



## Preparação para a falta de energia elétrica



Crie suprimentos suficientes de água e de comida (consulte a lista de verificação intitulada „Reserva de emergência“).



Tome precauções para poder cuidar de entes queridos que precisam de cuidados durante um certo período de tempo, se necessário. Acumule medicamentos e itens de higiene para uma semana. Certifique-se de que tem consigo os seus registos médicos importantes e as receitas médicas impressas do seu médico.



Por meio de um rádio alimentado por bateria, mesmo em caso de falha de energia, obterá informações importantes das autoridades.



Com velas, lanternas (incluindo baterias) e fogões de campismo equipados com cartuchos de gás (preste atenção para ter uma boa ventilação pois há risco de incêndio) também sem luz eléctrica pode aquecer a sua comida.



Se você tiver uma lareira ou fogão a lenha, acumule pilhas de madeira, briquetes ou carvão. Crie também os estoques necessários para o seu sistema de aquecimento, por exemplo, estoques para aquecimento com óleo, pellets, etc.



Sempre tenha uma certa quantia em dinheiro disponível em casa. Em caso de queda de energia, caixas eletrônicos e meios de pagamento eletrônicos não funcionarão mais.



Verifique os eletrodomésticos que não estão mais disponíveis sem eletricidade e são essenciais, tais como sistemas vitais (oxigênio), sistemas de travamento eletrônico, elevadores de escada, cama eléctrica para doente, etc.



Informe-se antecipadamente no website <http://www.notfalltreffpunkt.ch> onde se encontra o ponto de encontro de emergência mais próximo no seu município (ver o respectivo folheto publicado pelo município).



Verifique regularmente o funcionamento do seu grupo gerador de reserva e suas reservas de combustível.



Desligue os dispositivos não essenciais. Certifique-se de que o dispositivo não continue a funcionar no modo de espera.





## Comportamento correto a adotar durante uma queda de energia



Mantenha a calma e forneça iluminação adequada.



Verifique se há pessoas presas em elevadores dentro de casa; providencie seu apoio, se necessário.



Informe os idosos sobre a queda de energia.



Se precisa de ajuda ou quiser informar-se sobre a situação, dirija-se ao ponto de encontro de emergência mais próximo. (Se o seu telemóvel funcionar, ligue para os números 117, 118 e 144, como habitualmente faz em caso de emergência)



Entre em contato com vizinhos e com pessoas que moram sozinhas. Nunca deixe estas pessoas sozinhas. Junte-se a outras pessoas na prestação de assistência mútua.



Ouça a rádio; pode obter informações por meio de dispositivos alimentados por bateria (por exemplo, via smartphone) no site do fornecedor de eletricidade ou via Alertswiss, se informações específicas forem esperadas.



Se o seu telefone ainda não funcionar: ligue para os números de emergência apenas em caso de emergência, evitando fazer ligações desnecessárias (pois corre o risco de sobrecarregar a rede).



Use roupas quentes para favorecer a compensação da falta de aquecimento.



Mantenha as geladeiras e os congeladores o mais fechados possível; esvazie a geladeira após um intervalo de 6 horas e o congelador após um intervalo de 24 horas.



Desligue todos os dispositivos alimentados pela rede elétrica. Assim que a energia volta, ligue um aparelho após o outro.





# Lista de verificação de reserva de emergência



## Bebidas

- 9 litros de água (por pessoa)
- Outras bebidas



## Bens alimentares (para 1 semana)

- Arroz ou macarrão
- óleo ou gordura
- Conservas (vegetais, frutas ou cogumelos)
- Farinha e fermento seco
- Salsichas em conserva e carne seca
- Refeições prontas (rösti)
- Sopas prontas
- Queijos duros e processados
- Caldo, sal, pimenta
- Café, cacau, chá
- Muesli, legumes, frutas secas, nozes
- Tostas ou pão duro
- Chocolate
- Leite UHT, leite condensado
- Açúcar, compotas e mel
- Alimentos especiais (alimentos para bebês)
- Alimento para animais



## Gabinete sanitário/gabinete de higiene

- Gabinete sanitário/gabinete de higiene
- Desinfectante
- 50 máscaras de higiene por pessoa
- Medicamentos de uso pessoal
- Gabinete sanitário geral



## Tecnologia

- Rádio operado por bateria
- Lanterna (com manivela)
- Baterias sobressalentes
- Powerbank para os dispositivos de bateria
- Velas, fósforos e/ou isqueiros
- Fogão a gás e rechaud
- Possibilidade de aquecimento (por exemplo, garrafa de água quente)



## E a seguir ...

- Dinheiro
- Documentos relevantes
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

