

# ¡PREPÁRESE! Condado de Kent

Programa de preparación de doce meses para ciudadanos

## Hoja de información

### AGOSTO: Recuperación después de un desastre

*Los desastres pueden suceder en cualquier lugar y en cualquier momento.*

*Cuando ocurre un desastre, es más fácil sobrellevarlo cuando se está preparado. El programa ¡Prepárese! Condado de Kent ("Get Ready! Kent County") le permite tener un entendimiento básico de los pasos a dar para recuperarse luego de un desastre.*

#### ¿Qué debe hacer dentro de las 48 horas posteriores a un desastre?

- Busque a su familia. La Cruz Roja Americana mantiene una base de datos en casos de desastre denominada "Safe and Well List" para ayudarlo a encontrar a sus seres queridos. Visite [disastersafe.redcross.org](http://disastersafe.redcross.org) para obtener más información.
- Consiga comida y agua. Las agencias de voluntarios establecerán puestos en la zona de desastre y sus alrededores.
- Busque un lugar donde quedarse. Comuníquese con amigos o familiares fuera de la zona, y también con la Cruz Roja.
- Tome precauciones en caso de desear volver a casa. Haga caso a las advertencias de las autoridades locales si aún fuera demasiado peligroso viajar por la zona.

#### ¿Cómo encontrar un lugar donde quedarse?

- La Cruz Roja Americana y otras agencias voluntarias establecerán refugios para las personas que no puedan volver a sus hogares. Visite [www.greatergrandrapids.redcross.org](http://www.greatergrandrapids.redcross.org) o llame al 1-800-482-2411 para obtener información sobre refugios.
- Recuerde: no suele permitirse el ingreso de mascotas en refugios públicos de emergencia, por motivos sanitarios y de espacio. Póngase en contacto con la Humane Society of Kent County (453-8900) o con el Kent County Animal Shelter (336-3210) para informarse sobre los sitios donde estén dando refugio a mascotas.

#### ¿Qué tipo de asistencia hay disponible?

- En caso de necesidad de alojamiento a un plazo más largo, probablemente FEMA tenga servicios para asistirlo. A fin de reunir los requisitos para obtener ayuda, su residencia principal debe haber sido destruida o haber quedado inhabitable como resultado del desastre.
- Tenga en cuenta que estos programas generalmente prestan ayuda en la forma de préstamos con intereses bajos, y deben restituirse. Es más inteligente actualizar su seguro de casa para cubrir en forma más adecuada las pérdidas potenciales.
- Para obtener información más detallada, póngase en contacto con la FEMA al 1-800-621-3362, o visite su sitio Web en [www.fema.gov](http://www.fema.gov).

#### ¿Cómo puede sobrellevar de la mejor manera el estrés relacionado con un desastre?

- Los desastres afectan a las personas de distinta manera. Es muy normal estar ansioso, o profundamente triste, apenado o enojado después de un desastre.
- Acepte la ayuda de las agencias voluntarias. No se sienta obligado a manejar las cosas por sí solo si hay ayuda disponible. La Cruz Roja local podrá ponerlo en contacto con las agencias adecuadas. (1-800-482-2411).
- Consiga tanta agua y comida como pueda, haga ejercicio y descanse tanto como sea posible.
- Pase tiempo con su familia y participe en servicios conmemorativos, servicios religiosos y demás actividades en comunidad.

#### Consejos para lograr el éxito...

- Ayude a los demás. Ayude a su comunidad en sus esfuerzos en pos de la recuperación. Esto beneficiará a los demás y disminuirá su propia ansiedad después del desastre.



[www.accessKent.com/getready](http://www.accessKent.com/getready)