

HISTORIAS DE SOBREVIVIENTES

RÉPLICAS



¡Una historia de la vida real! ¡Qué puede hacer para ser un sobreviviente!

Esta Historia de Sobrevivientes se basa en experiencias de la vida real de un sobreviviente a una catástrofe.

Gracias de todo corazón a aquellas personas que han compartido sus historias con nosotros con la esperanza de ayudar a otros a prepararse para ser sobrevivientes.

Lea otras Historias de Sobrevivientes en esta serie:



#1: El ojo de la tormenta en Houston



#2: En aguas profundas



#3: Réplicas

RÉPLICAS



En 1995, yo era un estadounidense de 16 años que vivía en Kobe, Japón.

Mi papá trabajaba para una empresa estadounidense en esta agitada ciudad portuaria.

17 de enero 5:46 a.m.





Tuvimos suerte. Vivíamos en una parte de la isla en la que no hubo muchos daños. Pero pudimos ver que fue mucho peor en otras zonas de Kobe.



En algunos lugares, parecía como si un gigante hubiera hecho pedazos el suelo.



Señora Hayashi, ¿Se encuentra bien?

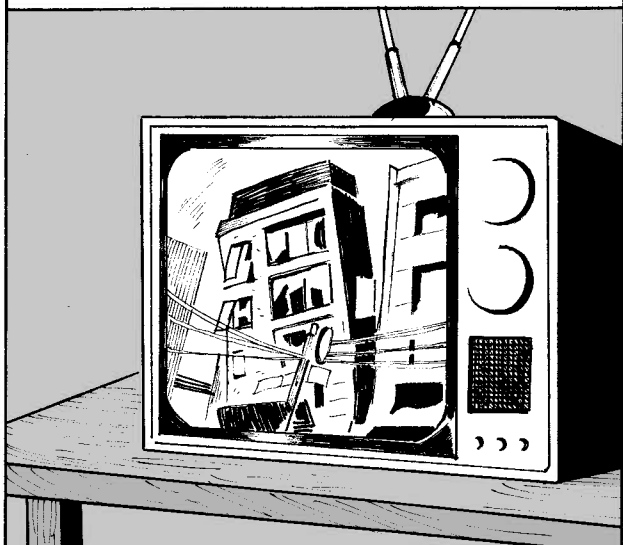
Bueno, un libro cayó y rompió mis anteojos y se cayeron muchas cosas por todas partes pero estoy bien.



Todos comenzaron a ayudarse mutuamente.



Cuando volvió la electricidad esa noche, pudimos ver claramente lo terrible de la situación.



Una galería comercial del centro de la ciudad se derrumbó.



Un sector de una carretera importante se torció y colapsó.



Hay incendios en toda la ciudad...

¿Mis amigos estarán bien?
¿Cuándo podré verlos?



Era recién nuestro cuarto año viviendo en Kobe, pero realmente amábamos nuestro nuevo hogar. Fue devastador ver esas imágenes terribles de destrucción.



Al final de la semana me enteré que la mamá de mi amigo estaba entre los miles de personas que habían muerto. El resto de mis amigos estaba bien; pero la vida no fue lo mismo para ninguno de nosotros.



No tuvimos agua durante un mes, así que debíamos ir a centros de baño instalados en los barrios.

¿Cuánto se debe esperar?

Aproximadamente una hora.

¡Mejor que ayer!



Cada persona podía demorarse sólo 5 minutos en la ducha, así que aprendí a bañarme rápido.



Las empresas más importantes donaron alimentos, pero no había mucha variedad.



Durante tres meses no tuvimos gas.



El daño en las carreteras y las líneas de transporte hacía casi imposible circular.



¡Caminar es ciertamente la opción más rápida!



Mis inconvenientes diarios son nada en comparación con los de las miles de personas que perdieron sus hogares.



Algunas personas mayores perdieron sus hogares. El gimnasio de nuestra escuela secundaria se convirtió temporalmente en un refugio para ellos.



No todos los cambios fueron malos, especialmente en la escuela internacional a la que yo asistía.

¿Has notado cómo han desaparecido los grupos cerrados de personas?

Sí, creo que todos sentimos que estamos unidos en esto.



Las personas estaban inspiradas para ayudarse mutuamente.

HOY REUNIÓN DEL CONSEJO DE ESTUDIANTES

Estamos buscando ideas para ayudar a las personas mayores que están viviendo en refugios temporales.



¿Qué tal una noche de cine?



KOBE INTERNACIONAL
NOCHE DE CINE GRATIS EN LA ESCUELA

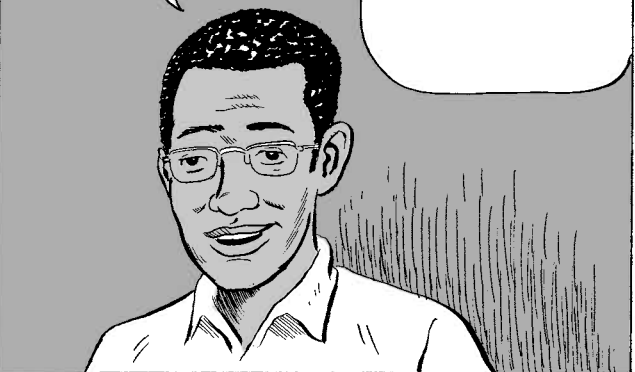
¡Bienvenidos!

Gracias.

Portland, Oregon, 2010.

Eso fue hace más de 15 años, pero aún lo recuerdo.

Ahora soy maestro y mis estudiantes aprenden cómo prepararse en caso de un terremoto.



En muchas zonas de los EE.UU. podría haber un gran terremoto. Hable con sus seres queridos acerca de qué deben hacer ante un terremoto u otra catástrofe.



Haga una lista de personas a quienes llamar en caso de emergencia incluyendo a alguien que viva fuera de su estado. Esa persona podrá informar a otros familiares que usted se encuentra bien si los teléfonos de la zona están ocupados.

David en Oregon

Padres en Kobe

Hermana en California

Amigos

Si se encuentra en el interior durante un terremoto, **TÍRESE** al suelo, **PROTEJASE** bajo muebles resistentes y **AGUARDE**.

Si se encuentra en la cama, **quédese** allí y cubra su cabeza con una almohada.

Los vidrios de ventanas y espejos pueden romperse durante un terremoto.

Coloque un par de zapatos bajo su cama para no caminar descalzo sobre vidrio roto.

Yo uso botellas vacías para almacenar agua para casos de emergencia.

Cuando la comida que me gusta tiene descuento, compro adicional para mi kit de emergencias.

OFERTA
2 por \$3

Quizás nunca experimente una catástrofe; pero ¿no se sentirá mejor sabiendo que está preparado?

Prepárese para ser un sobreviviente

Elabore un plan de emergencia.

Conozca los peligros que pueden causar las catástrofes en el lugar donde usted vive.

Determine las necesidades de su familia y la manera para sobrevivir a estos peligros.

Considere las necesidades especiales de otras personas como los adultos mayores o aquéllas con discapacidades.

Desarrolle y practique un plan de comunicaciones. ¿Sabría qué hacer si las líneas de teléfono se cortaran? Tenga un contacto fuera del estado para que sus familiares llamen en caso de que las líneas locales no funcionen.

Desarrolle y practique un plan de evacuación en el caso que debiera dejar su casa. Esté preparado para cumplir con las solicitudes y órdenes de evacuación de parte de los líderes locales.

Prepare un kit de emergencia.

Ésta es una lista de elementos básicos para su kit. Agregue más si puede hacerlo.

- Agua (1 galón por persona por día)
- Alimentos no perecederos (entre 3 y 5 días de alimento por persona)
- Ropa (1 cambio de ropa y calzado por persona)
- Medicamentos (para 3 días)
- Linterna y baterías
- Un abrelatas
- Radio a batería y baterías
- Elementos de higiene personal (jabón, papel higiénico, cepillo de dientes)
- Kit de primeros auxilios (vendas, antisépticos, medicamentos sin recetas)
- Cobija
- Elementos para necesidades especiales como otro par de anteojos, baterías cargadas para sillas de ruedas y audífonos, alimento para mascotas, pañales

Participe.

Para obtener más información sobre cómo prepararse para emergencias:

Cruz Roja Americana

redcross.org

Departamento de Seguridad Nacional de Estados Unidos

ready.gov

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

cdc.gov

Agencia Federal para el Manejo de Emergencias

fema.gov

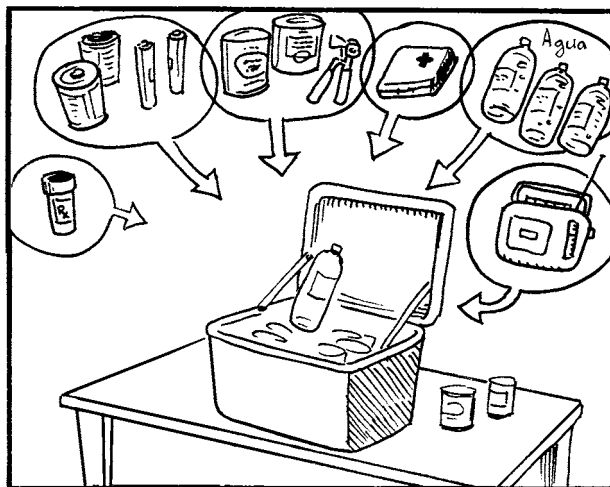
Recursos de planificación de salud pública para comunidades:

Centro de Práctica Avanzada de Seattle y el Condado de King

www.apctoolkits.com

Centro de Práctica Avanzada (APC) NACCHO

www.naccho.org/topics/emergency/APC/index.cfm



Desarrollado por el Centro de Práctica Avanzada de Salud Pública de Seattle y el Condado de King

Financiamiento provisto por el Acuerdo cooperativo número 1H75TP000309-01 de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) para la Asociación nacional de funcionarios de salud de condados y ciudades (NACCHO, por sus siglas en inglés). Los contenidos son únicamente responsabilidad de los autores y no representan necesariamente las opiniones oficiales de los CDC o la NACCHO.

