

# PREPÁRESE

## ELABORE UN KIT DE EMERGENCIA

Prepárese para estar aislado por lo menos de 7 a 10 días



Agua  
(3.5 litros por  
persona, por día)



Comida  
(no perecedera)



Medicamentos



Equipo médico



Botiquín de  
primeros auxilios



Abrelatas



Radio



Linterna



Artículos de  
higiene  
personal



Herramientas



Comida para  
su(s) mascota(s)



Billetes  
pequeños



Papel higiénico



Documentos  
importantes y  
de identidad



Calzado  
resistente



Pilas de  
repuesto



Ropa caliente



Extintor



Guarde un kit para 7-10 días en su casa – Tenga también kits más pequeños en su vehículo y su trabajo



# PREPÁRESE

## ESTABLEZCA UN PLAN

Establezca un punto de encuentro en caso de que tenga que salirse de su casa



## INFÓRMESE SOBRE LOS PLANES PARA DESASTRES DE

Su trabajo

La escuela de sus hijos

Su proveedor de servicios médicos y de transporte

Otros lugares que frecuente su familia



Para recibir alertas de emergencia y notificaciones inscribese en:

[alert.seattle.gov](http://alert.seattle.gov)



Para saber qué riesgos corre su hogar visite:

[seattle.gov/hazardexplorer](http://seattle.gov/hazardexplorer)

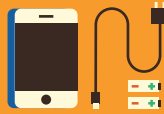
## DESARROLLE UN PLAN DE COMUNICACIÓN



Escriba la información de sus contactos de emergencia



Los mensajes de texto suelen pasar mejor



Tenga siempre consigo pilas y un cargador de teléfono de repuesto



Una persona que viva fuera de su área puede servir como punto de contacto para la comunicación con la familia

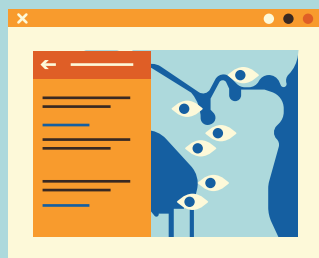
## AYÚDENSE UNOS A OTROS

Conozca cómo ayudar a la gente y las mascotas que normalmente cuentan con usted



Inicie un grupo SNAP, por sus siglas en inglés (Seattle Neighborhoods Actively Prepare) (Barrios de Seattle activamente preparados)

[seattle.gov/snap](http://seattle.gov/snap)



Consulte el mapa de conexión con los vecinos (Neighborlink map) para contactar con el centro de emergencia de su comunidad

[seattle.gov/emergency](http://seattle.gov/emergency)



Asista a los seminarios gratuitos que ofrece la oficina de manejo de emergencias de la ciudad de Seattle para saber qué hacer en caso de desastre y aprender técnicas básicas de supervivencia.

Consulte el calendario de las próximas actividades en: [seattle.gov/emergency](http://seattle.gov/emergency)

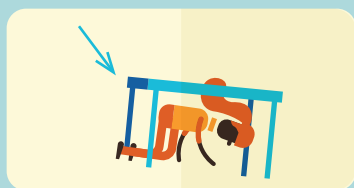


# QUÉ HACER DURANTE UN SISMO

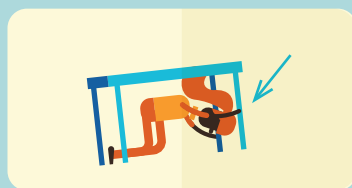
## DURANTE EL TEMBLOR



**AGÁCHESE**



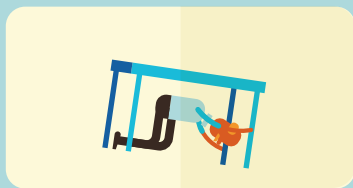
**CÚBRASE**



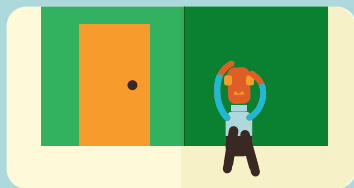
**AGÁRRESE**

*Si no encuentra una mesa para cubrirse, posícionese más abajo que el resto de los muebles*

## RECUERDE



**DEBAJO**



**CONTRA**



**ENTRE**

# DESPUÉS DEL TEMBLOR

## INSPECCIONE SU CASA:



Busque daños estructurales



Cierre la válvula principal de agua de la casa



Apague el gas natural si:



Percibe un olor a gas natural



Oye un silbido



Observa que la aguja del dial está girando



Compruebe si hay heridos y aplique los primeros auxilios



Ayude a sus vecinos



## PARA MAYOR INFORMACIÓN



Mensajes de AlertSeattle



Televisión local



El Centro de emergencias de la comunidad más cercano



Emisoras de radio de emergencia

AM 710 • AM 1000  
FM 94.9 • FM 97.3 • FM 97.7



Twitter @CityofSeattle @alertseattle