BEST PREP.

GUÍA 06 · IMPRÍMELA Y GUÁRDALA JUNTO AL KIT

COCINAR SIN LUZ

Comer caliente durante un corte, sin poner en riesgo la casa.



0	50 %	2
braseros o barbacoas dentro de casa	menos combustible con calor retenido	formas de encender: mechero y cerillas

01

MONÓXIDO DE CARBONO

- Gas invisible y sin olor que mata
- Nada de barbacoas ni braseros dentro
- Ni generadores en garajes o balcones
- Pon un detector de CO

02

PLAN A: NO COCINAR

- Conservas y legumbre en bote
- Pan, galletas, frutos secos
- Ahorras combustible y riesgos

03

PLAN B: HORNILLO, FUERA

- De cartucho, en terraza o patio abierto
- Cartuchos para una semana
- Mechero y cerillas
- Alimentos rápidos: pasta, cuscús

04

PLAN C: CALOR RETENIDO

- Hierve unos minutos con tapa
- Olla tapada en caja con mantas
- El doble de tiempo: se termina sola

05

OTRAS OPCIONES

- Horno solar en días de sol
- Estación de energía: solo un rato
- Chimenea o estufa de leña en buen estado

06

TEN A MANO

- Hornillo y cartuchos
- Olla con tapa y un cazo
- Abrelatas manual
- Detector de monóxido

! **Dolor de cabeza, mareo o náuseas en varias personas a la vez: sal al aire libre y llama a emergencias.**