

Preparándose para una Emergencia

Emergencias que los californianos pueden enfrentar



Sequía



Terremoto



Ola de calor



Vientos Fuertes
/ Cortes de
energía



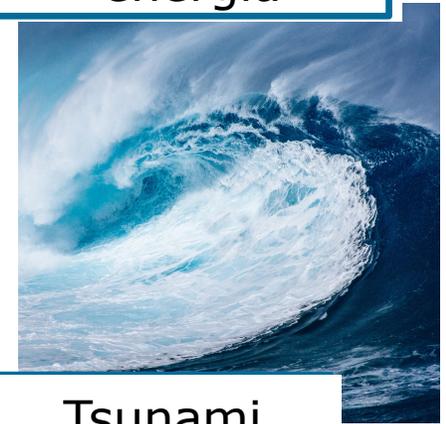
Deslizamientos
de tierra



Incendio
forestal /
Humo severo



Pandemia /
Epidemia



Tsunami

Otros tipos de emergencias



Inundación



Tormenta de
invierno



Actos de
Terrorismo



Incendios
domésticos

Las emergencias pueden ser muy diferentes:

- **Ambientales** como sequías, terremotos e incendios forestales
- **No Ambientales** como el terrorismo y las pandemias

Emergencias y las personas que apoya

- Las emergencias pueden ocurrir en cualquier momento; cualquiera puede ser vulnerable
- Las personas con discapacidad intelectual y / o del desarrollo (IDD) pueden estar en mayor riesgo
- Se necesitan planes específicos para cada individuo para prepararse para una emergencia

Prepárese para una emergencia

- Las emergencias pueden tomar diferentes formas
- Hay pasos básicos a seguir **para estar preparado para cualquier emergencia:**
 1. Presente a los departamentos de policía y bomberos locales a las personas que apoya
 2. Prepare un kit de suministros de emergencia
 3. Haga un plan de evacuación de emergencia
 4. ¡La práctica hace la perfección!
- ¡Planifique cada paso con las personas que apoya!



Acérquese a la comunidad

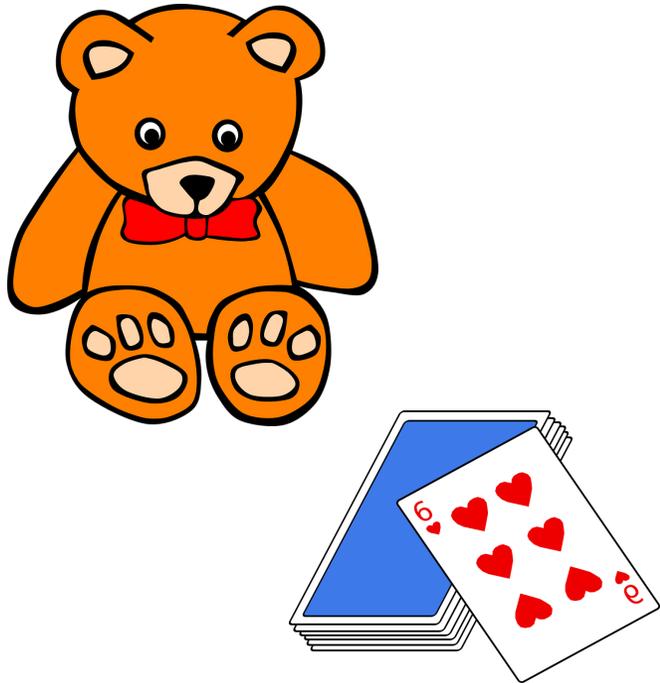
- Asegúrese de que la policía local y el departamento de bomberos conozcan las necesidades de las personas con IDD que viven en el vecindario
 - Encuentre el número de teléfono del departamento de bomberos local aquí: <https://www.firedepartment.net/directory/california>
 - Encuentre el número de teléfono del departamento de policía local aquí: <https://policelocator.com/ca/>
- También puede acercarse a lugares de culto o parques y departamentos de recreación.
 - Pueden tener puntos de evacuación o más consejos locales para emergencias.

Kit de suministros de emergencia

- Trabaje con cada individuo que apoya para preparar un kit de suministros con artículos de **primera necesidad y confort.**
- Artículos de primera necesidad incluye:
 - Comida y agua
 - Electrónicos con batería y linterna
 - Información de contacto importante
 - Botiquín de primeros auxilios: incluye medicamentos
 - También ... dinero extra, manta de emergencia y herramienta multipropósito



Kit de suministros de emergencia: artículos de confort



- La persona a la que apoya puede incluir un artículo de confort, como:
 - Un libro o juego favorito
 - Una manta favorita o artículos similares
- Mientras que no son necesidades físicas, estos elementos pueden ser importantes para el bienestar mental de la persona durante una emergencia

Plan de evacuación de emergencia

- Trabaje con las personas que apoya y sus equipos de apoyo para crear planes que satisfagan sus necesidades.
- Incluir:
 - Información de contacto de familiares o amigos cercanos, médico y departamentos de policía y bomberos locales.
 - Un mapa de la casa de la persona.
 - Una lista de verificación de equipos, medicamentos y otros artículos.



Practicar, practicar, practicar

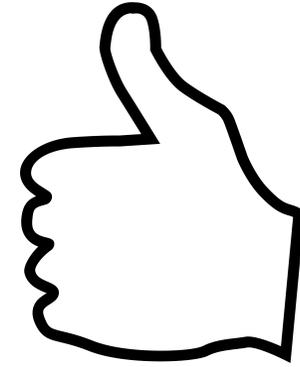
- ¡Practique su plan de evacuación de emergencia con frecuencia!
- Verifique y reponga su kit de suministros de emergencia cada seis meses:
 - Reemplazando alimentos caducados en su kit de suministros de emergencia
 - Comprobando la ropa y los artículos como baterías
 - Reemplazando medicamentos vencidos en su botiquín de primeros auxilios

Otras formas de prepararse

- **Manténgase informado** sabiendo qué tipos de emergencias son probables en su área local
- **Aprenda RCP** a través de una clase comunitaria local
- **Descargue una aplicación móvil de la Cruz Roja Americana**
- Si la persona que usted apoya tiene **mascotas**, averigüe qué necesitarían en caso de emergencia.



¡No tenga miedo, prepárese!



- Hay muchos tipos de emergencias.
- Tome medidas antes de una emergencia para estar preparado:
 - Póngase en contacto con los departamentos de policía y bomberos locales
 - Construya un kit de suministros de emergencia
 - Haga un plan de evacuación de emergencia.
- Trabaje con la persona que apoya para toda la preparación de emergencia.
 - Esto les ayudará a sentirse más en control si ocurre una emergencia.

Otros recursos

- **Cruz Roja Americana:** <https://www.redcross.org/cruz-roja.html>
 - Específicamente para necesidades especiales: <https://www.redcross.org/get-help/how-to-prepare-for-emergencies/disaster-safety-for-people-with-disabilities.html>
- **Ready.gov:** <https://www.ready.gov/>
- **CDC Discapacidad y preparación para emergencias :** <https://www.cdc.gov/ncbddd/disabilityandhealth/emergencypreparedness.html>