

BE READY **(ESTE LISTO)**

My Personal Safety In An Emergency

**(Manual Para Mi Seguridad
Personal En Una Emergencia)**



PERSONAL SAFETY

(MI SEGURIDAD PERSONAL)

Important Information About Me

(Informacion Importante Sobre Mí)

Personal Information (Informacion Personal)

My Name _____
Mi Nombre _____

My Preferred Language _____
Mi Idioma Preferido _____

My Health Insurance _____
Mi Seguro Medico _____

My Policy Number _____
Mi Numero de Póliza _____

Important Things I Have (Tengo/Usó Las Siguientes Cosas Importantes)

☐ Eyeglasses
Anteojos

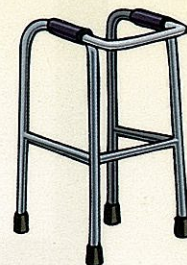


☐ Hearing aids
Un Aparato Auditivo

☐ Wheelchair
Una Silla de Ruedas



☐ Walker
Un Andador



☐ Pet
Una Mascota

☐ Other _____
Otro _____

MY HEALTH

(MI SALUD)

My Medical Information

(Mi Informacion Médica)

Health/Medical Information (Informacion Médica)



My Doctors _____

TEL# _____

Mis Doctores _____

TEL# _____

My Medications _____

Dosages _____

Mis Medicamentos _____

La Dosis _____



My Medical Allergies _____

Mis Alergias Médicas _____



SAFETY TIPS

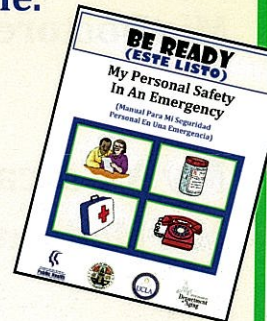
(CONSEJOS PARA ASEGURARSE)

Good Ideas For Being Safe **(Buenas Ideas Para Mantenerse Seguro)**



☐ **My kit is ready.**
Mi equipo de emergencia esta completo y disponible.

☐ **My worksheet is finished and in my kit.**
Mi manual esta completado y colocado en mi equipo de emergencia.

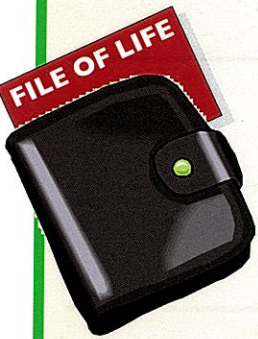


☐ **Copies of my important documents are in a sealed plastic bag and in my kit.**
Tengo copias de mis documentos importantes en una bolsa de plástico en mi equipo de emergencia.

☐ **Pictures of my family and pets are in my kit in case we get separated.**
Tengo fotos de mi familia y mi mascota en mi equipo emergencia en caso que se separen.

☐ **My "File of Life" is finished and in my wallet.**
Escribí mi información de contacto en un folleto de "File of Life" y lo puse en mi cartera.

☐ **I told people who care about my emergency plans.**
Les he explicado a personas importantes a mis planes de emergencia.



IMPORTANT CONTACTS

(CONTACTOS IMPORTANTES)

Important Contacts In An Emergency

(Datos De Contactos En Caso De Una Emergencia)

Someone Who Lives Close (Contactos Que Viven Cerca De Mi)

Emergency Contact _____ **TEL#** _____

Contacto de Emergencia

Family _____ **TEL#** _____

Familiar

Friend _____ **TEL#** _____

Amistad

Neighbor _____ **TEL#** _____

Vecino



Other Important Contacts (Otros Contactos Importantes)

Out of Town Contact _____ **TEL#** _____

Contacto Fuera de la Ciudad

Caregiver _____ **TEL#** _____

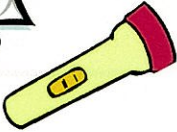
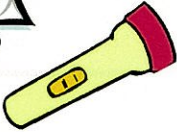
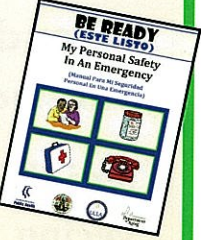
Persona quien me ofrece Cuidado

SAFE AT HOME

(SEGURA EN CASA)

Preparing At Home (Preparandose En Su Hogar)

Emergency Kit (Equipo De Suministros De Emergencia)

- | | |
|--|---|
| ☐ Water (3-7 day supply—1 gallon per person per day)
Agua (3-7 días de suministro—1 galón por persona por día) |  |
| ☐ Food (3-7 day supply—non-perishable)
Comida Enlatada sin Vencerse (3-7 días de suministro—no perecederos) |  |
| ☐ Clothing and Sturdy Shoes
Ropa y Zapatos Resistentes | |
| ☐ Undergarments
Ropa Interior |  |
| ☐ Whistle
Silbato |  |
| ☐ Flashlight, and Extra Batteries
Lámpara Portátil, y Pilas de Repuesto |  |
| ☐ Radio, and Extra Batteries
Un Radio de Batería, y Pilas de Repuesto | |
| ☐ Fire Extinguisher
Extintor de Incendios |  |
| ☐ Pet Supplies (food and leash)
Provisiones de su Mascota (alimentos y una correa) |  |
| ☐ Medicines
Medicinas | |
| ☐ Spare Eyeglasses
Par de Anteojos de Sobra |  |
| ☐ First Aid Kit
Equipo de Primeros Auxilios | |
| ☐ Toilet Paper
Rollo de Papel Higiénico |  |
| ☐ Worksheet
Este Manual |  |
| ☐ Cash
Dinero en Efectivo |  |
| ☐ Copy of Important Documents
Copias de Documentos Importantes |  |

Remember (Acuerdese De...)

- ☐ Put your name on the front of the kit.
Poner su nombre en la parte de frente de su equipo de emergencia.
- ☐ Put it in a place easy to find.
Poner su equipo de emergencia en un lugar fácil de encontrar.
- ☐ Check the kit often. Refresh items as needed.
Revisar su equipo de emergencia a menudo y reemplazar cosas cuando sea necesario.

