



Recolha de Bens Apoio Humanitário ao Povo Ucraniano



Pontos de Entrega

Sede da AMQC - Associação de Moradores da Quinta da Carreira

Rua Homem Cristo Nº 3 - 2765-458 S. João do Estoril
(junto ao Centro de Saúde)
Horário - 2ª a 6ª feira das 9h30 às 16h30

Centro Logístico de Cascais - C3

Rua das Tojas, 23 - 2755-010 Alcabideche
Horário - 2ª a 6ª feira das 9h00 às 17h00

Lista de Bens Necessários

EQUIPAMENTO MÉDICO

Kits de 1º Socorros
Luvas descartáveis
Álcool 70º
Compressas
Pensos Rápidos
Rolo Adesivo
Anti-séptico (Betadine)
Ligaduras não elásticas
Soro fisiológico
Analgésicos (Paracetamol)
Anti-inflamatório (Brufen)
Máscaras
Água Oxigenada

VESTUÁRIO E AGASALHOS

Vestuário térmico
Edredões
Mantas térmicas
Cuecas
Meias de inverno
Sacos – cama
T-shirts escuras

DIVERSOS

Powerbanks
Pilhas
Lanternas
Tapetes de Ginástica
Fita cola Larga Amarela
Fita cola larga Castanha
Filtro para água

ALIMENTOS NÃO PERECÍVEIS

Água
Bolachas
Frutos secos
Enlatados
Arroz
Massas
Barras energéticas
Chocolates
Leite em pó
Farinhas lácteas
Café Solúvel
Chá
Leite condensado

HIGIENE PESSOAL

Champô
Pasta e escovas dentífricas
Sabão
Gel de Banho
Toalhetes
Fraldas
Pomada para Bebés (Halibut)
Pensos Higiénicos / Tampões
Gilletes descartáveis



214 688 075



amqcarreira



www.amqc.pt