



TU REDIPLAN

El RediPlan de.

MIS DATOS DE EMERGENCIA

Nombre del miembro de la familia	Número de Medicare	Número de Centrelink	Número de pasaporte	Número de identificación fiscal	Número del permiso de conducir	Matrícula del coche

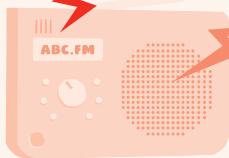
MIS NÚMEROS IMPORTANTES

	Nombre	Relación	Teléfono	Dirección
Miembro de la red de apoyo				
Miembro de la red de apoyo				
Member of support network				
Contacto fuera de la ciudad n.º 1				
Contacto fuera de la ciudad n.º 2				
Otro:				

MIS SERVICIOS MÁS IMPORTANTES

	Compañía	Número de cuenta	Información de contacto
Electricidad			
Gas			
Agua			
Internet			
Phone			
Asistencia en			
Otro:			

abc.net.au



MI ESTACIÓN DE ABC LOCAL RADIO: _____

MI PUNTO DE ENCUENTRO ACORDADO: _____

MI LUGAR DE ALOJAMIENTO ALTERNATIVO EN CASO DE EMERGENCIA

Nombre	Teléfono	Dirección



Consulta el paso 2 para obtener más información sobre cómo permanecer conectado durante una emergencia, lo que incluye la determinación de un contacto fuera de la ciudad, un punto de encuentro acordado y un lugar de alojamiento alternativo en caso de emergencia.

MI PLAN MÉDICO

Lista de asistencia médica	Nombre	Teléfono	Out of hours contact	Dirección
Médico				
Hospital local con servicio de urgencias 24 horas				
Farmacia				
Optometrista				
Dentista				
Otro:				

CONDICIONES MÉDICAS

	Y	N	Plan para gestionar la situación durante y después de una emergencia
Cardiopatías	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Diabetes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Asma	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Migrañas	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Desmayos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Ansiedad	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Epilepsia	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Hipertensión	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Problemas de tiroides	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Mareos	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Other:	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	



Considera la posibilidad de adquirir un sistema de alerta médica que sirva para pedir ayuda fácilmente en caso de quedar inmovilizado en una emergencia. La mayoría de los sistemas de alerta requieren una línea telefónica operativa, por lo que debes tener un plan B, como por ejemplo un teléfono móvil o un busca, por si la línea fija dejara de funcionar.



Medicamentos actuales

Indica a continuación las medicaciones que tomas actualmente.

No te olvides de adjuntar copias de las tarjetas de concesión, las tarjetas del seguro médico y las recetas médicas. Te recomendamos indicar el lugar en el que guardas la medicación en casa por si tuvieras que realizar una evacuación repentina o alguien tuviera que ir a buscarla.

MEDICAMENTOS ACTUALES

Condición médica	Medicamento	Dosis	Tomas	Médico prescriptor (incluir datos de contacto)	Ubicación del medicamento en el domicilio

ASISTENCIA MÉDICA

	Y	N	Información	Plan para gestionar los dispositivos en caso de emergencia
Utilizas algún tipo de dispositivo de asistencia médica	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Tipo y número de serie de los dispositivos médicos				
Alergias o sensibilidades (alimentos, medicamentos, etc.)				
Grupo sanguíneo				



Asegúrate de contar con todo lo que necesites para sobrellevar la situación durante una o dos semanas. Esto incluye cualquier medicación que tomes regularmente o dispositivos específicos (silla de ruedas, gafas, audífonos) y suministros (kit de parches para los neumáticos de la silla de ruedas o pilas de repuesto) que necesites. Consulta el paso 4 para obtener más información sobre cómo preparar un kit de supervivencia y recuperación.

DISCAPACIDAD

	Y	Cómo puede afectar mi discapacidad a mi capacidad para responder a una emergencia	Plan de apoyo
Intelectual	<input type="checkbox"/>		
Aprendizaje	<input type="checkbox"/>		
Del habla	<input type="checkbox"/>		
Sensorial	<input type="checkbox"/>		
Física	<input type="checkbox"/>		
Neurológica	<input type="checkbox"/>		
Otro	<input type="checkbox"/>		

MI TESTAMENTO

	Abogado/s	Dirección	Teléfono
Ubicación de mi testamento			

MI PODER NOTARIAL:

MI SEGURO

	Aseguradora	Información de contacto	Número de póliza
Vivienda y contenido			
Salud			
Coche			
Vida			
Protección de ingresos			
Empresa			

Consulte el Paso 3 para obtener más información sobre la cobertura del seguro.



Analiza tus necesidades personales y cómo podría ayudarte mejor tu red de apoyo durante una emergencia. Si necesitas ayuda para realizar una evacuación, incluye instrucciones por escrito y asegúrate de que tu red de apoyo esté al corriente de tu plan. Por ejemplo: «Soy diabético/a. Coge la insulina de la nevera» o «Mi animal de servicio podrá quedarse conmigo legalmente».

MI LISTA DE OBJETOS IMPORTANTES Y MI PLAN

Artículo	Ubicación	Plan de protección

Consulta el paso 3 para obtener más información sobre cómo identificar y proteger objetos importantes.

MI PLAN PARA ANIMALES

Nombre del animal	Raza	Número de micro-chip	Datos de contacto del veterinario/perrera	Lugar seguro en caso de emergencia	Equipo necesario	Plan



VETERINARIO LOCAL



PERRERA / GUARDERÍA



TRANSPORTE



Al prepararte para una emergencia, también tendrás que pensar en tus mascotas y animales y en lo que necesitarán durante una semana o más: comida, identificación, medicación, transporte y alojamiento.

MIS NÚMEROS IMPORTANTES



EMERGENCIAS

Policía Bomberos Ambulancia	000
SES (Servicio Estatal de	132 500
Línea de información toxicológica	13 11 26
Lifeline	13 11 14
BeyondBlue	1300 22 46 36

MIS CONTACTOS IMPORTANTES

Médico		Agencia de asistencia a domicilio	
Dentista		Estación de ABC Local Radio	
Veterinario		Otras frecuencias de radio locales	
Abogado		Contacto fuera de la ciudad	
Ayuntamiento		Poder notarial	
Gas		Aseguradora	
Telecomunicaciones		Banco	
Electricidad		Asistencia en carretera	
Agua			

MIS NÚMEROS IMPORTANTES



LOS NÚMEROS DE MI FAMILIA

Nombre	Trabajo	Escuela	Móvil

LOS NÚMEROS DE MIS VECINOS / RED DE ATENCIÓN PERSONAL

Nombre	Trabajo	Móvil

OTROS NÚMEROS IMPORTANTES

Nombre	Trabajo	Móvil



Consejo: Guarda estos números en tu teléfono y haz una foto de la ficha para tener todos tus datos importantes disponibles en un solo lugar. Te recomendamos enviar una copia de esta ficha a tus amigos o familiares para que dispongan de ella en caso de emergencia.