

August 2017



BASIC SURVIVAL SUPPLIES

Water: Store 5 gallon supply of water per individual for drinking, cooking, washing that should last up to 5 days. Avoid storing food and water next to toxic materials such as gas, paints and other harmful substances. Try to store liquids in thick plastic containers. Buy chlorine or iodine tablets to treat contaminated water.

Food: Store at least a 5 day supply of canned food and dry mixes which last for 2 years. Avoid buying and storing spicy or salty canned foods and soda, due to they cause the body to dehydrate. Store food in cool area in containers to protect against pests.

Food Preparation Suggestions

Buy portable gas stove and fuel, store cooking and eating utensils (plastic), store heavy duty aluminum foil, manual can opener, paper plates, cups and towels.

Food Consumption Suggestions

Consume refrigerated foods before using emergency food supplies.

Medical Suggestions

Have at least one week of prescription medication with you at all times, use dust masks to avoid getting sick and have plenty of first aid supplies.

GOLDEN STATE DEBT MANAGEMENT



Natural Disaster and Emergencies

During uncertain times we need to always be prepared for a natural disaster or any disaster.

At home or work, create an evacuation plan with escape routes. Develop a family contact list to communicate after the disaster in case you are apart. Obtain instructions to shut off natural gas, electricity and water to store in emergency kit. Consider fire extinguisher training and acquiring basic CPR certification.

Find out how to get local emergency alerts. Check with your local health department or [emergency management](#)

Money management experts advise parents to teach their children about Money, saving and budgets.

5-9 year Children can be taught to understand a shopping list and know the price of grocery items. Also

[agency](#) to see how they share emergency information. Some places use:

- Emergency texts
- Phone calling systems
- Digital road signs
- Social media
- Sirens and speakers

Tune in. Listen to and watch reliable news sources.

Keep a weather radio handy for updates and instructions. Make a list of things you need in your supply kit: At least 1 gallon of water per person per day for at least 3

days. 3 day supply of non perishable food. Battery operated weather radio, flashlights and extra batteries, a whistle to get help. A can opener for food, moist towel lets, plastic bags and ties for personal sanitation

Emergency Kits and Tools

Important to have access to First Aid kit, Tool kit and Survival Kit. You can also get work and car kits to be extra prepared. For more information on what you need go visit:

www.fema.gov, or the CDC Center for Disease Control and Prevention at www.cdc.gov.

Children and Money

children can be given money for completing household tasks

10-15 years

Children can be taught to save some of their chore money for special occasions. You can also teach them to

shop for value and quality.

Above age 16

Children can be encouraged to find a part time job. Advise them how to allocate their money for savings to reach a goal such as buying a car or other expenses



Suministros Basicos de Emergencia

Agua: Guarde 5 galones de agua por individual para tomar, cocinar, lavar y otras necesidades. No guarde el agua cerca de materiales toxicos como pintura, gas u otras cosas dañinas. Trate de guardar liquidos en contenedores gruesos de plastico. Compre Cloro o tabletas de Iodine para tratar agua contaminada.

Comida: Guarde por lo menos 5 dias de comida como latas, cereales y otros que tengas vida duradera y cambie estas comidas cada 1-2 años. No compre comida salada o con picante porque esto lo dishidrata. Guarde la comida en un lugar seguro libre de plagas.

Sugerencias para cocinar

Compre una estufa portable con combustible para poder cocinar. Tenga a la mano papel de aluminio, abridor de latas y botellas, utensiles de plastico y platos de papel.

Sugerencias de consumo

Consuma comida refrigerada antes de usar comida de emergencia.

Sugerencias Medicas

Tenga por lo menos una semana de medicamento con usted, use mascara de polvo para no enfermarse y tenga suministros de primeros auxilios



Preparacion de Catasotrofes naturales o emergencias

Preparacion de emergencia

En casa y en el trabajo haga una plan de escape para evacuaciones. Prepare una lista de contactos para poder comunicarse con su familia despues de la emergencia. Obtenga instrucciones para apagar el gas, la electricidad y tener agua guardada en sus suministros de emergencia. Considere obtener una certificacion de CPR y aprender primeros auxilios.

UTILES PARA EMERGENCIA

Necesita acceso a suministros de primeros auxilios, herramientas de sobrevivencia. Considere tener estas herramientas en su auto y en el trabajo.

Averigue que usa su ciudad para comunicarse con sus ciudadada-

nos durante emergencias.

- Textos de emergencia
- Sistema de llamadas telefonicas
- Signos de carretera
- Medios Sociales
- Señales de sonido

Escuche la television o el radio para actualizaciones y instrucciones. Tenga un radio portatil a bateria en caso que no haya luz.

Haga una lista de cosas que va necesitar en su Kit de emergencias:

- 1 Galon de agua por persona hasta 5 dias
- 5 dias de comida para toda la familia que no se heche a

perder como (latas, mezclas)

- Radio a baterias, tenga baterias extras
- Linternas con baterias extras
- Un silvato para llamar atencion
- Un abrelata de mano
- Toallitas mojadas, bolsas de plastico, platos y utensiles de plastico o papel para sanitacion personal.

Herramientas y Kits de emergencia

Tenga acceso a sus primeros auxilios y las herramientas que necesita para sobrevivir.

Para mas informacion en lo que necesite visite:

www.fema.gov o al CDC al www.cdc.gov

Niños y el Dinero

puede dar dinero por hacer que haceres en casa

10-15: Años

Se les puede enseñar a ahorrar su dinero que ganan por quehaceres para ocasiones especiales.

16 Años o mas

Los niños se les puede aconsejar que busquen un empleo de tiempo parcial. Aconsejar que ahorren parte de su dinero para un carro o otro gasto grande.