



ESTE PREPARADO, TOME EL PRIMER PASO!

Estado de preparación y amenaza a la salud pública
Prepare los artículos esenciales para ayudarlo en caso que tenga que tomar refugio durante una emergencia



✓ Agua

Un galón por persona, por día para tres días



✓ Alimentos

Alimentos que no se echen a perder, como en lata o en aquete. Y por los animals también



✓ Ropa

Un cambio de ropa y un par de zapatos por persona



✓ Medicamentos

Medicina de receta para tres días



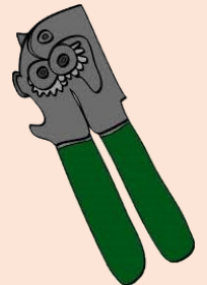
✓ Linterna

Linterna con pilas adicionales



✓ Abrelatas

Abrelatas de mano



✓ Radio

Radio portatil de pilas y pilas adicionales



✓ Artículos para la Higiene

Basicos, como jabon, papel de baño, y cepillo de dientes



✓ Botiquin de Primeros Auxilios

Basicos, como antiséptico, venda adhesiva y medicina sin receta



✓ Artículos para los Niños

*Si está amamantando, continúe haciéndolo

Formula para los niños*, biberones, pañales, pomade y toallitas para limpiar



Para más información, pongase en contacto:



Follow us at:

@sjcphs

www.sjcphs.org

American Red Cross

redcross.org

SJC Office of Emergency Services

sjready.org

California Department of Public Health

cdph.ca.gov

Centers for Disease Control

emergency.cdc.gov

U.S. Dept. of Homeland Security

ready.gov