

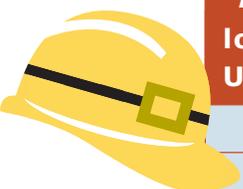
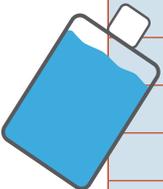


Puede ser más fácil y barato de lo que piensa el **organizar suministros para desastres en lugares convenientes**. No se trata solo de "tener un kit". Incluya suministros específicos para usted, como medicamentos, anteojos, ropa, zapatos, artículos de tocador y más. Esto se suma a los suministros básicos que todos deberían tener (agua, alimentos, kit de primeros auxilios, linterna, radios, etc.).



La siguiente tabla puede ayudarlo a personalizar sus suministros para estar listo dónde y cuándo los necesite: **bolsa bajo la cama** (suministros inmediatos), de **evacuación** ("go-bag" - 3 días), de **hogar** (2 semanas) y tal vez en su **trabajo** y en su **carro**. Elija lo que tenga más sentido en función de sus necesidades y presupuesto.

¿Bajo la cama?	¿Evacuación?	¿Hogar?	¿Trabajo?	¿Carro?	Artículo:	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Ropa, calzado, casco, guantes	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Silbato	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Linterna / lámpara de cabeza	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Mascarilla y goggles	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Gafas / Lentes de contacto	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Herramientas (llave de gas, pala, palanca, navaja)	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Lista de contactos (dentro y fuera del estado)	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Copias de identificación / documentos importantes	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Pilas, batería externa, y cables de carga	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Medicamentos / copias de recetas médicas	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Suministro de primeros auxilios y manta de emergencia	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Agua y alimentos (larga vida útil)	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Radio portátil	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Artículos de aseo (protector solar, pañuelos, higiene)	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Efectivo (billetes pequeños)	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Mapas (locales y regionales)	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Artículos para mascotas (comida, agua, juguetes, correas)	
iElija...		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Arena (derrames, tracción)	
lo que tenga sentido para USTED y en dónde guardarlo!					<input type="checkbox"/>	Cables de corriente, llanta de repuesto, inflador, gato de coche
					<input type="checkbox"/>	Bengalas / luz de emergencia
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Artículo personal _____	
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	Artículo personal _____	



Los Siete Pasos para la Seguridad contra Terremotos

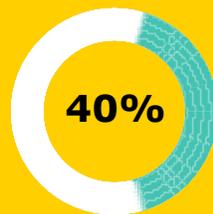
Prepárese para Sobrevivir y Recuperarse

Paso 1: Asegure Su Espacio Interior



Estudios de los terremotos de Loma Prieta del '89 y Northridge del '94 muestran que **la mayoría** de las lesiones son causadas por objetos proyectados o que caen.

Paso 2: Planifique Cómo Mantenerse Seguro



de los Californianos ha creado planes contra desastres con sus familias.



Paso 3: Prepare Suministros de Emergencia

1 de cada 2 hogares en California carece de suministros esenciales de emergencia, como agua, comida, primeros auxilios, linternas y radios.



Paso 4:

Minimice Dificultades Financieras



Solo 1 de cada 3 Californianos

saben que pueden hacer su hogar más seguro contra terremotos.



Paso 5: Agáchese, Cúbrase, y Sujétese



55% de las lesiones graves en el terremoto de Northridge del '94 se debieron a caídas, tropiezos, y/o pisar objetos.



Paso 6: Mejore la Seguridad

Los informes de lesiones y daños del terremoto de Loma Prieta del '89 indican que luego de un sismo hay que: moverse lento y con precaución, limpiar derrames y usar equipo protector para reducir heridas.



Paso 7: Reconnect and Restore

Muchos de los entrevistados luego del sismo de Napa del 2014 experimentaron ansiedad al no estar preparados para conectar con sus seres queridos y comenzar su recuperación financiera.