



# Apagones Prolongados

## Articulos para mantener en su hogar

- Bolsa de emergencia
- Bolsa de emergencia para mascotas
- Agua (suministro de 7 días)
  - Un galón de agua por persona / por día; más para mascotas
- Comida (suministro de 7 días)
  - Sopas enlatadas, atún, carnes, jerky, tofu
  - Frijoles y verduras enlatadas
  - Mantequilla de nuez y galletas
  - Frutas secas y nueces
  - Bolsitas de café instantáneo / té
  - Crema en polvo
- Comida y golosinas para mascotas
- Radio con batería / energía solar / radio de manivela
- Linterna LED y velas LED
- Linterna con batería o energía solar y baterías de repuesto
- Cargadores / baterías de repuesto para dispositivos médicos
- Kit de primeros auxilios sólido
  - Compresas instantáneas calientes/frías
  - Almohadillas para trauma, etc.
- Toallitas húmedas, bolsas de basura
- Abrelatas manual
- Batería externa (para teléfono, tableta)

## Personaliza tus suministros

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

## ¡Mantén tus suministros actualizados!

Establece un recordatorio en el calendario para renovar tus suministros dos veces al año (sugerencia - cambio de horario de verano)

Preparando a los adultos mayores para desastres naturales y otras emergencias

[www.emergencyprephelp.org](http://www.emergencyprephelp.org)  
[info@emergencyprephelp.org](mailto:info@emergencyprephelp.org)

Emergency Prep Help es un proyecto con patrocinio fiscal de [Community Initiatives](#), una organización sin fines de lucro registrada y exenta de impuestos 501(c)(3), EIN# 94-3255070