



Published by The Los Angeles County Department of Public Health • 2008

# Curso básico para niños en caso de emergencia



COUNTY OF LOS ANGELES  
Public Health



Spanish



This book is to help us  
Learn what to do  
In case of emergency  
To help me and you

Este libro es para ti y para mí  
Nos ayudará a saber qué hacer  
si una emergencia llegara a suceder.

We have to get ready  
It will help us be strong  
And if we make a plan now  
We cannot go wrong

Debemos estar preparados  
Nos ayudará a ser fuertes  
Y si hacemos un plan hoy  
Todo nos saldrá bien.





Because bad things can  
happen

And scary ones too

It is very important

That you know what to do

Porque a veces suceden cosas malas

Y cosas que nos asustan también

Es muy importante que sepas

Lo que tienes que hacer.

Let's look for our kit  
That will help us, indeed!  
We'll check to make sure  
It has all that we need

Vamos a reunir provisiones  
Que mucho nos ayudarán  
Las revisaremos para estar seguros  
De tener todo lo que necesitamos.





Water and food

Tools and supplies

Medicine we take

And clothes in all sizes

Agua y comida

Herramientas y otras  
cosas que nos servirán

Las medicinas que  
tomamos

Y ropa para toda la familia.

A flashlight inside  
In case there's no light  
Will help us get through  
If we need it at night

Si se va la luz  
Tendremos lista una lámpara  
de mano  
Que será de mucha ayuda  
Para alumbrarnos en la noche.





There's nothing to fear  
We'll light our safe place  
With flashlights and  
light sticks  
So I can see your sweet  
face

No hay por qué tener  
miedo  
Habrá luz en nuestro  
lugar seguro  
Con lámparas de mano y  
barritas luminosas  
Podré ver tu linda cara.



Now let us prepare  
What we should do  
If an emergency happens  
To help me and you

Ahora pensemos

En lo que tendremos que  
hacer

Para ayudarte a ti y para  
ayudarme a mí

Si hubiera una emergencia.





In case of a fire  
Don't stay inside  
Get away from the flames  
But don't run and hide

Si hubiera un incendio  
Debemos salir  
Alejarnos del fuego  
Pero no correr a escondernos.

Make sure you find someone

To show you're OK

Wait with them 'til I find you

And stay out of the way

*Asegúrate de encontrar a alguien*

*Para avisarle que estás bien*

*Quédate con esa persona hasta  
que yo te encuentre*

*Y mantente a salvo.*





STOP – DROP—and ROLL

If your clothes catch fire

STOP – DROP—and ROLL

And the flames will expire

**DETENTE, TÍRATE AL SUELO  
Y ÉCHATE A RODAR**

*Si tu ropa se incendia*

**DETENTE, TÍRATE AL SUELO  
Y ÉCHATE A RODAR**

*Y así el fuego se apagará.*

And if the ground shakes  
Like the floor has got wings  
We'll DROP—COVER—and HOLD  
To avoid falling things

Y si el suelo se moviera  
Como si alguien lo sacudiera  
TÍRATE AL SUELO, CÚBRETE Y ESPERA  
Para que no te caiga algo en la cabeza.





DROP—COVER—and HOLD

When the house shakes

DROP—COVER—and HOLD

When there are earthquakes

**TÍRATE AL SUELO, CÚBRETE Y  
ESPERA**

*Cuando la casa se mueva*

**TÍRATE AL SUELO, CÚBRETE Y  
ESPERA**

*Cuando haya un temblor.*

We may have to leave  
And stay somewhere else fast  
Until our home is made safe  
And we're back here,  
at last!

Tal vez tengamos que salir  
de la casa

Y dormir en otro lugar

Hasta que nuestro hogar  
vuelva a ser seguro

Y podemos regresar.





And...If someone is hurt  
By a knife or a gun  
Run to the phone  
And dial 9 -1-1

Y si alguien se lastima  
Con un cuchillo o con una  
pistola  
Corre al teléfono  
Y marca 9-1-1.



Stay on the phone  
And do what you hear  
Tell them what happened  
They will soon be here

Escucha con atención  
Y haz lo que te digan  
Explica lo que pasó  
Y pronto llegarán a ayudarte.





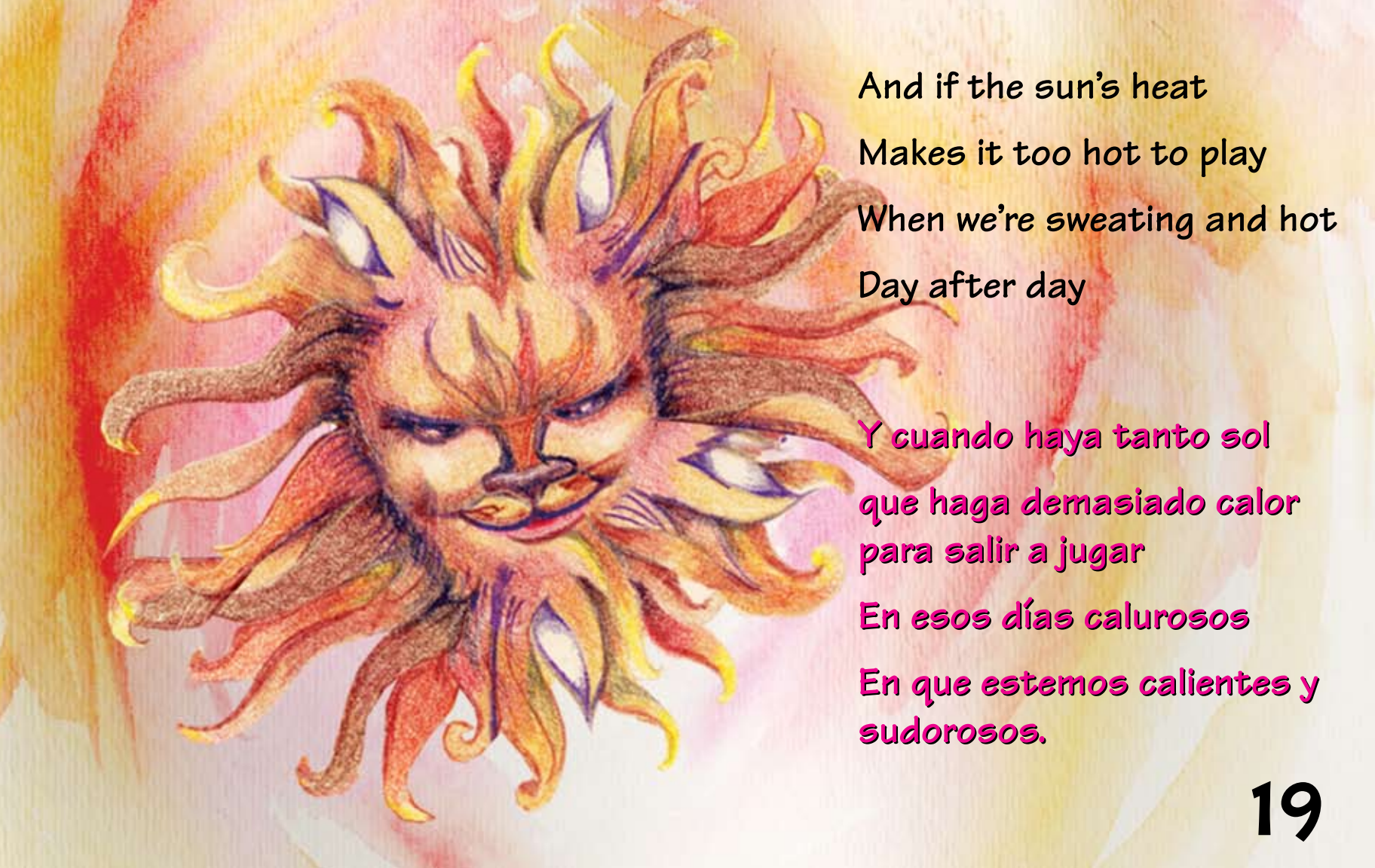
And if there's a tornado  
Where should we go?  
To a basement or room  
Without windows below

Y si hubiera un tornado  
¿A dónde iremos?  
Al sótano o a un lugar  
Sin ventanas y bajo tierra.

We'll wait 'til it passes  
It shouldn't be long  
But we won't come out  
Until it is gone

Esperaremos hasta que pase  
No durará mucho  
Pero no saldremos hasta estar seguros  
De que el tornado pasó.





And if the sun's heat  
Makes it too hot to play  
When we're sweating and hot  
Day after day

Y cuando haya tanto sol  
que haga demasiado calor  
para salir a jugar  
En esos días calurosos  
En que estemos calientes y  
sudorosos.

We'll go where it is cooler  
Out of sun—into shade  
And drink plenty of fluids  
So our energy won't fade

Iremos a un lugar más fresco  
A la sombra y lejos del sol  
Y beberemos muchos líquidos  
Para conservar nuestra energía.





And if you get lost  
In a store, park or street  
You will need an adult  
To help us re-meet

Y si te perdieras  
En una tienda, en el  
parque o en la calle  
Un adulto siempre puede  
Ayudarte a encontrarme.

Find a nice lady  
And ask for her aid  
In following the plan  
That together we made

Busca a una señora amable  
Y pídele que te ayude  
Acuérdate de seguir el plan  
Que tú y yo preparamos.





Tell her the number  
You want her to call  
So she can connect us  
In no time at all

Dale el número de teléfono  
Al que quieres que me llame  
Para que tú y yo podamos  
Volver a reunirnos muy pronto.



And, there may be a time  
When we can't be together  
Like when you're in school  
During storms and bad weather

Podría haber momentos  
En los que no podemos estar juntos  
Como cuando estás en la escuela  
Durante tormentas y mal tiempo.





You need to be brave  
And do what they say  
Listen to the adults  
And do not go play

*Entonces debes ser valiente  
Y hacer lo que te digan  
Escucha a los adultos  
Y no te pongas a jugar.*

Stay away from the water  
Flooding the street  
Don't try to swim through it  
Or cross on your feet

Aléjate del agua  
Que inunda las calles  
No trates de cruzar la calle  
Ni nadando ni a pie.





Bad things can happen  
And scary ones too  
But I want you to know  
That I'll be there for you

A veces suceden cosas malas  
Y cosas que nos asustan también  
Pero quiero que sepas  
Que yo siempre te ayudaré.

We'll handle the emergency  
And together you'll see  
We can make things get better  
For both you and me

La emergencia pasará  
Y verás cómo juntos  
Haremos que todo sea mejor  
Para ti y para mí.



**County of Los Angeles Department of Public Health Emergency Preparedness and Response Program**

[www.labt.org/media](http://www.labt.org/media)

**Children preparedness**

[www.ready.gov/kids/home.html](http://www.ready.gov/kids/home.html)

**Los Angeles County Office of Emergency Services**

[www.espfocus.org](http://www.espfocus.org)

**American Red Cross**

[www.redcross.org](http://www.redcross.org)

**City of Los Angeles Emergency Preparedness Department**

[www.lacity.org/epd](http://www.lacity.org/epd)

**Governor's Office of Emergency Services**

[www.oes.ca.gov](http://www.oes.ca.gov)

**National Poison Control Center**

1-800-222-1222



# 10 Essential Items:



1. Water



2. Food



3. Cash &  
Important  
Documents



4. Clothes



5. Flashlight



6. First Aid Kit



7. Medicine



8. Radio



9. Toiletries



10. Tools

# 10 artículos esenciales



1. Agua



2. Comida



3. Dinero en efectivo  
y documentos importantes



4. Ropa



5. Lámpara de mano  
(con pilas)



6. Botiquín de  
primeros auxilios



7. Medicinas



8. Radio (con pilas)



9. Productos de  
aseo personal



10. Herramientas





# A Children's Primer on Emergency Preparedness

*In loving memory...*

**Tony Taweessup**

*From the beginning planning stages Tony's great eye for design was instrumental in creating the vision and direction for this project.*



*Jeanne Smart - Author  
Margarita Avina - Illustrator  
Cindy Chow - Consultant*

*Tony Taweessup - Art Director  
Alan Albert - Graphic Design and Illustration*

## **Los Angeles County Board of Supervisors**

*Gloria Molina - First District  
Yvonne B. Burke - Second District  
Zev Yaroslavsky - Third District  
Don Knabe - Fourth District  
Michael D. Antonovich - Fifth District*

## **Department of Public Health**

*Jonathan E. Fielding, M.D., M.P.H. - Director and Health Officer*

**A collaboration of the Los Angeles County Department of Public Health Maternal, Child & Adolescent Health and Emergency Preparedness and Response Programs.**

*Phyllis Tan - Emergency Preparedness Coordinator.*

*This publication was supported by Grant/ Cooperative Agreement Number U90/CCU917012-06 from CDC. Its contents are solely the responsibility of the authors and do not necessarily represent the official views of CDC.*