

# KIT 72 HORAS OU



## MOCHILA DE EMERGÊNCIA

Nunca se sabe quando é que temos de abandonar rapidamente a nossa casa devido a qualquer situação imprevista, deixando para trás todos os nossos haveres. Poderemos estar em presença de um incêndio, uma fuga de gás, um terramoto ou qualquer uma outra emergência. Num destes casos ficar em casa para recuperar quaisquer bens poderá representar a morte.

Por isso, chamamos a atenção para ter sempre à mão uma MOCHILA DE EMERGÊNCIA, também chamada de KIT 72 HORAS para que em caso de ter de abandonar rapidamente a sua casa possa levar consigo alguns itens essenciais.

A listagem abaixo é meramente indicativa, cada um saberá das suas necessidades e como deverá fazer as necessárias adaptações.

2 garrafas de 1,5 de água  
12 barras energéticas  
barras de chocolate  
Bolachas de água e sal  
Suplemento alimentar (gotas efervescentes)  
medicamentos anti-piréticos, anti-inflamatórios e todos os que se tomam habitualmente  
sabão azul e branco  
saco cama  
tenda leve  
Cobertor isotérmico impermeável  
Blusão (agasalho)  
Muda de roupa interior  
Kit 1ºs socorros básico  
Repelente insectos  
Protector solar  
Toalhetes húmidos lanterna à prova de água ou lanterna de mineiro  
Pilhas de reserva  
Luvas  
Máscaras respiratórias  
Isqueiro  
Canivete suíço  
Fita cola  
Fósforos à prova de água  
Fio de nylon  
Rádio portátil AM/FM  
Apito  
Pá tripartida  
Filtro de água (lifestraw)  
Fotocópias de documentos pessoais  
Fotocópia de escritura da casa  
Dinheiro em notas e em moedas  
Cheques

**DEVE COLOCAR A SUA MOCHILA PERTO DA SAÍDA DA CASA TAL COMO SE  
DE UM EXTINTOR DE FOGO SE TRATASSE**