



Prepararse para emergencias (una guía para padres y cuidadores)



Descripción general

Un incendio, tormenta u otra emergencia pueden poner a su familia en peligro. Pero con un poco de planificación, puede asegurarse de que su familia esté a salvo. A continuación le ofrecemos algunos consejos que le ayudarán.

Suministros básicos

Primero, tenga algunos suministros básicos a mano. Debe poder sobrevivir durante tres días, sin ayuda externa. Por lo tanto, almacene suficiente agua y alimentos no perecederos para cada persona y mascota en su familia. Prepare un botiquín básico de primeros auxilios. Y no se olvide de todo medicamento recetado o suministros médicos que pudiera necesitar.

Revise los suministros regularmente

También necesitará algunas mantas, linternas y una radio portátil. Consiga baterías adicionales. Revise todos estos suministros regularmente. Cambie los alimentos y el agua cada seis meses, de modo que no se echen a perder. Y, a medida que las necesidades de su familia cambien, reevalúe sus suministros.

Haga un plan

Ahora haga un plan. Si tiene hijos pequeños, enséñeles su nombre y su apellido, su dirección y número de teléfono. Asegúrese de que sepan cómo evacuar en caso de incendio. Muéstreles la habitación más segura para estar en caso de tornado.

Plan en caso de separación

También, haga planes por si tienen que separarse. Elija un lugar fuera de su vecindario donde todos se puedan reunir si no pueden ir a su casa. Y elija una persona en otro estado para que sirva de contacto para su familia.

Sea sensible

La idea de emergencias hace que algunos niños se pongan ansiosos. Por lo tanto, hable con ellos. Sea claro y honesto, y escuche sus inquietudes. Y vuelva a asegurarles que usted cuidará de ellos. Al planear para emergencias antes de que ocurran, todos sabrán qué hacer para mantenerse a salvo.