

**Contactos para Servicios Públicos
e Información para la Comunidad:**

**Oficina para Servicios de
Emergencia del Condado de Tehama:
(530) 529-7940**

**Línea para Información de Salud
Publica: (530) 527-6824 o (800) 655-
6854**

**CalTrans (información de las
autopistas): (800) 427-7623**

**Equipo de Respuesta del Alguacil
para Emergencias de la Comunidad
del Condado de Tehama (CERT):
(530) 529-7900**

**Hospital de la Comunidad St.
Elizabeth's: (530) 529-8000**

Estaciones de Radio:

KBLF.....AM 1490

KFBK.....AM 1530

KTHU.....FM 100.7

**Solamente llame al 911 para emergencias
serias o cuando hay peligro de vida. Durante
un desastre, el sistema de 911 y los hospitales
locales pueden estar agobiados. Llame a las
líneas directas locales o escuche a la radio
para ver si se han establecido en su área
estaciones médicas temporales para lesiones
menores.**



Los panfletos **Salud Escolar 2008-2009**
son producidos por el Departamento de
Educación del Condado de Tehama y es
revisado por las enfermeras del condado.

**SALUD ESCOLAR
2008-2009**

**Como Prepararse en
caso de Desastres**



*Una guía rápida para los estudiantes,
padres de familia y los educadores
para como prepararse por un desastre.*

Un Equipo de emergencia debe contener:

En el caso de un desastre, las escuelas estarán cerradas y los estudiantes y familias estarán restringidos a sus hogares, es recomendable de crear y mantener un "Equipo para Sobrevivir" que contenga:

- Un Botiquín de Primeros Auxilios (vea "Todo lo que un Botiquín de Primeros Auxilios debe Tener")
- Agua embotellada para todos (un galón por día por persona) para que dure por lo menos tres días, preferiblemente para que dure dos semanas.
- Extinguidor de Fuego (para múltiples propósitos)
- Alimentos que no son deteriorables
- Guantes (de látex y de cuero)
- Herramientas: Pala, hacha, escoba, martillo, llave inglesa, desatornillador, cuerda, pliegos plásticos y cinta adhesiva
- Radio portátil con muchas baterías de extra
- Candelas y fósforos impermeables, linterna con baterías extras
- Zapatos sólidos/fuertes y cambio de ropa
- Colchas y bolsas de dormir
- Cuchillo, papel higiénico, dinero en efectivo, una manguera, tienda de campaña, juegos, monedas para llamadas telefónicas, mapas locales
- Dispositivos para señales de emergencia: un silbato, luces de bengala, luces intermitentes, reflectores

Lo que debe tener cada Botiquín de Primeros Auxilios:

- Libro de primeros auxilios
- Tijeras, pinzas, navaja, aguja y hilo, y ganchos de ropa
- Termómetro
- Pomada de Antibióticos, Agua Oxigenada (para lavar y desinfectar heridas) y hisopos de alcohol envueltos individualmente
- Píldoras de aspirina y de sin aspirina
- Medicina para la Diarrea
- Gotas para los ojos
- Cualquier prescripción necesaria (manténgalas al corriente) incluyendo sus anteojos o solución para los lentes de contacto
- Vendas: tiras, Ace, rollos de cinta adhesiva
- Hisopos de algodón y almohadillas o rollos de gasas
- Una barra de jabón, toallitas higiénicas, copas de papel, servilletas sanitarias
- Loción para el Sol
- Paquetes de hielo instantáneos para esguinces y materiales para quebraduras
- Bolsas plásticas para hielo, para los desechables y para protegerse contra el agua

¿Que clase de desastres pueden ocurrir en el Norte de California?

Los desastres no son muy comunes, pero el estar bien preparado es siempre una buena idea. Aquí en el norte del estado, nosotros podemos ver cualquiera de los siguientes:

Un desastre natural tal como un Terremoto, Inundaciones, Fuegos Arrasadores, Inclemente Tiempo de Invierno y hasta veces Tornados en el valle.

Desastres biológicos tales como una Gripe Epidémica o un ataque Terrorista

Una de las cosas importantes que usted puede hacer durante un desastre es el de mantenerse en calma y seguir las instrucciones de los agentes de las leyes locales y otros profesionales. Ellos están entrenados para mantener a todos salvos y administrar cuidado.

Después del desastre, usted podría tener que buscar a un consejero de salud mental por el estrés. Esto es muy común y se espera después de una experiencia traumática. A los niños hay que ponerles mucha atención por cualquier señal de estrés. Contáctese con su escuela o con su doctor local para ver que servicios están disponibles

Para mas información acerca de conexiones a sus servicios, visite el Departamento de Salud de los Estados Unidos y Servicios Humanos a su sito de Internet:

<http://www.hhs.gov/children/index.shtml>