

ESTÉ PREPARADO

Asegúrese que aquellas **personas con discapacidades o necesidades especiales** estén listos durante alguna emergencia

La recuperación de alguna futura emergencia depende de los preparativos que se realicen hoy. Aunque las habilidades y necesidades de cada persona son únicas, cada uno necesita tomar pasos para estar preparado para emergencias.

Haga un kit hecho para USTED

- **Agua:** 1 galón de agua por persona para cada día durante al menos 3 días, y agua adicional si tiene mascotas
- **Alimentos:** abastecimiento de alimentos no perecederos para 3 días y un abrelatas manual si su kit contiene comida enlatada
- **Radio** de baterías o manual y un radio climatológico de la NOAA con tono de alerta y baterías extras
- **Linterna y baterías extras**
- **Silbato** para pedir ayuda
- **Toallas húmedas, bolsas de basura y amarres de plástico** para higiene personal
- **Botiquín de primeros auxilios**
- **Llave inglesa o pinzas** para cerrar servicios

Prepare artículos especiales para tenerlos listos

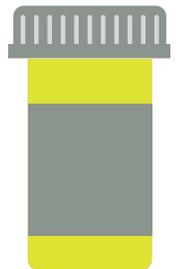
- Si usted toma medicamentos o usa un tratamiento médico diariamente, asegúrese de tener a la mano lo que necesita y que sea suficiente para al menos 7 días.
- Portar **tarjetas médicas de alerta** o brazaletes que identifiquen su discapacidad pueden ser de gran ayuda durante una situación de emergencia.
- Si usted usa anteojos, baterías para aparatos auditivos, baterías para sillas de ruedas y oxígeno, cerciórese de tener extras disponibles.
- También **tenga copias de su seguro médico**, tarjetas de Medicare y Medicaid a la mano.
- Si usted tiene una mascota o animal de servicio, incluya su etiqueta de identificación, archivos médicos, alimento para mascotas y otros artículos de emergencia.

Indíqueles a los demás como pueden ayudar

- Incluya información relacionada con el equipo operativo que utiliza o aparatos salvavidas en su kit de emergencia, y asegúrese que algún familiar o amigo de confianza tenga una copia de éstos documentos.
- Incluya los nombres y números de todas las personas en su grupo de apoyo y sus proveedores de cuidados médicos.
- Si usted tiene una discapacidad de comunicación, asegúrese de que su información de emergencia incluya una lista de las mejores formas de comunicarse con usted.

Tenga un plan

- Tenga un plan sobre como evacuar y anticipe cuales son las opciones donde ir.
- Si usa elevadores, tenga un segundo plan en caso de que los elevadores no funcionen.
- Si usa transporte de acceso para personas con discapacidades, asegúrese de contar con alternativas.
- Cuando viaje, alerte a los trabajadores del hotel o motel si va a necesitar ayuda.
- En caso de que lleve a cabo tratamientos de rutina administrados en alguna clínica u hospital, o recibe servicios regulares, hable con su proveedor de servicios sobre planes de emergencia. Trabaje con ellos para identificar proveedores de respaldo en su área y el lugar a donde puede evacuar.



Para más información sobre cómo prepararse, o para ayudar a otras personas a prepararse para el clima severo, **marque 2-1-1** o visite www.hcphtx.org para encontrar recursos en su área.