

Os preparativos para uma emergência começam em casa

Fazer antecipadamente o planejamento para uma situação de emergência lhe dará sossego e poderá manter seguros a sua família e os seus amigos. Os oficiais da cidade de Cambridge estão se preparando para uma série de possíveis situações de emergência, de ciclones e tempestades a uma pandemia de gripe e atos de terrorismo. Você também pode ajudar. Aqui estão algumas coisas simples que você pode fazer para se preparar.

✓ Plano de Comunicação da Família

Saiba como você entrará em contato com os membros de sua família e onde irão se encontrar.

✓ Alimentos e Água

Tenha um estoque de alimentos e água para 3 dias para cada pessoa em sua casa. Lembre-se das necessidades individuais de dieta para cada membro da sua família e faça o planejamento para os animais de estimação.

Água engarrafada

- Um galão, por pessoa, por dia
- Mantenha a água em local fresco e seco

Alimentos enlatados e secos

- Frutas, legumes e carnes enlatados
- Abridor de latas manual
- Caixa de sucos, leite enlatado
- Frutas secas, nozes, bolachas tipo água e sal, e barras de cereal
- Alimentos infantis e fórmula para o bebê
- Alimentos para os animais de estimação

✓ Primeiros Socorros e Ferramentas

Tenha em mãos um kit de primeiros socorros com produtos de higiene e medicamentos sob receita.

Primeiros Socorros

- Kit de primeiros socorros
- Curativos, gaze, álcool desinfetante
- Luvas médicas e esparadrapo, tesouras
- Medicamento para a dor
- Medicamentos sob receita médica
- Produtos de higiene
- Sabonete, papel higiênico, pasta de dente

Ferramentas e Itens Especiais

Lembre-se destes itens importantes:

- Lanterna, rádio de pilha
- Pilhas extras
- Documentos importantes, como por exemplo, certidão de nascimento e número de contas bancárias

✓ Kit de Evacuação

Tenha suprimentos prontos em seu carro ou em uma mochila caso você precise sair de sua casa. Faça uma mala ou mochila leve e inclua suprimentos básicos para durarem de 24 a 48 horas.

- Um jogo de roupas
- Água engarrafada e barras de cereal
- Suprimentos de primeiros socorros
- Medicamentos sob receita

✓ Revisão

Reveja os seus planos e suprimentos a cada 6 meses com as outras pessoas de sua família. Reponha os alimentos, a água e os medicamentos com o prazo de validade vencidos. Atualize o seu plano de comunicação.