

Prepárese para cuidarse a sí mismo y a aquellos que están cerca de usted durante al menos 3 días



Organice un equipo de preparación para emergencias con lo esencial para la familia y las mascotas. Los equipos deben ser portátiles y estar listos en caso de evacuación.

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Agua: un galón de agua por persona, por día, durante al menos tres días (para beber y uso sanitario) | <input type="checkbox"/> Frazadas térmicas de emergencia |
| <input type="checkbox"/> Alimentos: un suministro para al menos tres días de alimentos no perecederos listos para comer y un abrelatas | <input type="checkbox"/> Ponchos para la lluvia para cada miembro de la familia |
| <input type="checkbox"/> Una radio a baterías o de manivela y una Radio del Clima NOAA con alerta de sonido y baterías adicionales para ambas | <input type="checkbox"/> Artículos de higiene personal (cepillo de dientes, pasta de dientes, papel higiénico, jabón, toalla...) |
| <input type="checkbox"/> Linterna y baterías adicionales | <input type="checkbox"/> Copias de documentos importantes, colocadas en un recipiente/bolsa a prueba de agua |
| <input type="checkbox"/> Botiquín de primeros auxilios | <ul style="list-style-type: none">• Copia de su licencia para conducir y/o certificado de nacimiento• Información sobre la cuenta bancaria• Tarjetas del seguro/números de las pólizas/información de contacto del emisor |
| <input type="checkbox"/> Tarjeta de Contactos de Emergencia | <input type="checkbox"/> Dinero en efectivo (es posible que los cajeros automáticos no funcionen) |
| <input type="checkbox"/> Herramienta de uso múltiple | <input type="checkbox"/> Juego adicional de llaves de la casa |
| <input type="checkbox"/> Silbato para pedir ayuda | <input type="checkbox"/> Medicamentos de receta (se sugiere un suministro para 7 días) |
| <input type="checkbox"/> Toallitas antisépticas, bolsas de basura y ataduras de plástico para la higiene personal | <input type="checkbox"/> Suministros para las mascotas (alimentos, agua, manta, medicamentos) |
| <input type="checkbox"/> Mascarillas contra el polvo, para ayudar a filtrar el aire contaminado | <input type="checkbox"/> Suministros para los niños/bebés (libro para colorear/crayones, pañales/toallitas húmedas, leche maternizada (formula en inglés), comida para bebés) |
| <input type="checkbox"/> Teléfono celular con cargadores (se recomienda un cargador para automóvil en caso de cortes de energía eléctrica) | |

* Siempre revise dos veces las fechas de expiración y ponga al corriente cada 6 meses su equipo de preparación contra las inclemencias del clima. Use las fechas de cambio de uso horario como recordatorio para revisar dos veces su equipo.

Otros artículos que debe tener a la mano en su casa, el lugar de trabajo o la escuela

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Tarjeta de Contactos de Emergencia | <input type="checkbox"/> Pala para nieve y sal para eliminar la nieve y el hielo de las vías, para su seguridad y la seguridad de los demás |
| <input type="checkbox"/> Instrucciones colocadas en lugares visibles con herramientas para cortar el suministro de gas, electricidad y agua | <input type="checkbox"/> Cobertores para los grifos exteriores y/o aislamiento para envolver los grifos exteriores, para protegerlos del congelamiento |
| <input type="checkbox"/> Láminas de plástico y cinta adhesiva para refugiarse en el lugar | <input type="checkbox"/> Cocina para camping y combustible (solamente para uso al aire libre) |
| <input type="checkbox"/> Frazadas calientes | <input type="checkbox"/> Leña y fósforos a prueba de agua (solamente para uso al aire libre) |
| <input type="checkbox"/> Extinguidor de incendios | <input type="checkbox"/> Equipo para purificación de agua |
| <input type="checkbox"/> Detector de monóxido de carbono | <input type="checkbox"/> Suministros médicos (audífonos con baterías adicionales, anteojos, lentes de contacto y solución, jeringas, bastón) |
| <input type="checkbox"/> Información de contacto de los servicios públicos fácilmente accesible en caso de la caída de una línea de alta tensión o inundación | <input type="checkbox"/> Radios bidireccionales y baterías adicionales |
| <input type="checkbox"/> Rastrillo para retirar las hojas caídas y la basura de los desagües pluviales para evitar inundaciones en las calles | |

Artículos específicos para incluir en su vehículo

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Tarjeta de Contactos de Emergencia | <input type="checkbox"/> Poncho para la lluvia para cada pasajero |
| <input type="checkbox"/> Luces de Bengala (flares en inglés) | <input type="checkbox"/> Equipo de preparación con suministros de primeros auxilios |
| <input type="checkbox"/> Ropa abrigada y calzados fuertes y cómodos | <input type="checkbox"/> Pala pequeña y auxiliares de tracción (arena, arena higiénica para animales domésticos, cadenas) cuando se pronostique heladas y nieve |
| <input type="checkbox"/> Frazadas calientes | <input type="checkbox"/> Mapas locales con rutas de evacuación predeterminadas |

Cree y siga un plan de climatización/prevención de riesgos para su casa o propiedad, para minimizar los efectos de las tormentas

- Realice revisiones anuales de su seguro de propiedad para entender y atender las necesidades de cobertura. Pregunte acerca del seguro de inundación o la cobertura del reflujo de aguas servidas/pluviales.
- Haga un inventario detallado de sus pertenencias y guárdelo en un lugar seguro lejos de su casa (como una caja de seguridad). Puede descargar un formulario en TakeWinterByStorm.org.

Fuera de la casa

- Revise su techo para detectar tejas sueltas, faltantes, deterioradas o dañadas para eliminar los escombros que se podrían dispersar con el aire, y reducir el riesgo de posible daño por agua.
- Asegúrese de que la lámina protectora esté asegurada alrededor de los respiraderos y las chimeneas.
- Limpie las canaletas y asegúrese de que estén bien alineadas y correctamente fijadas a su casa.
- Observe los patrones de drenaje de aguas pluviales en las laderas cerca de su casa y tenga en cuenta los lugares donde converge el agua de escorrentía. Observe las colinas alrededor de su casa para detectar cualquier signo de movimiento de tierras, tales como pequeños deslizamientos, flujos de escombros o inclinación de los árboles de forma progresiva. Póngase en contacto con un ingeniero geotécnico o estructural local para determinar la gravedad del problema.
- Escalone la propiedad para que el agua drene lejos de los cimientos y los canalones (bajantes) dirijan el agua lejos de la casa en el sistema de drenaje del agua pluvial.
- Reemplace la masilla y burlletes que hayan perdido contacto con las superficies.
- Rastrille las hojas lejos de los desagües para evitar inundaciones en las calles y en la propiedad.
- Observe si hay pasamanos, barandillas y cubiertas en las escaleras sueltas. Se debe reparar los caminos con combaduras o agrietados.
- Limpie la nieve y el hielo de las aceras frente a su casa para evitar caídas peligrosas – es responsabilidad del dueño de casa/de la propiedad.
- Mantenga las superficies libres de acumulación de nieve que podría derrumbarse.
- Recorte las ramas de los arbustos fuera de las paredes, para evitar insectos y daño por la humedad. Poda los arbustos que interfieren con los senderos.
- Utilice aislante en todas las tuberías de agua y grifos exteriores expuestos para protegerlos del congelamiento.

Dentro de la casa

- Revise los detectores de humo y de monóxido de carbono y cambie las baterías cuando sea necesario. Reemplace las unidades cada ocho años.
- Revise el sótano y el semisótano en cuanto a humedad y fugas. El agua estancada podría ser un signo de drenaje inadecuado.
- Revise todas las ventanas en cuanto al funcionamiento correcto y la capacidad de cerrar y asegurarlas.
- Pruebe su bomba recolectora antes del comienzo de cada época de lluvias. Las bombas recolectoras de respaldo a baterías pueden ayudar a proteger contra una falla de energía de la bomba principal.

Elabore un plan de comunicación para la familia

- Hable con su familia y/o amigos sobre cómo prepararse y responder a las emergencias que tienen mayor probabilidad de ocurrir donde ustedes viven, estudian, trabajan y juegan. Identifique las responsabilidades de cada miembro de su familia y un plan para trabajar juntos como equipo.
- Identifique un contacto fuera de la ciudad. Después de un desastre, las líneas de larga distancia podrían ser más confiables que las líneas locales. Pídale a un amigo o pariente que vive fuera del estado de Washington que sea su “contacto familiar”. Después de un desastre, su contacto familiar se convierte en un punto de comunicación para compartir información con todos los miembros del grupo familiar. Su plan depende de que todos sepan el número de teléfono del contacto.
- Llene la Tarjeta de Contactos de Emergencia y póngalas en su equipo de preparación, el centro de comunicación del hogar, el automóvil y en su lugar de trabajo o la escuela. Puede descargar de tarjetas en TakeWinterByStorm.org.
- Programe todos los números de contacto de emergencia en todos sus teléfonos, o mantenga una lista con usted. Asegúrese de informar a su familia y sus amigos que ustedes los han listado como contactos de emergencia.
- Use mensajes de texto si las interrupciones de la red están ocasionan que no pasen las llamadas telefónicas.
- Manténgase informado. Conéctese con los canales de los medios de comunicación locales (como KIRO 97.3 FM o KOMO AM 1000) en cuanto a actualizaciones e instrucciones importantes. Vaya a TakeWinterByStorm.org para los enlaces sobre cómo registrarse a un sistema de alerta para emergencias en su área.

* Hágales saber a su familia y sus amigos acerca del sitio de *Take Winter by Storm* a través de TakeWinterByStorm.org. Esta herramienta educativa basada en la Red debe estar integrada en sus planes de preparación para emergencias y comunicación.