

# LISTA DE PREPARACIÓN PARA DESASTRES

Por persona y suministro mínimo para tres días

## Equipo Portátil

**El bolso debe de ser lo suficientemente grande y resistente como para guardar lo esencial, y lo suficientemente pequeño para que sea fácil de cargar. Si no puede cargar un bolso, un bolso de lona con ruedas puede funcionar.**

- Esenciales básico personales (Artículos de higiene personal)
- Medicamentos (dosis y nformación de contacto de su médico)
- Anteojos, aparatos auditivos + baterías, dentadura
- Alimentos (enlatados, botellas de agua)
- Ropa para 2-3 días
- Número telefónicos de familiares/ amigos
- Cobija/Frazada liviana
- Mapa local
- Suministros para mascotas (comida y agua, jaula, bozal/correa, tazon para comida, medicamentos, suministros para su animal de servicio, registros de vacunas y prueba de propiedad)
- Llaves adicionales de su casa y auto
- Suministros para COVID: mascara, toallitas desinfectantes, y desinfectantes.
- Material para leer
- Elementos para comodidad: fotos, libro de oración

## Para Los Dos Equipos

- Comparta su ruta de evacuación y su plan de comunicación con anticipación con su familia y cuidador (mantenga notas accesibles)
- Documentos: coloque en su bolso copias de registros vitales como certificados de nacimiento y mantrimonio, tarjetas de seguro social, pasaportes, testamentos, escrituras, registros financieros, de seguros, y vacunación (proteja sus registros colocándolos dentro de una bolsa Ziploc o un recipiente impermeable)
- Contacto de emergencia de familiares y amigos (consulte el formulario en la parte posterior de esta página)
- Botiquín de primeros auxilio (debe incluir vendajes, gasas, vaselina, tijeras, alcohol, guantes, y otros)
- Cargador de batería solar para teléfono
- Linternas (no use velas)
- Silbato (para pedir ayuda)
- Dinero en efectivo (Por lo menos \$100 en billetes diferentes)
- Pañales para adultos, si es necesario
- Tanque de Oxígeno, etc

**\*Agregue una nota que comunique discapacidad o enfermedad\***

## Equipo Para El Hogar

- Alimentos (empaques suficientes como para al menos 3 días, preferible para 7 días; alimentos enlatados o artículos dietéticos especiales.
  - Abrelatas (no electrónico)
  - Agua (1 galon por persona, para por lo menos tres días)
  - Suministros para mascotas (comida y agua para por lo menos 7 dia)
  - Un radio NOAA de energía solar
  - Baterías
  - Extintor de incendio
  - Herramientas básicas para reparaciones de emergencia en el hogar.
- PARA HACER:**
- Mantenga el teléfono cargado y el tanque de gasoline de su automóvil lleno
  - Asegúrese de que sus detectores de monóxido de carbono estén funcionando.
  - Considere usar una Fuente de energía de respaldo para asegurar que su equipo médico vital permanezca encendido durante un corte de energía.
  - Encienda su refrigerador a la configuración más frío por más tiempo.

## Otros Artículos que Podría Necesitar

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

## Sitios de Web Importantes

- Información de emergencia estatal en tiempo real: Evacuación y refugio ([readync.org](http://readync.org))
- Información meteorológica y pronosticada confiable ([noaa.gov](http://noaa.gov))
- Agencia Federal de Manejo de Emergencia ([fema.gov](http://fema.gov))
- Contacto del Departamento de Servicio Social ([ncdhhs.gov/media/2368/open](http://ncdhhs.gov/media/2368/open))
- Información de recursos durante desastres y información de tiempo ([enlacetatinonc.org](http://enlacetatinonc.org))

## Otra Información Local

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

## Números Importantes

- **911** para Servicio de Emergencia
- **211** para Información y Recursos

## Contactos de Emergencia

En tu area: Nombre: \_\_\_\_\_ Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_

Fuera de tu area: Nombre: \_\_\_\_\_ Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono : \_\_\_\_\_

Doctor: Nombre \_\_\_\_\_ Número \_\_\_\_\_

Farmacia: Nombre \_\_\_\_\_ Dirección: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_