



AMADORA
Cidade

KIT DE EMERGÊNCIA

Face à possibilidade de ocorrência de situações de risco, cada vez mais a preparação individual prévia tem um papel fulcral na sobrevivência e resiliência dos cidadãos.

O kit de emergência deverá conter todos os materiais e provisões que permitam a sobrevivência do seu agregado familiar nas 72 horas seguintes a uma situação de catástrofe.

O QUE PRECISA PARA CRIAR UM KIT DE EMERGÊNCIA

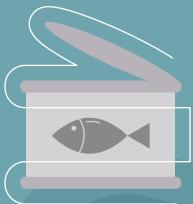
ÁGUA

Engarrafada, suficiente para 72h, para cada um dos membros do seu agregado familiar, incluindo animais de estimação. Não se esqueça de considerar a água necessária para outros fins, como preparo de alimentação de bebé.



COMIDA

Alimentos, preferencialmente enlatados, suficientes para todos os membros do seu agregado familiar, durante 72h. Não se esqueça de considerar alimentação para bebés e animais de estimação e alimentação adaptada a doentes crónicos.



ESTOJO DE PRIMEIROS SOCORROS

Com os materiais necessários para fornecer primeiros socorros básicos após uma situação de catástrofe, como pensos, gaze, tesoura, desinfetante para feridas, gelo artificial, entre outros.



MEDICAMENTOS

Necessários para as situações de saúde mais comuns, e se algum membro do seu agregado familiar for doente crónico ou necessitar de medicação regular, deverá considerar medicação suficiente para garantir as 72h seguintes a uma situação de acidente grave ou catástrofe.



ARTIGOS PESSOAIS

Deverá incluir todos os artigos de higiene de primeira necessidade, bem como, deverá incluir fotocópias dos documentos de identificação (e outros relevantes) de todos os membros do seu agregado familiar.



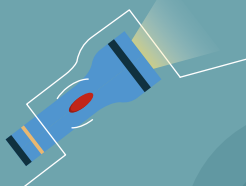
RÁDIO

Um rádio a pilhas, bem como pilhas suplentes para o mesmo, e um conjunto de auscultadores, de modo a poder ouvir as informações das autoridades relativamente a medidas de segurança e apoios à população.



MUDAS DE ROUPA

Caso disponha dessa possibilidade, inclua uma muda de roupa para cada membro do seu agregado familiar, bem como mantas ou cobertores em quantidade suficiente.



LANTERNA

Uma ou duas lanternas e pilhas suplentes.

TESOURA OU CANIVETE

Deverá incluir um canivete no seu kit de emergência, de preferência um canivete multifunções.



BÚSSOLA

Esta aponta sempre para o norte, o que o poderá ajudar a situar-se numa situação de pós-catástrofe. Deve ensinar todos os elementos do seu agregado familiar a utilizar uma bússola, bem como o ponto cardeal a seguir.

APITO/CANETA

Um ou dois apitos, que permitem a rápida sinalização da vossa localização numa situação de catástrofe.



AMADORA
Cidade

