

# Guía de Preparacion de Emergencia



---

Estar preparado en caso de una emergencia es crítico para la salud y seguridad de usted y su familia. Second Harvest y PG&E han tomado un papel muy importante tocante el responder a un catastrofe.



## Esté Preparado.

Haga un plan. Planeé con su familia y platiqué qué a hacer en caso de un terremoto, incendio, inundación u otro desastre.

- 1 Haga un plan de emergencia.
- 2 Prepare un equipo de emergencia.
- 3 Esté atento a las noticias.

### 1 HAGA SUS PLANES DE EMERGENCIA

#### Terremoto

- Diríjase a zonas en la casa o a fuera donde no existan peligros u objetos pesados.
- Planifique un lugar de reunión para su familia y una alternativa después del terremoto.
- Identifique las debilidades y peligros potenciales de su edificio y comience a repararlos. Atornille muebles pesados y calentones de agua a los palos de las paredes.
- Práctique cómo responder.

#### INCENDIO



- Revise los detectores de humo - El objetivo es que haya instalado por lo menos un detector de humo en cada nivel de su casa. Revise los detectores de humo una vez cada seis meses. Cambie las pilas dos veces por año.
- Desarrolle y practique el plan de escape de su guardería. Póngase de acuerdo sobre un lugar de reunión afuera donde todos puedan encontrarse.
- Distribuir estratégicamente los extinguidores por su casa. Los extinguidores tienen manómetros de control de presión que indican cuando deben ser sustituidos, y se deben revisar regularmente para garantizar su funcionamiento correcto.
- Planifique un lugar de reunión alternativo para su familia.
- No detenerse nunca para buscar objetos personales o mascotas o para hacer una llamada telefónica durante la evacuación.

#### INUNDACIONES



- Si ha estado lloviendo por unos días, escuche las noticias para información sobre posibles inundaciones.
- Si hay <<ALERTA>> o <<PRECAUCION>> de inundaciones, hay posibilidad de inundación, pero si hay <<ALERTA>> o <<AVISO>> de inundación, la inundación ya ha ocurrido o va a ocurrir pronto.
- En caso de <<ALERTA>> o <<AVISO>>, haga un equipo de emergencia completo y mantenga una cisterna de gasolina llena para evacuar. Aprenda cómo apagar la electricidad, agua, y gas en su casa si necesita.

- Para todos los desastres, mantenga instrucciones disponibles sobre como cerrar sus líneas de gas y agua si fuera necesario.

## LISTO DE CONTACTOS EN CASO DE EMERGENCIA

Local		Fuera del Área	
Nombre		Nombre	
Dirección		Dirección	
Número de telefono (casa)		Número de telefono (casa)	
Número de telefono (trabajo)		Número de telefono (trabajo)	
Número de telefono (celular)		Número de telefono (celular)	
Correo electronico		Correo electronico	
Contacto Adicional		Contacto Adicional	
Nombre		Nombre	
Dirección		Dirección	
Número de telefono (casa)		Número de telefono (casa)	
Número de telefono (trabajo)		Número de telefono (trabajo)	
Número de telefono (celular)		Número de telefono (celular)	
Correo electronico		Correo electronico	

## HOSPITAL/CLINICA

Nombre	
Dirección	
Número de telefono (casa)	
Nombre	
Dirección	
Número de telefono (casa)	

## MIEMBROS DE SU FAMILIA

Nombre	
Número de Seguro Social	
Tipo de Sangre	
Alergias	
Medicinas y dosis	
Condiciones Medicas	
Nombre	
Número de Seguro Social	
Tipo de Sangre	
Alergias	
Medicinas y dosis	
Condiciones Medicas	

Nombre	
Número de Seguro Social	
Tipo de Sangre	
Alergias	
Medicinas y Dosis	
Condiciones Medicas	
Nombre	
Número de Seguro Social	
Tipo de Sangre	
Alergias	
Medicinas y dosis	
Condiciones Medicas	
<b>SUS DOCTORES</b>	
Nombre de Miembro de Familia	
Nombre de Doctor	
Direccion	
Número de Telefono	
Nombre de Miembro de Familia	
Nombre de Doctor	
Direccion	
Número de Telefono	
Nombre de Miembro de Familia	
Nombre de Doctor	
Direccion	
Número de Telefono	
Nombre de Miembro de Familia	
Nombre de Doctor	
Direccion	
Número de Telefono	
<b>SU FARMACIA</b>	
Nombre	
Direccion	
Número de Telefono	
<b>CLINICA VETERINARIO DE MASCOTAS</b>	
Nombre de Mascota	
Medicinas y dosis	
Nombre del Veterinario	
Direccion	
Número de Telefono	
Nombre de Mascota	
Medicinas y dosis	
Nombre del Veterinario	
Direccion	
Número de Telefono	

<b>ESCUELA/GUARDERIA</b>	
Miembro de la Familia	
Nombre de la Escuela/Guarderia	
Direccion	
Número de Telefono	
Miembro de la Familia	
Nombre de la Escuela/Guarderia	
Direccion	
Número de Telefono	
<b>CENTRO DE CUIDO PARA LAS PERSONAS DE LA TERCERA EDAD</b>	
Miembro de la Familia	
Nombre del Centro	
Direccion	
Número de Telefono	

<b>SEGURO MEDICO</b>	
Nombre	
Número de Poliza	
Direccion	
Número de Telefono	
<b>SEGURO DE CASA</b>	
Nombre	
Número de Poliza	
Direccion	
Número de Telefono	
<b>SEGURO DE VIDA</b>	
Nombre	
Número de Poliza	
Direccion	
Número de Telefono	
<b>SEGURO DE COCHE</b>	
Nombre	
Número de Poliza	
Direccion	
Número de Telefono	

## 2 PREPARE UN EQUIPO DE EMERGENCIA

Mantenga los suministros de emergencia en un recipiente que pueda llevar con usted si necesita salir de casa por tres días. Cambialo cada seis meses.

Unas cosas para su equipo de emergencia:

### Provisiones esenciales

- 3 galones de agua/persona o mascota en recipientes de plástico sellados y limpios.
- Comida en latas
- Barras de frutas y proteínas
- Cereal seco, nueces y galletas
- Jugos enlatados
- Leche en polvo o latas de leche evaporada
- Comida y formula para bebés
- Alimentos para mascotas, medicaciones, etc.
- Abridor de latas manual
- Platos de papel y cubierto de plástico
- Toallas de papel
- Cerillos en un envase impermeable
- Bolsas de plástico
- Cuchillo

### Artículos para buscar refugio

- Tienda de campana
- Bolsas de dormir o mantas
- Equipo de costura
- Sábanas de plástico

### Botiquín de Primeros Auxilios

- Vendajes adhesivos, gasa y vendajes enrollados estériles
- Jabón/Limpiador desinfectante
- Toallitas húmedas
- Ungüento antibiótico
- Medicamentos de venta sin receta para la fiebre, Dolores, diarrea, tos, resfríos
- Jarabe de ipecac, carbon activado, yodo, o tabletas de cloro
- Máscara para el polvo por cada persona
- Bloqueador solar

### Provisiones de Seguridad

- Plan de emergencia
- Fotos de cada persona
- Silbato
- Linterna
- Pilas
- Radio y pilas
- Tarjeta prepagada para llamadas
- Telefono celular y cargador
- Mapas de caminos

### Artículos personales

- Artículos de tocador
- Ropa y zapatos por cada persona
- Suministros para bebé: pañales, biberones, etc.
- Desinfectante de manos y jabón
- Suministros para la higiene femenina
- Medicamentos recetados y vitaminas
- Impermeables, sombreros y guantes
- Gafas adicionales
- Dentadura postiza, audífono

### Artículos para recuperarse después de una emergencia

- Dinero, talonario, tarjeta de crédito
- Llaves adicionales para coche y casa
- Copias de documentos importantes como certificados de matrimonio/partido, informacion de salud, licencia de conducir, identificación, seguro, vacunación, y impuestos en recipiente impermeable o unidad de disco USB. Copies of property deeds, tax papers and marriage license in a waterproof container and/or on a USB drive

## ③ APRENDA SOBRE CONDICIONES ACTUALES PARA EMERGENCIA, MARQUE 911

RECURSOS DE EMERGENCIA EN EL AREA DEL CONDADO DE SANTA CRUZ		
(No Emergencia)	Policía-Ciudad de Capitola	(831) 475-4242
	Policía-Ciudad de Santa Cruz	(831) 471-1131
	Policía-Ciudad de Scotts Valley	(831) 438-2323
	Policía-Ciudad de Watsonville	(831) 471-1151
	Aguacil del condado de Santa Cruz	(831) 471-1121
	Despacho de patrulla de caminos del Estado de California	(831) 662-0511
Bomberos (No emergencia)	Aptos / La Selva	(831) 685-6690
	Capitola, Live Oak & Soquel	(831) 479-6842
	Santa Cruz	(831) 420-5280
	Scotts Valley	(831) 438-0211
	Watsonville	(831) 768-3200
Médico	Dominican Hospital, Santa Cruz	(831) 462-7700
	Watsonville Community Hospital	(831) 724-4741
	Control de tóxicos	(800) 222-1222
Servicios Públicos	Pacific Gas and Electric	(800) 743-5002
	AT&T California	(800) 288-2020
	COMCAST	(800) 266-2278
	VERIZON	(800) 483-0722
Comida	La Línea de la Comunidad de Second Harvest Food Bank	(831) 662-0991
Condiciones de Caminos	Caltrans	(800) 427-7623
	Obras Publicos de Santa Cruz	(831) 477-3999
Condado	Servicios para las emergencias	(831) 458-7150
	Departamento de Salud Pública	(831) 454-4000
Otros recursos	Cruz Roja	(831) 462-2881

# PLAN DE EMERGENCIA PARA CARTERAS

Escriba, corta y dobla para su cartera.

NÚMEROS DE TELEFONOS ADICIONALES	
PLAN DE EMERGENCIA	
Nombre de contacto :	
Números de telefono (casa):	Trabajo:
Celular:	
Contacto afuera del area:	
Números de telefono (casa):	Trabajo:
Celular:	
Lugar de reuniones:	
Número de telefono:	

Dobla  
aquí

NÚMEROS DE TELEFONOS ADICIONALES	
PLAN DE EMERGENCIA	
Nombre de contacto :	
Números de telefono (casa):	Trabajo:
Celular:	
Contacto afuera del area:	
Números de telefono (casa):	Trabajo:
Celular:	
Lugar de reuniones:	
Número de telefono:	

NÚMEROS DE TELEFONOS ADICIONALES	
PLAN DE EMERGENCIA	
Nombre de contacto :	
Números de telefono (casa):	Trabajo:
Celular:	
Contacto afuera del area:	
Números de telefono (casa):	Trabajo:
Celular:	
Lugar de reuniones:	
Número de telefono:	

Dobla  
aquí

NÚMEROS DE TELEFONOS ADICIONALES	
PLAN DE EMERGENCIA	
Nombre de contacto :	
Números de telefono (casa):	Trabajo:
Celular:	
Contacto afuera del area:	
Números de telefono (casa):	Trabajo:
Celular:	
Lugar de reuniones:	
Número de telefono:	