**ESTÉ ATENTO. PREPÁRESE.**

**CONSEJOS PARA PLANIFICAR UNA EMERGENCIA**

Usted y su familia estarán preparados ante las emergencias. Visite mass.gov/BePrepared

**Esté atento**

Las emergencias de todo tipo suelen ocurrir sin muchas advertencias. Esté atento de todo lo que ocurre a su alrededor.

* Esté al tanto de las noticias locales.
* Suscríbase a las alertas de emergencia.
* Llame al 2-1-1 para obtener información sobre refugios, alimentos y otros recursos o servicios.

**Planifique con antelación**

Haga planes para usted y su familia con antelación, de esta manera estará preparado ante una emergencia climática, cortes de luz, enfermedades y otros acontecimientos. Haga planes para los eventos que lo obliguen a:

* Permanecer en su hogar (refugiarse en el lugar).
* Abandonar su hogar (evacuación).
* Separarse de los demás (cuarentena o aislamiento)

Asegúrese de que su plan se ajuste a sus necesidades particulares. Piense si usted o los miembros de su familia necesitan ayuda o algún instrumento como:

* Un elemento para comunicarse.
* Equipamiento médico o medicamentos.
* Equipamiento de movilidad (desplazamiento).
* Cuidado o supervisión.
* Mascotas.
* Transporte.

Planifique cómo se va a comunicar con los miembros de su familia para asegurarse de que todo esté bien. Piense en más de una manera ya que sus teléfonos o el servicio de internet podrían no estar disponibles.

* Utilice llamadas, textos, correos electrónicos, aplicaciones de comunicación o redes sociales.
* Mantenga los teléfonos y otros dispositivos con batería.
* Elija a una persona que viva cerca y otra que viva más lejos para que todos la contacten.

**Prepárese**

Todo hogar necesita un botiquín básico de emergencias. No es necesario que ocupe mucho lugar o que sea muy costoso. Puede agregar todo lo que sea necesario. Adáptelo según sus necesidades particulares. Asegúrese de que sus suministros lo van ayudar a:

* Permanecer en su hogar por algunos días sin electricidad.
* Abandonar su hogar rápidamente.
* Separarse de los demás y evitar la propagación de gérmenes.

Guarde su botiquín en un lugar seco y de fácil acceso. Revise su botiquín cada seis meses para reemplazar los suministros vencidos.

**Plan de acción familiar en caso de emergencias**

* Prepare una lista de contactos para todas las personas que vivan en su hogar. Incluya los números de teléfono del trabajo, colegio y celulares.
* Elija un amigo que viva fuera de su estado y otro que viva cerca suyo como sus contactos familiares.
* Organice un plan de evacuación y escoja un lugar de encuentro para su familia que quede cerca de su hogar y otro fuera de su barrio.
* Averigüe cómo actuaría el colegio de sus niños en caso de que ocurra una emergencia. Pregunte dónde irían los estudiantes en caso de una evacuación, cómo le notificarían a usted y cómo buscaría a su hijo.
* Active las alertas de emergencia en su teléfono y dispositivos.
* Revise el plan de preparación ante emergencias de su pueblo/ciudad.
* Prepare un botiquín de emergencias. Agregue todo lo que necesite.

**Información familiar importante**

Rellene este espacio para todas las personas que viven en su hogar y actualícelo cuando sea necesario. Guarde esta información en todos los lugares donde pueda necesitarla.

**Nombre:**

Teléfono:

Dirección del trabajo/colegio:

Lugar de evacuación:

Asistencia requerida:

Información médica:

**Nombre:**

Teléfono:

Dirección del trabajo/colegio:

Lugar de evacuación:

Asistencia requerida:

Información médica:

**Nombre:**

Teléfono:

Dirección del trabajo/colegio:

Lugar de evacuación:

Asistencia requerida:

Información médica:

mass.gov/BePrepared

**Lista de control del botiquín de emergencias**

Prepare un botiquín básico de emergencias. Agregue todo lo que necesite. Adáptelo según sus necesidades particulares. Incluya los suministros que necesite para permanecer en su hogar sin agua o electricidad y los suministros para abandonar su hogar rápidamente. Guarde su botiquín en un lugar seco y de fácil acceso. Revise su botiquín cada seis meses para reemplazar los suministros vencidos.

**Suministros para permanecer o abandonar su hogar:**

* Información de contacto en caso de emergencias.
* Copias de documentos importantes.
* Medicamentos recetados y anteojos.
* Cargador de teléfono y pilas.
* Efectivo o cheques de viaje.
* Mascarillas.
* Silbato para pedir ayuda.
* Pañales, toallitas, alimento de bebé, fórmulas, en caso de que sean necesarios.
* Alimento para mascotas, historial de vacunación, placas, canil, en caso de que sean necesarios.

**Suministros para permanecer en su hogar (refugiarse en el lugar, cuarentena o aislamiento):**

* Botella de agua (1 galón por persona, por día, para 3 días).
* Alimentos en lata y no perecederos.
* Abrelatas manual.
* Linterna o farol con pilas de repuesto.
* Botiquín de primeros auxilios y termómetro.
* Radio (a batería o manual) con pilas de repuesto.
* Fósforos en un envase impermeable.
* Limpiador doméstico o desinfectante.

**Suministros para abandonar su hogar (evacuación):**

* Una muda de ropa y calzado resistente (por persona).
* Aparatos de comunicación, en caso de ser necesario.
* Equipamiento médico, en caso de ser necesario.
* Elementos de higiene personal.
* Una bolsa de dormir y manta (por persona).

**Contactos para nuestra familia**

**Local**

Nombre:

Teléfono:

Correo electrónico:

**Fuera del estado**

Nombre:

Teléfono:

Correo electrónico:

**Lugares de encuentro para nuestra familia**

Cerca de nuestro hogar:

Fuera del barrio:

**Recursos adicionales**

**Departamento de Salud Pública de Massachusetts (Massachusetts Department of Public Health, DPH)**

Mass.gov/BePrepared

**Información sobre refugios, alimentos y otros recursos o servicios:**

Llame al 2-1-1 o visite Mass211.org

**Información sobre alertas de emergencia**

Ready.gov/alerts [Agencia Federal de Gestión de Emergencias (Federal Emergency Management Agency, FEMA)]

**Ayuda durante o después de una emergencia**

Redcross.org/local (centros locales de la Cruz Roja)

Redcross.org/shelter (refugios disponibles de la Cruz Roja)

**Información sobre cómo preparar un plan o botiquín de emergencias**

Mass.gov/BePrepared (DPH)

Mass.gov/mema/ready [Agencia de Gestión de Emergencias de Massachusetts (Massachusetts Emergency Management Agency, MEMA)]

Ready.gov o Listo.gov (FEMA)

**Información sobre emergencias en las redes sociales**

Siga a DPH en Twitter

Siga a MEMA en Twitter

Siga a ReadyGov en Twitter

Ponga me gusta a la página de MEMA en Facebook

Ponga me gusta a la página de ReadyGov en Facebook

Siga a la cuenta de Twitter de su pueblo o ciudad y póngale me gusta en Facebook

**Aplicación gratuita Show Me que ayuda a que las personas se comuniquen durante emergencias**

Escanee este código para obtener más información.