MODO REFUGIO

PREPÁRATE · CHECKLIST

Mochila de evacuación 72 h

Una mochila por persona con agua, comida, linterna, radio, botiquín, documentos, efectivo, ropa y cargador, lista para coger en 2 minutos.

Versión online y actualizada

Nivel básico

- [ ] **Agua** · 2–3 L por persona
- [ ] **Comida que no necesite cocinarse** · 3 días — Barritas, frutos secos, conservas abre-fácil.
- [ ] **Linterna frontal con pilas de repuesto**
- [ ] **Radio pequeña a pilas o de manivela** — Una por familia.
- [ ] **Powerbank cargado y cables**
- [ ] **Botiquín mini y medicación para 3 días**
- [ ] **Copias de documentos y efectivo en bolsa estanca**
- [ ] **Muda de ropa, chubasquero y calcetines**
- [ ] **Manta térmica**
- [ ] **Silbato**
- [ ] **Mascarillas FFP2 y gel hidroalcohólico**
- [ ] **Navaja multiusos, cinta americana y bolsas**
- [ ] **Plan familiar y mapa en papel**

Nivel avanzado

- [ ] **Filtro de agua de 0,1 µm + botella plegable**
- [ ] **Comida liofilizada o raciones de emergencia**
- [ ] **Hornillo ligero, cartucho y cerillas o encendedor**
- [ ] **Saco de dormir ligero o saco de vivac**
- [ ] **Toldo (tarp) o poncho-refugio y cordino**
- [ ] **Mapa de tu provincia y brújula**
- [ ] **Capas de ropa técnica y guantes**
- [ ] **Botiquín ampliado**
- [ ] **Kit de coche: agua, mantas, cargador, chaleco y triángulos o baliza V16**

Revisado: ___ / ___ / _____ Próxima revisión (6 meses): ___ / ___ / _____