



# Cal OES

GOVERNOR'S OFFICE  
OF EMERGENCY SERVICES

## **La Ciudad de Watts** **Guía de preparación para** **emergencias / Kit de herramientas** **para personas mayores,** **indocumentadas y desfavorecidas**



1686 EAST 103RD STREET LOS ANGELES CALIFORNIA 90002

INFORMACIÓN SOBRE PREPARACIÓN PARA DESASTRES Y  
SENSIBILIZACIÓN EN MATERIA DE CAPACITACIÓN



Read our new, inspiring and hopeful reports on Listos California's efforts to boost resiliency, provide accessible in-language information and advance a new culture of disaster preparedness.



Listos California has developed resources to help Californians navigate the public health emergency and to help inform communities about COVID-19 vaccines.

# TABLA DE CONTENIDOS



Paginas

## **INTRODUCCIÓN** **Preparación para emergencias**

.....1



## **DEMOGRAFÍA DE WATTS** **Imagen de la Junta Vecinal**

.....1



## **PLANIFICACIÓN DE DESASTRES** **Cómo crear un buen plan de evacuación**

.....2



## **ALERTAS DE EMERGENCIA** **Cómo obtener alertas de emergencia ahora**

.....2



## **PREPÁRATE PARA IR CON SEGURIDAD** **Cómo preparar su mochila de emergencia**

.....3



## **PROTEJA A SU FAMILIA** **Cómo construir un kit de herramientas para el hogar de emergencia**

.....5



**NETWORKING CON OTROS**  
**Cómo compartir tu conocimiento con otros**

.....6



**OBTENGA RECURSOS ADICIONALES**  
**Enlaces y recursos de emergencia que salvan vidas**

.....7/8

# INTRODUCCIÓN

---

La Guía / Kit de herramientas de preparación para emergencias para personas mayores, residentes indocumentados e individuos desfavorecidos de Watts se desarrolló a través de una asociación entre la Oficina de Servicios de Emergencia del Gobernador de California (Cal OES) y la Corporación de Desarrollo Comunitario de Watts (WCDC), una organización sin fines de lucro de California 501 (c) 3, Corporación de Beneficio Público.

Esta guía describe las acciones y consideraciones que las personas mayores, los residentes indocumentados y las personas desfavorecidas que viven en la ciudad de Watts pueden usar para aprender, prepararse, capacitarse y aumentar su capacidad para responder a una emergencia o desastre, antes, durante y después de que termine el desastre.

## **Cal OES alienta a las personas a:**

- 1) Hacer o crear un plan de evacuación
- 2) Obtén información sobre cómo recibir alertas de emergencia
- 3) Aprende a empacar una (mochila) o una bolsa para llevar
- 4) Aprende a construir un kit de herramientas o una caja de estancia para el hogar
- 5) Ayudar a amigos y vecinos a prepararse para una emergencia o desastre

# DEMOGRAFÍA DE WATTS

---

Watts es un pequeño vecindario en el sur de Los Ángeles, California. Se encuentra dentro de la región del sur de Los Ángeles, limitando con las ciudades de Lynwood y South Gate al este y sureste, respectivamente, y la comunidad no incorporada de Willowbrook al sur, que es aproximadamente el área de 2.0 millas cuadradas o (5 km<sup>2</sup>).

La población de Watts se compone de aproximadamente 42.311, residentes. Según datos del Censo 2021, los residentes hispanos representan el 77% de la población y los afroamericanos representan el 22%. Los registros del censo muestran además que el 66% de las personas que viven en la ciudad de Watts son ciudadanos estadounidenses y el 34% de la población de Watts son residentes indocumentados.

La ciudad de Watts es una de las ciudades más pobres del estado de California. El ingreso familiar promedio es de menos de \$ 38,612 al año. Las estadísticas muestran que solo el 1% de la población obtendrá una maestría y solo un sorprendente 27% de los estudiantes de secundaria se graduarán de la escuela secundaria. Los residentes de la ciudad de Watts tienen una esperanza de vida disminuida de 10 años en comparación con las personas que viven en ciudades vecinas y las mujeres son las cabezas de los hogares, debido a muchas unidades familiares rotas.

## HAGA UN PLAN DE EVACUACIÓN

---



Piense en las personas con las que le gustaría mantenerse en contacto durante una emergencia, como su familia, vecinos, amigos o sus cuidadores. Siempre siga la guía de las autoridades locales, evacue temprano; si necesita el tiempo extra, practique la evacuación utilizando una ruta segura con su automóvil o debe identificar las agencias de tránsito locales, si no tiene un automóvil. Prepárese para ir a su lugar seguro y empacar los suministros de Go Bag.

### **Crear una lista de contactos de emergencia**

- Haga una lista de contactos de familiares, amigos, vecinos, compañeros de trabajo y otras personas que puedan ayudarlo a evacuar, en caso de una emergencia o desastre. Guarde esta lista en un recipiente impermeable en su kit de emergencia.
- Debe discutir sus planes de desastre con su red de apoyo e incluirlos en su proceso de planificación.

### **Elija un lugar de emergencia para reunirse**

- Los desastres pueden ser caóticos y las personas pueden encontrarse separadas.
- Designe un lugar con anticipación para reunirse con su familia y el equipo de la red.
- Pregúntele a las escuelas de sus hijos sobre sus planes para reunir a padres e hijos.
- Debe hacer que su familia y su equipo de redes ensayen la reunión en el lugar designado.
- Debe tener al menos dos lugares de reunión, dependiendo de la ubicación del desastre.
- Practica hacer la perfección. Hágale saber a todo el equipo que trabajar juntos ayudará a salvar vidas y disminuir la confusión durante un evento de desastre o emergencia.

## REGÍSTRESE PARA RECIBIR ALERTAS DE EMERGENCIA

---



En una emergencia, necesita saber qué está pasando. Para tomar las decisiones correctas, necesita información precisa y actualizada al minuto sobre el desastre o la emergencia en su área. Aprenda qué desastres y peligros podrían afectar su área y asegúrese de tener un plan y practicarlos regularmente con su familia y grupo de redes.



### Por favor, infórmese

- Vaya a [CAAlerts.org](http://CAAlerts.org) y regístrese para recibir alertas de emergencia gratuitas hoy.
- Marque 211 para obtener una lista de Covid-19, Servicios para personas sin hogar, Programas especiales, Centros de recolección y una lista de otros recursos para familias y niños.
- Vea o escuche las noticias locales para obtener informes sobre desastres y esfuerzos de respuesta.
- Las estaciones de radio también transmitirán actualizaciones a través del Sistema de Alerta de Emergencia.
- Puede encontrar el nombre de la estación de radio de emergencia de su conde en las estaciones de radio locales para alertas de emergencia.
- Asegúrese de seguir recursos confiables como Cal OES, Bomberos y agencias de aplicación de la ley.

### Para soporte en línea adicional

1. Regístrese para recibir alertas de terremotos en la aplicación MyShake.
2. Vaya a [News.caloes.ca.gov](http://News.caloes.ca.gov) para obtener la información más reciente sobre emergencias / desastres.
3. Para obtener información sobre incendios forestales actuales, cortes de energía, refugios y cierres de carreteras, visite [Response.ca.gov](http://Response.ca.gov).
4. También puede ir a [Ready.gov](http://Ready.gov) para obtener información de seguridad para individuos y familias.

## EMPACA TU GO BAG/MOCHILA

---



Una bolsa o mochila go debe incluir todos los artículos críticos que necesitará si se le ordena evacuar. Debe tener su Go Bag / Backpack listo para usar y empacado antes de una emergencia. Desea asegurarse de que su Go Bag / Backpack esté listo cada vez que ocurra un desastre. Aquí hay una lista de artículos y suministros que su Go Bag / Backpack debe tener dentro

- Asegúrese de incluir documentos importantes, incluidas copias de tarjetas de identificación y de seguro.
- Asegúrese de empacar una copia de sus listas de contactos y asegúrese de tener un mapa.
- En caso de que su teléfono celular no funcione, asegúrese de que su mapa esté marcado con todas las rutas de evacuación.

- Asegúrese de incluir su lista de familiares, amigos, vecinos y contactos importantes.
- Haga una lista de sus medicamentos, incluidas todas las recetas que usted y sus familiares tomen. También incluya los nombres de sus médicos y farmacéuticos.

### **Traiga algo de efectivo (denominaciones pequeñas)**

- Si hay un corte de energía, su tarjeta de crédito o tarjetas bancarias no funcionarán y no podrá obtener efectivo del banco.

### **Cosas que debes agarrar y llevar**

- Llaves, billetera, bolso y artículos que usa a diario
- Teléfono celular, su computadora portátil o tableta y sus cargadores
- No olvide agarrar una linterna y llevar una radio portátil con usted
- Botiquín de primeros auxilios, anteojos adicionales, pequeños dispositivos médicos, dentaduras postizas, cepillo de dientes, etc.

### **Consejos de Go Bag para personas sordas o con problemas de audición**

- Empaque una radio meteorológica con pantalla de texto y una alerta intermitente.
- Mantenga baterías adicionales o un cargador de batería portátil para audífonos o implantes cocleares.
- Asegúrese de empacar un bolígrafo y papel para comunicarse con alguien que no conoce el lenguaje de señas.
- Asegúrese de empacar cables de carga adicionales y baterías de respaldo.
- Instale alarmas de humo que den señales que se puedan ver y escuchar.
- Además, si tiene problemas de audición o es sordo, debe considerar llevar una copia preimpresa de frases clave, como "Hablo lenguaje de señas estadounidense".

### **Consejos de Go Bag para personas ciegas o con baja visión**

- Marque los suministros de emergencia con etiquetas Braille o letra grande.
- Mantenga una lista de su información de emergencia en una unidad flash portátil o haga un archivo de audio y guárdelo en un lugar seguro.
- Mantenga sus dispositivos de comunicación en su kit de suministros de emergencia.
- Considere empacar anteojos adicionales o dispositivos de aumento.
- También debe considerar llevar a su animal de servicio o mascotas y planificar alimentos, agua y suministros. Algunos refugios solo permiten animales de servicio.

- Si usa un bastón, mantenga a los extras en el trabajo, el hogar, la escuela, etc.
- También debe incluir guantes y zapatos resistentes dentro de su kit.

### **Consejos de Go Bag para personas con discapacidad del habla**

- Lleve una tarjeta de instrucciones sobre cómo comunicarse con usted si su equipo o dispositivos de asistencia no funcionan. Esto puede incluir crds laminados con frases y/o pictogramas.
- Si usa dispositivos de comunicación aumentativa, planifique cómo evacuará con ellos.
- Mantenga la información del modelo del equipo de asistencia.
- Mantenga un bolígrafo y papel o pizarra y marcador con usted

### **Consejos de Go Bag para personas con una discapacidad de movilidad**

- Si usa una silla de ruedas eléctrica, tenga una silla manual liviana disponible como respaldo, si es posible.
- Si usa una silla de ruedas eléctrica u otro dispositivo eléctrico, empaque sus cables de carga.
- Mantenga un kit de parche o sellador para neumáticos pinchados y otras herramientas necesarias como una bomba de aire portátil.
- Mantenga un dispositivo de movilidad adicional, como un bastón o un andador, si usa uno.

### **Consejos de Go Bag para personas con discapacidades sensoriales**

- Mantenga un dispositivo electrónico con películas o juegos.
- Una pequeña carpa emergente se puede utilizar para disminuir la estimulación visual en una habitación ocupada o para proporcionar privacidad.
- Empaque auriculares para disminuir las distracciones auditivas.
- Mantenga un par de anteojos oscuros para ayudar con la estimulación visual.
- Incluya artículos para aliviar la ansiedad como juguetes inquietos, joyas masticables, bolas de estrés o burbujas, todo lo cual también puede ayudar a distraer.

### **Consejos de Go Bag para personas con discapacidades del desarrollo**

- Mantenga los dispositivos electrónicos portátiles cargados y cargados con videos y actividades.
- Compre cargadores de repuesto para dispositivos electrónicos y manténgalos cargados.
- Incluya sábanas o una pequeña carpa emergente para disminuir la estimulación visual y el ruido en un ambiente ocupado.



- Considere un par de auriculares con cancelación de ruido para disminuir los estímulos auditivos.
- Identifique aliados de confianza en los que confiar en un desastre.
- Practique su plan para generar confianza y sentirse seguro.

### **Consejos de Go Bag para personas que requieren medicamentos**

- Debe tratar de mantener al menos una semana de medicamentos recetados.
- Mantenga una lista de todos los medicamentos, dosis y alergias.
- Guarde una copia de su información médica, incluida una lista de sus recetas y prescriptores

## **CONSTRUYE TU CAJA DE HOME STAY**

---



Si un desastre requiere que permanezca en su hogar, un Stay Box puede ayudarlo a satisfacer sus necesidades durante una emergencia. Su Stay Box debe incluir recursos básicos y rentables que pueda reservar o almacenar en caso de una emergencia. Algunos artículos importantes pueden incluir linternas y baterías adicionales. Si la energía está apagada, ¡evite las velas! Son un peligro de incendio y pueden ser extremadamente peligrosos si ha habido una fuga de gas del desastre.

### **Almacenar botellas de agua**

Usted quiere un galón de agua para cada persona en su casa por día. Recoja agua en la tienda cada pocas semanas para evitar grandes costos iniciales. Almacene el agua en un lugar fresco y oscuro.

### **Almacenamiento de alimentos**

Usted sabe lo que a su familia le gusta comer, así que abastecerse de esos alimentos. Piense en lo que podría comer si no hubiera energía y aumente su suministro de alimentos poco a poco.

### **Artículos importantes para almacenar**

Reserve artículos como fórmula adicional, pañales, suministros para necesidades de salud, alimentos para mascotas, pasta de dientes, jabón, máscaras y otros artículos comunes de uso diario.

## AYUDA A TUS AMIGOS Y VECINOS A PREPARARSE

---



Los administradores de emergencias de California, los bomberos, las fuerzas del orden y los servicios de emergencia hacen un trabajo increíble para mantener segura a nuestra comunidad, pero no pueden conseguir a todos a la vez. Es por eso que es muy importante conectarse con su comunidad y las comunidades deben mantenerse unidas y desarrollar / preparar estrategias para implementar en caso de una emergencia o desastre.

- Hable con sus vecinos, hable con ellos sobre lo que podrían necesitar para sobrevivir y si pueden estar dispuestos a ayudar si es necesario.
- Pregúntate, ¿quién está en casa en tu casa durante el día?
- Pregúntese, ¿quién está en casa en sus vecindarios que podría estar disponible para ayudarlo durante el día, la noche o un fin de semana?
- Pregúntese, ¿quién en su vecindario podría necesitar ayuda?

### **Cómo ser más preparados para la comunidad**

Estar más preparado para una emergencia es más fácil de lo que piensas. Existen muchos grupos de servicio y pueden estar operativos en su área. Conectarse con el manejo de emergencias local y con grupos como citizen corps Councils, equipos de USA on Watch, equipos de respuesta a emergencias comunitarias, etc., puede ayudarlo a prepararse y ayudar a otros también.

## RECURSOS ADICIONALES DE PREPARACIÓN PARA DESASTRES

---



### **Recursos Adicionales Para Ayudarlo a Prepararse de Forma Segura**

1. LISTOS and Disaster Ready Guides  
[Disaster Ready Guide \(listoscalifornia.org\)](http://listoscalifornia.org)

2. LISTOS California Emergency Preparedness Interactive Online Course  
[Listos CA Disaster-Ready Course \(listoscalifornia.org\)](https://listoscalifornia.org)
3. Cal OES Office of Access and Functional Needs  
[Access & Functional Needs | California Governor's Office of Emergency Management](#)
4. Disability Disaster Access Resources  
[Disability Disaster Access & Resources – A program of the California Foundation for Independent Living Centers](#)
5. Emergency Communication Plan  
[National Emergency Communications Plan | CISA](#)
6. Transit Commuter Emergency Communication Plan  
[Community Emergency Plan \(ready.gov\)](#)
7. Video Explainer for Emergency and Disaster  
[VIDEO EXPLAINER: Emergency Services and Disaster Resilience Prioritized in Governor Newsom's Budget | Cal OES News](#)
8. Planning and Preparedness Video  
[Planning & Preparedness | California Governor's Office of Emergency Management](#)
9. California Office of Emergency Services (Cal OES) Website  
[California Governor's Office of Emergency Management | California's Emergency Management Leader](#)
10. Watts Community Development Corporation Weekly Teleconference Emergency Preparedness Community Meeting <https://www.WattsCommunity.org/listosprograms>