

# BEDSIDE EARTHQUAKE BAG

## INSTRUCTIONS

1. Put these things in the bag:

Sturdy shoes and socks

Flashlight with brand new batteries

Whistle

2. Tie the bag to the leg of the bed frame nearest your head.
3. Push the bag under the bed.

## EXPLANATION

In a strong earthquake, windows, mirrors, and other glass items may break. The most common injury in the 2014 Napa earthquake was cut feet from broken glass. People were awakened by the quake, which was at 3:20 a.m. When they got out of bed, they stepped on glass.

To avoid this, put sturdy shoes and socks in this bag. Put it where you can reach it before you get out of bed. Tie it to the bed frame so that it moves with the bed during the earthquake.

Put a flashlight in the bag so that you can see in the dark. After a strong earthquake, the power may be out. Change the batteries in the flashlight at least every 5 years.

Put a whistle in the bag in case you are trapped and need to attract attention.

Many other supplies are useful in an earthquake or other disaster. They should be stored in a separate emergency kit. Keep only these few things in this bedside bag, so you can find them easily in the dark.

For more disaster preparedness information, including classes, visit [SunnyvaleSERV.org](http://SunnyvaleSERV.org).



# BOLSA DE CAMA PARA TERREMOTOS

## INSTRUCCIONES

1. Ponga estas cosas en la bolsa:  
  
Zapatos resistentes y calcetines  
Linterna con pilas nuevas  
Silbato
2. Ate la bolsa a la pata del armazón de la cama más cercana a su cabeza.
3. Empuje la bolsa debajo de la cama.

## EXPLICACIÓN

En un terremoto fuerte, las ventanas, espejos y otros artículos de vidrio pueden romperse. La lesión más común en el terremoto de Napa del 2014 fue cortaduras en los pies por vidrios rotos. La gente se despertó por el terremoto, que fue a las 3:20 a.m. Cuando se levantaron de la cama, pisaron vidrios.

Para evitar esto, ponga zapatos resistentes y calcetines en esta bolsa. Colóquela donde pueda alcanzarla antes de levantarse de la cama. Átela a la pata del armazón de la cama para que se mueva con la cama durante el terremoto.

Ponga una linterna en la bolsa para que pueda ver en la oscuridad. Después de un terremoto fuerte, es posible que se corte la energía. Cambie las pilas en la linterna al menos cada 5 años.

Ponga un silbato en la bolsa en caso de que esté atrapado y necesite llamar la atención.

Muchos otros artículos son útiles en un terremoto u otro desastre. Ésos deben almacenarse en otro kit de emergencia. Guarde solo estas pocas cosas en esta bolsa de cama, para que pueda encontrarlas fácilmente en la oscuridad.

Para obtener más información sobre preparación para desastres, incluyendo clases, visite [SunnyvaleSERV.org](http://SunnyvaleSERV.org).

