¡Prepárate con Pedro!

American Red Cross

¡Hola! ¡Soy Pedro! Estoy aprendiendo cómo prepararme para las emergencias.

Prepararse significa “estar listo”.

Te preparas todo el tiempo, como por ejemplo, cuando te pones la chaqueta y tomas un paraguas para estar listo en un día de lluvia.

Quiero estar listo para cualquier emergencia, por eso estoy aprendiendo cómo mantenerme seguro cuando una se presente.

¡Tú también te puedes preparar para las emergencias! ¡Tan solo sígueme!

Pedro escuchó un sonido fuerte en la casa de su amiga Mia.

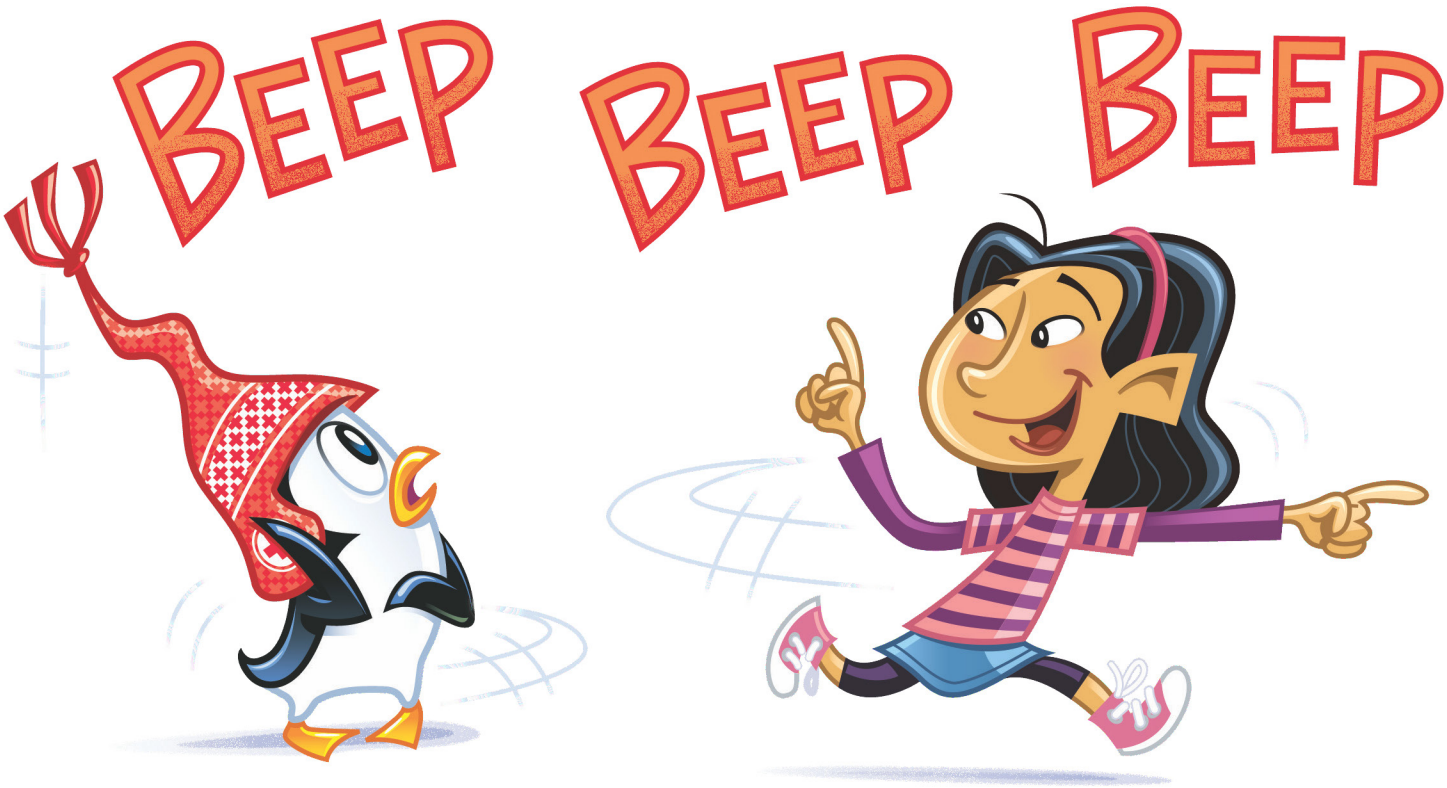
"¿Qué hace ese sonido de BIP-BIP-BIP?", preguntó.

"Estamos probando los detectores de humo", respondió Mia. "¡Pasa y verás!".

"¡Mi mamá prueba los detectores de humo una vez por mes, y practicamos el simulacro de incendio dos veces por año o más!".

"¿Por qué?", preguntó Pedro.

"¡Para estar preparados!", dijo Mia. "Los detectores de humo nos advierten cuando hay fuego, y practicamos nuestro simulacro para asegurarnos de salir con rapidez hacia donde sea seguro. Primero hacemos las pruebas de los detectores, luego practicamos escapar cuando suenan. ¡Te mostraré!".



"Cuando el detector de humo hace BIP-BIP-BIP, debes salir en menos de 2 minutos. ¡Practiquemos!".

"¡Si ves humo, AGÁCHATE Y VETE!
Mantente cerca del piso donde el aire es más limpio".

"Cuando salgas, ve al punto de encuentro de tu familia y quédate allí para que todos sepan que estás a salvo".

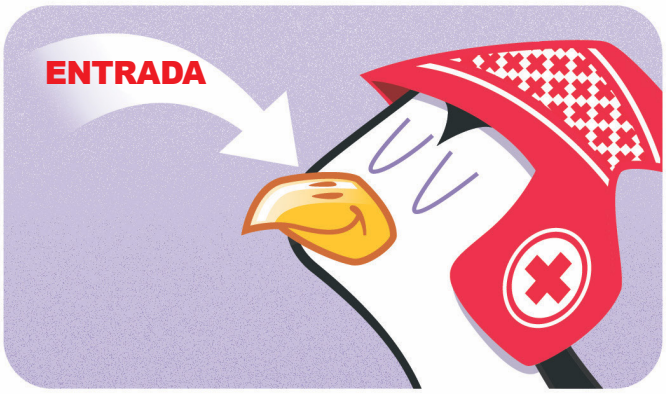
"Gracias, Mia", dijo Pedro.

"Me alegra haber aprendido qué hacer en caso de un incendio en el hogar. ¡Ahora sé cómo mantenerme a salvo!".

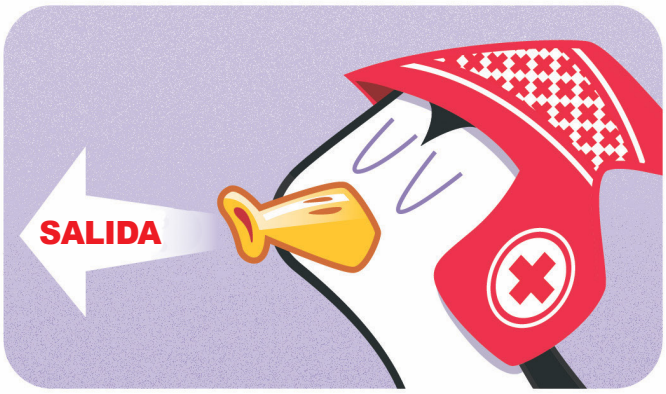
American Red Cross

¡Relájate con Pedro!

¡Inténtalo tú mismo y verás! ¡Guau!
Practicar para emergencias es emocionante. Pero también me hace sentir nervioso. Por eso, hago inhalaciones largas y lentas para calmarme.



Inhala lento por la nariz, como yo.



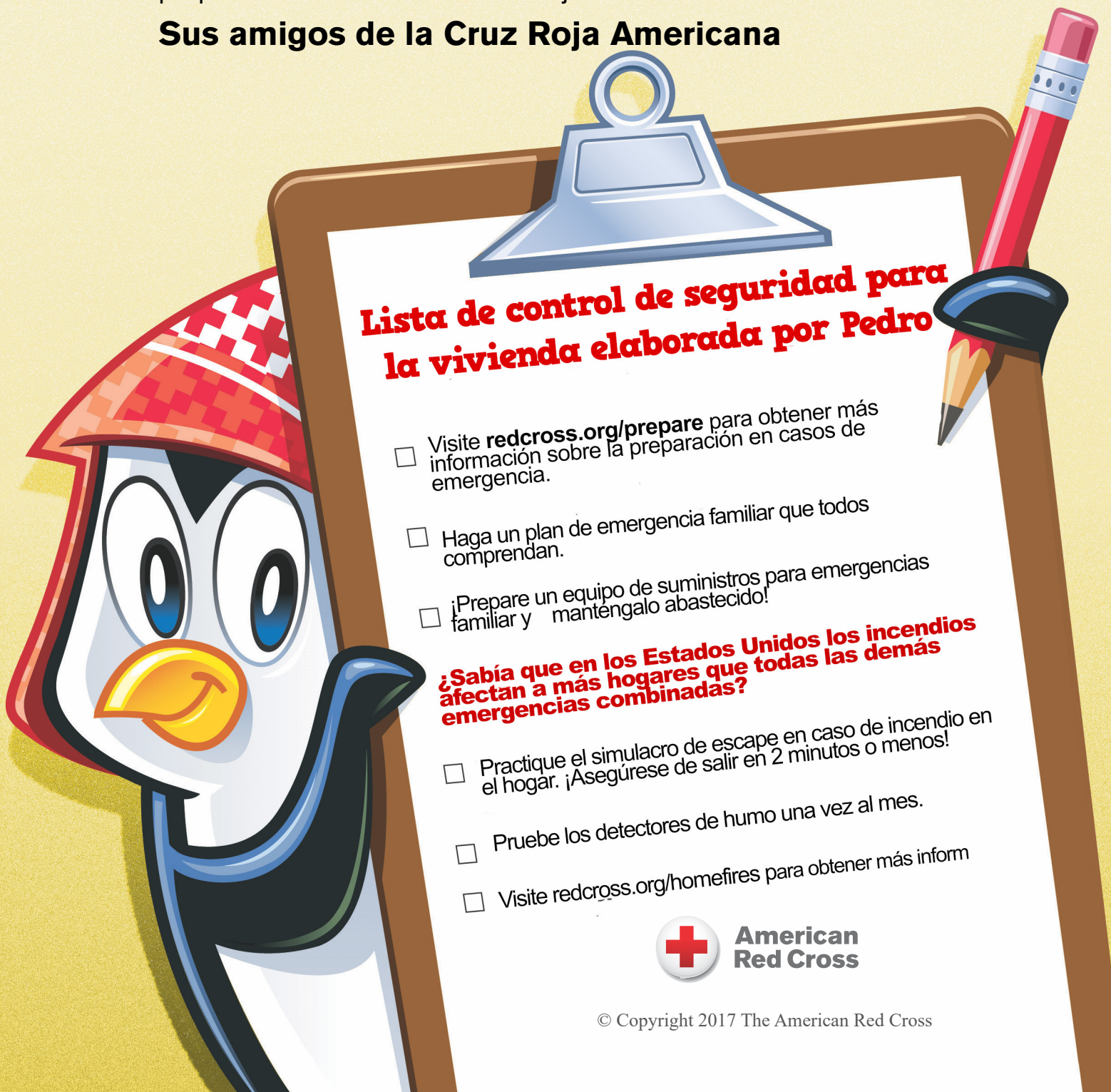
Luego exhala lentamente por la boca.

Después de solo cinco o seis respiraciones, me siento mejor y comienzo a relajarme.

Adultos

Esperamos que su hijo haya disfrutado aprender cómo prepararse para una emergencia. Para obtener más información, visite el sitio web de la Cruz Roja Americana en **redcross.org/prepare**. Encontrará consejos para estar seguro en cualquier tipo de situaciones de emergencia e indicaciones para elaborar un plan de emergencias y armar un equipo con suministros para emergencias para tener en casa. ¡Únase a nosotros y verifique que su hogar esté preparado conforme a la Cruz Roja!

Sus amigos de la Cruz Roja Americana



Lista de control de seguridad para la vivienda elaborada por Pedro

- ☐ Visite **redcross.org/prepare** para obtener más información sobre la preparación en casos de emergencia.
- ☐ Haga un plan de emergencia familiar que todos comprendan.
- ☐ ¡Prepare un equipo de suministros para emergencias familiar y mantengalo abastecido!

¿Sabía que en los Estados Unidos los incendios afectan a más hogares que todas las demás emergencias combinadas?

- ☐ Practique el simulacro de escape en caso de incendio en el hogar. ¡Asegúrese de salir en 2 minutos o menos!
- ☐ Pruebe los detectores de humo una vez al mes.
- ☐ Visite redcross.org/homefires para obtener más inform

American Red Cross

© Copyright 2017 The American Red Cross