Checklist finale: il tuo zaino 72 ore è pronto?

Questa è la lista che userei per controllare un Bug Out Bag prima di considerarlo completo. Stampala, spunta le caselle e rifai il controllo ogni sei mesi.

Zaino e organizzazione

- [ ] Zaino 45–50 litri con schienale regolabile
- [ ] Cintura ventrale imbottita
- [ ] Sacche impermeabili di colori diversi
- [ ] Coprizaino
- [ ] Carico distribuito correttamente e peso verificato (12–15 kg)

Acqua

- [ ] 2–3 litri iniziali
- [ ] Borraccia e contenitore supplementare
- [ ] Filtro per acqua, di cui conosco i limiti
- [ ] Pastiglie potabilizzanti
- [ ] Contenitori distinti per acqua trattata e non trattata

Alimentazione e cucina

- [ ] Cibo per tre giorni, in parte pronto da mangiare
- [ ] Barrette, frutta secca, cioccolato
- [ ] Pasti da preparare
- [ ] Fornellino, cartuccia e gavetta, se previsti
- [ ] Apriscatole
- [ ] Accendino e acciarino

Riparo e abbigliamento

- [ ] Tarp e picchetti
- [ ] Poncho
- [ ] Bivy o coperta isotermica
- [ ] Sacco a pelo adatto alla stagione
- [ ] Materassino isolante
- [ ] Intimo tecnico, pile, giacca impermeabile
- [ ] Calze di ricambio, guanti, berretto, scaldacollo
- [ ] Scarpe già collaudate

Primo soccorso e igiene

- [ ] Garze, bende, cerotti
- [ ] Medicazioni per le vesciche
- [ ] Disinfettante, guanti, forbici, pinzetta
- [ ] Farmaci personali e lista scritta
- [ ] Kit d'igiene e sacchetti per i rifiuti

Attrezzatura e orientamento

- [ ] Multitool e coltello
- [ ] Carta topografica e bussola
- [ ] Torcia frontale e torcia di riserva
- [ ] Fischietto
- [ ] Nastro americano, fascette, paracord, kit cucito

Comunicazioni, energia e documenti

- [ ] Smartphone con mappe offline
- [ ] Power bank carico e cavi
- [ ] Radio AM/FM e batterie di riserva
- [ ] Ricetrasmittente, se disponibile e utilizzabile legalmente
- [ ] Copie dei documenti, tessera sanitaria, contatti, contanti
- [ ] Informazioni mediche essenziali, chiavi, taccuino e penna

Famiglia e animali

- [ ] Zaino del partner
- [ ] Zainetti leggeri dei ragazzi
- [ ] Kit di emergenza per il cane, con cibo e acqua
- [ ] Guinzaglio, pettorina e documenti veterinari
- [ ] Punto di ritrovo concordato e piano familiare

Controllo finale

- [ ] Tutta l'attrezzatura è stata provata
- [ ] Batterie cariche, alimenti integri, farmaci utilizzabili
- [ ] Filtro funzionante
- [ ] Peso compatibile con la mia preparazione fisica
- [ ] So usare ogni strumento
- [ ] La famiglia conosce il piano
- [ ] Ho fissato il prossimo controllo tra sei mesi

Data controllo: ____ / ____ / _____