

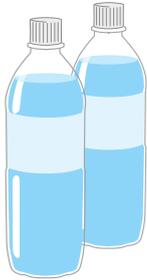
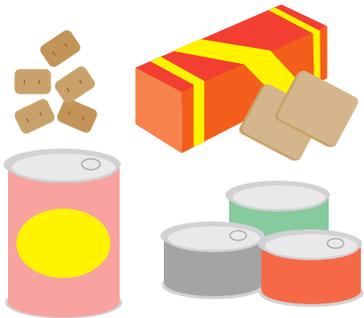
Nome

(Série Turma No.)



Verificar os tipos, a quantidade e lugar dos produtos estocados

Na sua casa, qual a quantidade de estoques, para prover a família por 1 semana?

	Variedade	Nome e quantidade do produto	Observação
Água			<ul style="list-style-type: none"> • O adulto necessita de 3 litros por dia e a criança de 2 litros por dia. • 1 litro = 1 kilo, portanto é custoso levar grandes quantidades no refúgio.
Alimentos			<ul style="list-style-type: none"> • O homem adulto necessita de 2500 calorias por dia, a mulher de 2000 calorias e a criança de 1500 calorias. • O ideal é levar alimento de pouco peso, que não necessita de água e nem fogo.
Vestimentas			<ul style="list-style-type: none"> • Mudanças de roupas íntimas e toalhas são necessárias; mas previna-se também contra a chuva e frio, providenciando a capa de chuva, blusão e suéter. • Providenciar também o capacete para proteger a cabeça.
Produtos do dia a dia			<ul style="list-style-type: none"> • Conforme o uso tecidos, papel higiênicos, fitas adesivas serão muito convenientes. • No refúgio à noite não esqueça da lanterna portátil e os remédios da pessoa doente. • Providenciar a gaze e remédios de primeiros socorros para eventuais acidentes. • Se possui rádio portátil, prepare também pilhas adicionais.

★ Sobre a reserva de emergência, converse com seus familiares e escreva a sua opinião.