

Lista de control para la planificación de emergencias del cuidador



Revise esta lista de control con todos los cuidadores de la familia.

- Mi teléfono celular está registrado con www.AlertMarin.org (tanto mi domicilio como la dirección del trabajo), por lo que puedo recibir avisos e instrucciones durante una emergencia.
- Sé qué hacer durante un terremoto (agacharme, cubrirme, agarrarme).
- Si se corta la electricidad, sé dónde encontrar una linterna que funcione y el botiquín de primeros auxilios en la casa.
- Sé dónde hay un extinguidor de incendios y cómo usarlo.
- Sé dónde está escrito el número de teléfono del Centro de Atención para Intoxicaciones (Poison Control) (1-800-222-1222) o está programado en mi teléfono celular.
- Sé cómo evacuar la casa con las personas que cuido y las mascotas, y lo he practicado con ellos.
- Sé dónde llevar a las personas que cuido una vez evacuados.
- Sé dónde está nuestro bolso de evacuación previamente armado y sé que debo llevarlo conmigo al evacuar.
- Tengo una **lista de último minuto** de artículos para agregar al **bolso de evacuación** si hay tiempo y sé dónde encontrarlos.
- Sé dónde encontrar y abrir nuestra **caja para quedarse** si recibimos la indicación de refugiarnos en casa.
- Sé llamar o mandar un mensaje de texto a mi jefe para avisarle dónde estamos en una emergencia.
- Si no puedo comunicarme con mi jefe, sé el número de teléfono del contacto de emergencia de la familia y lo llamaré o mandaré un mensaje.
- Sé cómo y cuándo cortar los servicios de la casa si es necesario (gas, electricidad y agua).