

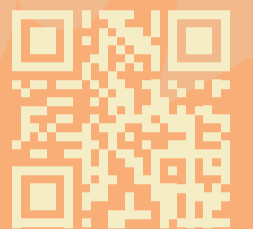
EM CASO DE INCÊNDIO, PREPARA-TE!

PORTUGAL
CHAMA
POR SI. POR TODOS.

REPÚBLICA
PORTUGUESA



raposachama.pt



Sabias que ter um **Kit de Emergência** pronto para usar em caso de incêndio pode salvar vidas? Estes produtos essenciais podem assegurar a tua autossuficiência e sobrevivência durante um incêndio ou outra situação grave. É como uma mochila mágica com tudo o que precisas para ficar bem durante as primeiras 72 horas.

O QUE NÃO PODE FALTAR NO TEU KIT DE EMERGÊNCIA:



DOCUMENTOS IMPORTANTES:

- Cópia do cartão de cidadão ou passaporte
- Receitas médicas
- Contactos de familiares, amigos e dos serviços de emergência



MEDICAMENTOS ESSENCIAIS:

- Os remédios que tomas todos os dias
- Remédios para a dor de cabeça, barriga e outros problemas



ROUPAS RESISTENTES:

- Uma muda completa de roupa de preferência de algodão grosso e que cubra as tuas pernas e braços (incluindo roupa interior)
- Botas ou sapatos resistentes
- Luvas para proteger as mãos
- Um impermeável para a chuva

COMUNICAÇÃO E SINAIS:

- Telemóvel e powerbank carregado
- Um apito para pedir ajuda
- Um rádio com pilhas extras



NÃO TE ESQUEÇAS!



PRIMEIROS SOCORROS:

- Estojo de primeiros socorros
- Máscara para proteger as vias respiratórias do fumo
- Manta térmica para te manter quente



COMIDA E BEBIDA:

- Água engarrafada
- Chocolate ou barras energéticas
- Comida fácil de guardar, como frutos secos e enlatados



HIGIENE:

- Sabão e toalhetes
- Escova e pasta de dentes
- Sacos para o lixo



FERRAMENTAS ÚTEIS:

- Uma lanterna que não precise de pilhas
- Um canivete multifunções
- Lonas e fita adesiva para improvisar abrigo



DINHEIRO:

Algumas moedas e notas



- Guarda o Kit num sítio fácil de encontrar.
- Avisa a tua família onde o guardaste e o que contém.
- Usa uma mochila para o transportar com facilidade.
- Revê o que está dentro do Kit com regularidade para garantir que tudo está em ordem.
- Podes fazer Kits extras: para os teus animais, carro ou outras necessidades especiais.
- **E o mais importante:** combina com a tua família um plano de emergência. Assim, todos sabem o que fazer se um incêndio acontecer.

NUNCA TE ESQUEÇAS: A PREVENÇÃO COMEÇA EM TI!