



BOLETÍN DE PREPARACIÓN ANTE EMERGENCIAS

SEGURIDAD EN LA TEMPORADA DE OTOÑO

Departamento de Servicios del Desarrollo de California

MES 2024



¿Es este boletín útil?

Haga clic aquí

Preparación para la temporada de otoño

El otoño puede ser una época divertida y activa. Puede disfrutar actividades festivas de otoño al aire libre, como festivales de la cosecha, la tradicional actividad de “truco o trato” (trick or treat), o ir de compras de inicio de temporada. Hay varias formas en que se puede preparar para disfrutar esta época del año y mantenerse seguro.

Recordatorio del día del Gran ShakeOut



El día internacional del Gran ShakeOut de este año es el 17 de octubre a las 10:17 a. m. Millones de personas alrededor del mundo participarán en simulacros de seguridad en caso de terremoto desde la oficina, la escuela o el hogar. Aprenda qué hacer durante un terremoto [aquí](#) y practique en el día del Gran ShakeOut.

Consejos de seguridad para la Noche de Brujas

La Noche de Brujas se celebra el jueves 31 de octubre. Repase estos excelentes consejos de seguridad del [condado de Santa Bárbara](#):

Elija una ruta bien iluminada y conocida.

Siempre camine por las aceras y cruce por la senda peatonal. Mire a ambos lados antes de cruzar la calle.

Salga en grupos y acuerde puntos de encuentro en caso de que se separen.

Avise a alguien a qué hora planea volver a casa.

Lleve un teléfono celular para emergencias.

Considere los aspectos de seguridad de su disfraz:

Asegúrese de que le quede bien y no lo arrastre para reducir el riesgo de tropezarse.

Use ropa reflectante y zapatos cómodos.

Si bien las máscaras son divertidas, pueden dificultar la visión. En su lugar, use pintura facial o efectos de maquillaje.



El Departamento de Servicios del Desarrollo ha elaborado este boletín de preparación ante emergencias para alertar e informar a las personas y a los prestadores de servicios directos sobre los riesgos específicos detectados en nuestra comunidad a través de esta encuesta: [Encuesta del boletín](#).

Actividades de Noche de Brujas respetuosas de cuestiones sensoriales

Las actividades de la Noche de Brujas pueden ser abrumadoras si tiene sensibilidades sensoriales. De acuerdo con [MyAutism.org](https://www.myautism.org), hay muchas actividades que pueden favorecer la autorregulación sensorial, sin dejar de ser divertidas y creativas, por ejemplo:



- Hacer arañas con platos de papel
- Pintar calabazas con los dedos
- Hacer monstruos de baba
- Hacer contenedores sensoriales con motivos de Noche de Brujas
- Colorear páginas con motivos de Noche de Brujas
- ¡Y mucho más!

Recordatorios de finalización del horario de verano



El 3 de noviembre, los relojes se atrasan una hora.

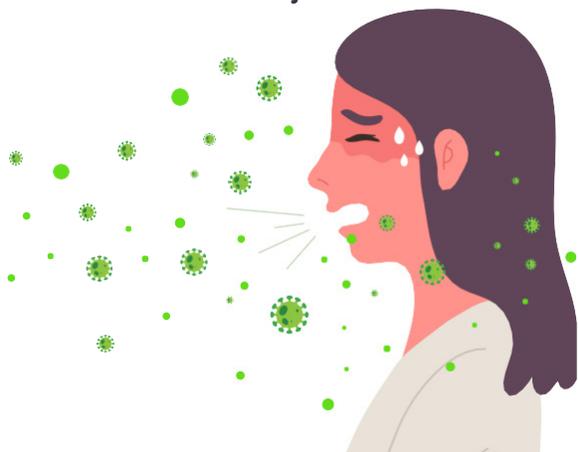
Revise los detectores de humo y monóxido de carbono (CO) y asegúrese de que tengan baterías nuevas.

Si tiene extintores de incendios en casa, compruebe que aún tengan carga y que la punta de la aguja esté en la zona verde.

Preste especial atención a los automóviles al cruzar la calle por la noche, ya que oscurece más temprano: [Temas del paquete de herramientas de seguridad](#).

Preparación para la temporada de gripe

El otoño es un momento excelente para prepararse para la próxima temporada de gripe, solo recuerde estos consejos:



Evite el contacto estrecho con las personas enfermas.

Permanezca en casa cuando esté enfermo.

Cubra la boca y la nariz al toser o estornudar.

Lávese las manos con frecuencia con jabón.

Evite tocarse las orejas, la nariz y la boca.

Ventile la casa.

Adopte y mantenga buenos hábitos de higiene.

Pregunte a su médico si debe aplicarse la vacuna contra la gripe.

Seguridad para compras por Internet



Compruebe sus dispositivos

- Mantenga el software actualizado.
- Cambie las contraseñas predeterminadas en los dispositivos.
- Utilice contraseñas diferentes para distintas páginas web.



Solo compre en sitios de confianza

- Asegúrese de que se trate de un vendedor con reputación y bien establecido.
- Verifique la legitimidad de las páginas web.
- Esté atento a los [correos electrónicos de suplantación de identidad](#).



Use métodos seguros para sus compras

- Use tarjetas de crédito en lugar de tarjetas de débito para estar más protegido contra el fraude.
- Revise los resúmenes bancarios para detectar cargos que no reconozca.

Si desea ver una lista completa de consejos de seguridad para las compras de temporada por Internet, lea la [Hoja de consejos de seguridad para compras de temporada por Internet de CISA](#).

Recursos

Si tiene preguntas, comuníquese al **2-1-1** para ver la última información y recursos disponibles.

- [Influenza \(Gripe\)](#): recomendaciones e información del Departamento de Salud Pública de California (CDPH)
- [Preparación para la temporada de gripe](#): recomendaciones e información de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC)
- [Gran ShakeOut](#): simulacro de preparación para terremotos, 10/17 a las 10:17 a. m.
- [Regístrese para recibir alertas locales](#): alertas de los condados de California
- [Herramienta de denuncia/confirmación de estafas en línea](#): útil para mantener la seguridad en línea
- [Herramienta de navegación segura de Google](#): útil para mantener la seguridad en línea

Elabore un plan de emergencia y practíquelo



Código QR para clientes



Código QR para prestadores