

BOLETÍN DE PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS

SEGURIDAD DE PRIMAVERA • MARZO DE 2025

¿Te resultó útil este boletín?

▶ Responde nuestra encuesta: surveymonkey.com



Entra en acción

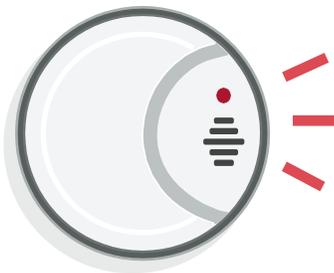
La primavera es una época estupenda para disfrutar del aire libre. Este boletín proporciona algunos consejos para mantenerse seguro y divertirse.

Preparación para emergencias



- Revise su kit de emergencia. ¿Todo lo que viene en el kit sigue funcionando?
- Deseche alimentos, medicamentos o pilas viejas. Reemplácelos por unos nuevos.
- Guarde su kit de emergencia en un lugar donde pueda cogerlo rápidamente.
- Aprenda qué incluir en su kit de emergencia en www.ready.gov/kit

Revise las alarmas de humo y monóxido de carbono



- Cambie las pilas de su alarma dos veces al año. Una forma fácil de recordar esto es cambiar las pilas cada vez que configure su reloj para el horario de verano.
- Pruebe sus alarmas cada mes para asegurarse de que funcionan.
- Si sus alarmas tienen más de 10 años, compre unas nuevas.
- Obtenga más información sobre la importancia de las alarmas de humo en el hogar: [Consejos de seguridad de la NFPA para detectores de humo \(nfpa.org\)](https://www.nfpa.org)



Encuentre y repare cosas peligrosas en su hogar

- Mueva cualquier cosa que bloquee los pasillos o puertas. Asegúrese de poder caminar por su casa fácilmente en caso de emergencia.
- Fije con cinta adhesiva alfombras o cables que puedan hacerle tropezar o caer.
- Asegure los muebles pesados a las paredes para que no se caigan y le provoquen lesiones a usted o a su familia. Algunos ejemplos de muebles pesados son las cómodas, las estanterías y los televisores grandes.
- Obtenga más información sobre cómo prevenir los peligros en el hogar: [Seguro en Inicio, Una guía para la seguridad en el hogar: Identificación y prevención Peligros \(safehome.org\)](#)



Plan para emergencias



- Practique su plan de emergencia con las personas con las que vive o con su equipo de apoyo unas cuantas veces al año.
- Haga una lista de números de teléfono importantes a los que llamar si necesita ayuda.
- Descargue la [Guía de preparación para desastres de Listos \(listoscalifornia.org\)](#). Esta guía se puede utilizar para mantener toda la información importante en un solo lugar.

Esté atento a inundaciones o deslizamientos de tierra después de la lluvia

- Verifique que las canaletas y desagües de su techo estén lo suficientemente limpios para que el agua pueda fluir lejos de su casa.
- Manténgase alejado de las colinas después de fuertes lluvias porque el barro y las rocas podrían deslizarse y lastimarlo.
- Regístrate para recibir alertas de situaciones de emergencia cerca de ti: [Regístrate en Calalerts \(calalerts.org\)](#).
- Obtenga más información sobre la seguridad en la temporada de tormentas: [Listos California Seguridad durante la temporada de tormentas \(listoscalifornia.org\)](#)



¡Marque nuestra página web de preparación para emergencias en su navegador!



[Código QR individual \(dds.ca.gov\)](#)



[Código QR del proveedor \(dds.ca.gov\)](#)