SECO	QUEBRA A REAÇÃO EM CADEIA
EQUIPAMENTOS ELÉTRICOS  	CO2	ELIMINA O AR
	HALON QUÍMICO SECO	QUEBRA A REAÇÃO EM CADEIA
METAIS COMBUSTÍVEIS  	AGENTES ESPECIAIS	GERALMENTE ELIMINA O AR

Classe A - Materiais Comuns

Madeira, papel, plástico, utensílios domésticos normais e móveis

Classe B - Líquidos Inflamáveis

Líquidos inflamáveis e combustíveis (por exemplo, gasolina, diluentes, diesel etc.)

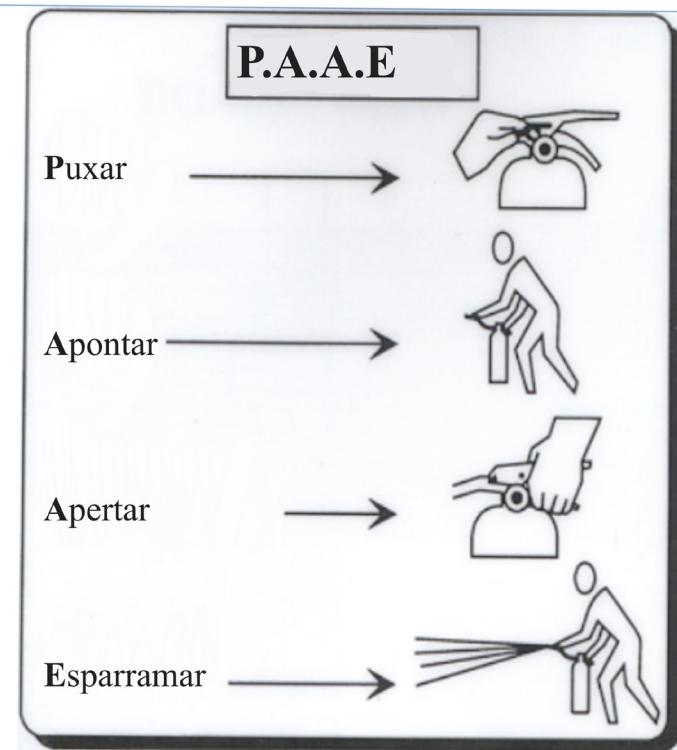
Classe C - Equipamentos Energizados Eletricamente

Os materiais de classe A que são energizados eletricamente. Os extintores de classe C protegem você contra a eletrocussão.

Classe D - Metais combustíveis

São extintores especiais utilizados em operações comerciais.

Como Usar um Extintor de Incêndio Corretamente



- **Ligue para o corpo de bombeiros – Disque: 1-9-3**
- Certifique-se de que todos estejam fora de casa ou longe do fogo
- Mantenha a porta ou a saída acessível para você. Nunca deixe o fogo entre você e a saída.
- **Puxe o pino**
- **Aponte para a base do fogo**
- **Aperte o gatilho**
- **Movimente o bocal e o agente extintor em direção à base do fogo**
- Saia e feche a porta
- Nunca volte para dentro!!!

Segurança Contra Terremotos

- Lembre-se: o primeiro terremoto pode ser um precursor de um terremoto maior e tremores secundários podem parecer tão violentos quanto o terremoto principal. **PODEM EXISTIR VÁRIOS TERREMOTOS**—então fique atento e preparado.
- Minimize os seus movimentos para alguns passos até um local seguro próximo. Fique dentro de casa até que o tremor pare e tenha certeza de que sair é seguro.
- **ABAIXE-SE** no chão; **PROTEJA-SE** ficando embaixo de uma mesa resistente ou outro móvel; e **ESPERE** até os tremores passarem. Se não houver uma mesa ou escrivaninha perto de você, cubra o rosto e a cabeça com os braços e agache-se em um canto interno do imóvel.
- Fique longe de vidros, janelas, portas e paredes externas e qualquer coisa que possa cair, como luminárias ou móveis
- Se estiver na cama quando o terremoto ocorrer, espere e proteja a sua cabeça com um travesseiro, a menos que esteja sob uma luminária pesada que possa cair. Neste caso, vá para o lugar seguro mais próximo.
- Use uma porta para abrigo somente se estiver muito perto de você e se você souber que é uma porta com suporte de carga fortemente apoiada.
- Fique dentro do cômodo até que o tremor pare e seja seguro sair. Uma pesquisa mostrou que a maioria dos ferimentos ocorre quando as pessoas dentro dos imóveis tentam se mover para um local diferente dentro do imóvel ou tentam sair.
- Se estiver na **COZINHA**, afaste-se da geladeira, fogão e armários suspensos. (Dedique um tempo AGORA para ancorar os eletrodomésticos e instale travas de segurança nas portas do armário para reduzir os riscos.)
- Se você estiver em um **EDIFÍCIO ALTO**, e não próximo a uma escrivaninha ou mesa, mova-se até uma parede interna e proteja a cabeça com os braços. Fique dentro do cômodo. As janelas de vidro podem se soltar durante o terremoto e voar por centenas de metros.
- Esteja ciente de que a eletricidade pode acabar ou os sistemas de aspersão ou alarmes de incêndio podem ligar. NÃO use os elevadores.

- Se você estiver em uma **LOJA LOTADA OU EM OUTRO LOCAL PÚBLICO**, não se apresse para sair. Afaste-se das prateleiras que contêm objetos que podem cair.
- Se você estiver em uma **CADEIRA DE RODAS**, fique nela. Mova para cobrir, se possível, trave as suas rodas e proteja a sua cabeça com os braços.
- Se você estiver em um **ESTÁDIO OU TEATRO**, fique sentado e proteja a sua cabeça com os braços. Não tente sair até que o tremor termine e depois saia de maneira calma e ordenada. Evite correr para as saídas.
- Se você estiver **AO AR LIVRE**, mova-se para uma área livre, longe de árvores, placas, prédios, fios elétricos e postes. Afaste-se de prédios, iluminação pública e fios de serviços públicos.
- Uma vez que esteja em um local aberto, fique lá até o tremor parar. O maior perigo existe diretamente do lado de fora dos imóveis, nas saídas e ao lado das paredes externas. Muitas das 120 mortes causadas pelo terremoto de Long Beach em 1933 ocorreram quando as pessoas corriam para fora dos imóveis e logo seriam mortas pela queda de detritos das paredes em colapso. O movimento do solo durante um terremoto raramente é a causa direta de morte ou lesão. A maioria das vítimas relacionadas a terremotos resulta do desmoronamento de paredes, vidros voando e queda de objetos.
- Se você estiver em uma **CALÇADA PERTO DE EDIFÍCIOS**, entre em uma porta para se proteger de tijolos, vidros, gesso e outros detritos.
- Caso esteja **DIRIGINDO**, estacione ao lado da estrada e pare. Evite viadutos, linhas de energia e outros perigos. Fique dentro do veículo até que o tremor termine. Pare o mais rápido que a segurança permitir e permaneça no veículo. Evite parar perto ou sob prédios, árvores, viadutos e fios de energia elétrica. Prossiga com cuidado quando o terremoto parar. Evite estradas, pontes ou rampas que possam ter sido danificadas pelo terremoto..

Após um Terremoto

- Esteja preparado para tremores secundários.
- Verifique o bem-estar da sua família.
- Ajude outras pessoas em sua vizinhança, dê os primeiros socorros conforme necessário e ofereça apoio emocional e assistência sempre que puder.

- Inspecione a sua casa. Desligue os serviços públicos que estão danificados (consulte a seção desligamento dos serviços públicos).
- Comece imediatamente a buscar informações. As estações de televisão e rádio locais que fazem parte do sistema de transmissão de emergência voltarão ao ar assim que possível.
- Se você tiver uma lareira, inspecione todo o comprimento das chaminés quanto aos danos. Os danos despercebidos podem causar incêndio ou colapso.
- Procure os órgãos locais de polícia, bombeiros e de gerenciamento de emergências para começar a percorrer a área para fazer a avaliação dos danos e responder às chamadas de emergência. Forneça informações sobre a sua família e vizinhança a esses funcionários do governo local. Compartilhe com eles as necessidades ou preocupações, mas esteja preparado para lidar primeiro com as emergências com risco de vida.
- Depois de determinar que você e a sua família estão seguros, procure oportunidades para ajudar e ministrar aos seus vizinhos. Isso pode lhe dar uma grande oportunidade de compartilhar a sua fé com as pessoas ao seu redor. Você pode dar esperança diante de uma catástrofe.

Emergências Químicas—Abrigo no Local

O que devo fazer se houver uma emergência química?

Proteja-se seguindo os procedimentos de abrigo no local:

Abrigo no Local

Embora a evacuação possa parecer a melhor solução, ela nem sempre é a mais segura. Em vez disso, prepare a sua casa ou local de trabalho para um abrigo no local, antes da catástrofe acontecer. Escolha uma área ou cômodo que possa abrigar confortavelmente a sua família ou colegas de trabalho, com acesso ao telefone, água e banheiro. **Sempre siga as instruções das autoridades locais, bombeiros e policiais, pois elas têm as melhores e mais atualizadas informações.**

Se for direcionado para o abrigo no local:

- Vá imediatamente para dentro do cômodo.

- Feche as portas e janelas.
- Desligue os aquecedores e ar condicionado.
- Feche os registros da lareira.
- Verifique se todas as aberturas estão vedadas com fita adesiva ou uma toalha molhada.
- Cubra o nariz e a boca com um pano úmido.
- Ligue e ouça a transmissão de emergência no rádio ou na televisão.
- Aguarde as instruções para que não existam dúvidas antes de sair novamente.
- Ative o seu plano de emergência/catástrofes.

Certifique-se de ter os seguintes suprimentos armazenados em sua área de abrigo:

1. Dois rolos de fita adesiva
2. Tesouras (resistentes)
3. Toalhas
4. Água potável (muita água potável)
5. Lonas de plástico (lonas azuis com ilhós)
6. Corda para pendurar e proteger as lonas e para uso geral
7. Artigos de banheiro e quaisquer medicamentos necessários
8. Rádio portátil a pilhas
9. Lanterna e baterias extras
10. O seu kit de emergência familiar, veicular, do trabalho, da escola e de viagem pessoal

Quando Acontecer Uma Catástrofe

- Fique calmo. Mantenha os membros da sua família calmos.
- Ore pelo discernimento, sabedoria e ajuda de Deus.
- Institua o seu plano familiar contra catástrofes.
- Permaneça hidratado.

- Esteja ciente, observe e ouça—olhe para CIMA, olhe para BAIXO, olhe ao seu REDOR.
- Segurança em primeiro lugar—pense antes de agir

Ajudando os Adultos a Enfrentar

Tendo acabado de vivenciar o choque e a dor de uma catástrofe, você estará muito ocupado pelos próximos dias ou semanas. Cuidar de suas necessidades imediatas, talvez até buscando um novo local para ficar, planejar a limpeza e os reparos, e registrar formulários de reclamação pode ocupar a maior parte do seu tempo. À medida que o choque imediato passa, você começará a reconstruir e retomar a sua vida. Há algumas reações normais que todos podemos vivenciar como resultado de uma catástrofe. Geralmente, esses sentimentos não duram muito, mas é comum sentir-se decepcionado e ressentido muitos meses após o evento. Alguns sentimentos ou respostas podem não aparecer até semanas ou mesmo meses após uma catástrofe.

Algumas respostas comuns após uma catástrofe incluem:

- Irritabilidade/raiva
- Tristeza
- Fadiga
- Dores de cabeça ou náuseas
- Perda de apetite
- Hiperatividade
- Dificuldade para dormir
- Perda de concentração
- Pesadelos
- Aumento do consumo de álcool ou drogas

Muitas vítimas de uma catástrofe terão pelo menos uma dessas respostas.

Reconhecer os seus sentimentos e o estresse é o primeiro passo para se sentir melhor.

Outras coisas úteis a serem feitas para lidar após uma catástrofe incluem:

- Fale sobre as suas experiências com catástrofe. Compartilhar os seus sentimentos, em vez de contê-los, o ajudará a se sentir melhor com o que aconteceu.
- Tire uma folga dos cuidados, preocupações e reparos domésticos. Dedique um tempo para recreação, relaxamento ou um hobby favorito. Ficar longe de casa por um dia ou algumas horas com amigos próximos pode ajudar.
- Preste atenção à sua saúde, boa dieta e sono adequado. Exercícios de relaxamento podem ajudar se você tiver dificuldade para dormir.
- Prepare-se para possíveis emergências futuras para diminuir os sentimentos de desamparo e trazer paz de espírito.
- Reconstrua relacionamentos pessoais, além de reparar outros aspectos de sua vida. Os casais devem ter tempo para ficar sozinhos juntos, para conversar e se divertir.
- Se o estresse, a ansiedade, a depressão ou os problemas físicos persistirem, você pode entrar em contato com os serviços pós-catástrofes fornecidos pelo centro de saúde mental local ou por um consultor profissional e/ou pelo seu médico.
- Releia esse material periodicamente nas próximas semanas e meses. Estar ciente de seus sentimentos e compartilhá-los com os outros é uma parte importante da recuperação e se sentir normal novamente em breve.

Ajudando as Crianças a Enfrentar

As crianças podem ficar especialmente abaladas e apresentarem emoções exageradas após uma catástrofe. Essas reações são normais e geralmente não duram muito.

Alguns problemas que você pode enfrentar com seus filhos após uma catástrofe:

- Medo excessivo de escuridão, separação ou estar sozinho
- Apego aos pais/medo de estranhos

- Inquietude
- Aumento de comportamentos imaturos
- Falta de vontade de ir à escola
- Alterações nos comportamentos de comer/dormir
- Aumento no comportamento agressivo ou timidez
- Xixi na cama ou chupar o polegar
- Pesadelos constantes
- Dores de cabeça ou outras queixas físicas

Algumas coisas que ajudarão seus filhos a se sentirem melhor após uma catástrofe:

- converse com seus filhos sobre os seus sentimentos em relação à catástrofe. Compartilhe os seus sentimentos.
- Faie sobre o que aconteceu; dê aos seus filhos as informações que eles possam entender.
- Tranquilize seus filhos de que vocês estão seguros e juntos. Pode ser necessário repetir essa reafirmação com frequência.
- Abraça e toque seus filhos com frequência.
- Passe mais tempo com seus filhos na hora de dormir.
- Permita que seus filhos chorem ou sofram por um brinquedo perdido, um cobertor perdido ou um lar perdido.
- Se você sente que seus filhos estão tendo problemas na escola, converse com o professor deles para que juntos vocês possam ajudá-los.
- Normalmente, a resposta emocional de uma criança a uma catástrofe não dura muito. Mas alguns problemas podem estar presentes ou se repetir muitos meses depois. Se os problemas persistirem, entre em contato com um centro de saúde mental composto por orientadores especializados em conversar com pessoas com problemas relacionados a catástrofes, um orientador profissional e/ou pediatra da criança.

Conclusão

Ninguém sabe quando uma catástrofe ocorrerá. Mas uma coisa que sabemos com certeza é que isso acontecerá mais cedo ou mais tarde. Ninguém está imune a catástrofes ou tragédias. Todos nós fomos ensinados na escola primária a estarmos preparados no caso de uma catástrofe. No entanto, sabemos que apenas uma pequena porcentagem das pessoas está realmente preparada e poucas realmente têm um plano contra catástrofes elaborado ou até mesmo discutiram a preparação contra catástrofes com as suas famílias. A história provou e a Bíblia diz que as catástrofes fazem parte da vida na Terra.

Jeremias 25:32 (NVI)

Assim diz o Senhor dos Exércitos: “Eis que o mal passa de nação para nação, e grande tormenta se levantará dos confins da terra.”

Mateus 24:7-8 (NVI)

...Porquanto se levantarão nação contra nação, e reino contra reino, e haverá fomes, e pestes, e terremotos, em vários lugares.

Mas todas estas coisas são o princípio de dores.

Essas seções apresentaram sugestões práticas sobre como preparar a sua família para sobreviver em uma catástrofe. No entanto, não serão eficazes, a menos que você se prepare com antecedência. A sua família é importante demais para esperar por mais tempo. Faça parte da solução e não do problema. Estar preparado permitirá que você seja usado por Deus em tempos de crise para ajudar e ministrar às outras pessoas.

E não esqueça que a coisa mais importante que podemos fazer durante um período de crise é buscar a orientação e a sabedoria de Deus e orar.

Prepare-se, a hora é agora!!!

Aula 3—Preparação das Equipes em Atenção às Catástrofes

Orientação de assistência da Saddleback

Saddleback RELIEF - Missão

- Auxiliar as pessoas, o pessoal da igreja e os líderes ministeriais na preparação contra catástrofes
- Auxiliar as pessoas afetadas por catástrofes com o carinho compassivo e amor de Jesus Cristo que conforta os que sofrem e dá esperança aos desesperados

Saddleback RELIEF - Valores

- Estarmos preparados para que tenhamos a capacidade de ajudar as outras pessoas afetadas por catástrofes
- Compartilhar o amor, a misericórdia e a graça de Cristo com as pessoas afetadas por uma catástrofe, atendendo às necessidades físicas, emocionais e espirituais
- Honrar e edificar a igreja local
- Trabalhar em colaboração com a igreja, empresas, governos e ONGs—o alicerce de três pontos do plano PEACE
- Liderar com assistência, NÃO soluções... e relacionamentos, NÃO dependência

Saddleback RELIEF - Estratégias

- **Esteja PREPARADO**

É difícil, se não impossível, dar apoio físico, emocional e espiritual a outras pessoas quando você ou as pessoas próximas sofrem os efeitos de uma catástrofe.

- Ajude as pessoas, famílias e os pequenos grupos a se prepararem e desenvolverem um plano de sobrevivência e ajuda às outras pessoas após a ocorrência de uma catástrofe.

- ° Desenvolva, mantenha e treine a equipe da igreja e os principais líderes do ministério quanto aos planos em resposta às emergências.

● ORAR – DAR – IR

Todos podem ORAR, a maioria pode DAR, poucos podem IR

- ° Planos em resposta desenvolvidos em torno dessas ações
- ° Consulte o guia em resposta às catástrofes

● Trabalhe com as IGREJAS LOCAIS

A igreja local é a rede de distribuição mais eficaz do mundo, com o maior número de voluntários; e a mais poderosa mensagem de esperança para mudar vidas. Os governos e as ONGs desaparecerão em alguns meses após uma catástrofe; mas a igreja sempre estará lá para oferecer assistência diretamente às pessoas que mais precisam e, principalmente, para cuidar de todos. Os membros da igreja local estão mais bem posicionados para identificar os necessitados.

- ° Ajude as igrejas locais a fornecer o apoio físico, emocional e espiritual à sua comunidade.
- ° Ajude as igrejas locais a fornecer e distribuir as necessidades básicas de comida, água, abrigo e/ou assistência médica às pessoas em sua comunidade afetadas por uma catástrofe.
- ° Coloque os membros da igreja local em posições de interação com a comunidade, sempre que possível. Sirva ao lado dos membros da igreja local ou procure desempenhar papéis de apoio.
- ° Represente a igreja local para que as pessoas saibam onde podem buscar apoio no futuro.

● Apoie os PASTORES LOCAIS

As igrejas e os pastores geralmente sofrem grandes impactos econômicos logo após uma catástrofe.

- ° Forneça ajuda financeira de curto prazo (normalmente de 1 a 2 meses) para e/ou através de pastores locais afetados para sustentar as suas famílias e/ou oferecer assistência às suas comunidades.

● Associe-se às ONGs cristãs de assistência em catástrofes

As ONGs de assistência em catástrofes (organizações não governamentais) geralmente possuem estoques de suprimentos e equipamentos para assistência em catástrofes que podem ser prontamente utilizados em catástrofes..

- ° Tente identificar os recursos locais disponíveis antes de se comprometer com recursos externos.
- ° Ajude a conectar as igrejas locais e as ONGs que podem fornecer os recursos necessários.

- ° Forneça “assistência de crise” imediata em parceria com ONGs cristãs selecionadas que têm os recursos baseados em problemas de catástrofes disponíveis.

O que segue é feito após o término da viagem de assistência. Se a igreja estiver interessada, o líder de equipe pode retornar e ensinar a preparação contra catástrofes.

● **Forneça o treinamento do Ministério PURPOSE DRIVEN e do Plano PEACE**

As catástrofes podem oferecer oportunidades para reorientarmos as igrejas..

- ° Envolva a equipe transversal (funcional) do Purpose Driven/PEACE do início até o final
- ° Os líderes da equipe de assistência devem estar preparados para compartilhar a Jornada de Propósitos e conectar as igrejas locais àquelas que podem fornecer treinamento adicional no Ministério Propósitos, Uma Vida com Propósitos e Plano PEACE.

● **Construa uma PONTE DA ASSISTÊNCIA ATÉ O DESENVOLVIMENTO**

Migre das atividades de assistência o mais rápido possível através de uma ponte de pré-desenvolvimento e depois para o pleno desenvolvimento do plano PEACE

- ° Estabeleça uma projeção desde o início de nosso envolvimento que move todas as atividades desde a assistência até a ponte de pré-desenvolvimento e, finalmente, o desenvolvimento pleno
- ° Capacite os sobreviventes a se ajudarem
- ° Use o plano PEACE como plataforma de discussão e ação

Como a Saddleback soletra RELIEF

Reunião de nossos voluntários

Todo o nosso trabalho de assistência é realizado por e através da nossa rede de equipes e voluntários PEACE, facilitando a rápida mobilização de uma grande força voluntária.

“E estejam preparados para toda a boa obra” Tito 3:1b (NIV).

Envolvimento das igrejas locais como centros de assistência

As congregações locais são os campos base mais naturais e eficazes para a assistência por seis razões. 1) Elas já existem em todas as comunidades. 2) Elas conhecem sua comunidade e são confiáveis por ela. 3) Elas têm o maior número de voluntários. 4) Elas têm serviço compassivo como parte de sua missão. 5) Elas têm uma rede existente. 6) Elas permanecerão em uma comunidade muito tempo depois que os órgãos de assistência de curto prazo tiverem feito as malas.

“E sobre esta pedra edificarei a minha igreja, e as portas do inferno não prevalecerão contra ela” (Mateus 16:18, NIV).

Ligaçāo com parceiros públicos e privados

O governo pode fornecer serviços de resgate e evacuação. As empresas podem fornecer conhecimento e capital. As igrejas fornecem mão de obra, centros de distribuição em todo o mundo e cuidados de longo prazo. É preciso que todos os três trabalhem juntos - comunidades públicas, privadas e religiosas.

“Melhor é serem dois do que um, porque têm melhor paga do seu trabalho” Eclesiastes 4:9 (TEV).

Inclusão de apoio físico, emocional e espiritual

Os seres humanos são mais do que um corpo, por isso precisam muito mais do que apenas apoio médico e material após uma catástrofe. As igrejas fornecem o apoio pessoal que os governos não podem oferecer.

“Levanta o pobre do pó, e desde o monturo exalta o necessitado, para o fazer assentar entre os príncipes, para o fazer herdar o trono de glória” (1 Samuel 2:8, Mes.).

Estímulo para que os sobreviventes se ajudem

Os sobreviventes merecem ser tratados com dignidade, não como dependentes e vítimas indefesas. Não chame os sobreviventes de uma catástrofe de “vítimas” porque a palavra vítima tem uma conotação muito negativa. Use a palavra sobrevivente, porque ela os capacita a querer continuar e, na verdade, lhes dá mais esperança de poder dizer que sobreviveram a alguma coisa. As pessoas se recuperam mais rapidamente quando ajudam na sua própria recuperação. Frequentemente, a assistência do governo e das ONGs é organizado, mas também institucionalizado e impessoal. Nós tratamos as pessoas como iguais.

“Honrai a todos” 1Pedro 2:17 (NCV).

“Levai as cargas uns dos outros, e assim cumprireis a lei de Cristo” Gálatas 6:2 (CEV).

Financiamento do que é negligenciado

As nossas ofertas de assistência são usadas para as necessidades estratégicas que normalmente passam despercebidas.

“Porque a administração deste serviço, não só supre as necessidades dos santos, mas também é abundante em muitas graças, que se dão a Deus” 2Coríntios 9:12 (LB).

Saddleback RELIEF - Guia em Resposta às Catástrofes

Este guia deve ser usado para implementar a resposta da Saddleback a uma catástrofe. Ele é iniciado pelo pessoal da equipe de assistência.

Prioridade em Resposta

A Saddleback não consegue responder a todas as catástrofes. Portanto, é dada prioridade a:

- Ajudar os parceiros da igreja já estabelecidos que prestam assistência em catástrofes em sua comunidade ou foram afetados por uma catástrofe.
- As catástrofes próximas aos nossos campi – proporcionam maior envolvimento potencial.
- As catástrofes com alta conscientização do público – devido ao tamanho e escopo da catástrofe.

Etapa 1 – Equipe de avaliação

- O coordenador de catástrofes da Saddleback identificará e formará uma equipe de avaliação composta por voluntários experientes.

Etapa 2 – Avaliação da situação e das necessidades (realizada pela equipe de avaliação)

A avaliação é realizada por um contato de casa e pela equipe de avaliação em campo..

- O contato de casa identificaria os parceiros da igreja no país ou região onde ocorreu a catástrofe para entrar em contato

Recursos a serem usados:

- Rede PD
- Líderes de equipe PEACE no país/região
- Entre em contato com os parceiros da igreja no país/região onde ocorreu a catástrofe para perguntar:
 - Como eles estão? Eles foram afetados?
 - Qual é o status atual da situação da catástrofe?
 - Eles estão oferecendo assistência ou planejando oferecer?
 - Eles precisam/querem a nossa assistência? (veja a possível resposta)

- Entre em contato com ONGs cristãs para ver como elas estão respondendo

Após obter essas informações, o contato de casa retransmitiria as informações ao líder de equipe no local. Eles então formarão um plano que, quando aprovado, determinará quais recursos serão mais úteis aos sobreviventes que a igreja pode fornecer e qual a melhor forma de distribuí-los.

Etapa 3 – Desenvolvimento do plano em resposta

- Utilizando a lista de possíveis ações ORAR – DAR – IR abaixo, desenvolva um plano em resposta com base nas necessidades e capacidades. Escolha apenas as ações que seriam respostas apropriadas.
- Identifique os itens imprescindíveis do plano em resposta

O que DEVE ser feito para ter sucesso em alcançar essas condições finais?

Considerações

- Quais igrejas precisam de ajuda?
- Quais igrejas estão ajudando ativamente e o que estão fazendo?
- Quais igrejas querem ajudar os desabrigados/sofredores vs. desabrigados/sobreviventes?
- Quais igrejas estão relacionadas à comunidade?

ORAR

- Compartilhe as necessidades de oração com os membros da equipe PEACE e com os frequentadores da igreja que têm relações com o país/região afetado
- Crie uma conscientização geral publicando informações nas mídias sociais e no site da Saddleback Relief.

DAR

- Usando a mídia social, forneça informações de que os membros e voluntários podem fazer contribuições designadas para os esforços de assistência por meio da conta PEACE/Saddleback Relief
- Diretrizes para o uso de fundos de assistência
 - Os fundos devem ser usados para ajudar as igrejas locais nos esforços de assistência. Os esforços de assistência podem ser definidos como aquelas atividades que ajudam a reabilitar os afetados à normalidade, como a substituição de itens perdidos devido à catástrofe ou o fornecimento de necessidades básicas até que eles possam voltar para casa. Isso não incluiria

a compra de um item novo para alguém, apenas porque ele estava velho ou desgastado antes da catástrofe.

- A avaliação das necessidades deve ser feita através dos contatos das igrejas locais (com antecedência por e-mail ou telefone e/ou pessoalmente enquanto os membros da equipe estiverem no país)
- As decisões sobre como usar parte ou todo o dinheiro contribuído para assistência não pertencem à equipe. O líder do ministério na Saddleback, juntamente com a equipe da igreja, decidirão como o dinheiro doado para assistência será desembolsado. .

IR

Não enviaremos equipes para se tornarem um fardo ou responsabilidade para as igrejas, organizações ou governo que estão tentando se recuperar de uma catástrofe. Iremos apenas onde podemos ser um trunfo para eles. A avaliação para determinar se uma equipe pode ir é fundamental para o sucesso do Saddleback Relief.

- Todas as viagens de assistência PEACE precisam abordar os seguintes problemas antes de serem aprovadas (consulte o Plano de Ação de Viagem de Assistência PEACE).
 - Necessidades de segurança e proteção
 - Transporte para dentro e fora do país
 - Transporte terrestre no país
 - Disponibilidade de combustível
 - Alojamento da equipe
 - Equipamentos e suprimentos necessários
 - Água potável limpa
 - Alimentos
 - Questões sanitárias
 - Ministério - o que estamos fazendo, onde estamos fazendo, como estamos fazendo, com quem estamos fazendo e como continuarão depois que partirmos?
 - *Equipes para ajudar as igrejas dentro ou perto da área afetada, prestando assistência*

Etapa 4 – Aprovação do plano em resposta

- A equipe de avaliação enviará as recomendações ao líder do ministério na Saddleback e aguardará a aprovação da igreja (consulte o Apêndice 1 – Formulário em resposta de Assistência PEACE.)

Etapa 5 – Implementação do plano em resposta

- Comunique-se apenas através dos canais aprovados

ORAR

- Compartilhe as necessidades de oração por plano em resposta aprovado

DAR

- Compartilhe as oportunidades de doação por plano em resposta aprovado
- Comunique o processo para os fundos de assistência dedutíveis de impostos designados (fundos de viagem administrados pelo processo de viagem PEACE):
- Preencha cheques a pagar para: Saddleback Church
- Escreva: "Assistência ao País" no memorando do cheque (por exemplo: "Assistência à China")

• Envie o cheque para:
Saddleback Church
A/C: PEACE Relief
1 Saddleback Parkway
Lake Forest, CA 92630

IR

- O líder de equipe solicitará a viagem PEACE e registrará os membros da equipe através do processo de viagem PEACE
- Os membros da equipe devem concluir o treinamento necessário para a viagem PEACE
- O líder de equipe será o responsável pela contabilidade e as despesas

Etapa 6 – Discussão

- No campo todos os dias
- Ao retornar com o líder do ministério de assistência da Saddleback
- Com toda a equipe.
 - Isso serve para ajudar qualquer pessoa que esteja passando por um trauma indireto pelo qual testemunhou. 90% dos voluntários ficarão bem, mas frequentemente 10% deles precisarão de ajuda.

Etapa 7 – Publicação do relatório de viagem

- O líder de equipe devolverá os recibos e processará o relatório das despesas da equipe
- Informará as equipes futuras sobre as atividades e condições
- Reportará as histórias aos apoiadores e membros da Saddleback
- As fotos e histórias são enviadas à equipe do Saddleback Relief para que sejam incluídas nas mídias sociais e em outras áreas

Capelão de Assistência em Catástrofes (iniciais da palavra em inglês)

C - Chamado em um momento de dor.

Você é o *guardião* da experiência sagrada em tempos de crise. Você estará em terreno sagrado para os afetados! Eles procurarão tratamento espiritual através de você.

H - Ajude na necessidade emocional imediata.

Demonstrar compaixão é estar *emocionalmente presente no sofrimento*. Você está presente no pior momento de suas vidas.

A - Auxilie com informações úteis.

Esteja informado *antes* de entrar em campo. Reúna as informações úteis (por exemplo, localização da FEMA e companhias de seguros).

P - A oração é curta, específica; espontânea.

Deus fará, você só precisa *estar*. As habilidades cognitivas das pessoas ficam muito baixas em situações de catástrofes. Elas não entenderão grandes palavras da Bíblia e não conseguirão se concentrar por muito tempo. Portanto, seja específico e rápido.

L - Ouça os sentimentos.

No campo, as pessoas estão assustadas. Não se concentre em fazer, se concentre em estar... fique na fila com eles, sente-se em silêncio, ajude a preencher a papelada. A coisa mais importante no campo é a pessoa, não o trabalho.

A - Evite respostas cognitivas.

Não tente responder à pergunta “Por quê?” Você não pode responder a algumas perguntas, lembre-se, você está ouvindo as emoções, não pensando.

I - Convidado sem direito a conversas sobre Jesus.

A sua visão de mundo pode não ser a visão de mundo deles. As catástrofes são

uma violação dos sistemas de valores. Se você for questionado sobre Jesus, poderá compartilhar com eles. Mas não queremos irritar alguém por ter o direito de falar sobre Jesus.

N - Precisa ouvir e esclarecer.

Esclareça primeiro e seja útil. Esclareça o que o sobrevivente está procurando em ajuda ou oração. Então, na hora certa, ofereça esperança. Os sobreviventes devem perceber que você ouviu e se importou..

Como prestar os primeiros socorros espirituais

1. Esteja informado antes de entrar em campo; reúna as informações úteis.
2. Trabalhe em equipes pequenas de 2 a 3 pessoas de capelães de assistência em catástrofes.
 - a. Isso protege você e o sobrevivente.
 - b. Se possível, homens devem ministrar aos homens e mulheres as mulheres.
3. Esteja presente fisicamente e emocionalmente.
4. Afaste as vítimas de enfrentar o evento para proporcionar uma sensação de segurança.
5. OUCÀ: não sinta que precisa dar respostas para as perguntas “POR QUÊ”?
6. As habilidades cognitivas estão baixas em tempos de crise. Ajude com pequenas coisas.
7. Pegue água e comida, um cobertor para aquecer, ajude a preencher qualquer papelada.
8. Esclareça o que está sendo dito, reformulando-o de volta a eles.
 - ° Por exemplo, se alguém lhe pedir ajuda para encontrar “Sarah”, pergunte: “Você precisa de ajuda para encontrar a sua filha Sarah?”
9. Conecte as pessoas com outras pessoas por idade, cultura, idioma etc.
10. Informe as vítimas quanto tempo você planeja estar lá e que outras pessoas virão.
11. Se pedirem para rezar; pergunte: “O que você gostaria que eu orasse por você?”

12. A oração deve ser curta, específica e espontânea.
13. Uma catástrofe não é o melhor momento para discutir o plano de salvação.
14. Acomodar outras crenças não significa que você está aceitando essa fé.
15. Proporcione uma sensação de privacidade e confidencialidade.
 - a. Os sobreviventes compartilharão as coisas com você e assumirão a confidencialidade.
 - b. Cuidado para não fofocar através da oração.
16. Em caso de dúvida sobre a estabilidade de uma pessoa, entre em contato com um profissional de saúde.

FAZER

- 1. Reconheça** a perda, especificamente.
 - a. Use o nome da pessoa e/ou indique o que aconteceu com ela.
 - i.“Sinto muito, você perdeu a sua casa.”
 - ii.“Sinto muito, você perdeu George.”
- 2. Dê** permissão para lamentar.
 - a. Deixe-os saber que não há problema em chorar.
- 3. Ouça** sem julgamento.
- 4. Permita** que a pessoa em luto fale sobre sua perda, o falecido ou a situação/ evento trágico.
 - a. Se não estiver à vontade para ouvi-los, encontre alguém que esteja.
- 5. Faça** perguntas abertas sobre o evento.
- 6. Ofereça** assistência prática.
 - a. Diga a eles onde eles podem obter comida, água, seguro etc.
- 7. Capacite** com pequenas escolhas e decisões – não sobrecarregue a pessoa.
 - a. Por exemplo, não pergunte apenas: “O que você quer comer?” Em vez disso, pergunte se eles querem um sanduíche de peru ou presunto.
- 8. Compartilhe** palavras de admiração pelo falecido, se apropriado.
- 9. Diga:** “Sinto muito” ou “Sinto muito por sua perda”.
 - a. “Não consigo sentir a sua dor, mas estou aqui por você”
 - b. “Você gostaria de conversar?”
 - c. “Que seu Deus te abençoe e te dê forças”.
 - d. “Estou sofrendo com você pela morte de _____”.
 - e. “Eu sei que você vai sentir muita falta de _____”.

NÃO FAZER

1. Não evite a pessoa que está sofrendo.
 - a. Novamente, se você não se sentir à vontade para compartilhar o sofrimento de outra pessoa, encontre alguém que esteja.
2. Não atribua culpa ou responsabilidade.
3. Não tente responder a pergunta “POR QUÊ?”
4. Não minimize a perda.
5. Não mude de assunto que não seja o falecido.
6. Não fale muito – OUÇA.
7. Não diga: “Eu sei como você se sente”.
 - a. “Foi ou é a vontade de Deus”.
 - b. “Ela ou ele está em um lugar melhor agora”.
 - c. “O tempo cura todas as feridas”.
 - d. “Seja forte”.
 - e. “Não chore”.
 - f. “Ele ou ela descansou”.
 - g. “O Senhor sabe o que é melhor”.
 - h. “Fique feliz que acabou”.

ESCLARECENDO AS NECESSIDADES CULTURAIS

- Há algo de especial que você gostaria que eu soubesse sobre como ajudá-lo nessa crise?
- Qual seria a coisa mais útil que eu poderia fazer por você agora?
- Existe algo especial que eu poderia fazer por _____ (o falecido)?
- Há algo de especial que eu poderia contar a alguém sobre como você gostaria que o corpo de _____ (o falecido) fosse tratado?
- Você tem alguma necessidade religiosa especial em que eu possa ajudá-lo?
- Você tem alguma dúvida sobre o que estará acontecendo agora?
- Você tem alguma restrição religiosa ou cultural que eu devo conhecer?

Resposta específica a cada idade em uma catástrofe

O medo é a reação comum; Confiança é a necessidade comum

- Do nascimento aos 2 anos: contato físico (segurar); recuperação do principal responsável
- 2 a 3 anos: contato físico (sentar-se ao lado, segurar as mãos); recuperação do principal responsável
- 3 a 6 anos: contato físico (sentar-se ao lado); recuperação da família, reconforto
- 6 a 12 anos: restauração dos laços, estabelecimento das rotinas e ordem, reconforto
- 12 a 18 anos: determinação de identidade, restauração dos laços com os colegas (organize uma área para os adolescentes)
- 19 a 65 anos: capacite com escolhas, restaure a ordem, garanta confidencialidade, forneça informações
- Mais de 65 anos: ouça as histórias/preocupações, restaure a ordem e os laços, capacite com escolhas, estabeleça as rotinas normais, dê dignidade

Como eu confio em Deus (adoro) Depois de Uma Perda?

A seguir, um sermão de Rick Warren após a Tempestade de Fogo ocorrida em outubro de 2007 no sul da Califórnia. Fornecemos a todas as nossas equipes porque existem referências bíblicas que podem ajudar no ministério das pessoas. Por uma questão de tempo, é melhor que você os informe de que esse sermão está presente nos manuais, se necessário.

A CONFIANÇA de Jó em Deus

Em tempos de tragédia e perda, busque a Deus, não se distancie Dele

Diga a Deus como você se sente exatamente

“Então Jó se levantou, e rasgou o seu manto, e rapou a sua cabeça, e se lançou em terra, e adorou” Jó 1:20 (GW).

“Por isso não reprimirei a minha boca; falarei na angústia do meu espírito; queixar-me-ei na amargura da minha alma!” Jó 7:11(TEV).

“Levanta-te, clama de noite no princípio das vigias; derrama o teu coração como águas diante da presença do Senhor” Lamentações 2:19 (NCV)

“Cri, por isso falei. ‘Estive muito aflito!’” Salmos 116:10 (NCV)

O livro de Habacuque pergunta: por que Deus?

Sobre quais frustrações você precisa conversar com Deus?

Não se torne amargo

E disse: “Nu saí do ventre de minha mãe e nu tornarei para lá; o Senhor o deu, e o Senhor o tomou: bendito seja o nome do Senhor! Em tudo isto Jó não pecou, nem atribuiu a Deus falta alguma” Jó 1:21-22 (LB).

Na amargura, não conseguimos ver de forma ampla, nos focamos em nós mesmos. A amargura não nos permite desfrutar de Deus.

Por que posso louvar a Deus quando estou com dor?

- Deus nunca deixará de me amar (Jó 10:12)
- Deus tem um plano para a minha vida (Jó 23:14)
- Deus se preocupa com todos os detalhes da minha vida (Jó 23:10, 31:4)
- Deus está no controle das coisas que não entendemos (Jó 34:13)
- Deus me protegerá (Jó 5:11)

“Porque ainda que a figueira não floresça, nem haja fruto na vide; ainda que decepcione o produto da oliveira, e os campos não produzam mantimento; ainda que as ovelhas da malhada sejam arrebatadas, e nos currais não haja gado. Todavia eu me alegrarei no Senhor; exultarei no Deus da minha salvação.” Habacuque 3:17-18 TEV)

A FÉ NÃO TESTADA NÃO É FÉ.

Una-se aos outros na adoração. Nós somos melhores juntos

(Elihu) “Porquanto há furor, guarda-te de que não sejas atingido pelo castigo violento, pois nem com resgate algum te livrarias dele. Estimaria ele tanto tuas riquezas? Não, nem ouro, nem todas as forças do poder. Não suspires pela noite, em que os povos sejam tomados do seu lugar. Guarda-te, e não declines para a iniquidade; porquanto isso escolheste antes que a aflição. Eis que Deus é exelso em seu poder; quem ensina como ele? Quem lhe prescreveu o seu caminho? Ou, quem lhe dirá: Tu cometeste

maldade? Lembra-te de engrandecer a sua obra, que os homens contemplam" Jó 36:18-24 (CEV).

"Buscai ao Senhor e a sua força; buscai a sua face continuamente" 1Crônicas 16:11 (TEV).

"Os mansos verão isto, e se agradarão; o vosso coração viverá, pois que buscais a Deus" Salmos 69:32 (TEV).

PAULO "Porque sei que disto me resultará salvação, pela vossa oração e pelo socorro do Espírito de Jesus Cristo" Filipenses 1:19 (NCV).

Adorar a Deus é simplesmente amar a Deus.

Entrego meu futuro a Deus

"Então sua mulher lhe disse: Ainda reténs a tua sinceridade? Amaldiçoa a Deus, e morre. Porém ele lhe disse: Como fala qualquer doida, falas tu; receberemos o bem de Deus, e não receberíamos o mal? Em tudo isto não pecou Jó com os seus lábios" Jó 2:9-10(NLT).

"Ainda que ele me mate, nele esperarei" Jó 13:15 (KJV).

"Porque todas estas coisas os gentios procuram" Mateus 6:32a (CEV).

- A resposta de Jó foi uma rendição total.
- Não importa o que aconteça, louvarei a Deus.
- O medo é o que te machuca. As pessoas magoadas magoam outras pessoas.

Sadraque, Meseque e Abednego em Daniel 3 na fornalha de fogo ardente

- Se você tem fé como eles, nada pode lhe fazer mal.
- Às vezes Deus não nos tira do fogo, Ele nos deixa passar por isso.
- O fogo refina metais preciosos.

Confio em Deus, Jesus Cristo, em todas as áreas da minha vida

JESUS: "Tenho-vos dito isto, para que em mim tenhais paz; no mundo tereis aflições, mas tende bom ânimo, eu venci o mundo" João 16:33 (Mes)

"A qual, professando-a alguns, se desviaram da fé. A graça seja contigo. Amém"

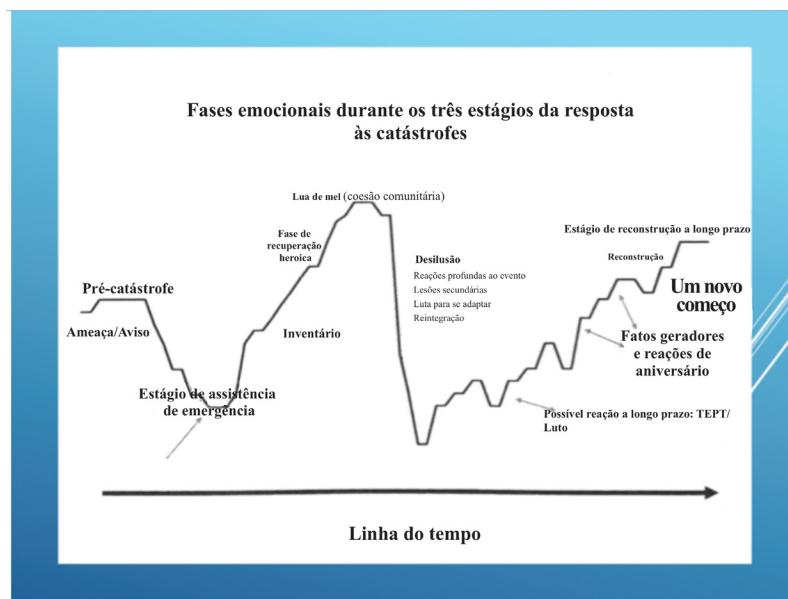
1Timóteo 6:21 (LB).

- O luto é a maneira de Deus lidar com a perda.
- Bem-aventurados os que choram. Mateus 5:4
- Nunca abandone alguém de luto, ajude-o a superar isso

Para ver a tua força e a tua glória, como te vi no santuário. Salmos 63:2

Saddleback RELIEF - Diretrizes éticas

Antes de uma catástrofe acontecer, as pessoas geralmente são emocionalmente firmes. Após uma catástrofe, os sobreviventes passarão por várias fases emocionais. Eles primeiro experimentam um nível emocional baixo depois que o evento ocorre, que será seguido por um pico quando a ajuda à catástrofe chegar. Depois eles vivenciam um nível emocional ainda mais profundo depois que os trabalhadores da assistência contra catástrofes vão embora. Isso pode ser porque todos os ajudantes se foram, mas ainda há muito que fazer. Finalmente, haverá uma melhora gradual à medida que se recuperarem. Algumas pessoas levam anos para se recuperar, enquanto outras levam meses.



Tome cuidado para não prejudicar o esforço do grupo com palavras ou ações descuidadas. Cada pessoa deve se lembrar de que representa ao Senhor e a igreja. Todas as atitudes e ações devem refletir os ensinamentos de Cristo.

Tire um tempo para ouvir as vítimas. Nunca fique tão ocupado em resposta às necessidades físicas que esqueça as pessoas para as quais veio ajudar. Na maioria dos casos, a maior necessidade da vítima é ter alguém ouvindo a sua história. No entanto, não tente atender às necessidades físicas ou pessoais com as quais você não está treinado. Sempre esteja disposto a encaminhar uma vítima ou problema para uma pessoa qualificada, se for algo que você não consegue lidar.

Respeite a propriedade das vítimas. Coisas que podem parecer inúteis para você podem ser preciosas para outra pessoa.

Nunca aceite contribuições das pessoas que você ajuda. Se eles pedirem para contribuir, encaminhe-os para um endereço para onde podem enviar uma doação.

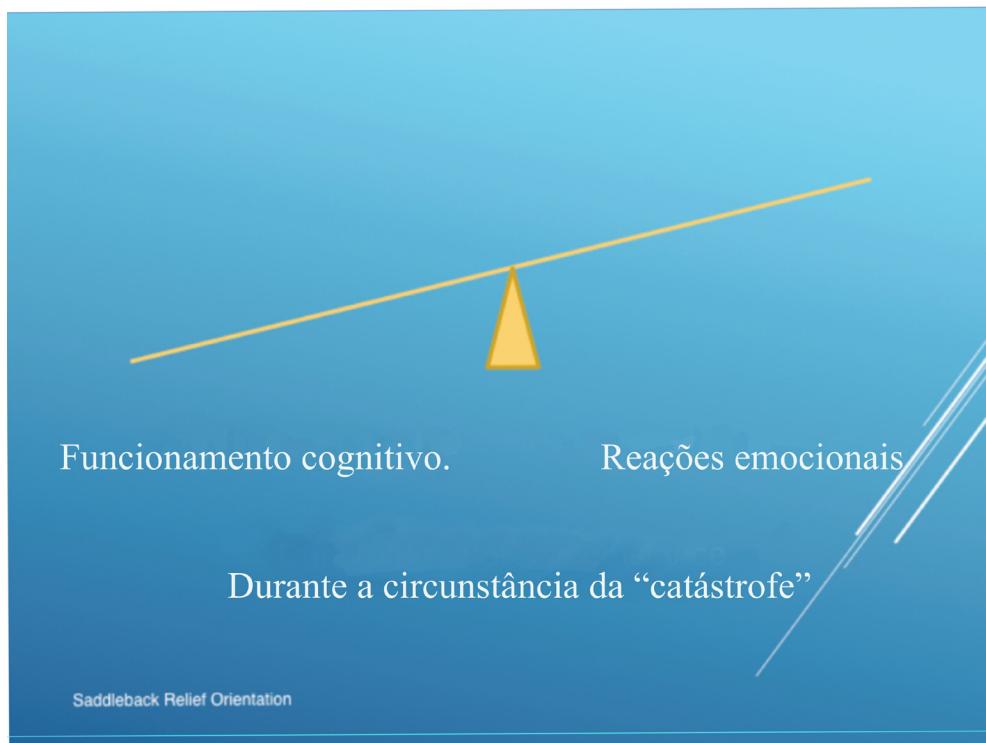
Seja sensível ao fato de que as informações compartilhadas por uma vítima em sigilo devem permanecer assim. Respeite a privacidade de cada indivíduo.

Ao tirar fotos de danos causados por catástrofes, seja sensível às pessoas envolvidas. Se elas estiverem presentes, sempre peça permissão. Nunca tire fotos em grupo ou selfies em que você esteja sorrindo na frente da casa ou propriedade danificada de alguém.

Ao compartilhar informações sobre a ajuda disponível às vítimas, verifique se as informações estão corretas. Ao compartilhar informações sobre uma situação de catástrofe, verifique se seus fatos são precisos. Não participe da disseminação de rumores que circulam após uma catástrofe.

Os trabalhadores têm uma oportunidade única de colocar sua fé em ação. Muitas vezes, o ministério abre as portas para o testemunho pessoal. Esteja preparado para compartilhar a fé em Jesus Cristo quando surgir a oportunidade.

No entanto, você também precisa entender que, embora as habilidades cognitivas de uma pessoa sejam normalmente equilibradas com suas reações emocionais, após uma catástrofe, as suas habilidades cognitivas estarão no nível mais baixo e as reações emocionais no nível mais alto. À luz disso, você só deve dar o evangelho quando solicitado pelo sobrevivente, a fim de evitar manipulá-los involuntariamente



Saddleback RELIEF - Diretrizes de Segurança

Mantenha-se em boa saúde e em boas condições físicas. Faça exames físicos regulares. Consulte o seu médico sobre o seu envolvimento na assistência em catástrofes. Receba as vacinas recomendadas pelo CDC. Tome os medicamentos prescritos pelo seu médico. Se possível, solicite uma prescrição de backup para medicamentos. Não há como dizer quando a chamada para sair pode chegar. Portanto, mantenha-se sempre saudável e preparado.

Trabalhe dentro de seus pontos fortes e limitações: físico (força e saúde), emocional (controle do estresse) e mental (conhecimentos e habilidades). Leve itens de saúde pessoal que sejam úteis para seu conforto e bem-estar. Use roupas, calçados e equipamentos especiais adequados às tarefas e condições que você enfrentará. Evite ficar sentado ou parado na mesma posição, exposição constante ao sol e exposição prolongada à água, calor e frio.

Coma regularmente, beba bastante água e, se necessário, use protetor solar. Descanse quando puder. Não baseie a sua carga de trabalho na carga de outra pessoa. Mantenha o seu ritmo. Dormir será difícil. Tenha cuidado em áreas de perigo onde você pode encontrar tráfego intenso, vidros quebrados, pregos e linhas elétricas derrubadas. Relate todas as lesões ao coordenador de primeiros socorros. Familiarize-se com a política e os procedimentos para doenças e lesões no local.

Uma catástrofe, por definição, envolve tumulto e confusão. Os procedimentos normais foram totalmente interrompidos. Portanto, todas as precauções devem ser tomadas pelo responsável pela resposta para garantir a segurança. Aqui estão algumas sugestões para ajudar a proteger a segurança dos trabalhadores

- Antes de entrar em um imóvel como uma equipe, o líder de equipe deve examinar a estrutura quanto a danos e riscos potenciais.
 - Informe a sua equipe sobre possíveis riscos.
- Antes de entrar em imóveis danificados, verifique se todos os serviços públicos (eletricidade, gás, telefone, cabo etc.) foram desligados. Verifique com as concessionárias, se necessário.
 - Nunca suponha. Se você não sabe, não entre.

- Sempre suponha que as linhas elétricas derrubadas estão energizadas até as empresas de energia notificarem que foram desligadas. Mesmo assim, tenha cuidado ao redor das linhas, pois elas podem ser energizadas devido a geradores inadequadamente usados em residências. Elas também podem se enredar em equipamentos ou no seu corpo.
- Use equipamento de segurança conforme fornecido e necessário. Sapatos, luvas e capacetes com solas pesadas ou de aço devem ser usados em áreas de catástrofes. Se você estiver trabalhando em ambientes fechados, use sempre máscaras com classificação N95.
- Leve iluminação adequada ao entrar em imóveis escuros.
- Não use ferramentas elétricas, a menos que você seja devidamente treinado.
- Ao usar motosserras ou ferramentas elétricas, use equipamento de segurança e não trabalhe sozinho.
- Não entre em casas ou porões inundados sem investigar a área para determinar onde existem buracos ou objetos escondidos.
- Sempre se proteja de cobras, insetos e outros animais durante o trabalho de limpeza.
 - As cobras geralmente se escondem sob móveis e detritos.
- Nunca beba ou use água até que seja verificada que está segura.
- Tome cuidado para descansar e se proteger contra excesso de esforço.
- Se você estiver tomando medicação, certifique-se de ter um suprimento adequado e tomá-lo como prescrito.
 - Os líderes de equipe devem estar cientes de quais prescrições seus membros precisam.
- Armazene ferramentas, escadas e suprimentos em locais seguros.
 - Mantenha as ferramentas afiadas afastadas das passagens com as pontas do fragmento viradas para baixo.
- Faça da segurança uma prioridade.

Saddleback RELIEF - Diretrizes de Condução Segura

Abaixo estão todas as regras que os motoristas da equipe devem seguir. Aborde-as individualmente com cada motorista.

Os motoristas de veículos alugados devem enviar seu o registro DMV para a Saddleback Church antes de uma viagem ser aprovada para dirigir e estar coberto pela apólice de seguro da igreja.

Adquira a apólice de seguro opcional da locadora por responsabilidade e colisão no momento do aluguel do veículo. Caso contrário, se você estiver envolvido em um acidente de automóvel e for considerado culpado, a sua apólice de seguro de automóvel pessoal serve como cobertura principal. Você pode não ter cobertura suficiente para o incidente, dependendo da extensão dos danos e/ou número de pessoas feridas.

RESPONSABILIDADES DO MOTORISTA - Para todos os veículos

1. Dirija com segurança e seja cortês! Você está representando Jesus.
2. Os motoristas não devem exceder o limite de velocidade registrado.
3. Os motoristas devem manter uma velocidade segura para as condições meteorológicas e da estrada, independentemente do limite de velocidade estabelecido.
4. Aperte o cinto de segurança - Todo passageiro deve usar um cinto de segurança/assento.
5. Sempre deve haver duas pessoas acordadas e alertas na van ao dirigir o tempo todo (o motorista e o copiloto no banco direito do passageiro dianteiro).
6. Os motoristas não devem falar ao celular ou rádio ao dirigir.
7. Os copilotos serão responsáveis pela comunicação entre vans e veículos durante a condução.

A Saddleback não nos permite dirigir em países estrangeiros. Utilize motoristas da igreja local ou transporte público, como táxis.

Saddleback RELIEF - Lista de bagagem individual (AMOSTRA)

Não gaste muito tempo lendo esta lista. Dependendo da quantidade de tempo que você tem para passar pelo restante do material, determine quanto tempo será útil para dedicar a esse assunto na sua aula.

Lembrete: O que você levar, VOCÊ carrega!

Mochila pequena (transporte de avião e van):

Identificação de imagem (por exemplo, carteira de motorista)

Dinheiro (para alimentos + para emergência)

Lanches de alta energia (por exemplo, barras energéticas)

Vitaminas/medicamentos/comprimidos para enjoos

Óculos de sol (por favor, tire quando estiver conversando com alguém) com cordão

Bíblia de viagem

Revistas

Canetas

Desinfetante para as mãos

Toalhetes de mão

Maleta ou saco de viagem de tamanho médio - limite de 22 kg (de preferência, sacos de viagem)::

2 pares de calças compridas (obrigatórias na maioria dos locais de trabalho)

1 par de shorts (apenas estilo bermuda, nada de shorts curtos)

Camiseta de manga longa ou camisa de trabalho (pelo menos uma)

Camisetas de manga curta ou de trabalho (sem estômagos ou ombros aparecendo)

Casaco leve ou moletom

1 par extra de sapatos (podem ser os usados no avião)

1 par de sandálias de banho

Capa de chuva?

Para culto na igreja:

Homens - 1 par de calças estilo Docker e 1 camisa pólo ou social

Mulheres - 1 saia longa e blusa ou vestido longo

Lençóis e cobertor fino OU saco de dormir

Travesseiro pequeno

Almofada

Protetor solar
Chapéu
Repelente de insetos
Escova de dentes e pasta
Desodorante
Toalha
Pano de rosto
Sabão
Lanches para cada dia
Lanterna com pilhas sobressalentes
Sacos grandes com fecho de zíper
Sacos de lixo de plástico (para roupas sujas/molhadas)
Câmera
Acessórios para dormir—tampões para os ouvidos, protetores para os olhos

* Nada de joias e recomenda-se pouca maquiagem

Equipamentos de segurança

Botas
Luvas de trabalho em couro
Luvas de trabalho industriais impermeáveis
Óculos ou óculos de segurança
5 máscaras respiratórias (classificação NP95)

Saddleback RELIEF - Procedimentos de emergência

SE ALGO DER ERRADO

- Entre em contato com a igreja anfitriã local (escreva o número de contato do pastor)
- **Número de emergência da Saddleback Church: 1-949-587-5115 (use apenas em situações de emergência verdadeira se não puder entrar em contato com o coordenador de assistência na Saddleback)**
- Documente tudo (datas, horários, ações, pessoas, testemunhas – tire fotos)
- **ORE – continue orando o tempo todo durante a crise**

PLANO DE EVACUAÇÃO

Se você precisar evacuar ou acredita que a evacuação é uma possibilidade, **entre em contato com o coordenador de assistência na Saddleback, conforme indicado acima.**

Cada líder de equipe “DETERMINARÁ” um plano de evacuação com rotas de fuga primárias e alternativas e informará essas rotas para todos os membros da equipe.

Cada van/veículo deverá ter esse plano/mapa o tempo todo.

A maioria dos incidentes acontece sem aviso prévio. O planejamento prévio das rotas de evacuação é uma responsabilidade essencial do líder de equipe. O líder de equipe precisa assumir o papel de liderança e manter todos os membros da equipe calmos e envolvidos na evacuação em segurança da área.

Se um furacão estiver na previsão

Avalie o status do furacão pelo menos 72 horas antes da chegada estimada na terra. Se as condições determinarem, evacue para o local planejado.

Retorne à igreja anfitriã ou a uma área que esteja bem além da área de impacto estimada, no mínimo 48 horas antes da chegada estimada na terra.

Notificação:

- Mantenha a Saddleback Church notificada sobre o seu status e localização
- Mantenha a sua igreja parceira notificada sobre o seu status e localização
- Mantenha TODOS os líderes de equipe notificados sobre seu status e localização
- Mantenha TODOS os membros da equipe cientes de seus planos

ÁREA/LOCAIS DE EVACUAÇÃO:

O líder de equipe deverá identificar um local de evacuação primário e um local de evacuação alternativo. Todos os membros da equipe devem conhecer a localização desta área de evacuação. Esses locais de evacuação precisam ser pré-determinados e marcados nos mapas em cada veículo/van.

QUANDO ACONTECER UMA CATÁSTROFE

- Fique calmo. Mantenha os membros da sua equipe calmos.
- Ore pelo discernimento, sabedoria e ajuda de Deus.

No caso de um TERREMOTO

A construção civil no Haiti é consideravelmente diferente do que é feito nos Estados Unidos. Para a maioria dos edifícios, eles usam alvenaria não reforçada / construção em blocos, que é suscetível a desmoronar durante um terremoto.

- Lembre-se: o primeiro terremoto pode ser um precursor de um terremoto maior e tremores secundários podem parecer tão violentos quanto o terremoto principal.

PODEM EXISTIR VÁRIOS TERREMOTOS – então fique atento e preparado.

- Minimize os seus movimentos para alguns passos até um local seguro próximo até que o tremor pare e você tenha certeza de que sair é seguro.

- Os procedimentos padrão de terremoto que usamos nos Estados Unidos provaram não ser eficazes no Haiti. Faça um **PRÉ-PLANEJAMENTO** com a sua equipe do melhor local de saída e encontro durante um incêndio ou terremoto.

- Se você estiver **EM ÁREAS INTERNAS** durante um terremoto, use este plano de saída para deixar o imóvel e ir até um local seguro de encontro.

- Mova-se para uma área livre, longe de árvores, placas, prédios, fios elétricos e postes. Afaste-se de prédios, iluminação pública e fios de serviços públicos.

- Uma vez que você esteja em um local aberto, fique lá até o tremor parar.

- Se você estiver em uma **CALÇADA PERTO DE IMÓVEIS**, afaste-se de qualquer imóvel ou ressalto. Proteja-se contra a queda de tijolos, vidros, gesso e outros detritos.

- Caso esteja **DIRIGINDO**, estacione ao lado da estrada e pare. Evite viadutos, linhas de energia e outros perigos. Fique dentro do veículo até que o tremor termine. Pare o mais rápido que a segurança permitir e permaneça no veículo. Evite parar perto ou sob prédios, árvores, viadutos e fios de energia elétrica. Prossiga com cuidado quando o terremoto parar. Evite estradas, pontes ou rampas que possam ter sido danificadas pelo terremoto.

QUANDO VOCÊ FOR DESCANSAR A NOITE

- Coloque os sapatos ao lado da sua cama para calçá-los facilmente antes de sair
- Deixe a sua mochila acessível para levar com você
 - Verifique se você está com o seu passaporte
 - Garrafa cheia de água
 - Medicamento
 - Botas de trabalho próximas a você

Pós-cuidados

Apoio emocional: ajudar os membros da equipe a trabalharem com as muitas reações emocionais e intelectuais das suas experiências no exterior.

- Os membros da equipe terão reações diferentes de sua viagem transcultural, dependendo de suas experiências anteriores, do ambiente que encontrarem, de sua composição emocional e do sofrimento humano encontrado.
 - Os líderes de equipe devem considerar estarem disponíveis aos membros da equipe para falar sobre as suas experiências. Eles também devem planejar o que fazer caso as necessidades do membro exigirem atenção especial. Na Saddleback, os líderes de equipe podem encaminhar os membros que precisam de cuidados especiais a um conselheiro leigo na igreja ou a um profissional. Pense em quais recursos a sua igreja possui e forme um plano com base nisso.
- Os pequenos grupos precisam apoiar os repatriados ou a equipe de viagem ouvindo, fazendo perguntas e passando tempo juntos
- Pode ser útil, durante a viagem, fazer uma discussão noturna em que todos conversem sobre o dia de cada um.
- Às vezes, uma “festa de retrospectiva”, incluindo fotos e lembranças para amigos e apoiadores, propicie aos membros da equipe a chance de compartilhar as suas histórias e processar emocionalmente as suas experiências. A narração da sua história pode ser terapêutica por si só, se necessário.
- As informações do estresse de reentrada são úteis se forem apresentadas ao pequeno grupo para que eles possam entender e não serem pegos de surpresa quanto às reações típicas dos membros da equipe ao retornar, isto é, críticas à própria cultura, “desperdício, excessos, americanos mimados,” impaciência com americanos apáticos, culpa por bens materiais. “Gloriosamente arruinado”, como Kay Warren chama, pode ser uma maneira positiva de ver um novo processo de despertar em seus corações e vidas como resultado dessa viagem!!!

Apoio espiritual: tempo gasto com os membros da equipe em oração, estudo e reflexão sobre as suas experiências.

- Oração continuada.
- Forte apoio familiar.
- O estudo da Bíblia e o currículo dos pequenos grupos para ajudar no estresse de reentrada devem começar na semana seguinte ao retorno.

- A equipe de oração continua orando depois que a equipe chega em casa e durante o tempo de readaptação.

Vários amigos mais próximos ou membros da equipe que retornam precisam estar bem informados sobre o estresse de reentrada para ajudar seus amigos a processarem as experiências; caso sejam expressas emoções sérias e avassaladoras, os conselheiros leigos ou equipe de aconselhamento podem estar disponíveis para ajudar na adaptação. Para as igrejas que não têm conselheiros, alguém da equipe familiarizada com o estresse de reentrada pode se encontrar com eles.

Como reconhecer os mecanismos adaptativos de reentrada

Isso pode ser útil para o pequeno grupo ou amigos próximos do viajante. Muitas pessoas lidam com o estresse de reentrada de muitas maneiras diferentes. Existem três categorias comuns para observar a maneira como as pessoas lidam.

ISOLA-SE e torna-se alienado

- Afasta-se de uma situação estressante ficando sozinho ou com pessoas que pensam da mesma forma (por exemplo, pessoas que serviram por pouco tempo).
 - *Algumas pessoas são naturalmente mais introvertidas e precisam de um tempo sozinhas. Você terá que tentar discernir da melhor maneira possível se o membro da equipe está agindo naturalmente ou se há algo errado.*
- Continua a se identificar com a cultura local em sua maior parte, mas apresenta grandes reações negativas.
 - *Como dito anteriormente, é natural alterar certos aspectos de seu estilo de vida ao voltar de uma viagem como essa. Mas se o membro ficar tão focado em suas diferenças com a cultura que incomoda a sua família, pode haver um problema.*
- Pode expressar uma forte postura de julgamento em relação aos valores e estilo de vida da cultura doméstica (igreja, amigos da família, política).
- Pode sentir uma forte culpa pelo materialismo e riqueza da cultura doméstica.
 - *Mais uma vez, você terá que discernir da melhor maneira possível, a linha tênue entre isso e uma mudança natural na mentalidade.*
- Pode tender a sonhar muito com a experiência de curto prazo, mantendo memórias
- Desconhece alternativas para impactar a cultura doméstica (igreja ou grupo da área).

- **NECESSIDADES:** alguém que passou por um estresse de reentrada para ajudar a entender o processo de transição e explorar as opções.

IMITA e é socializado novamente

- “Torna-se nativo” rapidamente voltando às normas convencionais.
- Retoma a vida como se nada tivesse acontecido.
- Não foi possível traduzir o impacto da experiência de curto prazo para o resto da vida.
- Pode haver uma necessidade muito alta de aceitação pela cultura doméstica.
- Pode ter medo das repercussões de ser diferente ou permanecer de acordo com as próprias convicções.
- **NECESSIDADES:** estar com pessoas orientadas às missões compassivas que podem ajudar a classificar o impacto da experiência de curto prazo.

INTEGRA-SE e é proativo e

- Aceita a realidade das transições entre duas culturas.
- Relaciona-se com a cultura doméstica de uma maneira que não compromete ou nega os novos valores ou lições aprendidas com a experiência de curto prazo.
- Reconhece que as mudanças ocorreram através da experiência de curto prazo.
- Continua a aprender sobre o estilo de vida incorporando o antigo e o novo.
- **PROCURA:** apoio de pessoas com posições semelhantes.

Transtorno de estresse pós-traumático (TEPT)

Esse é um assunto complicado e, por esse motivo, você pode não ter tempo para analisá-lo na aula. O conteúdo abaixo é apresentado para que os aprendizes possam consultá-lo.

Definição: um distúrbio que pode ocorrer após a experiência ou testemunho de eventos com risco de vida, eventos terroristas, catástrofes naturais, acidentes graves, sofrimento humano ou agressões pessoais violentas.

Embora não seja muito frequente em projetos de curto prazo do plano P.E.A.C.E., isso pode ser frequente nos projetos de assistência do P.E.A.C.E., os membros da equipe podem ser expostos a condições severas de tragédia e sofrimento humano.

- Testemunhar o sofrimento e a tragédia pode sobrecarregar uma pessoa psicologicamente, espiritualmente e fisicamente.
- Os membros que estão em maior risco são aqueles expostos a condições severas e podem ter problemas emocionais/psicológicos não identificados antes do início da viagem.
- É importante poder identificar os sinais e sintomas do TEPT em um membro que retornou para ajudar a obter o tratamento necessário o mais rápido possível.

As pessoas que sofrem de TEPT frequentemente revivem a experiência através de pesadelos e flashbacks, têm dificuldade para dormir e se sentem desapegadas ou afastadas; esses sintomas podem ser graves o suficiente e durar o suficiente para prejudicar significativamente a vida da pessoa.

Tenha em mente:

- A pessoa foi exposta a um evento traumático no qual o que segue abaixo estava presente:
- A pessoa testemunhou, vivenciou ou foi confrontada com um evento ou eventos que envolviam morte real ou ameaçada ou ferimentos graves, ou uma ameaça à saúde física de si própria ou de outros.
- A resposta da pessoa envolveu intenso medo, desamparo ou horror.

O evento traumático é persistentemente vivenciado novamente de uma (ou mais) das seguintes maneiras:

- Recordações angustiantes recorrentes e intrusivas do evento, incluindo imagens, pensamentos ou percepções.
- Sonhos angustiantes recorrentes do evento
- Age ou sente como se as vistas e eventos traumáticos fossem recorrentes (incluso uma sensação de reviver a experiência, ilusões, alucinações e episódios de flashback).
- Intenso sofrimento psicológico ao se expor a sinais internos ou externos que simbolizam ou se assemelham ao aspecto do evento traumático.
- Reatividade psicológica na exposição a sinais internos ou externos que simbolizam ou se assemelham a um aspecto do evento.

O membro evita qualquer coisa associada ao trauma e possui uma capacidade em resposta geral entorpecente (não presente antes da viagem), conforme indicado por três ou mais dos seguintes itens:

- Esforços para evitar pensamentos, sentimentos ou conversas associadas ao trauma.
- Esforços para evitar atividades, lugares ou pessoas que despertam lembranças do trauma.
- Incapacidade de recordar um aspecto importante do trauma.
- Diminuição acentuada do interesse ou participação em atividades significativas.
- Sentimentos de desapego ou distanciamento dos outros.
- Gama restrita de emoções (por exemplo, incapaz de ter sentimentos amorosos).

O membro apresenta sintomas persistentes do aumento de estimulação (não presentes antes da viagem), conforme indicado por dois ou mais dos seguintes itens:

- Dificuldade para dormir
- Irritabilidade ou explosões de raiva
- Dificuldade de concentração
- Hipervigilância
- Resposta de sobressalto exagerada
- Duração dos sintomas por mais de 1 mês

Os problemas causam sofrimento ou prejuízo significativos nas áreas social, ocupacional, conjugal ou outras áreas importantes da vida.

Se alguma dessas indicações for observada, entre em contato com o líder de equipe e incentive o membro da equipe a buscar ajuda profissional.

Saddleback RELIEF - Pacto de Viagem

Todo membro da equipe obedecerá e seguirá as instruções do líder de equipe, sem resmungar ou reclamar. Estamos todos sob autoridade. Os líderes de equipe receberam essa autorização para liderar e servir a equipe e garantir o bem-estar das equipes. Se o líder de equipe orientar uma evacuação, todos os membros da equipe seguirão essas instruções e farão todos os esforços para ajudar no plano de emergência / evacuação sem questionar.

Obedecei a vossos pastores, e sujeitai-vos a eles; porque velam por vossas almas, como aqueles que hão de dar conta delas; para que o façam com alegria e não gemendo, porque isso não vos seria útil. Hebreus 13:17

1. O líder de equipe liderará pelo exemplo e exemplificará Jesus Cristo.
2. Os líderes de equipe devem monitorar as informações meteorológicas e de notícias e manter-se atualizados.
3. Os líderes de equipe devem manter contato com a igreja parceira local.
4. Os líderes de equipe devem entrar em contato com o posto de comando de assistências da Saddleback Church para manter-se atualizados sobre as notícias e assuntos climáticos pelo menos todos os dias enquanto estiver em campo.
5. Os líderes de equipe devem manter toda a equipe informada sobre as informações necessárias.

TODOS CONCORDAMOS COM ESTES CONCEITOS DE EQUIPE::

1. Prepare a sua família para uma emergência local antes de sair.
 - a. Ref. *Manual de Preparação de Assistência em Catástrofes da Saddleback Church.*
2. Esteja de acordo com a Declaração de Fé.
3. Esteja de acordo e siga o Pacto de Equipe.
4. Esteja bem fisicamente para trabalhar em um ambiente quente, úmido, empoeirado e desconfortável, realizando trabalhos manuais, incluindo trabalho pesado, demolição e limpeza, usando proteção respiratória, luvas e botas servindo e **HONRANDO** a Deus sem reclamar.
5. Siga as orientações dos líderes de equipe.

6. Tenha as imunizações necessárias.
7. Espere as piores condições – prepare-se para o pior – espere o melhor.
8. Esteja pronto para ficar sem acomodações durante toda a viagem.
 - a. *Você sempre deve ter acomodações, mas às vezes, no início da viagem, nem sempre se sabe como serão essas acomodações.*
9. É essencial que os trabalhadores de assistência permaneçam saudáveis.
10. Vou comer direito, dormir bem e beber muita água.
11. NÃO levamos vítimas a um incidente.
 - a. *Isso significa que é melhor para os voluntários que estão enfrentando problemas familiares ou de trabalho quando a equipe está saindo, deixar a viagem e se juntar a outra equipe quando não estiverem mais lidando com os problemas. Quando as pessoas enfrentam esse tipo de desafios, elas não conseguirão dedicar sua concentração total para ajudar os sobreviventes de uma catástrofe.*
12. Mantenha os líderes de equipe informados.
13. Permaneçam juntos como uma equipe.
14. NÃO divulgue o seu trabalho particular.
 - a. *Não distribua cartões de visita do seu trabalho enquanto estiver em viagem.*
15. Esteja atento o tempo todo – olhe para cima, olhe para baixo, olhe em volta.
 - a. Proteção e segurança pessoal e da equipe.
 - b. Tomem conta uns dos outros.

O que FAREMOS:

- 1. Vamos orar**
2. Confortaremos os que sofrem
3. Daremos esperança em um momento de desesperança
4. Compartilharemos através do Ministério da Presença
 - a. Um Olhar, Uma Palavra, Um Toque, Ouça
5. Trabalharemos duro no que nos for solicitado a fazer “**custe o que custar**”
6. SEMPRE serviremos aos outros primeiro e SEMPRE seremos os últimos a sermos servidos
- 7. NÓS lembraremos: “NÃO é sobre mim”**

8. Sempre trabalharemos com a nossa equipe, juntos somos melhores
9. Aprenderemos e praticaremos a **PACIÊNCIA**
10. Aprenderemos e praticaremos a **FLEXIBILIDADE**
11. Iremos sem **EXPECTATIVAS**
12. Deixaremos egos e agendas pessoais em casa
13. Estamos lá para servir conforme Deus nos guia
14. NUNCA faremos uma promessa que não possamos cumprir
15. Somos embaixadores de Deus no plano PEACE
16. Capacitaremos a igreja local e os pastores
17. Nós teremos um papel secundário e desistiremos do papel principal
 - a. "É necessário que ele cresça e que eu diminua." João 3:30
18. Somos representantes de Jesus Cristo
 - a. "Somente deveis portar-vos dignamente conforme o evangelho de Cristo." Filipenses 1:27

Lembre-se: NÃO é sobre mim. Serei flexível e paciente e seguirei a liderança de Deus, independentemente de quão melhor eu sinta que posso ser. Confiarei em Deus e na liderança que me foi dada autoridade.

Saddleback RELIEF - Escrituras

A seguir, estão as Escrituras que a Saddleback usa para as equipes de assistência antes de partirem, enquanto estão no campo e também quando retornam. Dependendo do tempo que você tem disponível, pode ser melhor simplesmente chamar a atenção do aprendiz sobre as escrituras em seus manuais.

Verso da Equipe: Hebreus 12:1

... deixemos todo o embaraço, e o pecado que tão de perto nos rodeia, e corramos com paciência a carreira que nos está proposta.

O Grande Mandamento: Mateus 22:37-39

E Jesus disse-lhe: "Amarás o Senhor teu Deus de todo o teu coração, e de toda a tua alma, e de todo o teu pensamento." Este é o primeiro e grande mandamento. E o segundo, semelhante a este, é: "Amarás o teu próximo como a ti mesmo."

A Grande Comissão: Mateus 28:18-20

E, chegando-se Jesus, falou-lhes, dizendo: “É-me dado todo o poder no céu e na terra. Portanto ide, fazei discípulos de todas as nações, batizando-os em nome do Pai, e do Filho, e do Espírito Santo; Ensinando-os a guardar todas as coisas que eu vos tenho mandado; e eis que eu estou convosco todos os dias, até a consumação do mundo. Amém.”

Tomai toda a armadura de Deus: Efésios 6:13-18

Portanto, tomai toda a armadura de Deus, para que possais resistir no dia mau e, havendo feito tudo, ficar firmes. Estai, pois, firmes, tendo cingidos os vossos lombos com a verdade, e vestida a couraça da justiça; E calçados os pés na preparação do evangelho da paz; Tomando sobretudo o escudo da fé, com o qual podereis apagar todos os dardos inflamados do maligno. Tomai também o capacete da salvação, e a espada do Espírito, que é a palavra de Deus; Orando em todo o tempo com toda a oração e súplica no Espírito, e vigiando nisto com toda a perseverança e súplica por todos os santos.

Efésios 3:20-21

Ora, àquele que é poderoso para fazer tudo muito mais abundantemente além daquilo que pedimos ou pensamos, segundo o poder que em nós opera, a esse glória na igreja, por Jesus Cristo, em todas as gerações, para todo o sempre! Amém.

Mateus 25:35-40

Porque tive fome, e destes-me de comer; tive sede, e destes-me de beber; era estrangeiro, e hospedastes-me; Estava nu, e vestistes-me; adoeci, e visitastes-me; estive na prisão, e fostes me ver. ... E, respondendo o Rei, lhes dirá: Em verdade vos digo que quando o fizestes a um destes meus pequeninos irmãos, a mim o fizestes.

Próximos Passos

OPORTUNIDADES DE TREINAMENTO

A Saddleback exige o seguinte de nossos líderes de equipe. Os membros da equipe só precisam passar pela orientação. Mas os líderes são obrigados a passar por esses cursos para serem capacitados para liderar uma equipe com sucesso. Instrua os seus aprendizes a descobrirem quais treinamentos estão disponíveis para eles e quais serão úteis para seus líderes participarem.

- Saddleback Church
 - Preparação de Emergência Familiar e Pessoal
(Manual de Preparação de Assistência em Catástrofes da Saddleback Church)

- Primeiros socorros
- RCP
- Fundações PEACE
- Assistência em Catástrofes da Igreja Batista no Sul da Califórnia
(<https://www.csbc.com/disaster-relief/>)
 - Motosserra
 - Capelania
 - Limpeza e Recuperação
 - Comunicação
 - Avaliação dos Danos
 - Equipamento Pesado/Carregadeira
 - Alimentação em Massa
 - Sistemas de Água/Purificação

Lições aprendidas com o furacão Katrina

pelo Pastor Steve Rutenbar

A nossa primeira equipe de voluntários de assistência PEACE da Saddleback enviada ao Katrina voltou da Costa do Golfo. Estávamos arrasados, cansados, chorosos, e um pouco em choque com o que tínhamos visto. Testemunhamos o resultado de forças incríveis que destruíram praticamente tudo no caminho dos furacões Katrina e Rita.

Mas quando discutíamos durante a nossa viagem, a mensagem predominante da equipe de assistência não era sobre o poder de a tempestade destruir a vida, mas o poder de nosso Senhor para reconstruir as vidas.

À medida que mais de vocês saem com fé para se unirem aos esforços de assistência, queremos compartilhar 6 insights simples que as nossas equipes observaram durante nosso ministério em Louisiana, Mississippi e Texas.

1. Pequenos grupos fornecem um ótimo veículo para organizar trabalhos de assistência.

Dos milhares de membros da Saddleback que lideramos em missões de ministério nos últimos 25 anos, aqueles que estavam inseridos em um pequeno grupo antes e depois do ministério tiveram apoio mais forte, foco mais claro e acompanhamento mais eficaz. As equipes de assistência dos pequenos grupos fazem sentido porque elas:

- Proporcionam melhor comunicação
- Concentram-se em um esforço de equipe em vez de agendas pessoais
- Oferecem uma maneira de proporcionar pós-cuidados e acompanhamento sobre o bem-estar dos membros
- Constroem um consenso na resposta à pergunta: “E agora?”

2. O trabalho de assistência cristã é mais bem feito através de uma rede de igrejas locais.

Esta pode ser a maior lição que aprendemos. As igrejas locais são os verdadeiros heróis da assistência em catástrofes! Por quê?

- Elas já existem na comunidade.
- Elas conhecem a sua comunidade e são confiáveis por ela.
- Elas já têm uma rede local estabelecida para ajudar os esforços de assistência.
- A compaixão e a assistência estão incorporadas em sua missão.
- Elas têm acesso ao maior número de voluntários.
- Muito depois de todos os órgãos de assistência terem arrumado as malas e ido embora, a igreja permanece!

3. Parceria com organizações públicas e privadas leva aos melhores resultados.

As nossas equipes da Saddleback não podem fazer tudo, nem deveriam! As agências governamentais têm equipamentos e experiência em projetos em larga escala, como a evacuação, que não podemos fornecer. As organizações privadas, associações e grupos empresariais podem fornecer capital e expertise. O que fornecemos é um exército voluntário de mão-de-obra compassiva e um centro de distribuição local e confiável que já está em vigor.

4. O verdadeiro trabalho de assistência aborda a pessoa como um todo.

As pessoas são mais do que apenas corpos físicos e as catástrofes atacam mais do que apenas as posses materiais. A mensagem de esperança em Jesus Cristo é o maior presente que qualquer crente pode dar a uma pessoa em crise. Nas últimas semanas tivemos o privilégio de observar as nossas equipes de assistência na costa:

- Livrando as pessoas de sua dor e desespero
- Encorajando as pessoas que perderam toda a esperança

- Trazendo uma nova perspectiva para um novo futuro construído sobre um novo alicerce que não pode ser destruído
- Conectando as pessoas no pós-choque da perda e deixando-as saber que nos preocupamos com o corpo, alma e espírito

Nenhum banco, cidade, exército ou agência pode fazer essas coisas. A reconstrução após um furacão não se trata apenas de cimento, madeira e aço – trata-se também de reconstruir a saúde emocional das pessoas. Trata-se de restaurar a segurança, tranquilidade e a dignidade para as pessoas que vivem no caos.

5. Estamos trabalhando com sobreviventes, não vítimas.

A maneira mais rápida de transformar os sobreviventes do Katrina em vítimas do Katrina é incentivar o desamparo e descarrilar o empoderamento. Vimos em primeira mão que as pessoas que fazem mais progressos na reconstrução são as que assumem um papel ativo em sua própria recuperação. As nossas equipes de assistência na Saddleback estão aprendendo a diferença entre as mãos amigas que levam à dignidade, valor e entusiasmo – e as doações míopes, que desmotivam, despersonalizam e criam a dependência. Observando o exemplo do Bom Samaritano, estamos entendendo que há um custo para a ação, bem como um preço para simplesmente não fazer nada. Temos que buscar a Deus para discernimento sobre como ajudar.

6. Na área de financiamento precisamos perguntar: “O que tem sido negligenciado?”

Estamos procurando oportunidades estratégicas e antes despercebidas para o plantio da igreja. Não estamos simplesmente procurando substituir a argamassa por argamassa, tijolo por tijolo e o banco da igreja pelo banco da igreja. Estamos buscando construir uma nova geração de igrejas fundamentadas nos propósitos eternos de Deus de conhecer Cristo, crescer em Cristo, adorar a Cristo, servir a Cristo e compartilhar as Boas Novas de Cristo. Esse tipo de investimento tem resultados eternos.

Aula 5—Preparação Contra Catástrofes Naturais

Introdução

O ministério de assistência em catástrofes da Saddleback está ativo há mais de 20 anos e aprendemos algumas coisas ao longo do caminho que esperamos compartilhar com vocês hoje. Se você está planejando começar um ministério de assistência em catástrofes dentro de sua igreja ou tem dúvidas e/ou preocupações de segurança como membro respondente, esperamos que essas dicas e sugestões de segurança o guiem em suas decisões.

As nossas mobilizações mais recentes incluíram um terremoto, incêndio e furacões. Cada uma dessas catástrofes naturais tem o seu próprio conjunto de desafios únicos. Também deve ser entendido que alguns dos regulamentos abordados nesta aula são específicos aos requisitos da Califórnia e dos Estados Unidos em geral. Ao responder a uma catástrofe, você **DEVE** observar os regulamentos locais da região/estado/país para onde está indo.

Furacão

Responder a um furacão tem muitos riscos semelhantes aos de um terremoto, mas a probabilidade adicional de inundação e a queda de árvores cria outro conjunto de perigos que precisam ser gerenciados.

- Use um respirador bem ajustado, classificado como N-95 ou P-100, para ajudar a impedir a inalação de esporos de fungos. As bandanas ou máscaras de pano não bloqueiam efetivamente as partículas finas.
- Use roupas de proteção, incluindo luvas de borracha/látex/nitrilo e botas de borracha/impermeáveis, e tenha cuidado ao limpar.
- Evite caminhar na água de inundação, que pode conter detritos perigosos. As fiações de energia subterrâneas ou derrubadas também podem carregar eletricamente a água.
- Tire os sapatos antes de entrar na sua casa.

- Considere todas as fiações de energia derrubadas como “vivas” e mantenha-se afastado delas até serem removidas por um socorrista profissional ou empresa de serviços públicos.
- Tenha um plano em caso de “avisos de tornado” que possam afetar a sua área.
- Tenha atenção com as cobras ao trabalhar em pilhas de madeira ou debaixo de casas.

Inundações

O seguinte trecho é retirado da Ficha Técnica de Recuperação do Furacão Sandy da FEMA No. 1.

Segundo a FEMA, as águas de enchente podem carregar muitos contaminantes. Além disso, as casas que não secam em uma semana podem ter vários novos problemas e substâncias nocivas, como amianto e mofo. Se não forem descartados adequadamente, há uma boa chance de se propagarem. Aqui estão algumas diretrizes que a FEMA recomenda para proteção:

Proteção contra choque elétrico: devido ao risco de choques e incêndio, as tomadas elétricas que foram inundadas não devem ser usadas para operar equipamentos de limpeza ou secagem. Um eletricista deve avaliar a condição dos componentes inundados antes do uso. Como regra, todas as tomadas inundadas devem ser removidas e substituídas após a desativação dos disjuntores ou fusíveis apropriados e a interrupção da energia na tomada ter sido confirmada.

Proteção contra contaminação por mofo: qualquer pessoa que entre em uma casa com crescimento visível de mofo deve usar uma vestimenta descartável para evitar a contaminação das suas roupas e veículo, luvas de borracha ou outra proteção nas mãos, e a proteção respiratória. Um respirador descartável marcado com uma classificação N-95 (quando usado de acordo com as instruções do fabricante) oferece a proteção pulmonar mínima que deve ser usada quando estiver na presença de mofo. Um respirador facial completo é recomendado para a limpeza do mofo para proteger tanto os olhos como o sistema respiratório. Se um respirador facial completo não for usado durante a limpeza, devem ser usados óculos de proteção ou uma proteção facial com o respirador descartável. A Ficha de Dados da OSHA, Perigo de Mofo Durante a Limpeza do Furacão Sandy, apresenta as informações sobre mofo (OSHA-FS-3619, 2012).

Proteção contra amianto e tinta com chumbo: o amianto no revestimento de pisos, isolamento de tubulações e caldeiras e na fiação elétrica é comum em muitas casas construídas antes de 1980. A respiração das fibras de amianto liberadas pelos produtos de construção pode aumentar o risco de câncer e causar várias doenças pulmonares graves. Da mesma forma, a pintura em residências construídas antes de 1978 pode conter chumbo. Se a tinta com chumbo for aerossolizada durante atividades de descarte ou esvaziamento, isso pode prejudicar a saúde de uma pessoa e é especialmente perigosa para as crianças, se não for limpa adequadamente. Se houver suspeita de amianto ou tinta com chumbo, contrate os serviços de um especialista para realizar os testes de material e não mexa no material até que o teste seja concluído. Se o teste confirmar a presença de chumbo, a correção deve ser realizada por um profissional licenciado. Se houver materiais contendo amianto, a correção deve ser realizada de acordo com os regulamentos estaduais e federais aplicáveis.

Para limpar uma casa que foi inundada, é recomendável que você:

- Monte barreiras plásticas entre as áreas afetadas e não afetadas para impedir a propagação de substâncias nocivas
- Limpe todos os objetos expostos a águas de enchente. Substitua todos os materiais porosos.
- Use produtos de limpeza registrados com o EPA.
 - Para obter informações sobre produtos químicos registrados que funcionam como antimicrobianos que ajudarão a limpar o mofo, visite o site: <https://iaspub.epa.gov/apex/pesticides/f?p=PPLS:1>.
- Limpe primeiro as superfícies com mofo e depois as desinfete.
- Aplique os limpadores usando processos de limpeza com espuma e pincel, seguidos de lavagem sob pressão.
 - Os processos de limpeza com espuma permitem que o agente de limpeza permaneça na superfície da área contaminada por tempo suficiente para matar os fungos e bactérias. Isso também facilita a secagem.
 - Os processos de limpeza com escova melhoram a descontaminação das superfícies, esfregando a espuma nas áreas afetadas. A combinação de limpeza com escova e espuma ajuda a remover outros contaminantes transmitidos pela água, além do mofo que é absorvido pela madeira.
 - A espuma residual nas superfícies pode ser lavada com água. Uma lavadora de alta pressão do tipo residencial ajustada com baixa pressão é o método mais eficiente de enxaguar.

- O clima pode ajudar ou retardar a propagação do mofo. Se estiver trabalhando em um prédio, ele deve ser aquecido o suficiente para garantir o relativo conforto dos trabalhadores.
- Para espaços de rastejamento, retire o piso para facilitar o acesso e depois remova a contaminação sólida e a água restante, a aplicação e a agitação de espuma de limpeza em áreas expostas e a cobertura do solo exposto para minimizar o potencial crescimento de mofo.

Questões Para Discussão

1. Quais áreas próximas são suscetíveis a furacões/inundações?
2. Qual a idade das casas nos seus bairros? Elas estariam sujeitas a algum dos perigos listados acima?
3. Quais são os regulamentos nas suas áreas em relação aos descartes?
4. Quais equipamentos você precisará encontrar para se preparar adequadamente para um furacão/inundação?

Terremoto

Algumas das informações abaixo foram retiradas do site: <https://www.redcross.org/get-help/how-to-prepare-for-emergencies/types-of-emergencies/earthquake.html>, acessado em 31/12/19

Após um terremoto, há certamente uma variedade de perigos ao redor, e geralmente a área em que você está respondendo teve uma resposta primária dos socorristas. Os principais riscos são edifícios e materiais instáveis que podem representar um perigo durante os inevitáveis tremores secundários. Abaixo estão algumas dicas de segurança:

- Use um respirador bem ajustado, classificado como N-95 ou P-100, para bloquear a inalação de partículas das cinzas. As bandanas ou máscaras de pano não bloqueiam efetivamente as partículas finas.
- Use luvas, capacetes, proteções oculares, camisas com mangas compridas, calças compridas, meias e sapatos duráveis para se proteger da variedade de detritos caídos ou pendurados.
- Após um terremoto, a catástrofe pode continuar. Espere e se prepare para possíveis tremores secundários, deslizamentos de terra ou até mesmo um

tsunami se você mora em regiões costeiras. Cada vez que você sentir um tremor secundário, se ABAIXE, se PROTEJA e ESPERE. Os tremores secundários frequentemente ocorrem minutos, dias, semanas e até meses após um terremoto.

- Procure e apague pequenos incêndios. O fogo é o perigo mais comum após um terremoto.
- Considere todas as fiações de energia derrubadas como “vivas” e mantenha-se afastado delas até serem removidas por um socorrista profissional ou empresa de serviços públicos.
- Tenha muito cuidado ao entrar em edifícios e examine as paredes, pisos, portas, escadas e janelas para verificar se há danos.
- Mantenha o cuidado com as linhas de gás quebradas e informe-as à empresa concessionária imediatamente.
- Se você sentir cheiro de gás natural ou propano ou ouvir um ruído sibilante, saia imediatamente e ligue para o corpo de bombeiros.
- Abra o armário e as portas do armário com cuidado, pois o conteúdo pode ter se deslocado.
- Limpe imediatamente medicamentos, água sanitária, gasolina ou outros líquidos inflamáveis derramados.

Questões Para Discussão

1. Quais áreas próximas são suscetíveis aos terremotos?
2. Qual a idade das casas nos seus bairros? Elas foram construídas para o código atual?
3. Quais são os regulamentos nas suas áreas para responder a terremotos?
4. Quais equipamentos você precisará encontrar para se preparar adequadamente para responder a um terremoto?

Incêndio/Remoção de Cinzas

Algumas das informações abaixo foram retiradas do site: <https://www.cdph.ca.gov/programs/OPA/Pages/NR18-056.aspx>, acessado em 29/07/2019.

Após um incêndio, uma das tarefas comuns que realizamos é a recuperação de propriedade pessoal, geralmente chamada de remoção de cinzas. Durante esta fase da catástrofe, nos encontraremos com os proprietários das casas incendiadas e os ajudaremos a examinar minuciosamente as cinzas do que era a casa deles, e tentaremos recuperar o máximo possível de seus objetos de valor. A princípio pode parecer que é uma tarefa inútil, mas conseguimos encontrar heranças familiares como joias, porcelana fina, jogos de talheres e uma variedade de outros itens insubstituíveis. Existem algumas medidas de segurança que você pode querer implementar antes de iniciar uma operação de recuperação de bens pessoais. Aqui estão algumas:

- Use um respirador bem ajustado, classificado como N-95 ou P-100, para bloquear a inalação de partículas das cinzas. As bandanas e as máscaras de pano ou cirúrgicas não bloqueiam efetivamente as partículas finas.
 - Nota: As cinzas de prédios queimados, veículos e itens semelhantes podem conter substâncias tóxicas como arsênico, amianto, chumbo e partículas finas que podem agravar a asma e outros problemas respiratórios.
- Use luvas, camisas com mangas compridas, calças compridas, meias e sapatos duráveis para evitar o contato da pele com as cinzas. Macacões ou roupas da Tyvek precisam ser usados para impedir que os contaminantes sejam absorvidos pelas roupas, transferidos aos veículos, aos locais de dormir/jantar e facilitar a limpeza entre os locais.
- Caso tenha cinzas na sua pele, lave-a o mais rápido possível.
- Tire os sapatos antes de entrar na sua casa ou use "tapetes pegajosos" nas entradas e portas para remover a poeira e as cinzas dos seus sapatos.
- Nunca use um soprador de folhas, pois ele espalhará as cinzas e as soprará de volta ao ar.
- Não é recomendado o uso de aspiradores domésticos e outros aspiradores de pó sem filtro HEPA. Os aspiradores de pó com filtro HEPA podem ser usados, se disponíveis.

Questões Para Discussão

1. Quais áreas próximas são especialmente suscetíveis aos incêndios?
2. Quais são os regulamentos nas suas áreas em relação às remoções de cinzas?
Voluntários podem participar?
3. Quais equipamentos você precisará encontrar para se preparar adequadamente para a remoção de cinzas?

Tornados

O seguinte trecho é retirado do site: https://www.fema.gov/media-library-data/a4ec63524f9fd1fa5d72be63bd6b29cf/FEMA_FS_tornado_508_8-15-13.pdf

Se um Tornado atacar enquanto você estiver em um trabalho de assistência em catástrofes e você tiver acesso a um edifício estruturalmente sólido e sem danos, vá para a sala mais baixa na área interna. Permaneça longe de cantos, janelas, portas e paredes externas. Calce sapatos robustos e proteja a sua cabeça. Se você não puder se abrigar em um edifício, vá até o seu carro, coloque o cinto de segurança e cerque-se com algum amortecedor, ou encontre a área mais baixa do chão e deite-se. NÃO se refugie debaixo de uma ponte ou viaduto. Ao fazer a limpeza após um tornado, use botas robustas e suponha que todas as fiações de energia penduradas ou soltas estão vivas até que seja confirmado que a companhia elétrica as desligou.

Questões Para Discussão

1. Quais áreas próximas são especialmente suscetíveis aos tornados?
2. Que planos você e a sua família têm para quando ocorrer um tornado?
3. É uma boa ideia se abrigar debaixo de uma ponte ou viaduto?

Observações Finais

Em qualquer situação de resposta, as pessoas devem buscar atendimento médico caso sintam problemas de saúde, como dor no peito, aperto no peito ou falta de ar.

O governo federal tem um site chamado Ready.gov <https://www.ready.gov/> que tem um volume enorme de informações sobre o que fazer antes, durante, e depois de uma

catástrofe. A Cruz Vermelha Americana é outro ótimo lugar para obter informações <https://www.redcross.org/>. As recomendações acima são apenas um ponto de partida para você, e de forma alguma são consideradas como uma lista exaustiva, e há uma riqueza de informações para você acessar antes de responder em um papel de assistência em catástrofes. Lembre-se também que parte do material acima é específico da Califórnia e dos Estados Unidos de forma mais ampla. Dependendo de onde a catástrofe ocorrer, pode haver regulamentos diferentes.

Por fim, muitas dessas respostas às catástrofes requerem o uso de equipamentos pesados, ferramentas elétricas ou motosserras. Se a sua igreja tiver um Gerente de Risco, verifique com ele antes de soltar o seu pessoal no campo. Ao responder com organizações como a Convenção Batista do Sul (por exemplo), eles têm o seu próprio programa de certificação para você operar equipamentos pesados ou motosserras. Na Igreja Saddleback, não fazemos nossas próprias certificações, mas confiamos em nossos membros para produzir a documentação de que eles concluíram programas reconhecidos como os oferecidos pela Convenção Batista do Sul, o Grupo Nacional de Coordenação de Incêndios Florestais, ou programas profissionais que atendam aos objetivos do MANUAL DO CÓDIGO DE SAÚDE E SEGURANÇA 6709.11 (segurança de motosserra). Ao usar motosserras para derrubar árvores ou cortar galhos grandes, certifique-se sempre de que a área circundante esteja livre de pessoas e objetos que poderiam ser atingidos. Há também considerações sobre como orar com os proprietários das casas, as liberações de responsabilidade, políticas de celular e fotos. Isso tudo pode parecer assustador no início, mas estamos aqui para ajudá-lo a navegar nessas águas.