

EM CASO DE EMERGÊNCIA LIGUE 112,

POLÍCIA – 217654242

Ou contacte a **Esquadra da sua área**

62.^a Esquadra – QUELUZ ----- 214340220

66.^a Esquadra – AGUALVA CACÉM ----219128800

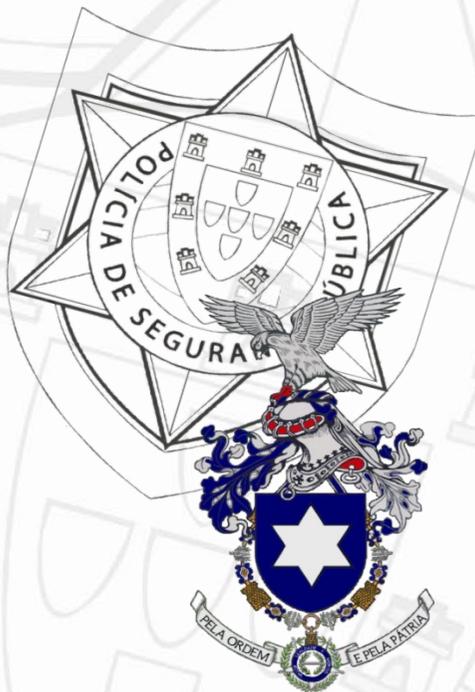
68.^a Esquadra – SÃO MARCOS ----- 214272100

69.^a Esquadra – MEM MARTINS ----- 219225240

86.^a Esquadra – CASAL DE CAMBRA 219817120

88.^a Esquadra – MASSAMÁ ----- 214308910

89.^a Esquadra – RIO DE MOURO ----- 219198631



PSP

POLÍCIA DE SEGURANÇA PÚBLICA
COMANDO METROPOLITANO DE LISBOA

DIVISÃO DE SINTRA

Modelo Integrado de Policamento de Proximidade

A Segurança do Idoso




FREGUESIA
QUELUZ - BELAS
a crescer consigo

PME SI
PLANO MUNICIPAL PARA O
ENVELHECIMENTO ATIVO
SAUDÁVEL E INCLUSIVO

Modelo Integrado de Policiamento de Proximidade

Divisão de Sintra

Em Casa

- ✓ Deixe as portas e as janelas fechadas sempre que sair;
- ✓ Mantenha as entradas de casa bem iluminadas à noite;
- ✓ Coloque um óculo na sua porta de entrada que permita ver o exterior antes de abrir a porta;
- ✓ Se abrir a porta a um estranho, mantenha sempre a mesma entreaberta e com a corrente de segurança colocada;
- ✓ Não guarde grandes quantias de dinheiro em sua casa;
- ✓ Conheça os seus vizinhos - eles podem ser os seus olhos e ouvidos quando não estiver em casa;
- ✓ Tenha sempre “à mão” os números de telefone para poder comunicar com alguém, principalmente com a polícia.



Na Rua

- ✓ Evite andar sozinho, principalmente depois de escurecer e em locais isolados ou desertos e pouco iluminados;
- ✓ Não ostente objetos de valor e evite ter carteiras na mão ou no bolso traseiro das calças;
- ✓ Tome uma atitude discreta quando for ao banco levantar ou depositar dinheiro e preste atenção a indivíduos suspeitos;



- ✓ Se suspeitar que alguém a/o está a seguir, dirija-se a um estabelecimento próximo e peça ajuda.

Cuidado com os burlões

- ✓ Cuidado com o contacto porta a porta, falsos funcionários da segurança social, finanças, edp, enfermeiros (vacina ou teste covid);
- ✓ Falso pretexto para entrar em casa: pedir um copo de água, oferecer ajuda para transportar as compras, pedir para ver as alianças ou bens de valor, pedir para trocar a box/tdt da televisão;
- ✓ Falso pretexto na rua: falsos videntes, falsos peditórios, pedir auxílio económico por falta de gasolina, questões de saúde, ajuda no ATM por desconhecidos.

NÃO SE DEIXE

CONVENCER!