



CAPACITACIÓN: PREPARACIÓN INTEGRAL PARA EMERGENCIAS

Center For Independence

Mayo 2025

BIENVENIDA

Por favor, por el bien de los intérpretes y quienes usan dispositivos de asistencia:

- Diga su nombre cada vez que hable.
- Hable despacio para que los intérpretes puedan seguirle.

GRACIAS MARYSVILLE

- Seguridad
- Dónde está todo

INTRODUCCIONES

- Nombre
- ¿Qué le trajo a esta clase?
- ¿Qué espera obtener de esta clase?

QUÉ ESPERAR

- Totes pueden prepararse. Le mostraremos cómo.
- Refugiarse en casa y respaldo de energía
- Evacuación de emergencia

**"Prepárate para interrupciones, no para desastres...
prepararte para algunas interrupciones te prepara para
cualquier desastre."**

– Aaron Titus

POR QUÉ IMPORTA

Porque TÚ importas.

Puede que estés por tu cuenta durante una interrupción o desastre, pero no estás solo.

Adultes en EE. UU. que viven con una discapacidad:

70 millones (28.7%) o

1 de cada 4 adultes

**¿PARA QUÉ NOS
ESTAMOS PREPARANDO?**



PLATICA

- ¿Qué puede interrumpir su vida?
- ¿Qué riesgos hay en el área?
- ¿Qué es lo más probable que le afecte?

TRAMPAS COMUNES DE PREPARACIÓN

- Registros
- Prioridad en respuesta de emergencia
- Transportación

¿QUÉ PUEDE HACER USTED?

- Preparar un Plan de Emergencia para afrontar tanto contratiempos diarios como desastres a gran escala.
- Asegurar energía de respaldo y baterías.
- Crear una mochila de emergencia.
- Planear cómo refugiarse en casa.

ASEGURE SU HOGAR

- Fijar muebles pesados a la pared.
- Tener extintor de fuego y alarma de humo.
- Eliminar riesgos de incendio.
- Plan de escape desde el hogar.

ALERTAS DE EMERGENCIA: ESTADO DE WASHINGTON

Las alertas inalámbricas (WEA, por sus siglas en inglés) son enviadas por autoridades gubernamentales a su proveedor móvil.

Regístrese a otras alertas:

- Condado
- Ciudad
- MyShake (alerta sísmica)

PLAN DE EMERGENCIA

- Planifique con familia y amistades
- Listas escritas de contactos
- Puntos de encuentro
- Transportación

SU INFORMACIÓN

- Copias de documentos importantes
- Información médica y recetas
- Tarjeta o nota que explique sus necesidades a una comunidad capacitista

SU COMUNIDAD

- Planifique con familia y amistades
- ¿Con qué apoyos comunitarios cuenta?
- Puntos de encuentro

SUS CONTACTOS

- Contactos fuera del área
- Listas escritas de contactos
- Lista de proveedores de servicios y equipo

ANIMALES DE SERVICIO

Preguntas permitidas:

1. ¿Es el perro un animal de servicio por motivo de discapacidad?
2. ¿Qué tarea ha sido entrenado a realizar?

Asegúrese de tener los suministros del animal en casa y para salir.

ANIMALES DE APOYO EMOCIONAL Y MASCOTAS

- No son animales de servicio.
- Prepárese para ellos como para usted mismo.
- Sepa que la mayoría de refugios ya colaboran o coubican con albergues de animales.
- Vacune a su mascota y lleve una foto con usted.

RESPALDO DE ENERGÍA

- ¿Qué equipo salva-vidas necesita energía?
- ¿Cómo mantendrá energía durante un apagón largo?
- ¿Qué es una Interrupción del Suministro Eléctrico por Motivos de Seguridad Pública (PSPS, por sus siglas en inglés)?
- ¿Puede recibir notificaciones de su compañía eléctrica?

OTRAS NECESIDADES ENERGÉTICAS

¿Qué más en su vida necesita energía?

Platica

PLATICA SOBRE BATERÍAS Y ALMACENAMIENTO DE BATERÍAS

- Buenas prácticas para extender vida útil
- ¿Cuáles son las opciones?

LOS ASESINOS SILENCIOSOS

- El calor mata cada año a más personas que cualquier otro evento meteorológico
- El frío también mata

LOS ASESINOS SILENCIOSOS SOBREVIVIENDO EL CALOR

- Esté atente a los avisos de calor.
- ¿Va alguien a ver cómo está?
- ¿Puede llegar a un refugio climático?
- Recuerde que el calor le puede afectar sin que se dé cuenta.

LOS ASESINOS SILENCIOSOS SOBREVIVIENDO EL FRÍO EXTREMO

- Esté atente a los avisos.
- ¿Va a ir alguien a ver cómo estás?
- ¿Puedes llegar a un centro de calentamiento?
- Recuerde que el frío le puede afectar sin que se dé cuenta.

NECESIDADES DE EVACUACIÓN

- ¿A dónde irá y cómo?
- Transporte y tres opciones de respaldo
- ¿Cómo será notificade?

PREPARACIÓN PARA EVACUACIÓN DE EMERGENCIA

Asuma Responsabilidad por su Seguridad

Por June Isaacson Kailes

Consultora de Políticas sobre Discapacidad

<http://www.jik.com>

SOBREVIVIENDO EN REFUGIOS PÚBLICOS

- Registrarse
 - Déjale saber lo que necesita ahora y lo que necesitará pronto.
- Tenga su mochila.
- Abogue por sí mismo.

CREANDO MOCHILAS DE PREPARACIÓN

- Hogar
- Fuera del hogar
- Evacuación

PLATICA SOBRE PREPARACIÓN EN EL HOGAR

- ¿Qué debería tener?
- Mejores prácticas

TANTAS COSAS...

La preparación es personalizada para usted.

Tantas listas. No se preocupe, ya ha tenido un buen comienzo.

LO ESENCIAL

Agua:

1 galón por persona por día

Comida:

Cosas que le guste comer

COMUNICACIÓN

- Radios
- Alertas
- Teléfonos para llamar o textear
- Silbatos
- Linternas
- ¿Otros?

REFUGIO

- Manera de mantenerse caliente
- Protección contra los elementos

EQUIPO DE PROTECCIÓN E HIGIENE

- Mascarillas N95 (muy bueno para polvo y escombros)
- Kits de higiene
- Desinfectante

MEDICINAS Y PRIMEROS AUXILIOS

- Botiquín de primeros auxilios
- Suministros médicos adicionales
- Recetas e información sobre recetas
- Nombre y contacto del proveedor de equipo médico

HERRAMIENTAS Y MÁS

- Herramienta multiusos
- En caso de duda, la cinta adhesiva es la solución
- Imaginación

ENERGÍA Y RESPALDO

- Baterías adicionales para todo
- Planes de respaldo energético
- Lugares de respaldo donde cargar dispositivos

EL MEJOR ESCENARIO

- Todo vuelve a la normalidad en horas.
- Todos los planes funcionaron.

EL PEOR ESCENARIO

- Desastre regional grande
- Se usan todos los planes de respaldo
- Buena noticia: tiene planes de respaldo y respaldo energético.

SEÑALIZACIÓN

Dos herramientas útiles:

- **UNA LINTERNA:** Si tu rescatador es sordo, te verá parpadear la luz.
- **UN SILBATO:** Si tu rescatador es ciego, te oirá tocar el silbato.
- Golpea, rasca y haz ruido como puedas

PREPARACIÓN FUERA DEL HOGAR

- ¿Qué debería tener?
- Mejores prácticas

ESCENARIOS

- ¿Qué haría usted?
- ¿Qué necesitaría?
- ¿Está en su plan?

¿Pensamientos?

¿Comentarios?

¿Preguntas?



¡¡GRACIAS!!

