

Prepárese ahora para cualquier tipo de emergencia

Hay algunas cosas que puede hacer ahora mismo para mitigar las lesiones personales y las pérdidas materiales a raíz de una emergencia.

MANTÉNGASE INFORMADO

Inscríbase en **NotifyMe** en el sitio web de la Ciudad de Inglewood para recibir avisos de alerta sobre emergencias incipientes o inminentes por mensaje de texto. Consulte la TV, la radio, las redes sociales y materiales impresos para conocer información importante en su región.

HAGA UN PLAN

Haga un plan con su familia sobre cómo salir de su residencia o lugar de trabajo en diversas situaciones. Predetermine un lugar de encuentro. Identifique a una persona fuera de la región con la cual pueda comunicarse para informarle sobre su bienestar. Practique su plan.

PREPARE UN KIT

Es posible que transcurra algún tiempo hasta que lleguen los socorristas. Tenga preparado un kit de emergencia en casa, en el trabajo y en el automóvil, con insumos que garanticen que usted y su familia sean autosuficientes al menos durante cinco días.

ESTÉ PREPARADO

Únase al Equipo de emergencia de la comunidad de Inglewood (CERT). Tome un curso de RCP o primeros auxilios a través de la Cruz Roja Americana, o trabaje junto a la Cruz Roja para «Mapear su vecindario» a fin de identificar riesgos y recursos dentro de su vecindario.

T: (310) 412-8840
C: oes@cityofinglewood.org
W: cityofinglewood.org/1033/
Office-of-Emergency-Services



Información adicional sobre preparación para desastres

Visite estos sitios web informativos:
www.fema.gov
www.ready.gov
www.redcross.org

Mantenerse a salvo...
Después de un desastre

Preparación para Emergencias:

Información para Adultos Mayores



CIUDAD DE
INGLEWOOD
Oficina de Servicios de
Emergencia

Considere conseguir un dispositivo de alertas médicas que le permita llamar para pedir ayuda si se encuentra inmovilizado durante una emergencia.

Haga un plan

- **Cree una Red de apoyo personal**, incluya a familiares, amigos y otras personas que puedan ayudarlo. Asegúrese de que todos los miembros de su red **sepan cómo comunicarse entre sí**.
- **Identifique a un amigo o pariente** en otra región que pueda no verse afectado por la emergencia, a quien pueda brindarle información sobre su bienestar.
- **Practique su plan** con las personas que puedan ayudarlo. Incluya el modo de manejar cualquier equipo médico que necesite.
- **Establezca un lugar de encuentro** o plan de contacto después de una emergencia.
- **Evacuación:** Planifique cómo hará la evacuación y hacia dónde irá. Elija varios destinos en distintas direcciones para tener opciones en caso de emergencia.

Prepare un kit de emergencia

- **Inmediatamente después de una emergencia**, es posible que no tenga acceso al agua corriente, la electricidad, centros médicos y farmacias.
- **Planifique ser autosuficiente** por lo menos durante cinco días.
- **Prepare un kit de insumos de emergencia.** Piense en los recursos que usa a diario y qué pueda necesitar, o lo que puede hacer si no están a su disposición.
- **Es conveniente que reúna los insumos básicos** necesarios para la supervivencia: alimentos, agua y artículos de soporte vital que necesite. Incluya artículos que le brinden comodidad personal, como por ejemplo fotografías familiares.
- **Recuerde las necesidades de las mascotas** o animales de servicio. Incluya alimentos, agua y juguetes para las mascotas en el kit.

Artículos adicionales

- **Sus necesidades personales son únicas**, tenga esto en cuenta cuando se prepare para una emergencia.
- **Si usa un andador o silla de rueda**, audífono, dentadura o anteojos, asegúrese de llevarlos en caso de evacuación.
- **Asegúrese** de tener pilas adicionales para los audífonos, batería para la silla de rueda o un suministro de oxígeno disponible.

Documentos importantes

- **Incluya copias de los documentos importantes** en su kit de insumos de emergencia.
 - Testamentos
 - Poderes notariales
 - Escrituras
 - Números de seguro social
 - Medicare
 - Documentos
 - Información bancaria
- **Manténgalos en un contenedor hermético y a prueba de agua.**

Incluya medicamentos e insumos médicos:

- **Si toma medicamentos, se está sometiendo a algún tratamiento médico o usa un dispositivo médico a diario**, asegúrese de contar con un suministro de emergencia que dure por lo menos cinco días.
- **Mantenga una copia de sus recetas** e información sobre las dosis o el tratamiento.
- **Si se somete a tratamientos de rutina** administrados por una clínica u hospital, o si recibe servicios regulares como atención médica en casa, tratamiento o transporte, hable con su proveedor de servicios sobre los planes de emergencia.
- **Si usa en su casa equipos médicos** que requieren electricidad para funcionar, hable con su proveedor de atención médica sobre lo que puede hacer para prepararse para usarlos durante un corte de energía.

