



Prepárese Pediátrico

Antes de un Desastre

- Crea un Kit de Emergencia y hablen sobre el propósito de cada objeto.
- Infórmese sobre el plan de emergencia y el plan de comunicación escolar de su hijo(s).
- Hablen sobre los desastres que pueden ocurrir en su área y sobre las señales de advertencia para esas emergencias.



¿Sabías que?

Estudios muestran que los niños que están preparados tienen menos probabilidades de experimentar ansiedad durante un desastre
.....
¡Empodera a sus hijos preparándose juntos para una emergencia!

Después de un Desastre

- Limite el tiempo viendo la televisión
- Escuche y ofrezca apoyo y seguridad ante sus preocupaciones
- Esté atento a cambios significantes en el comportamiento de su hijo(s)
- Controle sus niveles de estrés



Septiembre es el Mes Nacional de la Preparación. ¡Síguenos en #NPM todo el mes para compartir y aprender consejos de preparación!

#NPM

Para más información visite:
santacruzhealth.org/72hourready