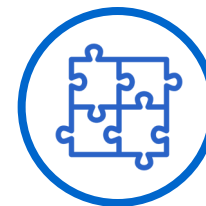


# EMERGENCY MANAGEMENT PREPAREDNESS TIPS



## COGNITIVE IMPAIRMENTS INTELLECTUAL / DEVELOPMENTAL



*If you or a loved one has a cognitive or developmental need, consider the following when developing your emergency plans to increase your personal preparedness.*



### 1. Plan for Yourself & Your Surroundings

- Customized emergency kits with items specific to your needs: backup assistive communication devices, spare chargers, headphones, a bedsheet or pop-up tent to minimize visual stimulation or for privacy.
- Build a network of neighbors, relatives, friends and coworkers to help you in an emergency. Discuss your needs and make sure everyone knows where you store your emergency kit.
- Keep a written Emergency Plan with you and give a copy to your personal support network. Make sure your emergency plan is easy to read and understand.
- Keep a contact list of your support networks along with important documents such as Advanced Directives or Durable Power of Attorney sealed in a watertight container in your emergency kit.
- A change in routine can have serious consequences for an individual with a developmentally disabilities. Consider creating a written "daily schedule" of routine activities performed during a regular day. Distribute these to your personal support network.
- If non-verbal, prepare pre-printed messages for emergency personnel (e.g. "I cannot read", or "I forget easily. Please write down information for me"). If you can, practice how to tell someone what you need.
- Create a simple list of instructions for yourself ahead of time, this will help you focus and stay calm.
- Wear a medical alert tag/bracelet to identify any non-visible disabilities for first responders.
- Create and post an evacuation plan with visual aids to help remember the steps to take in an emergency.
- Practice evacuating from places where you spend time (job, home, school, volunteer assignment) until you feel comfortable and confident that you will know what to do during and after an emergency.

### 2. Plan for Your Environment & Community

- Experiencing an emergency may be overwhelming and stress may worsen certain health conditions. Some people may benefit from having a favorite item (e.g., book, music player) to help them stay calm and focused.
- Be familiar with emergency plans and procedures that exist in places you spend time such as your workplace, school or day care center. Identify how information will be communicated to you in an emergency.
- Identify where you will meet family, friends, or caregivers after an emergency. Pick two places to meet: one right near your home and another outside your neighborhood (e.g. library, community center, or place of worship).
- Contact your local Emergency Management office to explore the creation of a voluntary registry of people with disabilities located within their jurisdiction.



#### **Kentucky Agencies & Service Providers**

**KY Council on Developmental Disabilities**  
(877) 367-5332 | [ccdd.ky.gov](http://ccdd.ky.gov)

**The Arc of Kentucky**  
(800) 281-1272 | [arcofky.org](http://arcofky.org)

**Autism Society of the Bluegrass**  
(800) 572-6245 | [asbg.org](http://asbg.org)

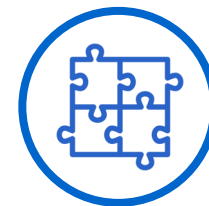
**UK Human Development Institute**  
(859-257-1714 | [hdi.uky.edu](http://hdi.uky.edu)

**Cedar Lake**  
(502) 495-4946 | [cedarlake.org](http://cedarlake.org)

# MANEJO DE EMERGENCIAS CONSEJOS DE PREPARACIÓN



## PROBLEMAS COGNITIVOS INTELECTUAL Y DE DESARROLLO



*Si usted o un ser querido tiene una necesidad cognitiva o de desarrollo, considere lo siguiente al desarrollar sus planes de emergencia para aumentar su preparación personal.*



### 1. Planifique para usted y sus alrededores

- Personalice kits de emergencia con artículos específicos para sus necesidades: dispositivos de comunicación, extra cargadores, audífonos, una sábana o una carpa para minimizar el estímulo visual o para la privacidad.
- Construya una red de vecinos, parientes, amigos y compañeros de trabajo que puedan ayudarle en una emergencia. Discuta sus necesidades y asegúrese de que todos sepan dónde guarda su kit de emergencia.
- Mantenga un plan de emergencia escrito con usted y dele una copia a su red de apoyo personal. Asegúrese de que su plan de emergencia sea fácil de leer y entender.
- Mantenga una lista de contactos de sus redes de apoyo junto con documentos importantes como directivas avanzadas o un poder notarial sellado en un recipiente impermeable en su kit de emergencia.
- Un cambio en la rutina puede tener graves consecuencias para personas con discapacidades de desarrollo. Considere crear un "horario diario" escrito de las actividades de rutina realizadas durante un día regular. Distribuya estos datos a su red de apoyo personal.
- Si no habla, prepare mensajes para el personal de emergencia (p.ej. "No puedo leer", o "Olvido fácilmente. Por favor escríbame la información"). Si puede, practique cómo decirle a alguien lo que necesita.
- Crea una lista de instrucciones con anticipación, esto le ayudará a concentrarse y a mantener la calma.
- Use una etiqueta/pulsera de alerta médica para identificar cualquier discapacidad no visible para los socorristas.
- Crea un plan de evacuación con imágenes para ayudarle a recordar los pasos que seguir en una emergencia.
- Practique la evacuación de lugares donde pasa tiempo (trabajo, hogar, escuela) hasta que se sienta cómodo y seguro de que sabrá qué hacer durante y después de una emergencia.

### 2. Planifique para su medio ambiente y comunidad

- Experimentar una emergencia puede empeorar ciertas condiciones de salud. Algunas personas pueden beneficiar de tener un artículo favorito (p. ej. un libro o música) para ayudarles a mantener la calma y la concentración.
- Esté familiarizado con los planes de emergencia que existen en lugares donde pasa tiempo, como su lugar de trabajo, escuela o guardería. Identifique cómo se le comunicará la información en caso de emergencia.
- Identifique dónde se reunirá con familiares, amigos o cuidadores después de una emergencia. Elija dos lugares para reunirse: uno cerca de su casa y otro en un punto de su vecindario (p. ej., biblioteca, centro comunitario o iglesia).
- Póngase en contacto con sus socorristas para explorar la creación de un registro voluntario de personas con discapacidades ubicado dentro de su jurisdicción.



**Agencias y recursos estatales de Kentucky**

**Consejo sobre Discapacidades del Desarrollo**  
(877) 367-5332 | ccdd.ky.gov

**El Arc de Kentucky**

(800) 281-1272 | arcofky.org

**Sociedad de Autismo del Bluegrass**

(800) 572-6245 | asbg.org

**UK Instituto de Desarrollo Humano**

(859-257-1714 | hdi.uky.edu

**Cedar Lake**

(502) 495-4946 | cedarlake.org