¡No Tenga Miedo,
Prepárese!

Información para residentes del Condado de Contra Costa de cómo prepararse para casos de emergencias

Sabemos que las emergencias ocurren todos los días. Prepararse para un desastre – antes de que suceda – puede ayudarle a mantener la independencia y ser más capaz de cuidarse a sí mismo y a aquellos importantes para usted.

Tabla de Contenido

1	2	3	4	5
Cómo Utilizar este Folleto	Prepárese para Desalojar su Casa	Prepárese para Permanecer en Casa	Mi Plan	Recursos

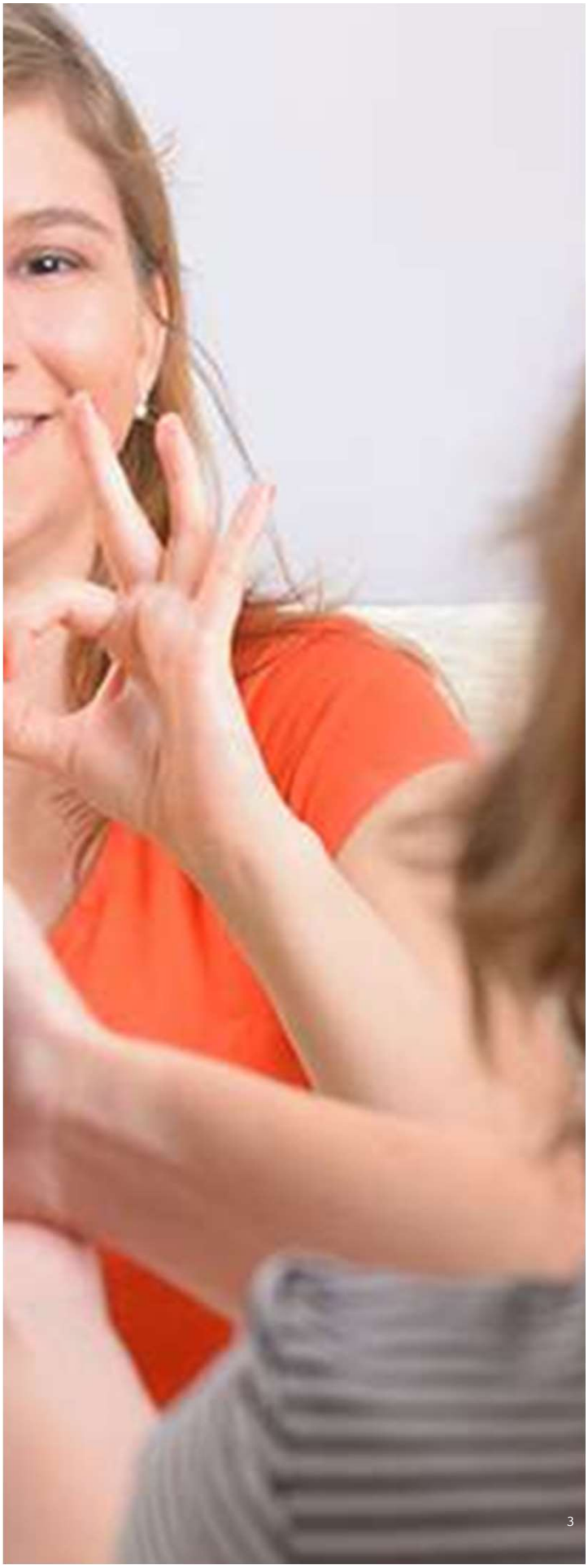
1

Cómo Usar este Folleto

Este Folleto le proporciona:

- Información sobre cómo desalojar su casa durante una evacuación, permanecer o refugiarse en casa, y de cómo preparar un equipo de suministros para casos de desastre.
- Consejos sobre cómo prepararse y lo qué puede hacer ahora para crear su plan de emergencia personal.
- Recursos, hojas informativas y herramientas de planificación de diferentes organizaciones útiles.

Haga notas, resalte la información o arranque las páginas y haga copias. ¡Utilice este folleto de la manera en que mejor satisfaga sus necesidades!



2

Prepárese para Desalojar su Casa (Evacuar)

Prepárese para Salir de Casa

Conozca sus riesgos:

Las inundaciones y los incendios forestales se encuentran entre los desastres naturales más frecuentes y costosos del Condado de Contra Costa. Y también podría haber otras razones de emergencia para evacuar su casa. Conozca qué riesgos o peligros de desastres son comunes en su comunidad.

Cómo prepararse:

- Aprenda las señales de alerta de su comunidad para su área y cómo responder a las diferentes alertas.
- Busque a 3 personas con quién usted pueda contar, que vivan cerca y puedan ayudarle si es necesario. Hable sobre sus planes de emergencia con ellos.
- Piense en sus necesidades de transporte. ¿Tiene su propio vehículo? ¿Necesita transporte médico o transporte no-médico? ¿Podrá viajar con familiares o amigos?
- Planifique rutas de evacuación desde su hogar y en su vecindario, ciudad o pueblo. Hable y practique con su red de apoyo.
- Identifique los lugares a los que puede acudir durante unas horas y también durante unos días en caso que tenga que evacuar su casa. ¿Se admiten mascotas?
- ¿Necesitará tiempo extra para salir? Para tener suficiente tiempo, esté preparado para salir durante una Advertencia de Evacuación.
- Tome nota/haga una lista de los artículos imprescindibles que tendría que llevar con usted.

Prepárese para Salir de Casa

Qué puedo hacer ahora:

- ❑ Averigüe acerca de los diferentes tipos de peligros que podrían afectar el área dónde usted vive, trabaja o va a la escuela. Escriba su dirección en la página web de CalOES MyHazards webpage en myhazards@caloes.ca.gov.

- ❑ Regístrese para recibir alertas locales con el Sistema de Advertencia de su Comunidad. Vaya a cwsalerts.com o llame al (925) 655-0111.

- ❑ Llene **la Tarjeta de Preparación para Desastres,** y el **Directorio Local de Recursos para Desastres** en la 'pestaña informativa' (tab, en inglés) del enlace de Recursos para documentar información importante (tales como los contactos de emergencia, medicamentos que usted toma y alergias). Imprímalo y colóquelo en un lugar fácil de encontrar, por ejemplo, en la puerta del refrigerador.

- ❑ Guarde los números de los teléfonos de emergencia en la lista de contactos de su dispositivo móvil.

- ❑ Agregue información de seguridad importante a su dirección en el sistema 9-1-1. Para aprender cómo hacerlo, consulte la hoja informativa de **Información Voluntaria en Caso de Emergencia** bajo el enlace de Recursos.

- ❑ Proporcione a su red de apoyo las copias de su información de seguridad y emergencia.

- ❑ ¡Empaque con anticipación! Consulte la página siguiente para obtener ideas sobre cómo preparar una **'Bolsa de Emergencia'** (en inglés, **Go Bag**).

Bolsa de Emergencia

Una Bolsa de Emergencia puede ser una bolsa de mano, mochila, caja o cualquier recipiente portátil donde quepan sus artículos más esenciales suficientes para tres días. Cada persona en su hogar debe tener una-incluyendo a las mascotas. Ponga los equipos de suministros en un lugar donde usted tenga fácil acceso en caso de que tenga que salir de casa a toda prisa.

¡Usted es único, y su equipo de suministros de emergencia también debe serlo! Personalice su equipo de suministros con los artículos que usted necesita y utiliza regularmente; tales como, baterías de respaldo para una motoneta/scooter, o herramientas de comunicación. Y recuerde empacar máscaras faciales y desinfectante de manos.

Recomendación -> Deje espacio para una o dos cosas de comodidad o entretenimiento. Una manualidad, audífonos, una baraja/juego de cartas o un mini álbum de fotos, todos estos son lo suficientemente pequeños como para caber dentro de una Bolsa de Emergencia.

Eche un vistazo a la pestaña informativa en el enlace de Recursos para obtener documentos útiles: **Bolsa de Emergencia: Empacar por Adelantado, Agarrar y Desalojar, y la Lista de Verificación del Equipo de Suministros para Mascotas.**

3

Prepárese para Permanecer en Casa (Resguardarse)

Prepárese para Permanecer o Resguardarse en Casa

Eventos como terremotos, corte de energía, fugas tóxicas de una refinería local o un brote de virus podrían causar que usted tenga que permanecer dentro de su casa durante unas horas, unos días o tal vez más tiempo. ¡Sabemos que esto puede pasar y suceder inesperadamente! Usted será más capaz de cuidarse a sí mismo y mantener su independencia si usted se prepara antes de que eso suceda.

Cómo prepararse:

Muchos de los pasos que usted puede tomar para refugiarse en casa de manera segura, son los mismos pasos para una evacuación. Regístrese para recibir alertas de su comunidad y piense en los suministros que necesitará llevar. Identifique lugares temporales de reubicación donde usted pueda ir si no puede permanecer en su casa.

Durante tiempos de calor excesivo, su comunidad pudiera abrir centros de enfriamiento que ofrecen aire acondicionado, agua y energía para cargar sus dispositivos. Piense en cómo llegará usted allí y si usted depende de otras personas para el transporte.

Si usted es electrodependiente y requiere de un suministro eléctrico – por ejemplo: para refrigerar medicamentos o alimentar un dispositivo médico – busque el Programa de Medical Baseline de PG&E. Usted pudiera ser elegible.

Preparándose para permanecer o resguardarse en casa

Qué puedo hacer ahora:

- ❏ Descargue la aplicación gratuita MyShake app en su iPhone o dispositivo Android para recibir alertas tempranas para terremotos.
- ❏ Tenga una hielera y varias capas de hielo listas en caso de un apagón.
- ❏ Usted puede aplicar para el programa PG&E Medical Baseline Program yendo a pge.com o llamando al (800) 743-5000. Si usted es elegible, PG&E puede notificarle con anticipación acerca de las Interrupciones del Suministro Eléctrico por Motivos de Seguridad Pública.
- ❏ Compre un ventilador de baterías si usted es sensible al calor.
- ❏ Abastézcase con al menos 3 días de suministros, y hasta 14 días si usted tiene el espacio para ello (tal como agua, alimentos no perecederos, pañales, toallitas desinfectantes).
- ❏ Prepare una **Caja de Estadía/Stay Box** con todos los artículos básicos que necesitaría si no puede salir de casa. Cada persona en su hogar debe tener una. ¡Y no olvide a las mascotas! Consulte **Stay Box: Basics** en la pestaña informativa del enlace de Recursos.
- ❏ Tenga lista su **Bolsa de Emergencia** en caso de que necesite desalojar casa.

4

Mi Plan

Mi Plan

Los ingredientes clave que usted necesita para crear su plan de emergencia personal incluyen:

1. Conocer los **tipos de desastres** o peligros que pueden ocurrir en el lugar donde usted vive, trabaja o va a la escuela
2. Establecer una **red de apoyo** de personas que vivan cerca de usted y puedan ayudarle cuando lo necesite
3. Documentar los **números de teléfono de emergencia y su información personal de seguridad**, incluyendo las necesidades de salud
4. Disponer de **lugares temporales de reubicación** a los que usted pueda acudir en caso de evacuación
5. Preparar los artículos imprescindibles que necesita para su cuidado en una **Bolsa de Emergencia y una Caja de Estadía**

En estos momentos, es posible que usted ya tenga todos estos ingredientes y ya esté listo para crear su plan.

Hay muchas plantillas y formularios gratuitos disponibles en Internet: consulte la pestaña informativa en el enlace de Recursos para ver un ejemplo y una lista de los sitios web útiles. O bien, escríbalo en papel. Lo más importante es documentar su plan y hablar de él con personas que puedan ayudarle, y darles copias a las personas en su red de apoyo.

Crear un plan de seguridad no garantiza que usted no tendrá miedo durante un desastre... ¡lo importante es que usted estará preparado!

5

Recursos

TARJETA DE PREPARACIÓN PARA DESASTRES

Llene esta **TARJETA DE PREPARACIÓN PARA DESASTRES** y manténgala con usted donde los primeros en responder puedan encontrarla. En una emergencia, tener esta tarjeta con usted puede permitir que los proveedores de atención médica sepan cosas importantes sobre su salud, como:

- ✓ Medicamentos que toma
- ✓ Alergias
- ✓ Problemas médicos

Haga una lista de contactos con los números de teléfono de las personas con las que desea comunicarse durante un desastre o que podrían proporcionar información sobre usted y su salud en una emergencia:

- ✓ Un pariente o amigo
- ✓ Medico u otro proveedor de salud
- ✓ Trabajador social

También debe incluir un contacto de fuera del área donde vive, para que usted y su familia puedan llamar durante un desastre y reportar que están a salvo.

CONSEJOS PARA PROTEGERSE DURANTE LA COVID-19

Use cubreboca

Manténganse a 6 pies de distancia de los demás (aproximadamente a dos brazos de distancia).

Lávese las manos con agua y jabón tan a menudo como sea posible.

Intente no tocarse la cara.

Para obtener más consejos y asistencia, visite COVID19.CA.GOV

TARJETA DE PREPARACIÓN PARA DESASTRES

Nombre completo:	**Número telefónico:**
Condiciones medicas: (Ejemplos: Problemas médicos como diabetes, enfermedades cardíacas, etc.)	
Medicamentos:	
Alergias:	
Nombre del medico:	**Número telefónico:**

Nombre del contacto:	**Número telefónico:**
Nombre del contacto fuera de la ciudad:	**Número telefónico:**
EN CASO DE EMERGENCIA, FAVOR DE CONTACTAR:	**Número telefónico:**

INFORMACIÓN DE RECURSOS DE EMERGENCIA

Evacuación y refugio:	**Llame al 2-1-1**
Asesoría de COVID-19 para no asegurados:	1-877-409-9052
Medi-Cal:	benefitscal.com
CalFresh:	1-877-847-3663
WIC:	1-888-942-9675
CalWORKs:	benefitscal.com

Información sobre incendios forestales: incidents.readyforwildfire.org

Para más información vaya a listoscalifornia.org

DIRECTORIO DE RECURSOS LOCALES PARA DESASTRES

PARA: .....

CONTACTOS DE EMERGENCIA

DEPARTAMENTO DE BOMBEROS/CALFIRE

TELÉFONO ..... SITIO WEB .....

SHERIFF/DEPARTAMENTO DE POLICÍA

TELÉFONO ..... SITIO WEB .....

AGENCIA DE TRANSPORTE PÚBLICO

TELÉFONO ..... SITIO WEB .....

COMPAÑÍA DE ELECTRICIDAD

TELÉFONO ..... SITIO WEB .....

COMPAÑIA DE GAS

TELÉFONO ..... SITIO WEB .....

COMPAÑÍA DE AGUA

TELÉFONO ..... SITIO WEB .....

☐ Marque **2-1-1** para obtener información sobre rutas de evacuación y refugios seguros.

ORGANIZACIONES DE AYUDA

SEDE DE ENTRENAMIENTO

TELÉFONO .....

CORREO ELECTRÓNICO .....

SITIO WEB .....

ORGANIZACIÓN DE APOYO

TELÉFONO .....

SITIO WEB .....

ORGANIZACIÓN DE APOYO

TELÉFONO .....

SITIO WEB .....

AGENCIA DE EMERGENCIAS DEL CONDADO

NOMBRE .....

SITIO WEB .....

MANTÉNGASE INFORMADO

SISTEMA LOCAL DE ALERTA

REGÍSTRESE EN CALALERTS.ORG PARA: .....

OTRO SISTEMA DE ALERTA

REGÍSTRESE EN ..... PARA .....

ESTACIONES DE RADIO

.....

.....

.....

.....

Para más información vaya a listoscalifornia.org

Información Voluntaria en Caso de Emergencia

¡Residentes del Condado de Contra Costa! La siguiente información puede ayudar a los profesionales de primeros auxilios a saber cómo ayudarle mejor a usted o a un miembro de su hogar durante una emergencia. Además, es posible que usted pueda agregar información importante referente a su dirección en el sistema del 9-1-1. **PRIMERO** revise y marque cualquier información que usted quisiera que los oficiales de policía, bomberos y socorristas médicos de emergencia conozcan.

☑ Comunicación:

☐Idioma(s) que Yo hablo: _____

☐Forma de comunicación preferida: _____

☐Lenguaje de señas Americano (ASL)

☐Yo utilizo un dispositivo de comunicación (tableta, teléfono inteligente/smart phone, imágenes/pictures, otros)

☑ Donde Yo vivo:

☐Nivel de Piso (Apartamento 1er piso, 2do piso, etc.) _____

☐Escaleras ☐Elevador ☐Código del portón o puerta de entrada

☐Tengo miedo a las alturas ☐ Deficiencias de la percepción de profundidad

☑ Equipos y Ayudas:

☐Silla de ruedas ☐Motoneta ☐Elevador de silla ☐Elevador Hoyer

☐Andador/Caminador ortopédico ☐Bastón/Bordón ☐Cama de hospital ☐Dispositivo respiratorio

☐Yo soy electrodependiente ☐Necesito ayuda con la movilidad

☐Otros _____

☑ Yo recibo servicios y/o apoyos para:

☐Demencia ☐Salud Mental ☐Otros _____

☑ Mascotas (y cantidad de animales):

☐Perro ☐Gato ☐Otro _____ ☐Animal de servicio

☑ Otra información importante que quiero que sepan los profesionales de primeros auxilios:

☐Sensibilidad sensorial (ejemplos: sonidos fuertes, ser tocado) _____

☐Otros _____

Ahora llame a su Centro local de Comunicaciones de Emergencia y pregunte si puede agregar información de seguridad a su dirección. Consulte la página siguiente para encontrar su ciudad/pueblo y el número de teléfono para llamar (NO llame al 9-1-1). **Mantenga** la lista de verificación en un lugar fácil de encontrar en caso de una emergencia real.

Centros de Comunicación de Emergencia

<u>En el Condado de Contra Costa, para preguntar acerca de agregar la información de seguridad a su dirección,</u> encuentre su ciudad o pueblo en la lista y llame (NO llame al 9-1-1) **:**

Punto de Respuesta de Seguridad Pública	Números de Teléfono - cuando NO es una Emergencia (24/7)
Departamento de Policía en Antioch	925-778-2441
Departamento de Policía en Brentwood Smart911	www.smart911.com
Departamento de Policía en Concord y Clayton	No se pudo obtener la información hasta estos momentos
Oficina del Sherif del Condado de Contra Costa *	925-646-2441
Distrito de Protección contra Incendios del Condado de Contra Costa (En todas partes del Condado, excepto Richmond y Áreas de San Ramón/Danville/Álamo)	925-941-3330
Departamento de Policía en El Cerrito	510-233-1214
Departamento de Policía en Martínez	925-228-4141
Departamento de Policía en Pinole Departamento de Policía en Hércules Departamento de Policía en San Pablo	510-724-8950
Departamento de Policía en Pleasant Hill	925-288-4600
Departamento de Policía en Richmond Departamento de Bomberos en Richmond	510-233-1214 510-620-6933
San Ramon Valley 9-1-1 Smart911 (Policía e Incendios -todas las áreas hasta Rudgear Road)	www.smart911.com
Departamento de Policía en Walnut Creek (Rossmoor)	925-943-5844

***<u>La Oficina del Sheriff del Condado de Contra Costa envía oficiales a las siguientes áreas</u>:** Alamo, Bay Point, Blackhawk, Clyde, Crockett, Danville, Diablo, Discovery Bay, El Sobrante, Knightsen, Lafayette, Los Medanos College District, Moraga, North Richmond, Oakley, Orinda, Pacheco, Pittsburg, Port Costa, Rodeo, Roundhill, Unincorporated areas of the County.

Smart911™

Si vives en Brentwood o San Ramon, puedes proporcionar tu información de seguridad usando Smart911. ¡Es gratis! Para registrarte, puedes ir a www.smart911.com o descargar la aplicación en tu dispositivo Android, iPhone o iPad.

BOLSA DE EMERGENCIA
QUÉ EMPACAR POR ADELANTADO

La mayoría de los desastres son inesperados y ocurren rápidamente. Puede que no tenga tiempo para comprar, o incluso para empacar. Empaque los artículos importantes ahora, para que usted y su familia tengan lo que necesitarán más tarde.

Prepare una Bolsa de emergencia para cuando tenga que salir de casa con prisa. Empaque cosas para cada miembro de su hogar. Piense en lo que llevaría si tuviera 15 minutos de aviso para salir de su casa. Ahora, imagine si tuviera tan sólo dos minutos.

PARA INCLUIR DESDE AHORA

Documentos

Copias de las identif caciones y seguros.

Otros papeles importantes para ustedes.

Fotos de familiares y mascotas.

Dinero en efectivo

Billetes pequeños de 1 y 5 dólares.

Ahorre un poco a la vez.

Mapa

Marque diferentes rutas de salida de su vecindario.

Lista de medicamentos

Haga una lista de todas las recetas médicas.

Otra información médica importante.

Esta guía

Su lista de contactos.

Su lista de suministros.

Para más información vaya a listoscalifornia.org

AL MOMENTO DE TOMARLA Y SALIR

EMPACAR AL SALIR

- Cartera o bolso y llaves
- Celular y cargador
- Medicinas

ÚTIL PARA LLEVAR SI YA LO POSEE

- Radio portátil
- Linterna
- Suministros de primeros auxilios
- Computadora portátil

Escribe aquí qué más debe llevar para todos los de su casa.
¿Ropa? ¿Cepillo de dientes? Piense en las necesidades de los bebés, los adultos mayores, las personas con problemas médicos o discapacidades y las mascotas.

Para más información vaya a listoscalifornia.org

BÁSICOS DE LA CAJA DE ESTADÍA

En algunos desastres, puede ser más seguro quedarse en casa. Los daños causados por el desastre pueden hacer que eso sea incómodo. Es posible que no disponga de agua para beber, para bañarse o para el excusado. Puede que no haya electricidad para mantener la comida fría, encender una luz o cargar el teléfono.

Agregue artículos a una Caja de Estadía, para el caso de no poder salir de casa. Piense en prepararse para al menos 3 días sin agua o electricidad. Vaya almacenándolos poco a poco, hasta que tenga suficiente para que todos los miembros de su hogar se las arreglen. Recuerde incluir lo necesario para cualquier mascota. Si ya tiene una linterna o un radio portátil, manténgalo en un lugar fácil de encontrar.

PARA INCLUIR DESDE AHORA

Agua

Conserve hasta 3 galones por persona, para beber y lavar.

Comida

Mantenga apartados los alimentos que no se echen a perder y que no requieran ser cocinados.

Sabe mejor que nadie lo que a usted y a su familia les gusta comer.

Bolsas de basura

Separe las bolsas de plástico extra, con lazos de amarre, para usarlas en un cubo para el baño.

Para más información vaya a listoscalifornia.org

Lista de Verificación para la Seguridad de las Mascotas

La capacidad de los profesionales de primeros auxilios puede estar más limitadas a medida que las agencias practican los protocolos de seguridad COVID-19, por esa razón, ahora es más importante que nunca el que su mascota esté con usted o con un cuidador de emergencia si se ve obligado a evacuar. Hemos elaborado una sencilla lista de verificación que usted puede seguir para asegurarse de que estará preparado en caso de desastre.

Plan de Acción: Póngase de acuerdo con su familia o compañeros de apartamento dónde reunirse si no están juntos cuando ocurra el desastre, y asegúrese de que todos sepan dónde guarda los suministros de emergencia. Si tiene un caballo, únase a otros dueños de caballos para combinar sus recursos, incluyendo el compartir espacio en el remolque y la paja.

Albergue: Lista de centros locales de alojamiento para mascotas, hospedaje o amigos o familiares cercanos que le permitirán quedarse con su mascota o se harán cargo de ella. Esta lista debe incluir las circunstancias de evacuación que lo llevarían fuera de su pueblo o ciudad.

Higiene: Bolsas de plástico para limpiar los desechos de las mascotas, además de arena o periódicos, así como una caja de arena para los gatos. Los dueños de las mascotas deben tener máscaras faciales, guantes y desinfectante para las manos.

Jaula de Viaje: Una jaula o un portador ligero para facilitar el transporte y evitar que su mascota se escape. Incluya ventiladores de baterías para mantener a las mascotas frescas.

Artículos de confort: Un juguete conocido o una cama para reconfortar a su mascota. Si tiene un caballo y se queda sin electricidad en el establo durante altas temperaturas, familiarícese con las formas de mantener a sus caballos frescos.

Medicamentos: Al menos para 7-10 días en un recipiente a prueba de niños, claramente etiquetado con el nombre, la dosis y los miligramos.

Comida y Agua: Al menos 7-10 días de comida para cada mascota en recipientes herméticos, además de platos para mascotas y un abrelatas manual.

Foto: Tenga una foto de usted y sus animales como comprobante de propiedad, en caso de que se separen.

Botiquín de Primeros Auxilios para Mascotas
Los botiquines son fáciles de armar y la mayoría de los artículos se pueden comprar en una farmacia.

Correa: Correa y collar o arnés con placa de identificación vigente: dirección, teléfono, dirección de correo electrónico, número de microchip.

Información crucial:
Nombre del veterinario, nombre de la oficina y teléfono.
Teléfono y dirección del departamento de control de animales local, centros de alojamiento, clínicas veterinarias de emergencia y el Centro de Control de Envenenamiento de Animales de la ASPCA (888) 426-4435.
Copia del historial médico de la mascota, registro de la vacuna para la rabia y una foto actual.
Copia del número de microchip de la mascota y nombre/número de teléfono de la empresa que lo registró.
En el caso de los caballos, incluya una copia actual de sus análisis Coggins.
Guarde una copia en papel de esta información en una bolsa impermeable, así como en su teléfono u ordenador portátil.
Considere la posibilidad de tener un cargador portátil para los dispositivos electrónicos en caso de que se produzca un apagón.

Para más información vaya a ASPCA.org

KIT De Emergencia Para Mascotas

Reúna en un solo lugar todo lo que va a necesitar para tenerlo disponible en un caso un de desastre natural

☐ **Alimentos** Suficiente para 5 días

☐ **Agua** Suficiente para 5 días

☐ **Tazones/Platos para Mascotas**

☐ **Jaula de Transporte o Portador**

☐ **Botiquín de Primeros Auxilios para Mascotas** Con instrucciones si usted no está familiarizado con los primeros auxilios

☐ **Cajas de arena para gato** Con arena, pala y bolsas de basura. Considere las cajas de arena desechables o charolas de aluminio desechables

☐ **Medicamentos** Suficientes para dos semanas, con instrucciones escritas de cómo administrarlos, especialmente si su rutina es diferente al horario de la etiqueta de la receta

☐ **Comprobante de Vacunas Recientes** Es necesario si tiene que alojar a su gato durante la evacuación. Es mejor tener una copia completa del historial médico.

☐ **Información escrita sobre los horarios de alimentación y las condiciones médicas** Útil para los centros de hospedaje para mascotas durante la evacuación

☐ **Fotos recientes & descripción del gato o gatos** En caso de que se separen durante un desastre natural, las fotos ayudarán a los demás a identificar a su gato. Las fotos de usted con su gato también son un comprobante rápido de propiedad

sometimes CATS HERD YOU
CatsHerdYou.com

Para mas información vaya a [Cats Herd You]

Cruz Roja Americana

Plan familiar para casos de desastre

Apellido(s) de la *familia o d*irección de la casa: **Fecha:**

Datos de contacto para cada persona de la familia (para espacio adicional, ir al punto 10):

Nombre	Teléfono de la casa	Teléfono celular	Correo electrónico

Datos de las mascotas:

Nombre	Especie/Tipo	Color	Núm. de registro

Plan de acción

1. Los desastres que podrían afectarnos en casa son:

2. Las rutas de escape para salir de nuestra casa son:

3. Si nos separamos durante una emergencia, el lugar de encuentro cerca de la casa es:

Imprímalo y llénelo. Para contestarlo e imprimirlo en línea/internet, vaya a redcross.org

4. Si no podemos regresar a la casa o hay que desalojar la vivienda, el lugar de encuentro fuera de nuestro vecindario es:

_____

La ruta planificada (1) y la ruta alternativa (2), en caso de que la primera esté intransitable, son:

_____

_____

5. En caso de que nos separemos o no podamos comunicarnos entre nosotros, nuestro contacto de emergencia fuera de la zona es:

Nombre	Teléfono de la casa	Teléfono celular	Correo electrónico

*Después de un desastre, avisa a tus familiares y amigos que te encuentras bien. Anótate en "Sano y salvo" en **sanoysalvo.org** o llama al 1-800-733-2767. También puedes llamarlos, enviar un mensaje de texto o mantenerlos actualizados mediante las redes sociales.*

6. En caso de desalojo durante el horario escolar/de guardería, nuestro(s) hijo(s) será(n) trasladado(s) a:

Nombre del niño	Lugar en caso de desalojo (dirección y datos de contacto)

7. Nuestro plan para el familiar con discapacidad o necesidades especiales es:

Nombre	Plan

8. Durante algunas emergencias las autoridades locales tal vez pidan al público que se resguarde en el lugar donde se encuentra ("shelter in place"). El lugar seguro y accesible en casa adonde podemos ir y sellar las ventanas, rejillas de ventilación y puertas; y estar atentos a la difusión de noticias o instrucciones de emergencia es:

_____

Imprímalo y llénelo. Para contestarlo e imprimirlo en línea/internet, vaya a redcross.org

9. Las responsabilidades de los miembros de la familia en casos de desastre son:

Tarea	Descripción	Miembro de la familia responsable
Equipo de suministros en casos de desastre*	Preparar un equipo de suministros en casos de desastre y ocuparse de llevarlo si hay que desalojar. Incluir cosas necesarias en un refugio para desplazados; no olvidarse de los medicamentos y anteojos.	
Información	Mantener el acceso a la radio local o de la NOAA, TV, correo electrónico o alertas de texto para estar actualizados sobre datos importantes y actualizados sobre el desastre.	
Información médica familiar	Asegurarse de mantener y llevar los datos médicos de la familia en caso de que haya que desalojar.	
Datos financieros	Obtener copias de informes bancarios y sacar dinero en efectivo en caso de que los cajeros automáticos y las tarjetas de crédito no funcionen si hay apagones. Llevar copias de cuentas de servicios como comprobantes de domicilio al solicitar asistencia.	
Datos de las mascotas	Desalojar a las mascotas, mantener una lista de hoteles que acepten mascotas y de refugios para mascotas, y preparar y llevar el equipo de portátil de suministros para casos de desastre para las mascotas.	
Notificación y mantenimiento del plan	Informar acerca del plan a quienes necesiten saberlo. Reunirse con la familia cada 6 meses o cuando cambien las necesidades para actualizar el plan familiar.	

**¿Qué cosas y documentos debe tener tu equipo? Visita www.cruzrojaamericana.org*

10. Otra información no incluida arriba:

¡Felicitaciones! Ya hiciste tu plan familiar para casos de desastre. Avísale a otra gente. Diles: "Hicimos nuestro plan familiar para casos de desastre y tú también puedes hacerlo con la ayuda de la Cruz Roja Americana".

Obtenga los hechos sobre qué debe hacer en caso de una emergencia o desastre a www.cruzrojaamericana.org

Imprímalo y llénelo. Para contestarlo e imprimirlo en línea/internet, vaya a redcross.org

Listado de Organizaciones Útiles y Sitios Web

Cruz Roja Americana redcross.org

CalFire (para incendios activos de interes) fire.ca.gov/incidents/

Centros para el Control de Enfermedades
cdc.gov/prepyourhealth/planahead

Sistema Comunitario de Alerta en el Condado de Contra Costa
cwsalerts.com

Centro de Crisis de Contra Costa crisis-center.org/211-database

Llame al 211 o al 800-833-2900

Servicios de Salud de Contra Costa
cchealth.org/emergencies/preparedness.php

Recursos de Vida Independiente (para baterías de respaldo portables) www.ilrscc.org/

Listos California listoscalifornia.org

Servicio Meteorológico Nacional (regístrese para recibir alertas del clima) weather.gov/wrn/wea/

PG&E cortes de energía (para obtener información de cortes de energía o para registrarse para recibir alertas)
https://m.pge.com/#outages

Ready.Gov ready.gov/plan

RxOpen (para encontrar farmacias cercanas y que estén abiertas durante un desastre) rxopen.org