APOYOS Y CUIDADOS

NECESIDADES DE APOYO Y DISCAPACIDAD

- Prepare un plan que considere las capacidades y necesidades de cada persona.
- Identifique limitaciones, necesidades y apoyos requeridos (sillas de ruedas, oxígeno, medicamentos, etc.).
- Asegúrese de que todas las personas conozcan las rutas de evacuación y los puntos de reunión.

LA PREVENCIÓN ES LA MEJOR HERRAMIENTA

PLAN FAMILIAR

- Acuerden cómo actuar en caso de emergencia.
- Definan un punto de encuentro familiar dentro y fuera de casa.
- Mantengan contacto con familiares y vecinos.
- Practiquen simulacros.

¡LA PRÁCTICA SALVA VIDAS!

En caso de emergencia,
LLAMA AL 911 EMERGENCIAS

KIT PARA AUTOMÓVIL Y TRABAJO



- Calzado cómodo y guantes.
- Alimentos no perecederos y agua.
- Botiquín, radio, lámpara y pilas.
- Mochila para provisiones y efectivo.
- Tijeras o herramientas multiusos, guardadas de forma segura.
- Kit de emergencia y extintor para el automóvil; revise combustible.
- Cobija y teléfonos importantes.

LA PREVENCIÓN ES LA MEJOR HERRAMIENTA

RECUERDE

- Mantenga la calma
- Infórmese por fuentes oficiales.
- Revise y actualice su plan familiar periódicamente.
- Involucre a todos los miembros de la familia.

¡JUNTOS ESTAMOS MÁS SEGUROS!

BAJA CALIFORNIA GOBIERNO DEL ESTADO | SECRETARÍA GENERAL DE GOBIERNO | PROTECCIÓN CIVIL BAJA CALIFORNIA

PLAN FAMILIAR DE PROTECCIÓN CIVIL

ANTE EMERGENCIAS

¡Tu seguridad también está en tus manos!



PREPÁRATE EN FAMILIA | IDENTIFICA RIESGOS | ORGANIZA TU PLAN

01 PREPARE SU EQUIPO

Guárdelos de forma segura.



- Extintor ABC, detector de humo y silbato.
- Ubique las llaves de paso de agua y gas.
- Equipo personal de apoyo: oxígeno prescrito, silla de ruedas u otros.
- Efectivo en billetes pequeños y monedas.
- Ropa abrigadora, calzado resistente, guantes e impermeable. Cobijas, bolsa de dormir o tienda de campaña.

02 PROVISIONES Y SEGURIDAD

Lo esencial a la mano.

Planee estar al menos 3 días sin agua de la red, gas o electricidad. Prepare suministros y un botiquín.

ALIMENTOS Y AGUA

- Alimentos no perecederos para 3 días: enlatados, fruta seca, leche en polvo, frijoles y galletas.
- Agua potable: reserve aproximadamente 4 litros por persona al día; para 3 días, al menos 12 litros por persona.
- Abrelatas manual y utensilios.
- Equipo para cocinar de campamento: úselo únicamente al aire libre.
- Provisiones para bebés y mascotas.

SALUD E HIGIENE

- Medicamentos de uso habitual para al menos 7 días, con receta o indicaciones.
- Equipo para necesidades específicas: lentes, prótesis u otros apoyos.
- Bolsas de basura, artículos de higiene y productos de limpieza.

DOCUMENTOS Y CONTACTOS

- Copias protegidas de actas, identificaciones, seguros, testamento y documentos de propiedad o inversión.
- Lista de teléfonos importantes y datos necesarios de cuentas, tarjetas y licencias.

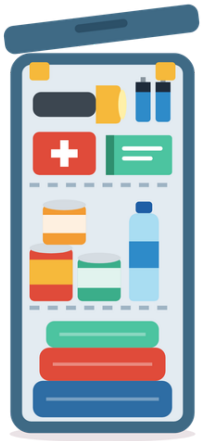
03 ORGANICE Y ALMACENE

Todo en su lugar.

Use una mochila resistente o un contenedor con tapa. Guárdelo en un sitio seguro y accesible.

Tenga una bolsa lista para evacuar.

ORGANICE POR NIVELES



1 ARRIBA

Lámpara, pilas, botiquín y manual de primeros auxilios

2 EN MEDIO

Alimentos y provisiones de uso frecuente.

3 AL FONDO

Ropa y artículos para dormir.

POR SEPARADO

Agua en recipientes cerrados; **combustibles y químicos lejos de alimentos y medicamentos.**