

Elabore un plan y póngalo en práctica

Al prepararse para emergencias, las personas, familias y empresas pueden minimizar la pérdida de bienes y las lesiones y simplificar el proceso de recuperación.

Rutas de escape: Haga un plano de su casa u oficina y marque dos rutas de escape desde cada habitación.



Lugar de reunión: Seleccione un lugar de reunión predeterminado lejos de su casa u oficina; incluya a las mascotas en estos planes.

Comunicación de emergencia:

Es posible que su familia o sus empleados no estén juntos cuando ocurra un desastre, de modo que deben planificar cómo ponerse en contacto los unos con los otros. Elija a alguna persona que esté fuera de la ciudad que pueda retransmitir información. Asegúrese de que todos tengan los nombres de contacto, números de teléfono y direcciones de correo electrónico.



Seguro y documentos

personales: Obtenga o actualice el seguro de propiedad, de salud y de vida. Revise las pólizas de las que dispone para asegurarse de tener la cobertura necesaria para satisfacer sus necesidades.

Necesidades especiales: Si usted o algún ser querido tiene una discapacidad o una necesidad especial, cree una red de vecinos, parientes, amigos y compañeros de trabajo que puedan proporcionar ayuda en caso de emergencia.



Realice un control y renovación anual: Realice anualmente el mantenimiento necesario de la unidad de calefacción central, el

calentador de agua, la bomba del sumidero y el aire acondicionado.

Revise su plan de emergencia para que la lista de contacto y las rutas de escape estén actualizadas. Controle el equipo de preparación para emergencias para ver si todos los elementos están en buenas condiciones.

Información de contacto personal

Para emergencias, llame al 9-1-1.

Su información

Dirección: (particular o comercial) _____

Dirección postal _____ Ciudad _____ Estado _____
Código postal: _____

Teléfono:(particular o comercial): _____

Teléfono celular: _____

Médico: (nombre y teléfono) _____

Farmacia: _____

Medicamentos recetados: _____

Alergias: _____

Contactos de emergencia

(nombres y números de teléfono)

Pariente: _____

Amigo: _____

Vecino: _____

Ambulancia: 9-1-1

Veterinario: _____

Centro de toxicología (u 800-222-1222): _____

Hospital/Clínica: _____

Salud pública local: _____

Compañía de electricidad: _____

Gasolina/fuel oil: _____

Compañía telefónica: _____

Agua/alcantarillado (aguas servidas): _____

Basura: _____

Departamento de Bomberos y Policía: 9-1-1



Public Health
Prevent, Promote, Protect
Fargo Cass Public Health

Text from "Are You Prepared?" by the Cass (ND) and Clay (MN) Emergency Planning Partnerships. Created with funding provided by Fargo Cass Public Health through the Cities Readiness Initiative (CRI) Adapted by Healthy Roads Media (www.healthyroadsmedia.org)