

Preparativos no dia a dia

Verificação dos arredores da casa

Veja sempre se há algum lugar que necessita de reparos na casa, a fim de protegê-la de desastres naturais, como vento e água.

Limpeza do ralo



Conserto da casa (telhado deslocado, entupimento da sarjeta)



Previna-se para não deixar que o vento carregue objetos



Preparar coisas para levar em casos de desastres naturais e para deixar em casa

Coisas certamente necessárias em casos de desastres naturais
Desastres naturais acontecem de repente. Organizemos as coisas necessárias para casos de desastres naturais e preparemo-nos para o pior

Coisas para levar em casos de desastres naturais

Preparemos água, alimentos e objetos necessários no cotidiano suficientes para 2 dias. Acondicione em mochilas, e deixe em locais que podem ser apanhados rapidamente.

Coisas para deixar em casa

Preparemos água e comida para pelo menos 3 dias e, se possível, para 1 semana. Dentre eles, para 3 dias, optemos por alimentos que podem ser ingeridos sem necessidade de preparo prévio.

Lista de verificação

Coisas para se colocar na mochila

Lista	✓
Mochila	
Água potável	
Comida (alimentos que não precisam cozinhar)	
Rádio, lanterna	
Pilhas	
Telefone celular (carregador, bateria)	
Roupa de chuva	

Lista	✓
Roupas/roupas íntimas	
Saco de dormir/cobertor	
Luvas, toalhas, lenço umedecido	
Coisas importantes (dinheiro, caderneta do banco, cartão do seguro de saúde)	
Remédio que toma sempre/medicamento de emergência	
Máscara, anti-séptico de álcool, termômetro	
Ademais, o que a família precisar	

Padrão para 1 semana (1 pessoa)

Bebida

3 litros por dia
x 7 dias = 21 litros



Alimento

3 refeições por dia
x 7 dias = 21 refeições



Fogão portátil/ cilindro portátil de gás

É possível esquentar
a refeição



Com 1 cilindro portátil de gás é possível levar
à fervera 1.5 litros de água, por 10 vezes

Água e comida

Use a partir do mais velho e renove o
estoque

Ao comer



Comprar

