

# Potty Pointers

## PREPÁRESE PARA EL CLIMA INVERNAL

El sitio web de CDC ofrece una “Lista de verificación para el clima invernal” que puede ayudarle a prepararse en caso de quedar atrapado en el auto o en su casa durante una tormenta invernal. A continuación incluimos algunas ideas que le pueden ayudar a empezar.

1. **Haga una lista de verificación de comunicaciones** - Asegúrese de tener por lo menos una radio o radio meteorológica a batería y baterías extra. Averigüe cómo su comunidad advierte sobre el clima severo (sirena, radio o tv.). Escuche las transmisiones de emergencia y aprenda lo que significan las diferentes advertencias.
2. **Haga una lista de verificación de alimentos y seguridad** - Tenga a mano alimentos y suministros de seguridad que le duren una semana, como por ejemplo comida sin cocción, medicamentos, comida para bebés y fórmula, abrelatas manual, linterna y baterías, piedritas para gatos y sal de roca como ayuda para lugares resbalosos y un equipo de primeros auxilios.
3. **Lista de verificación de agua** - Tenga a mano botellas de agua, deje los grifos goteando.
4. **Lista de verificación de la calefacción** - Tenga por lo menos una fuente de calefacción alternativa en caso de que se corte la luz, como por ejemplo un hogar con suficiente madera, y calentadores a kerosene/de espacios portátiles.
5. **Lista de verificación del auto y emergencia** - Prepare el auto con suministros de emergencia si va a viajar durante el clima invernal: teléfono celular, cargador y baterías extra, pala, espátula para el parabrisas, radio a batería y baterías extra, linterna, agua y bocadillos, mantas, gorros, abrigos y guantes, cadena o cuerda, cadenas para neumáticos, aire comprimido en lata con sellador para reparar neumáticos, sal y arena para el camino, cables de arranque, luces de emergencia, carteles de ayuda y banderas de colores brillantes, equipo de primeros auxilios, juego de herramientas, mapas de rutas y brújula o GPS, toallas de papel, fósforos a prueba de agua y una lata (para derretir nieve para beber).

<http://www.bt.cdc.gov/disasters/winter/beforestorm/supplylist.asp>

Universidad de Arkansas, Departamento de Agricultura de los Estados Unidos y gobiernos de los condados que cooperan. El Servicio de Extensión Cooperativa de Arkansas ofrece sus programas a todas las personas elegibles independientemente de la raza, color, nacionalidad, religión, género, edad, incapacidad, estado civil, condición de veterano o cualquier otro estado protegido por ley, y es un Empleador de Acción Afirmativa/ Igualdad de Oportunidades.