

## **¡Prepara tu mochila de emergencia!**

Los siguientes artículos están diseñados para que dos personas sobrevivan hasta 72 horas en caso de emergencia, puedes agregar insumos para hasta cuatro personas, siempre y cuando la mochila no pese más de 20 kilos (lo ideal son 8 kilos). Debe contener:

- Identificación personal, con información como nombre completo, edad, alergias, tipo de sangre, si tomas algún medicamento o si padeces alguna enfermedad crónica.
- Comida enlatada (mínimo 4 unidades)
- Radio con baterías incluidas
- 4 litros de agua
- Directorio con números de familiares (puedes agregar los números de emergencia)
- Lámpara con baterías
- Folder plastificado con fotocopia de documentos importantes (acta de nacimiento, curp, escrituras de propiedad o contrato del departamento)
- Cuchillo multifuncional
- Silbato
- Mantas térmicas (una por persona)
- En caso de tener alguna condición particular como una enfermedad, será necesario que agregues una reserva de medicamento, o en caso de que haya niños, agregar pañales, leche en polvo