



**Cruz Roja
Americana**



Semanas para Preparar

Lista de compras semanal para una familia de 4

Semana 1 ___ Un resistente, fácil-de-cargar contenedor para detener las cosas. (mochila o bolsa de tela resistente) ___ Un conjunto de ropa y zapatos resistentes para cada miembro de su familia. ___ Copias de documentos importantes (actas de nacimiento, identificación, póliza de seguro, pasaportes, alquiler/ escritura de casa, etc.) ___ Libros o juguetes ___ Un suministro de sus medicamentos por 3 días ___ Una lista de números de teléfono y correos electrónicos de su familia, incluyendo alguien con quien comunicarse si las líneas de teléfono locales están fuera de servicio ___ Un mapa (marque una ruta de evacuación de su área local) ___ Dinero en efectivo en billetes chicos ___ Llaves de repuesto para la casa y carro ___ Lentes de repuesto o lentes de contacto y solución				
Semana 2 ___ 1 galón de agua ___ 1 frasco manteca de mani ___ 1 caja de galletas ___ 2 cajas barras de energía ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 3 ___ 1 galón de agua ___ 2 latas carne/pescado ___ 2 latas fruta/vegetales ___ Abrelatas manual ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 4 ___ 1 galón de agua ___ 1 botella de jugo ___ 1 paquete de desinfectante de manos ___ 1 jabón antibacteriano ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 5 ___ 1 galón de agua ___ 1 jabón para lavar platos ___ 2 rollos de papel higiénico ___ 1 caja de papel facial ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 6 ___ 1 galón de agua ___ Botiquín de primeros auxilios y guía ___ Guantes de látex ___ Pinzas ___ Radio meteorológico \$1.75*
Semana 7 ___ Termómetro ___ Aliviante de alergia/dolor ___ Bloqueador solar ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 8 ___ 1 galón de agua ___ Productos femeninos ___ Peine y cepillo ___ 1 lata de carne ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 9 ___ Toallas y toallitas ___ Cepillo de dientes y pasta dental ___ Champú, jabón de barra ___ Desodorante ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 10 ___ Paraguas/embaucador ___ Bufanda ___ Guantes para invierno ___ 1 botella de jugo ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 11 ___ 1 galón de agua ___ 1 paquete barras de energía ___ Cobija de emergencia ___ Cerillos ___ Radio meteorológico \$1.75*
Semana 12 ___ Linterna ___ Pilas ___ Soga de algodón ___ 1 botella de jugo ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 13 ___ 1 galón de agua ___ Desarmador ___ Cuchillo ___ Alicates ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 14 ___ 2 latas de fruta/vegetales ___ 1 paquete cubiertos ___ 1 paquete de vasos ___ Servilletas ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 15 ___ Comida para mascota y platos ___ Agua adicional ___ Correa ___ Lecho de arena/ arena ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 16 ___ 1 galón de agua ___ 2 latas carne/pescado ___ Teléfono celular y cargador ___ Frutas secas y nueces ___ Radio meteorológico \$1.75*
Semana 17 ___ 1 galón de agua ___ Linterna adicional ___ Pilas adicionales para radio y linterna ___ 1 botella de jugo ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 18 ___ 1 galón de agua ___ Guantes de trabajo ___ Mascarilla ___ Cloro blanqueador ___ Bolsas de basura y cintas ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 19 ___ 1 galón de agua ___ Rollos de plástico ___ Cubeta de plástico y tapadera ___ Desinfectante ___ Cuaderno y pluma ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 20 ___ 2 cajas de cereal ___ 1 caja de galletas graham ___ Silbido ___ Cinta adhesiva ___ 1 paquete de bocadillos de energía ___ Radio meteorológico \$1.75*	Semana 21 ___ Comidas de comodidad ___ Tijeras ___ Cobijas adicionales ___ Almohadas chicas ___ Contenedor de agua ___ Radio meteorológico \$1.75*

*Ahorre \$1.75 por semana y compre su radio meteorológica al fin de la semana 21.

Adapte su botiquín al gusto de su familia.

Para bebé: comida, fórmula, biberones, pañales, agua adicional para fórmula y para lavar las botellas

Para ancianos: oxígeno, paseante, pañales para adultos, aparato del oído con pilas adicionales y medicamentos adicionales

Para mascotas: transportistas, medicamentos, inoculación y expedientes de salud, etiquetas de identificación, fotos de usted con su mascota

Para niños: juguetes, juegos, pilas adicionales, monos de peluche, cartas, colores, papel, y libros

Horario de verano: Cuando cambie sus relojes, cheque su botiquín! Reemplace comida, medicamentos y pilas expiradas. Cheque ropa por tallas y temporadas adecuadas. También cambie las pilas de su detector de humo y su detector de monóxido de carbono.

Para más información en cómo prepararse, visite redcross.org