

Frío en la ciudad

Libro de actividades de
preparación para el invierno



BÚSQUEDA DEL TESORO DE PREPARACIÓN PARA EL INVIERNO

¿Tiene alguno de los siguientes elementos?
(Seleccione todos los elementos que encuentre en su hogar)

Comida enlatada



Agua embotellada



Baterías



Mantas



Botiquín de primeros auxilios



Sombrero, guantes y bufanda



Linternas



Radio



Medicación importante



Lista de contactos de familiares y de emergencia



Cargador de teléfono celular



¿Se le ocurren otros elementos para colocar en su bolso de emergencias?

(Escríbalos en las líneas a continuación)

.....

.....

.....



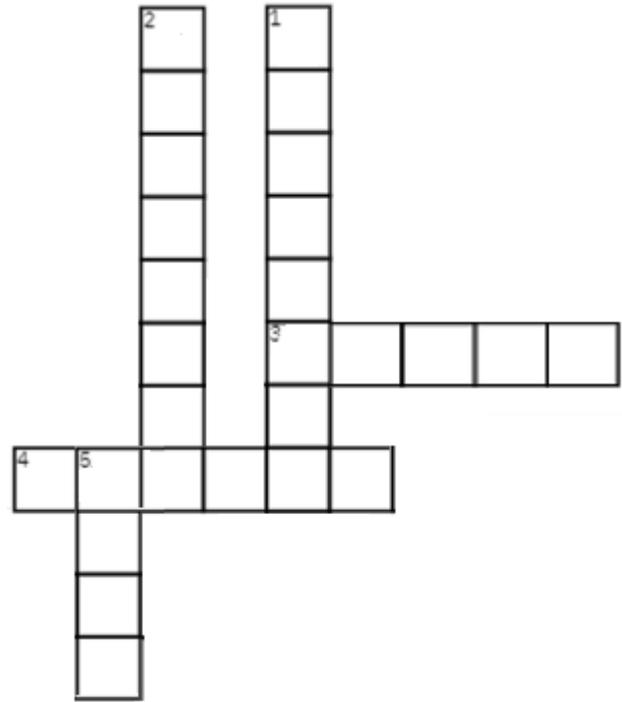
Prepárese para el invierno

Horizontales

- 3. Escuche música y noticias sobre esto
- 4. Se siente suave y lo mantendrá caliente

Verticales

- 1. Puede emitir una luz brillante, pero necesitará baterías
- 2. Lo necesita en caso de una lesión de Emergencia
- 5. Puede ayudar con la higiene y la hidratación



Para obtener alertas actualizadas GRATIS:
Envíe el mensaje de texto **“ReadyPhila”**
al **888-777**
www.ready.gov/kit

UESF ayuda a las familias con los servicios públicos y otros beneficios a fin de mantener un hogar seguro y estable.
<https://bit.ly/WinterPhillyUtilities>

Si tiene vecinos ancianos que necesitan ayuda, llame a PCA al **215-765-9040** o bien llame al **311** (Presione **2** para interpretación en su idioma)

Visite a SUS VECINOS

Comuníquese con la **Línea directa de emergencias las 24 horas** de PGW en cualquier momento en caso de fugas de gas o emergencias relacionadas con el gas
(215)-235-1212

Si se quedó sin energía, comuníquese con PECO al **1-800-841-4141** o en línea en <https://bit.ly/ReportPECO>



Consulte la actividad de sus vecinos

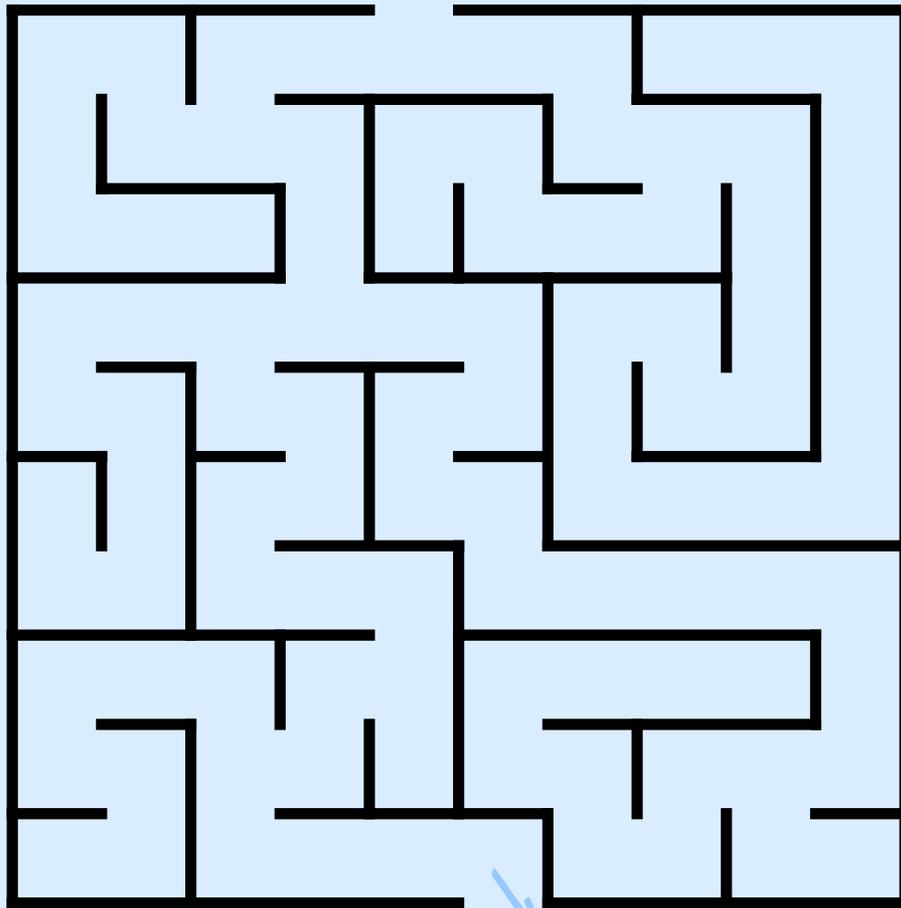
¡Amina y Amir llevan artículos de la tienda a los vecinos!



Amina y Amir pasaron el día ayudando y llevando alimentos y suministros a su centro comunitario. La Sra. Celeste, su vecina, no pudo salir para obtener su caja de elementos. ¡Amina y Amir se han ofrecido como voluntarios para llevarla a su casa!

¿Puede atravesar el laberinto y ayudar a Amina y Amir a llevar alimentos y elementos de preparación a su vecina, la Sra. Celeste hasta la calle?

¡Comience aquí!



Se recomienda siempre llamar al **311** antes de ir a una despensa de alimentos para asegurarse de que esté abierta, Para obtener más información de asistencia en alimentos, llame a Benephilly al **1-844-848-4376**



Escanee este código QR para ver las **ubicaciones de distribución de alimentos de la Ciudad de Filadelfia**

Para obtener más información, visite: <https://bit.ly/WinterPhillyFood>

¡Bravo! ¡Llegó hasta la casa de la Sra. Celeste!



3 formas en las que puede prepararse para mantenerse saludable en este invierno

1

Lávese las manos con frecuencia.



2

Evite tocarse el rostro, los ojos, la nariz y la boca si no se lavó las manos.



3

Evite acercar elementos compartidos a su boca, a sus manos y a su nariz.



Los 3 pilares de la seguridad en el invierno



Garantice la seguridad

Pregunte si tienen un kit de emergencia, y ayúdelos a mantener las calles, veredas y escaleras limpias después de que caiga nieve.



Realice visitas

Visite a sus vecinos antes y después de una tormenta. Es posible que necesiten ayuda para trasladarse durante los meses de invierno.

Pregunte si necesitan ayuda con la comida, la medicación, o para obtener artículos de la tienda.

Pregunte si pueden encender la calefacción y si necesitan ayuda para pagar las facturas durante este invierno.

Manténgase caliente

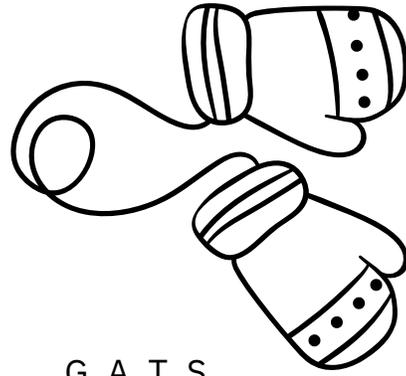
A medida que envejecemos, nuestros cuerpos cambian. Puede ser difícil saber si el cuerpo se está enfriando.

Asegúrese de que sus vecinos ancianos estén bien abrigados y tengan suficientes prendas calientes.

Asegúrese de que en sus hogares no haya corriente de aire cerca de ventanas y puertas...



_ U _ T E _



G _ A _ T _ S

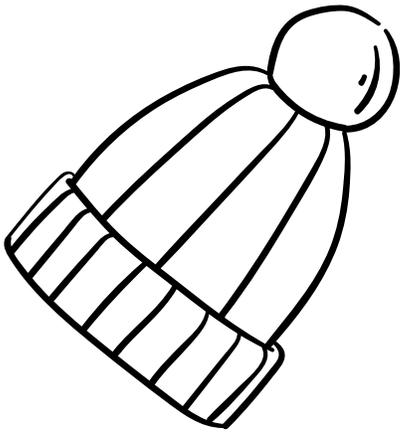
Vestimenta para el invierno

Página de actividades y para colorear

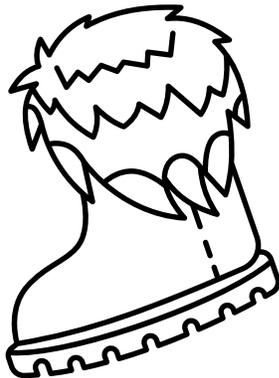
¿Puede adivinar las letras que faltan en estos abrigos de invierno?



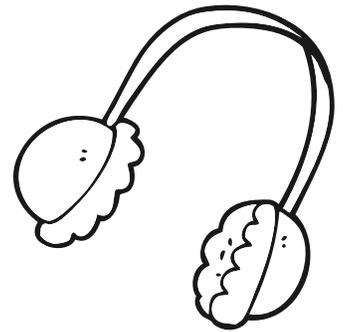
S _ C _



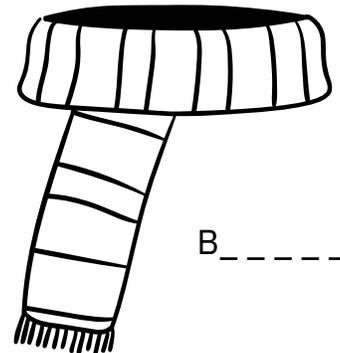
_ O M _ _ _ R _



B _ T _



A U _ _ _ U _ _ E _



B _ _ _ _ A

Formas de mantenerse conectado

El Programa de preparación de Salud Pública ayuda a los vecinos a prepararse para las emergencias como las tormentas de invierno y el calor extremo, y responder a ellas.

Obtenga más información escaneando el código QR o visite bit.ly/PDPHPreparednessOutreach

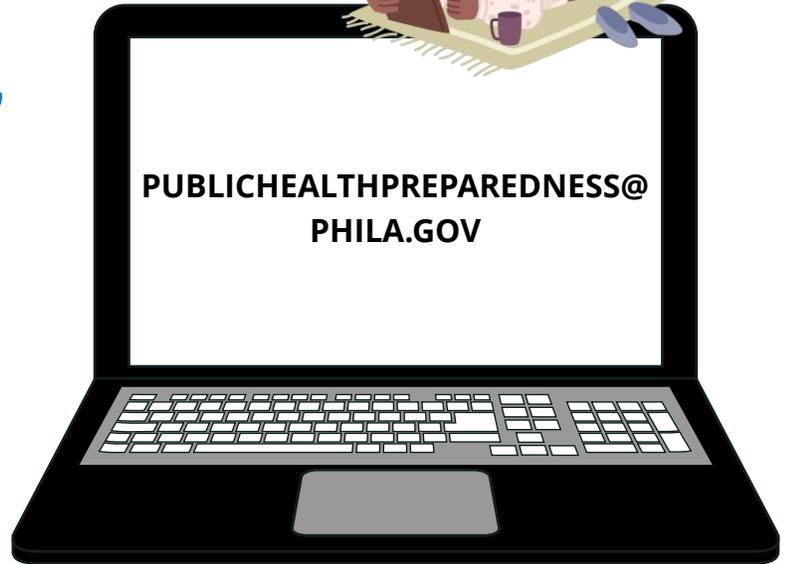
CORREO ELECTRÓNICO

Preparación de PDPH

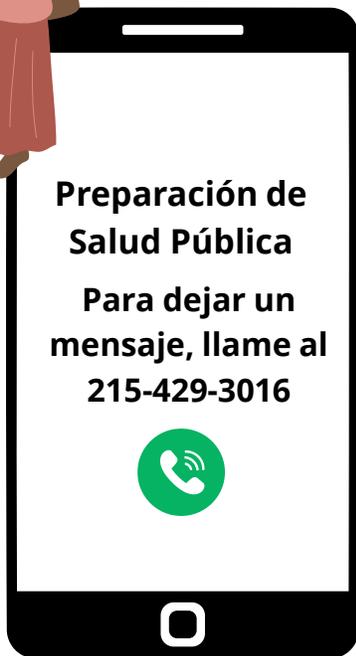


ESCANEE

El código QR aquí



LLAME AL



Preparación de Salud Pública
Para dejar un mensaje, llame al
215-429-3016



INSCRÍBASE

Ingresando a este enlace

<https://bit.ly/CPRNSIGNUP>



Nombre: _____ Fecha _____

Prepárese para el invierno

Horizontales

3. Escuche música y noticias sobre esto

4. Se siente suave y lo mantendrá caliente

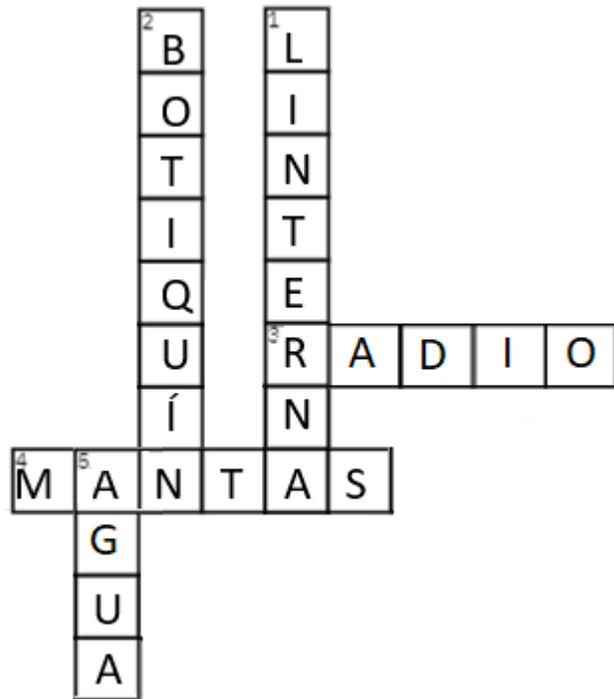
Verticales

1. Puede emitir una luz brillante, pero necesitará baterías

2. Lo necesita en caso de una lesión de Emergencia

5. Puede ayudar con la higiene y la hidratación

Respuesta



Consulte la actividad de sus vecinos

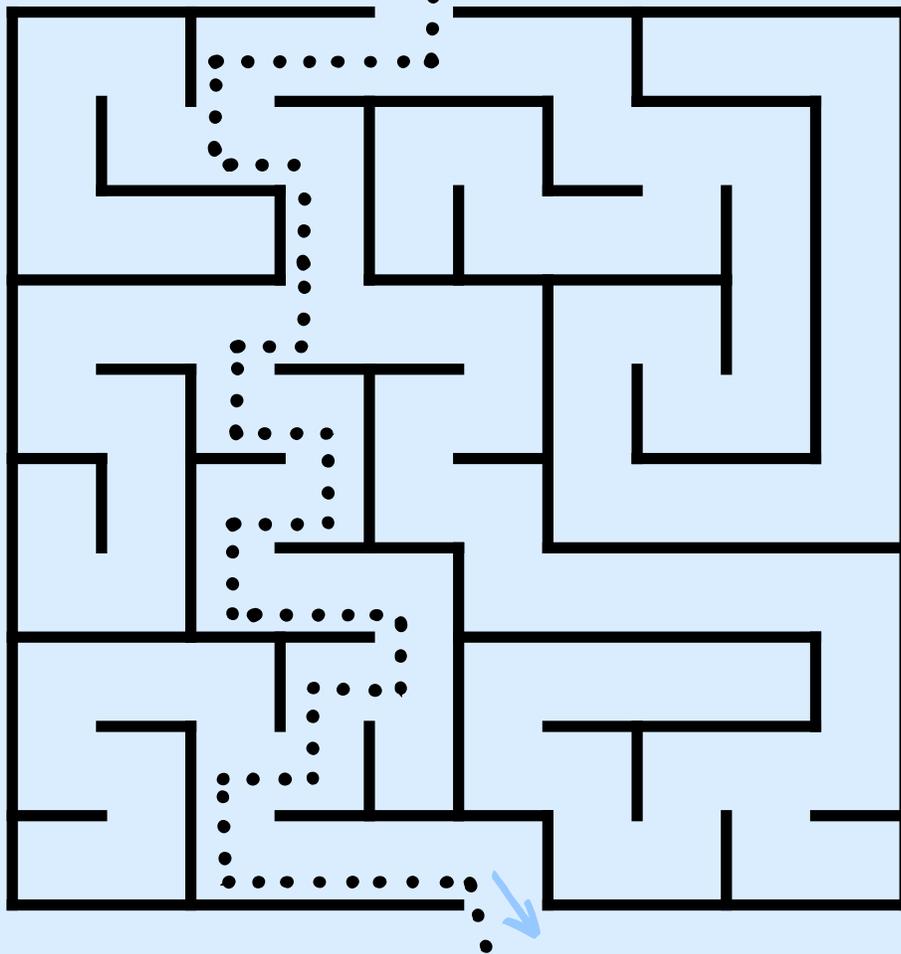
Respuesta

¡Amina y Amir llevan artículos de la tienda a los vecinos!

¿Adivinó la respuesta correcta?



¡Comien
ce aquí!

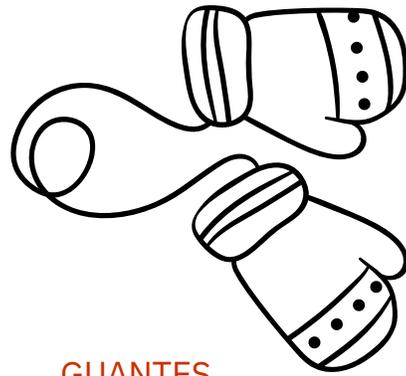


¡Bravo! ¡Llegó hasta
la casa de la Sra.
Celeste!





SUÉTER



GUANTES

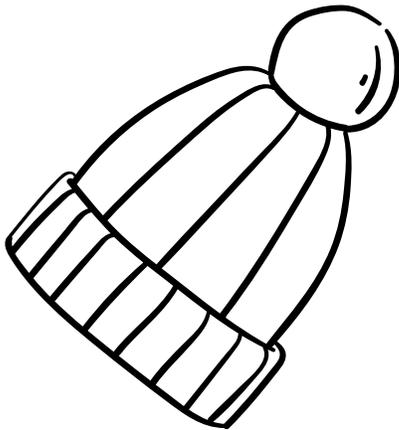
Vestimenta para el invierno

RESPUESTA

¿Adivinó las letras correctas que faltan en estos abrigos de invierno?



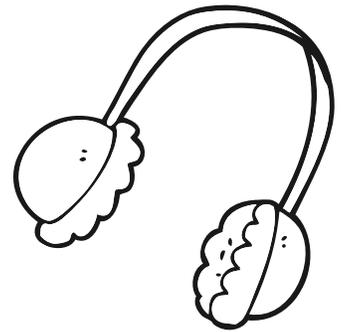
SACO



SOMBRERO



BOTA



AURICULARES



BUFANDA

