



**EL CARMEN
POR LA PAZ**
#elcarmenporlapaz

COMIDA

- **Conservas en lata (albóndigas, salchichas, atún, sardinas, alubias...)**
- **Alimentos no perecederos listos para abrir y consumir.**
- **Frutos secos.**
- **Galletas. Barritas energéticas.**
- **Café, té y cacao. Zumos y leche. Sopas instantáneas, brick...**

BEBÉS

- **Comida (leche en polvo, cereales, potitos, fruta triturada...)**
- **Pañales, crema, toallitas...**

OTROS MATERIALES

- **Esterillas.**
- **Sacos de dormir.**
- **Mantas.**
- **Linternas. Pilas.**
- **Mochilas resistentes.**
- **Pañales para adultos.**
- **Productos de higiene personal. (compresas, tampax, pasta dental, gel...)**
- **Alargadores**
- **Móviles usados**
- **Cargadores portátiles.**

MEDICAMENTOS:

- **Paracetamol**
- **Ibuprofeno**
- **Nolotil.**
- **Enantyum**
- **Tramadol**
- **Frenadol**
- **Desenfriol**
- **Betadine, gasas, vendas...**