

Kit de Emergência sempre à mão!

Mantenha a sua checklist sempre consigo.





CONTACTOS ÚTEIS
Atendimento Permanente

- Número Europeu de Emergência **112**
- Bombeiros de Castelo Branco **272 342 122**
- Polícia de Segurança Pública **272 038 900**
- GNR | Comando Territorial de Castelo Branco **272 340 900**
- Serviço Municipal de Proteção Civil **800 272 112**

Documentação

- ☐ Cópia CC
- ☐ Dinheiro
- ☐ Cartão de portador de doença ou deficiência
- ☐ Contactos de emergência e pessoas de proximidade e moradas úteis

Serviço Municipal de Proteção Civil de Castelo Branco
Morada Praça do Município, 6000-458 Castelo Branco | Contacto 272 330 330
Email protecaocivil@cm-castelobranco.pt

Animais Domésticos

- ☐ Ração
- ☐ Trela
- ☐ Recipiente (água/comida)
- ☐ Brinquedo
- ☐ Manta

Crianças

- ☐ Fraldas
- ☐ Leite em pó
- ☐ Biberão
- ☐ Snacks/papas ou puré de fruta
- ☐ Brinquedos/jogos/livro



SOMOS TODOS PROTEÇÃO CIVIL

A melhor resposta começa antes da emergência.

KIT DE EMERGÊNCIA SEMPRE À MÃO!



Quadríptico | Impressão

Tamanho: 25 x 9 cm

Linha de corte: - - -

Linha de dobra: - - -

Kit de Emergência sempre à mão!

Mantenha a sua checklist sempre consigo.

ASSINALE OS ITENS QUE JÁ TEM
E VEJA O QUE FALTA PREPARAR.

Primeiros Socorros

- ☐ Pensos adesivos
- ☐ Ligaduras
- ☐ Soro fisiológico
- ☐ Compressas
- ☐ Fita adesiva em não tecido
- ☐ Tesoura
- ☐ Luvas descartáveis
- ☐ Manta isotérmica de emergência
- ☐ Máscara de proteção respiratória
- ☐ Desinfetante
- ☐ Pequeno manual de socorrismo

- ☐ Medicação (usual, Anti-inflamatórios, Paracetamol, Antidiarreico, etc.)

Sobrevivência

- ☐ Bússola
- ☐ Lanterna portátil
- ☐ Corda multiusos
- ☐ Rádio portátil
- ☐ Apito com fita
- ☐ Bloco de notas c/ caneta
- ☐ Mosquetão
- ☐ Isqueiro
- ☐ Canivete
- ☐ Kit de costura portátil
- ☐ Poncho impermeável ultraleve
- ☐ Lona de proteção

- ☐ Óculos de proteção
- ☐ Jogos familiares e livros
- ☐ Pilhas
- ☐ Caixa de arrumação/transporte
- ☐ Power bank

Alimentação

- ☐ Caixa para alimentação (tipo lancheira)
- ☐ Talheres em plástico
- ☐ Garrafa p/ água
- ☐ Fogão gás (campismo)
- ☐ Botijas gás
- ☐ Filtro de água
- ☐ Água
- ☐ Comida em lata

- ☐ Snacks

Higiene Pessoal

- ☐ Higiene oral
- ☐ Sabonete/shampoo
- ☐ Lenços papel/toalhetes
- ☐ Higiene íntima
- ☐ Bolsa arrumação/transporte

Roupa

- ☐ Calças
- ☐ Meias
- ☐ T-shirt
- ☐ Camisola
- ☐ Casaco
- ☐ Tênis/botas

Quadríptico | Impressão

Tamanho: 25 x 9 cm

Linha de corte: - - -

Linha de dobra: - - -