



READY KATE · LISTA GRATIS

El kit de 72 horas de Kate

Lo que Protección Civil recomienda tener listo en cada hogar para un apagón, una inundación o un temporal. Ve marcando. Guárdalo todo junto, en un sitio fácil de encontrar.

Agua

- ☐ Agua embotellada para todos en casa
- ☐ Un extra para biberones y mascotas

¿Cuánta? Calcula al menos 1,5 litros por persona y día solo para beber, y algo más para cocinar.

Para 3 días: mínimo 4,5 litros cada uno.

Comida

- ☐ Alimentos no perecederos (latas, galletas, frutos secos)
- ☐ Abrelatas
- ☐ Comida para mascotas

Luz y energía

- ☐ Linterna (de pilas o de dinamo)
- ☐ Radio de pilas (para seguir las noticias en un apagón)
- ☐ Pilas de repuesto
- ☐ Cargador portátil para el móvil

Salud

- ☐ Botiquín (tiritas, esparadrapo, gasas, desinfectante)
- ☐ Medicamentos habituales
- ☐ Gafas o audífonos de repuesto
- ☐ Pañales y toallitas para los peques

Abrigo

- ☐ Ropa de abrigo para todos
- ☐ Una manta

Papeles y dinero

- ☐ DNI y tarjeta sanitaria (o copias en una funda impermeable)
- ☐ Dinero en efectivo
- ☐ Llaves de casa y del coche
- ☐ Teléfonos útiles apuntados en papel

112

Emergencias. Gratis, desde cualquier teléfono.

ES-Alert

Los avisos oficiales llegan directamente a tu móvil. No hace falta instalar nada.

Radio

En un apagón, la radio de pilas te mantiene informado.

¿Te falta algo? Tranquilo. Añade dos cosas cada semana a la compra. En un mes, tu familia estará preparada. Más consejos de Kate en readykate.com/es.