



Preparación Para una Emergencia

Las emergencias pueden ocurrir en cualquier momento y es importante estar preparado. Hablar con su equipo de apoyo, crear un kit de suministros de emergencia y un plan de evacuación son excelentes primeros pasos para prepararse para posibles emergencias.

1) Reciba Alertas y Conozca su Equipo de Apoyo

- Regístrese para recibir alertas de emergencia locales.
- Hable con los profesionales de apoyo directo que trabajan con usted y con su coordinador de servicios para configurar alertas.
- Hable con profesionales de apoyo directo sobre qué hacer si no están con usted durante una emergencia y a quién más llamar para pedir ayuda.
- Reúnase con los departamentos de policía y bomberos de su localidad.



2) Prepare un Kit de Suministros de Emergencia

Lo siguiente debe ser parte de su kit, pero es posible que haya más elementos que desee agregar:

- Agua, 1 galón por persona por día;
- Alimentos no perecederos, como alimentos enlatados;
- Linterna y pilas de repuesto;
- Kit de primeros auxilios;
- Mascarillas N95 o quirúrgicas;
- Medicamentos y artículos médicos;
- Artículos de saneamiento e higiene personal;
- Copias de documentos personales importantes;
- Cargador de celular;
- Información del contacto de emergencia;
- Dinero extra en billetes pequeños como \$1 y \$5;
- Mantas de emergencia;
- Mapa de la ciudad o área;
- Llaves extra de la casa y del coche;
- Ropa extra; y
- Algunos elementos reconfortantes, como cartas o juegos.



3) Haga un Plan de Evacuación de Emergencia

Este plan debe incluir:

- Nombres, números de teléfono y correos electrónicos de:
 - Información de contacto de emergencia local
 - Información de contacto de emergencia fuera de la ciudad
 - Equipo de apoyo (DSP, coordinador de servicio RC)
 - Miembros de la familia
 - Sus doctores
 - Departamentos de policía y bomberos locales
- Lista de su información médica y medicamentos que toma para llevar consigo:
 - [Pasaporte de salud](#)
- Mapa de su hogar y dónde evacuar si necesita salir de su hogar.



4) Practique su Plan

Practicar su plan de emergencia puede hacer que una emergencia sea menos aterradora. Hable con su equipo de apoyo y pídale que practiquen con usted. Consulte el sitio web del DDS para asegurarse de tener listo su kit de emergencia.

¡No tenga miedo, prepárese!

Enlace al sitio web de preparación para emergencias del DDS:

[Preparación para emergencias – Departamento de Servicios de Desarrollo de CA](#)

Enlace al sitio web de alertas de cortes de energía de seguridad pública de CA:

[Cortes de energía de seguridad pública – Lo que usted puede hacer para prepararse \(prepareforpowerdown.com\)](#)