BEST PREP.

GUÍA 17 · IMPRÍMELA Y GUÁRDALA JUNTO AL KIT

PREPARACIÓN A LARGO PLAZO

Para crisis de meses: dinero, comida, agua y habilidades.

3-6	2	3
meses de gastos ahorrados	formas de potabilizar	preguntas antes de comprar

01

FONDO DE EMERGENCIA

- 3-6 meses de gastos básicos
- Una parte en efectivo en casa
- Menos deudas antes que más material
- Revisa los seguros

02

COMIDA PARA MESES

- Despensa rotativa ampliada
- Arroz, legumbre seca, avena
- Mylar + absorbedor de oxígeno
- Fresco y en cubo hermético

03

AGUA

- Reserva de dos semanas, rotada
- Filtro de gravedad de mesa
- Fuentes cercanas identificadas
- Dos formas de potabilizar

04

HABILIDADES

- Primeros auxilios y RCP
- Cocinar lo que guardas
- Reparaciones básicas y costura
- Orientarte con mapa

05

PRODUCIR

- Huerto en balcón o jardín
- Lluvia, si la normativa lo permite
- Estar en forma: caminar con peso

06

COMUNIDAD

- Conoce a tus vecinos
- Comparte habilidades
- Grupos locales y protección civil

! Antes de comprar: ¿puedo mantenerlo?, ¿lo he probado?, ¿a quién puedo ayudar con esto?