

# Prepare for the unexpected

Emergency situations can happen at any time, making it crucial that you are prepared for the unexpected long before it happens.

## Plan for possible emergencies

- Research and prepare for natural disasters common to your area, such as floods, earthquakes or tornadoes
- Create an emergency kit for both your home and car
- Create a home emergency plan with your family and learn how to shut off your utilities
- Be a good participant in emergency drills at work and school by following instructions and paying attention to lessons learned
- Store important phone numbers, including those of family members, with other important documents in a fire-proof safe or safety deposit box
- Learn first aid and CPR for children and adults – check out the NSC First Aid app
- Know how to respond to an active shooter with free NSC training NSC at [nsc.org/communitytraining](http://nsc.org/communitytraining)

## Stock your emergency kits now

Emergency kits can help you prepare for the worst, but only if they are properly stocked and regularly refreshed.



**1 step for safety:** Change the batteries in your smoke alarms at least once each year. A working smoke alarm cuts your odds of dying in a home fire in half, according to the National Fire Protection Association.



## Your home emergency kit should be very accessible and contain:

- Food and water for each family member for three days as well as a can opener and nonperishable foods, such as tuna and peanut butter
- Hand-crank or battery-powered flashlight and radio with extra batteries
- Full first aid kit, including hand sanitizer and garbage bags
- Plastic sheeting and duct tape for broken windows or a leaky roof
- Whistle to signal for help so rescuers can locate you

## Your car emergency kit should contain:

- A properly inflated spare tire, wheel wrench, tripod jack and jumper cables
- A tool kit, compass, duct tape and car charger for your cell phone
- A flashlight with extra batteries, a rain poncho and a fire extinguisher
- Reflective triangles and vest, and brightly colored cloth to make your vehicle more visible
- A first aid kit and enough nonperishable food and water for three days
- Cold weather items such as a snow brush, shovel, windshield washer fluid, warm clothing, cat litter for traction and blankets

# Prepárese para lo inesperado

Las situaciones de emergencia pueden producirse en cualquier momento y, por lo tanto, es crucial que esté preparado para lo inesperado mucho antes de que ocurra.

## Plan para posibles emergencias

- Investigue y prepárese para los desastres comunes en su área, tales como inundaciones, terremotos y tornados.
- Arme un equipo de emergencia tanto en su casa como en su automóvil.
- Implemente un plan de emergencia con su familia y aprenda cómo cortar sus servicios públicos.
- Participe de manera correcta en los simulacros de emergencia en el trabajo y en la escuela respetando las instrucciones y prestando atención a las lecciones aprendidas.
- Guarde los números de teléfono importantes, incluso los números de familiares, con otros documentos importantes en una caja de seguridad a prueba de incendios.
- Aprenda primeros auxilios RCP para niños y adultos; consulte la aplicación de Primeros Auxilios de NSC.
- Sepa cómo responder ante un tirador activo con la capacitación gratuita de NSC en [nsc.org/communitytraining](http://nsc.org/communitytraining).



**Una medida de seguridad:** cambie las baterías de las alarmas para humo al menos una vez al año. De acuerdo con la Asociación Nacional de Protección contra Incendios, las alarmas para humo que funcionan correctamente reducen a la mitad las posibilidades de muerte en un incendio doméstico.



## Tenga preparados sus equipos para emergencia ahora

Los equipos para emergencias pueden ayudarlo a prepararse para lo peor, pero solo si están bien guardados y se los actualiza de manera regular.

### Su equipo hogareño para emergencias deberá ser de muy fácil acceso y contener:

- Alimentos y agua para cada miembro de la familia para tres días, como así también un abridor de latas y alimentos no perecederos, tales como atún y manteca de maní.
- Linternas a manivela o de baterías y radio con baterías extra.
- Equipo de primeros auxilios completo, que incluya desinfectante y bolsas de residuos.
- Láminas de plástico y cinta para conductos para ventanas rotas o un techo con goteras.
- Silbato para hacer señales de auxilio y que los rescatistas puedan ubicarlo.

### El equipo para emergencias de su vehículo deberá contener:

- Una rueda de auxilio inflada correctamente, una llave para tuercas de rueda, un gato trípode y cables puente.
- Un equipo de herramientas, una brújula, cinta para conductos y un cargador para su teléfono celular.
- Una linterna con baterías adicionales, un piloto para la lluvia y un extintor de incendios.
- Triángulos y chaleco reflectantes, y ropa de colores brillantes para hacer más visible su vehículo.
- Un equipo de primeros auxilios, y alimentos no perecederos y agua potable suficientes para tres días.
- Elementos para clima frío, tales como cepillo para nieve, pala, líquido limpiaparabrisas, ropa abrigada, arena para gatos para tracción y frazadas.