

Mochila de emergencias- *Grab and Go Bag* (en inglés)

Adapte su mochila de emergencias *Grab and Go* a sus necesidades personales.

Equipo de seguridad

- Manta de emergencia.
- Linterna / pilas extra.
- Herramienta multiusos (p.ej. un *Leatherman*).
- Mascarillas faciales.
- Guantes resistentes.
- Encendedores / fósforos.
- Cinta adhesiva.
- Bolsas grandes de basura y bolsas *Ziploc*.

Comunicación

- Silbato.
- Cable de carga para teléfono y cargadores portátiles.
- Radio portátil / baterías / aplicación móvil de radio.
- Lista de contactos de emergencia.
- Bolígrafo / papel / marcador permanente *Sharpie*.

Comida y agua

- Agua / botellas de agua.
- Comida (barras de proteína / granola, mezcla de frutos secos, nueces, fruta deshidratada, cecina de res).
- Pastillas purificadoras de agua / Filtros de agua portátiles.

Artículos de confort: Baraja de cartas, chocolate, juguetes, etc.

Salud y cuidado personal

- Medicamentos.
- Botiquín de primeros auxilios.
- Pasta de dientes / cepillo de dientes.
- Gafas / lentes de contacto de repuesto y solución de limpieza.
- Jabón / desinfectante de manos / toallitas.
- Papel higiénico.

Documentos importantes

- Plan de emergencia / lista de contactos fuera del área.
- Dinero en efectivo.
- Memoria USB con documentos importantes.
- Copias impresas de una factura de servicios públicos como comprobante de residencia (para refugios / ayudas).
- Fotografías de cada miembro de su familia y mascotas.

Considere las provisiones especiales

que necesite para usted y su familia, incluyendo a las personas que son de edad mayor, discapacitados, niños pequeños y mascotas.

Mantenga su caja de emergencias:

Reemplace los artículos caducados. Revise y actualice sus necesidades y las de su familia cada año según las necesidades cambien.