

www.amn.pt



Autoridade Marítima Nacional

### Contactos

#### Comando Regional do Norte

Comando Local de Caminha	258719070	916353052
Comando Local de Viana do Castelo	258822168	916352353
Comando Local da Póvoa do Varzim	252624608	916352737
Comando Local de Vila do Conde	252631464	916352737
Comando Local de Leixões	229983087	916353249
Comando Local do Douro	222070980	916352954
Comando Local de Aveiro	234397246	916353407
Comando Local da Figueira da Foz	233422955	916352629

#### Comando Regional do Centro

Comando Local de Nazaré	262561255	918498031
Comando Local de Peniche	262790338	918498039
Comando Local de Cascais	214864500	918498043
Comando Local de Lisboa	210911149	918498025
Posto Costa da Caparica	212913101	916633035
Comando Local de Setúbal	265548775	918849048
Comando Local de Sines	269632275	918498058

#### Comando Regional do Sul

Comando Local de Lagos	282767983	916613499
Comando Local de Portimão/Albufeira	916613547	916613540
Comando Local de Faro	289894990	916613531
Comando Local de Olhão	289701700	916613521
Posto da Fuzeta		916613295
Comando Local de Tavira	281321877	916613515
Comando Local de Vila Real de Santo António	281513999	918713553

#### Comando Regional dos Açores

Comando Local de Ponta Delgada	296205246	917548729
Comando Local da Horta - Faial	292208015	912354130
Comando Local da Horta - Pico		912354131
Comando Local da Horta - S. Jorge		912354132
Comando Local de Santa Cruz das Flores	292593005	912353025
Posto do Corvo	292596146	912261542
Comando Local de Angra do Heroísmo		912344795
Comando Local de Vila do Porto	296882157	918773863
Comando Local da Praia da Vitória		912344795

#### Comando Regional da Madeira

Comando Local do Funchal	210984540	916600707
Comando Local de Porto Santo	210984521	916600715



## Programa Cidadania Marítima



# CIDADANIA NO MAR, SEGURANÇA A DOBRAR

Em caso de emergência no mar ligue:

**112**

ou

Centro de Busca e Salvamento Marítimo de Lisboa

**214 401 919**

Autoridade Marítima Nacional  
Gabinete de Imagem e Relações Públicas  
Praça do Comércio 1100-148 LISBOA  
Telefone: 210 984 081  
Email: girp@amn.pt

Comando-geral da Polícia Marítima  
Praça do Comércio 1100-148 LISBOA  
Telefone: 210 984 179/80 Fax: 211 938 438  
email: policiamaritima@amn.pt



Todos os cidadãos devem assumir-se como promotores da cidadania marítima.

A necessidade de cumprimento de determinados deveres, numa lógica de prevenção, constitui um útil e eficaz instrumento para evitar comportamentos de risco.

Garantir a segurança é uma obrigação primordial da Polícia Marítima e um direito e um dever fundamental dos cidadãos.

A concretização prática de uma cidadania marítima ativa e responsável depende de uma atuação coordenada entre a Polícia Marítima e a sociedade civil.

Uma verdadeira cidadania marítima é o primeiro passo para a segurança e um bom ambiente junto ao mar. Para isso, existem algumas regras que o aconselhamos a seguir:

- Respeite as indicações dos nadadores-salvadores e as bandeiras de sinais;
- Não nade em praias não vigiadas. Privilegie sempre praias vigiadas;
- Não destrua, danifique, desloque ou remova a sinalética ou as barreiras de proteção existentes nas praias;
- No caso de ser apanhado por um agueiro, canalize os esforços no sentido de manter a flutuabilidade e pedir imediatamente ajuda;



- Evite situações de excesso de ingestão de comida e/ou bebidas alcoólicas, quando for a banhos;
- Não se exponha ao sol nas horas de maior calor;
- Mantenha sempre a vigilância das crianças que o acompanham;
- Ao ausentar-se da toalha, deixe sempre alguém a guardar os seus bens e evite transportar objetos de valor para as praias. Existem indivíduos que se dedicam à prática de crimes nas praias, controlam os movimentos dos banhistas e numa pequena distração aproveitam para furtar os objetos abandonados;
- Quando fizer mergulho, nunca o faça sozinho e assinale sempre a sua localização;
- Não pratique mergulho recreativo sem estar devidamente habilitado;
- Na prática de desportos náuticos, nomeadamente surf, parapente ou Kitsurf, salvaguarde a segurança dos outros;



- Em atividades náuticas, não se esqueça de usar os equipamentos individuais de proteção adequados, tais como coletes de salvação;
- Não pesque nas arribas nem circule nas mesmas. Cumpra os avisos afixados;
- Evite locais com escarpas, pois todos os anos caem pessoas ao mar;
- Não circule nos molhes ou junto ao mar quando estão em vigor avisos de mau tempo;
- Não lance ao mar objetos ou substâncias que possam prejudicar o meio marinho;
- Cumpra prontamente as determinações do Capitão do Porto em matéria de segurança das praias, divulgadas através dos Editais, Avisos, etc.;
- Informe-se junto da Polícia Marítima sobre os locais de perigo ou de atividades interditas;
- Participe os crimes que tenha conhecimento, furto ou outro, nomeadamente a bordo de embarcações ou em praias, aos Órgãos de Polícia Criminal (OPC), designadamente à Polícia Marítima;

**O sucesso da missão da Polícia Marítima é o sucesso de todos nós e só será possível atingir se as atividades desenvolvidas no mar ou junto dele, refletirem uma verdadeira CIDADANIA MARÍTIMA.**

