

GET HOME BAG: VOLVER A CASA CUANDO TODO FALLA

Lista completa para armar una Get Home Bag (GHB): el bolso para volver caminando a casa desde el trabajo si colapsa el transporte.

Duración: 24 hs **Peso objetivo:** 4–6 kg ★ = esencial

Mochila

☐	★ Mochila urbana 20–28 L discreta Discreta. Vas a caminar entre otras personas.	Amazon · Mercado Libre
--------------------------	---	--

Caminar

☐	★ Zapatillas de trekking Si trabajás con zapatos de vestir, este es el ítem más importante.	Amazon · Mercado Libre
☐	Medias de lana merino × 2 pares	Amazon · Mercado Libre
☐	★ Mapa de papel / atlas de rutas Con 2 o 3 rutas alternativas marcadas.	Amazon · Mercado Libre
☐	Brújula de base (orientación)	Amazon · Mercado Libre

Agua y comida

☐	★ Botella de acero inoxidable de pared simple 1 L	Amazon · Mercado Libre
☐	Pajita filtrante (tipo LifeStraw)	Amazon · Mercado Libre
☐	Pastillas potabilizadoras (dióxido de cloro)	Amazon · Mercado Libre
☐	Raciones de emergencia (barras de 2400–3600 kcal) × 1 paquete	Amazon · Mercado Libre

Clima

☐	Campera impermeable / rompevientos liviana	Amazon · Mercado Libre
☐	Poncho de lluvia reutilizable	Amazon · Mercado Libre
☐	Gorro y cuello polar	Amazon · Mercado Libre
☐	Manta térmica de emergencia (pack)	Amazon · Mercado Libre

Luz, energía y comunicación

☐	★ Linterna frontal recargable USB (300+ lm)	Amazon · Mercado Libre
☐	★ Powerbank 20.000 mAh	Amazon · Mercado Libre
☐	Cable USB-C / multi-punta corto	Amazon · Mercado Libre
☐	Silbato de emergencia	Amazon · Mercado Libre
☐	Libreta y lápiz impermeables	Amazon · Mercado Libre

Salud

☐	★ Mini botiquín de bolsillo	Amazon · Mercado Libre
☐	Barbijos N95 / KN95 × 2	Amazon · Mercado Libre
☐	Pastillero hermético	Amazon · Mercado Libre
☐	Toallitas húmedas biodegradables	Amazon · Mercado Libre

Herramientas

☐	Multiherramienta tipo Leatherman	Amazon · Mercado Libre
☐	Guantes de trabajo resistentes al corte	Amazon · Mercado Libre
☐	Encendedor tipo Bic (pack)	Amazon · Mercado Libre
☐	★ Efectivo en billetes chicos	

Por qué este kit

La **Get Home Bag (GHB)** responde a una pregunta concreta: **si pasa algo mientras estás en el trabajo, ¿cómo volvés a casa?** Sin subte, sin colectivos, sin taxis, con el celular sin señal y quizás con calles cortadas.

En una ciudad grande eso puede significar caminar 15, 20 o 40 km. Es un día largo, no una expedición: la GHB es **liviana**, enfocada en caminar, mantenerte hidratado y orientarte.

Dónde guardarla

- En el trabajo, debajo del escritorio o en un locker.
- En el baúl del auto (junto con el [kit del auto](#)).

Antes de necesitarla

1. **Caminá la ruta** de tu trabajo a tu casa al menos una vez, un fin de semana. Vas a descubrir cuánto tardás y dónde hay agua, puentes y zonas a evitar.
2. Marcá en el mapa **dos rutas alternativas** y un **punto de reunión** con tu familia.
3. Acordá con tu familia qué hace cada uno si no hay comunicación. Mirá la [guía de comunicaciones](#).

Descargado de **Plan Z** — <https://planz-preppers.pages.dev/kits/get-home-bag/>. Contenido educativo; no reemplaza el consejo de profesionales ni las indicaciones de las autoridades en una emergencia.

Los links a productos son links de afiliado: si comprás a través de ellos recibimos una comisión sin costo extra para vos.
¡Gracias por apoyar el sitio!