



Serie de clases de resiliencia

ACAMPAR IOI Y PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS



CUADERNO



Cal OES
GOVERNOR'S OFFICE
OF EMERGENCY SERVICES



**Climate
Resolve**

ÍNDICE

Socios 01

Acampar 101 02

Maneras de acampar

Dónde acampar

Cómo acampar responsablemente

Cómo acampar confortablemente

Cómo y por qué acampar puede servir de
entrenamiento para emergencias

Preparación para emergencias 16

Bolsa de emergencia

Consejos de seguridad ante tormentas

Seguridad ante el calor extremo

Resiliencia climática 22

Calor extremo en el Sur de Los
Ángeles y necesidades de parques

Mejorando la resiliencia climática en los parques

Parques, cohesión social y definiciones

Juego de resiliencia: 4 esquinas

Recursos 27

Certificado 29



SOCIOS

TIM JONES, INSTRUCTOR DE EDUCACIÓN MEDIOAMBIENTAL

Tim Jones es un instructor experto en actividades recreativas al aire libre, y su experiencia incluye la coordinación de "Pescando en el Parque Kenny Hahn" y "Acampada Familiar 101". Tim fue vicepresidente de la Comisión de Caza y Pesca del condado de Los Ángeles e instructor de la California Certified Hunter Education. Sus otras funciones incluyen Auxiliar de la Guardia Costera de EE.UU., Flotilla 3-4 Distrito 11SR, Instructor Submarino del Condado de Los Ángeles, y líder de los Boy Scouts de América. Es miembro de Backcountry Hunters and Anglers, California Bow Hunters Association, Sierra Club, National Rifle Association y South Bay Archery Club.

LISTOS CALIFORNIA

Anclado en la Oficina del Gobernador de Servicios de Emergencia (Cal OES) desde 2019, Listos California ha logrado comunicarse con millones de californianos quienes no tendrían acceso a información de preparación para emergencias que les salvaría la vida. Involucran a una red estatal de organizaciones comunitarias, gobiernos tribales y equipos comunitarios de respuesta ante emergencias en todo el estado para impulsar la resiliencia, proporcionar información accesible y promover una nueva cultura de preparación ante desastres.

CLIMATE RESOLVE

Climate Resolve crea colaboraciones para defender soluciones climáticas equitativas. Ponemos en contacto a comunidades, organizaciones y responsables políticos para abordar un problema global con acciones locales. Desarrollamos de manera inclusiva iniciativas prácticas que reducen la contaminación climática y se preparan para los impactos climáticos. Climate Resolve ha estado involucrado en el área de Baldwin Hills desde 2019, comenzando con el Plan de Resiliencia y Acceso de Baldwin Hills y ahora en los esfuerzos de implementación y programación.

ACCELERATING RESILIENCE LOS ANGELES

Esta clase ha sido posible gracias al apoyo de Accelerate Resilience L.A., un proyecto patrocinado por Rockefeller Philanthropy Advisors.

DEPARTAMENTO DE PARQUES Y RECREACIÓN DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES

El Kenneth Hahn State Recreation Area está gestionado por el Departamento de Parques y Recreación del Condado de Los Ángeles.

ACAMPAR 101

Razones por las que la gente no quiere acampar

- 1 Piensan que es sólo para la gente "de campo"
- 2 Piensan que es sucio o antihigiénico
- 3 El clima - Hace demasiado frío o demasiado calor
- 4 Lluvia
- 5 ¡Insectos!
- 6 Piensan que es demasiado trabajo
- 7 Molestias para cocinar en una fogata
- 8 Piensan que ir al baño es una pesadilla
- 9 No tienen el equipo necesario
- 10 No quieren dormir en el suelo
- 11 Piensan que es aburrido
- 12 Peligroso

¿Te identificas con alguna de estas razones?

Es posible que conozcas a alguien o seas alguien que no ha ido de acampada por una o varias de las +12 razones enumeradas. Para que te sientas más cómodo yendo de acampada, vamos a discutir:

- Maneras de acampar
- Dónde acampar
- Cómo acampar responsablemente
- Cómo acampar cómodamente
- Cómo y por qué acampar puede servir como entrenamiento de preparación para emergencias



Maneras de acampar

Decide qué tipo de acampada te gustaría hacer

Existen varios tipos de acampada: con mochila, en tienda de campaña, en coche o en caravana.

Los distintos estilos de acampada se asocian a experiencias diferentes. Es como decidir si alojarse en un Motel 6 o en el 4 Seasons.

Piensa en el tipo de experiencia que te gustaría tener. Si vas a acampar con la familia, es posible que quieras centrarte en la diversión y el disfrute, no en el entrenamiento de habilidades de supervivencia.

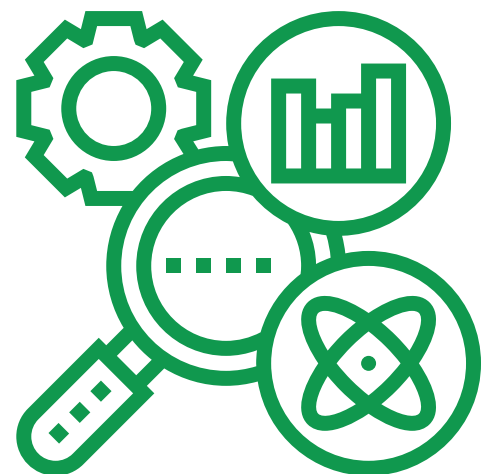


Dónde acampar

Investiga tu destino

Investiga los siguientes temas cuando planifiques tu viaje de acampada para asegurarte de que estás preparado.

- **Folletos y mapas del sitio**
 - Viajes AAA
 - REI
 - Servicio Forestal del Departamento de Agricultura de EE.UU. (USFS)
 - Servicio de Parques Nacionales y Estatales (NPS)
 - Google
- **Servicios disponibles en un campamento**
 - Agua potable
 - Electricidad
 - Baños
 - Espacio abierto
 - Parque infantil
 - Cobertura de telefonía móvil
 - Conexión Wi-Fi
- **Seguridad**
- **Tasas y gastos**
- **Gasolineras y estaciones EV**
 - Localice antes de desconectarse de la red

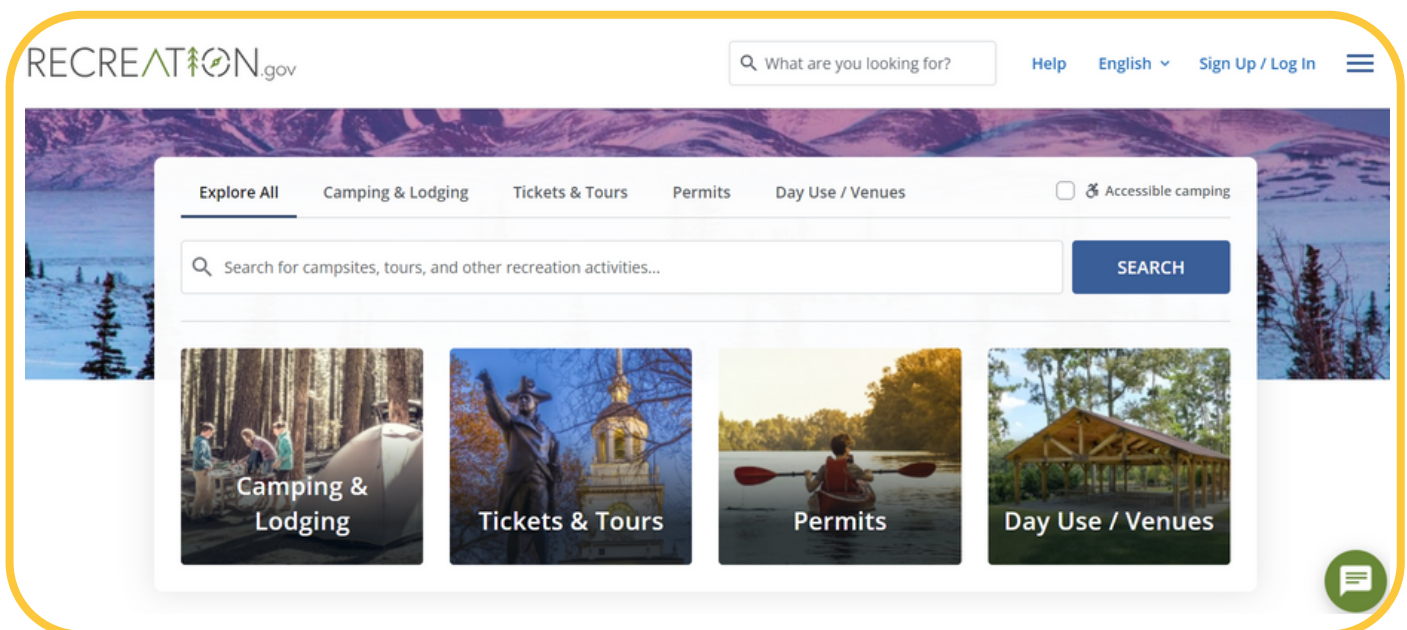


Dónde acampar

Reserve su campamento

Intente reservar su campamento con bastante antelación, sobre todo si va en temporada alta.

- Reservas en línea
 - USFS y NPS: Recreation.gov
 - Creador de viajes, www.recreation.gov/trips/new
 - Parques estatales: ReserveCalifornia.com y ReserveAmerica.com
- Plazos de reserva
- Pase Back Country/Wilderness
- Permiso de estacionamiento Adventure Pass



Recreation.gov página principal

Cómo acampar responsablemente

Haz una lista de equipaje: Viajar no tiene que ser duro

Lista de equipaje

Muchos acampamentos tienen agua potable. Si no, lleva la tuya o prepárate para tratar el agua si hay una fuente. Y dependiendo de lo alejado que esté el campamento, puede que necesites herramientas de navegación como un mapa, una brújula o un GPS.



Campamento

- Tienda de campaña
- Saco de dormir
- Colchoneta
- Almohada de camping
- Silla de camping (si no hay en el sitio)
- Linterna
- Lámparas frontales o linternas (con pilas)
- Mesa de camping (si no hay en el sitio)

Opcional:

- Hamaca

- Sombrilla, lona o caseta de tela metálica
- Cunas
- Saco de dormir
- Mantel y pinzas (o cinta adhesiva)
- Leña (cerca del sitio)
- Tendedero (con pinzas)
- Comida

-
-
-



Extras

- Energía solar y portátil
- Prismáticos
- Aparatos de navegación
- Guías de campo
- Mapa estelar
- Libros/material de lectura
- Cuaderno y pluma
- Música (con auriculares)
- Juegos y juguetes
- Equipo para perros
- Bolsas secas, sacos o contenedores de plástico transparente para guardar objetos



Cocina

- Estufa
- Cerillas/encendedor
- Ollas
- Sartén
- Utensilios para comer
- Utensilios de cocina
- Abrebotellas, abrelatas y sacacorchos
- Cuchillo afilado
- Platos/tazas
- Tabla de cortar
- Nevera

- Hielo o sustituto del hielo
- Botellas de agua
- Lavabo de campamento
- Jabón biodegradable
- Estropajo/esponja
- Bolsas de basura y reciclaje
- Trapo de cocina

Opcional:

- Parrilla
- Combustible
- Plancha
- Horno holandés

- Carbón
- Cafetera/tetera portátil
- Heladera rodante
- Tenedores para asar bombones y perros calientes
- Bolsas y papel de aluminio, para comida
- Jarras de agua grandes
- Cubos grandes de plástico transparente (para guardar utensilios de cocina)

Los artículos rojos son especialmente importantes, conocidos como "Los esenciales"

Cómo acampar responsablemente

Haz una lista de equipaje (continuación)



Ropa y zapatos

- Ropa interior absorbente
- Camisetas antihumedad
- Camisetas de manga larga**
- Pantalones/shorts de secado rápido**
- Chaqueta o forro polar ligero
- Botas o calzado adecuado al terreno
- Calcetines
- Ropa de dormir
- Gafas de sol (con correa de sujeción)
- Gorro para el sol**

Artículos adicionales para tiempo lluvioso y/o frío

- Ropa de lluvia**
- Ropa interior larga
- Chaqueta o chaleco aislante
- Pantalones de forro polar
- Guantes o manoplas
- Gorro cálido

Opcional:

- Trajes de baño
- Sandalias de agua
- Sandalias o esarpines
- Pañuelos o bufandas



Salud e Higiene

- Papel higiénico
- Desinfectante de manos
- Cepillo de dientes y pasta
- Bolsa higiénica
- Toalla de secado rápido
- Productos menstruales y urinarios
- Medicamentos con receta
- Kit de emergencia**

Protección contra el sol y los insectos:

- Protector solar**
- Bálsamo labial
- Repelente de insectos
- Velas antimosquitos

Opcional:

- Paleta para emergencias
- Toallitas para bebés
- Toallitas desinfectantes
- Espejo
- Cepillo/peine
- Cosméticos
- Lentes de repuesto/lentes de contacto
- Persianas
- Tapones para los oídos
- Ducha portátil para camping



Herramientas

- Multiherramienta**
- Cinta adhesiva
- Cuerda extra
- Funda de reparación para tienda
- Kit de reparación de colchonetas
- Martillo (para clavar las estacas de la tienda)
- Sierra o hacha (para cortar leña)
- Escoba pequeña y recogedor
- Escoba y recogedor pequeños
- _____
- _____



Objetos Personales

- Tarjeta de crédito y/o efectivo
- Identificación
- Teléfono
- Confirmación de la reserva del camping (si es necesaria)

Los **artículos rojos** son especialmente importantes, conocidos como "Los esenciales"

Cómo acampar responsablemente

Prepárate para cualquier condición climática

Investiga el tiempo antes de tu viaje y prepárate para condiciones climáticas inesperadas.



Revise la lista de "Los esenciales"

Verifica que tienes todos los esenciales antes de acampar.

Otros recordatorios importantes

- Limite la ropa de algodón, sobre todo la mezclilla
- Use sombreros ligeros con ala envolvente (paja)
- Utilice la crema solar adecuada
- Use tapones para los oídos para dormir
- Compruebe que tenga un kit de emergencia
- Lleve un poncho de plástico para la lluvia
- Use linternas frontales para liberar sus manos
- Use contenedores de agua de boca ancha (fáciles de rellenar)
- Lleve varios encendedores con varitas de extensión
- Lleve una caja de cerillas o varias varillas de cerillas "Strike Anywhere"
- Lleva un mapa de la zona para localizar puntos de interés, servicios, peligros, etc.
- Localice y discuta los puntos de referencia

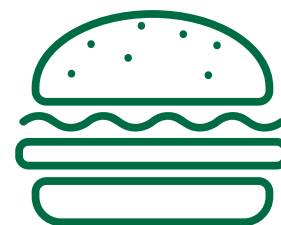
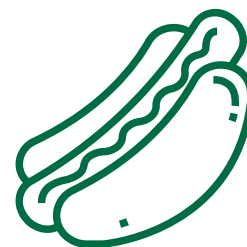
Cómo acampar responsablemente

Pruebe el equipo de su lista de equipaje

- Pruebe las baterías
- Examine el equipo que utiliza combustible en busca de fugas, sustitución del manto, etc.
- Confirme que el encendedor de butano sigue encendido
- Confirme que se incluyen todas las piezas necesarias del equipo
- Asegúrese de que todo está completamente cargado

Planifique sus comidas

- Combinar utensilios y comidas
- Use primero los alimentos perecederos
- Prevea que no sobren alimentos
- Lleva comida de campamento
 - Ej: perros calientes, verduras envueltas en papel de aluminio y hamburguesas
- Lleve un hornillo y un equipo de cocción adecuados
- Investigue los restaurantes locales
- Planifique las comidas del día de llegada y de salida
 - Fáciles de preparar y suelen comprarse como comida preparada
 - Fácil acceso (por ejemplo, frutas y nueces)
- Marque el agua como "agua potable" y guárdala en un lugar fresco (50°F -70°F) y alejada de la luz solar directa



Cómo acampar responsablemente

Etiqueta de acampada

- Respetar las reglas del campamento
- Respetar la fauna que veas: mira, pero no toques (ni acosas)
- Respetar a tus vecinos
- Escuchar música sólo con audífonos
- Tener cuidado con la fogata
- Mantenga el campamento en silencio y, preferiblemente, en penumbra cuando anochezca
- Correar y recojar los excrementos de sus mascotas
- Mantenga limpias las instalaciones del campamento
- Adaptarse a su entorno natural



¡No deje rastro!

Respetar la naturaleza y a los demás visitantes. Prepárate para dejar el campamento tan limpio o más de lo que lo encontraste.

Cómo acampar cómodamente

Qué hacer y qué no hacer en los orinales portátiles



Utilice papel biodegradable

No utilice papel "Charmin" o "Kleenex"



Planifique su ropa de dormir y zapatos para las visitas al retrete

No use ropa de dormir para ir al baño portátil, si es posible



Limpie el asiento del inodoro con desinfectante y/o toallitas

No tire las toallitas en el inodoro. Busque la papelera



Utilice fundas biodegradables para el asiento del inodoro

No tire las toallitas en el retrete si hay una papelera



Utilice guantes de goma

No tire nada que no sea biodegradable en el retrete



Utilice una linterna frontal para la iluminación nocturna

No utilice iluminación manual en la letrina, si es posible



Cuidado con los efectos de los alimentos en el intestino

No coma alimentos que provoquen deposiciones blandas, como frijoles y café



Haga de vientre cuando sea necesario

No retenga los intestinos durante mucho tiempo, ya que se produce una acumulación de gases



Baje la tapa del asiento cuando termine (si hay tapa)

No olvide desinfectarse las manos después

Cómo acampar cómodamente

"Consejos para el baño portátil" ¡cuando hay que ir, hay que ir!

Además de la lista de consejos, NO guarde nada en las manos, bolsillos, trabillas, etc. que se pueda caer al inodoro.

Materiales

- Papel
- Guantes de goma
- Mascarilla
- Desinfectante de manos
- Paño o spray desinfectante
- Insecticida para insectos que esperan adentro
- Perfumado (o Vicks Vapor Rub) mascarilla con infusión
- Ambientador de árbol de Navidad
- Papel para moscas
- Luz



Fuera los insectos

Repelentes de insectos:

- Abanicos personales y aceite de Citronella
- Insecticidas en spray con Picaridina o DEET



Cómo y por qué acampar puede servir como entrenamiento para emergencias

Preparación mental

"La naturaleza nunca se precipita y, sin embargo, todo se cumple".

(Lao Tzu)

Estudios sugieren que pasar tiempo afuera puede ayudar a reducir la ansiedad y la depresión leve a moderada. Con preparación cuidadosa, acampar debería ser una experiencia agradable, así que recuerde tomarse su tiempo, experimentar su entorno y estar presente.



Cómo y por qué acampar puede servir como entrenamiento para emergencias

Consejos de Preparación ante Catástrofes de los Institutos Nacionales de Salud:

- ✦ Prepárese para ser autosuficiente durante al menos tres días.
- ✦ Ensaya simulacros para que tú y tu familia conozcan los lugares seguros en caso de emergencia.

Puedes practicar estos consejos mientras acampas para prepararte para las emergencias.

Las situaciones críticas y de crisis suelen sacar lo peor de las personas, sobre todo de las que no están preparadas. Tu preparación ayudará a mantener la seguridad y la tranquilidad de la familia.



NOTAS

A series of horizontal green lines spaced evenly down the page, providing a template for writing notes.

NOTAS

A series of horizontal green lines spaced evenly down the page, providing a template for writing notes. The lines are consistent in color and spacing, creating a clean and organized writing area.

PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS

Bolsa de emergencia

Una bolsa de emergencia debe ser portátil. No todos los artículos de la lista son "esenciales," pero todos mejorarán tu calidad de vida cuando no estés en casa. Siempre puedes añadir más, ¡pero recuerda que debe ser ligero!

Artículos para llevar en la bolsa todo el año

Copias de documentos importantes: DNI, licencia de conducir, tarjetas de seguro, escrituras/títulos/prueba de alquiler, tarjetas de prescripción y lista de medicamentos con dosis y frecuencia, certificado de nacimiento, pasaporte, fotos de valor, etc.



Mapa: Marca diferentes rutas para salir de tu barrio, hospitales cercanos, refugios/edificios públicos o gubernamentales cercanos, parque/campo/aparcamiento grande cercano u otro espacio abierto amplio



Lista de contactos: Números del personal de emergencia, compañía de gas, agua y electricidad, familia, amigos, vecinos, al menos un contacto fuera de la ciudad y otro fuera del estado, etc.



Artículos para llevar en la bolsa todo el año

Efectivo: Una pequeña cantidad en billetes

Medicamentos: Preferiblemente un suministro vacacional, lista de todas las recetas y otra información médica importante

Kit de emergencia: Medicinas sin receta para el resfriado, tiritas y vendas, limpiador de heridas, cinta adhesiva y kit de emergencia

Método de purificación del agua: Pastillas de yodo, agua envasada, botella/pajita de filtración, etc.

Comida: 3 días (mínimo 6 platos) de comida no perecible con abridores, agua, hornillo de camping/combustible necesario

- Utensilios, vajillas que sean seguros para el calor
- Guantes de cocina y bolsas de basura

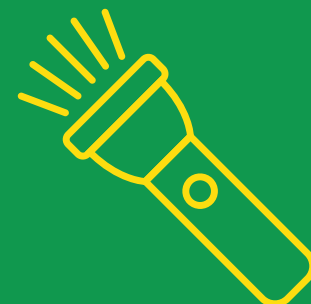
Artículos de higiene: Champú, jabón, pañuelos de papel, toallitas, cepillo de pelo, cepillo de dientes/pasta, productos femeninos, toallitas, etc.

Gafas/lentes de contacto adicionales

Silbato

Linternas con pilas funcionales

Manta: Manta Mylar preferiblemente (si no, una manta normal y "calentadores de manos")



Artículos para llevar en la bolsa todo el año

Cargador portátil: Con los cables/adaptadores necesarios para utilizarlo y cargarlo (idealmente solar o de manivela)

Protección contra la lluvia: Poncho preferiblemente (si no, un paraguas pequeño)

Pluma y papel

Radio a pilas, solar o de manivela

Saco de dormir, un cojín o una almohada cervical

Mascarillas: Preferiblemente N95 para evitar partículas de humo, polvo y agentes patógenos

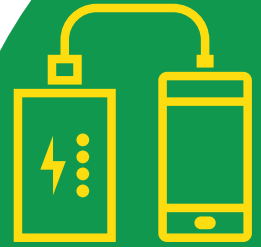
Encendedor: Cerillas resistentes al agua u otro encendedor que sepas utilizar

Multiherramienta: O navaja suiza (especialmente algo que corte)

Bolsa de hielo

Lona de plástico: Si no, mantel de plástico o material similar a una lona

¿Notas alguna similitud entre estos artículos y los esenciales para acampar?



Consejos de seguridad ante tormentas

Inundaciones



- Las inundaciones pueden surgir rápidamente. Prepárese para evacuar a todas las personas y animales a terrenos más elevados si así se ordena. Lleve artículos de emergencia en una bolsa.
- Llene el tanque del coche al menos hasta la mitad por si le piden que evacue. Puede haber tráfico y retrasos.
- Nunca conduzca alrededor de barricadas ni atraviese el agua de la inundación. Puede ser más profunda de lo que cree y arrastrarle a usted o a su coche. Dé la vuelta, ¡no se ahogue!

Apagones



- Mantén las baterías de los teléfonos completamente cargadas y limita su uso durante los cortes para ahorrar batería.
- Suscríbese a las alertas de su compañía eléctrica para que le notifiquen cualquier problema energético. Si utilizas dispositivos médicos o de asistencia eléctrica, inscríbete en un programa médico de referencia para garantizar tu seguridad en caso de apagón.
- Si no puede cubrir sus necesidades durante un apagón, planee con sus cuidadores el transporte a un lugar con electricidad.

Consejos de seguridad ante tormentas

Corrimientos de tierra



- Averigüe si su zona es de alto riesgo debido a desniveles y escorrentías, avalanchas de lodo previas, inundaciones o cicatrices de incendios forestales.
- Los corrimientos de tierra son peligrosos aun después de que haya dejado de llover. Tenga cuidado y siga atento durante los días siguientes.
- Preste atención a los avisos y evacue inmediatamente si se le ordena.

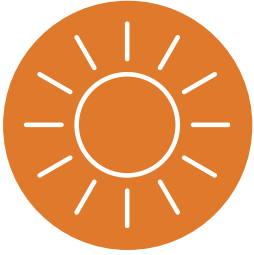
Temperaturas frías



- Temperatura corporal puede bajar a niveles peligrosos si hace frío. Quédese en casa todo lo que pueda. Si tiene que salir, abríguese con capas aislantes, guantes, bufandas, calcetines y gorro.
- Caliente su casa de forma segura. No utilice estufas, hornillos, generadores ni parrillas de gas/carbón para calentar el hogar. Los humos son mortales.
- Sepa adónde ir si su casa se enfría demasiado. Puede ir a casa de un amigo, a un centro comunitario, a un centro comercial o a una biblioteca. Infórmese de los centros de calentamiento disponibles en su condado.

En una situación de emergencia no mortal, marque 211 para obtener información específica sobre la comunidad y servicios de referencia, o 311 para servicios gubernamentales no urgentes.

Atención a los efectos del exceso de calor



Varios días y noches de calor pueden ser peligrosos. Demasiado calor puede enfermar a la gente. El Departamento de Salud de California recomienda aprender los signos y cómo ayudar a alguien con una enfermedad por calor:

- **Golpe de calor:** piel roja, caliente y seca; temperatura corporal muy alta; mareos; náuseas; confusión, comportamiento extraño o pérdida del conocimiento; pulso rápido o dolor de cabeza palpitante. Llame al 911.
- **Cansancio por calor:** sudoración intensa, calambres, dolor de cabeza, náuseas o vómitos, cansancio, debilidad, mareos y desmayos. Trasladarse a un lugar fresco y buscar ayuda médica si los vómitos o los síntomas empeoran o duran más de 1 hora.

Mantente fresco



- **Cuando las temperaturas sean muy altas, asegúrese de:**
 - Mantente hidratado. No esperes tener sed para beber.
 - Lleve ropa suelta, ligera y de colores claros y un sombrero afuera
 - Utilice protección solar y evite el sol excesivo.
 - Evite hacer ejercicio durante las horas más calurosas del día.
- **Permanezca en edificios con aire acondicionado** todo lo posible. Si su casa no tiene aire acondicionado o si hay un apagón, busque un lugar público donde pueda escapar del calor:
 - Parques, bibliotecas, los centros comerciales y los centros comunitarios pueden ser lugares frescos
 - Pregunte a vecinos, amigos o familiares si tienen un lugar fresco donde puedas estar.
 - Llame a su condado local para encontrar un lugar fresco cerca de usted.
 - Visite <https://ready.lacounty.gov/heat/> para encontrar centros de refrigeración cerca de usted
- **Si trabajas al aire libre:**
 - Tome descansos para refrescarse.
 - Tu empleador debe darte agua, descanso y sombra.

Cuidar de los demás



- Para las personas de +65 años, el calor puede ser especialmente peligroso. Haga un plan con un amigo, pariente o vecino que le llame o vaya a verle dos veces al día mientras haga calor afuera.
- Lleve a las mascotas adentro. Asegúrese de que tengan agua fresca en abundancia.
- Asegúrese de que todos salgan del coche siempre que aparque. Nunca deje a un niño, adulto o animal solo dentro de un vehículo aparcado. La temperatura dentro de un coche puede subir casi 20 grados en los primeros 10 minutos, provocando insolación o la muerte.

NOTAS

A series of horizontal green lines spaced evenly down the page, providing a template for writing notes.

NOTAS

A series of horizontal green lines spaced evenly down the page, providing a template for writing notes.

RESILIENCIA CLIMÁTICA

Calor extremo en el Sur de LA

El sur de Los Ángeles es una comunidad designada como desfavorecida.

En el sur de LA, el número de días de más de 95 grados está aumentando, y el número aumentará a una media de 13 días a mediados de siglo, y luego alrededor de 27 días a finales de siglo.

Los días de calor extremo son una experiencia traumática para muchas poblaciones en situación de pobreza, las que no tienen aire acondicionado, las que no tienen agua y las que carecen de sombra.

A medida que aumenta el calor en el sur urbano de Los Ángeles...

Días de calor extremo (al año)



...las comunidades desfavorecidas son las más vulnerables

64%
Viviendas del sur de L.A. por debajo del umbral de pobreza

37%
Media de residentes en L.A. por debajo del umbral de pobreza

41%
Residentes del sur de Los Angeles porcentaje con A/C

68%
Media de residentes en L.A. porcentaje con A/C

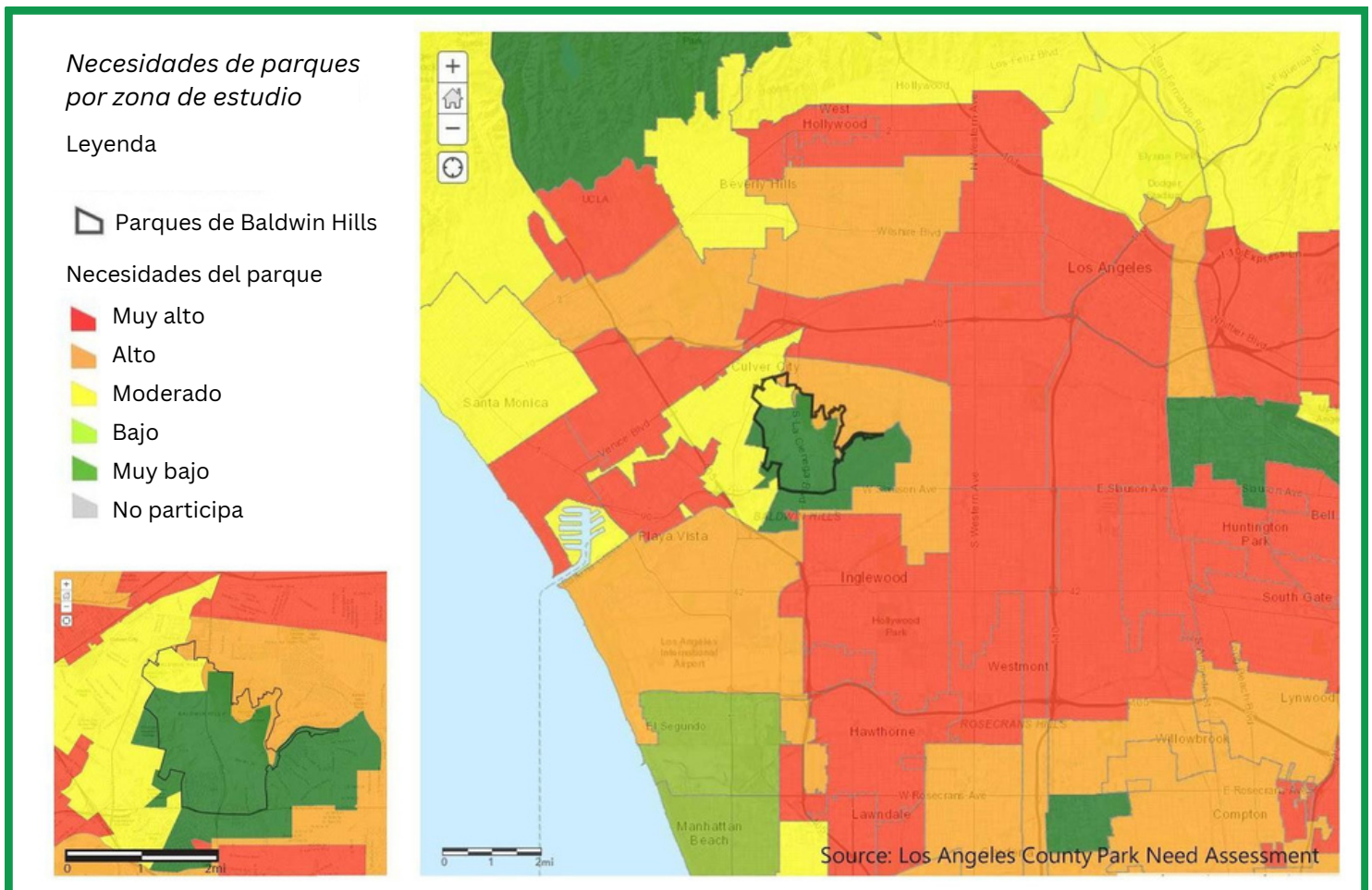
Source: USC

Necesidades de parques



Los parques de Baldwin Hills son un refugio de naturaleza y espacio verde en los alrededores. El parque ofrece potencialmente refugio contra el calor extremo y también es un lugar que fomenta las relaciones, la cohesión social y la preparación para emergencias.

En el ámbito del cambio climático, estamos estudiando cómo los centros y espacios comunitarios mejorados pueden ofrecer más tipos de servicios y programación. Estos centros y espacios suelen crearse en colaboración con ciudades, organizaciones sin ánimo de lucro, organizaciones de residentes, empresas de servicios públicos, escuelas y organizaciones religiosas, de modo que todas las entidades colaboren para afrontar los retos locales y fomentar la salud de la comunidad antes y durante crisis como los fenómenos climáticos extremos.



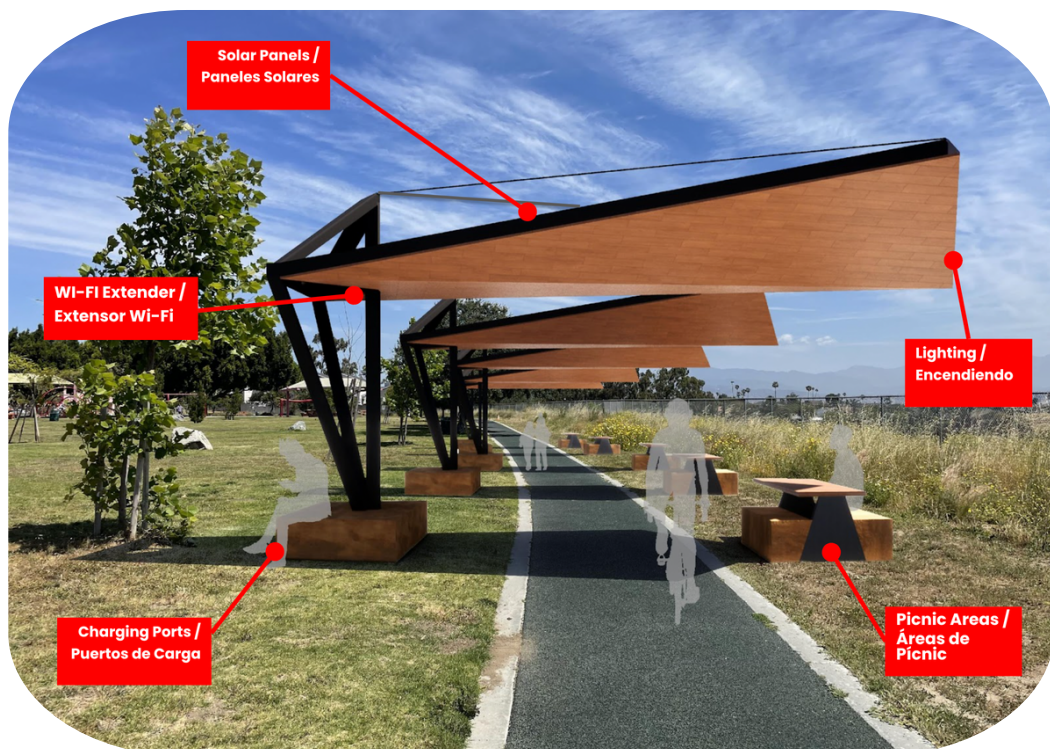
Mejorando la resiliencia climática en los parques



Excursión del Comité Asesor de Residentes durante la creación del Plan de Resiliencia y Acceso de la Comunidad de Baldwin Hills, 2021

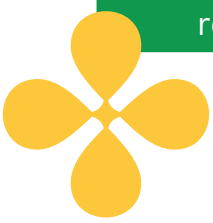


Propuestas estructuras en los parques podrían tener paneles solares sombreados, WiFi, puertos de carga, iluminación y zonas de picnic.



Parques, cohesión social y definiciones

¿Qué significa para ti el cambio climático? ¿Has utilizado los parques para refrescarte?



Ante el aumento de las olas de calor, los parques y espacios abiertos nos ayudan a refrescarnos y a reunirnos, cada día y en emergencias. Aunque los parques ya proporcionan refugio contra el calor extremo, podrían ser aún más eficaces con más árboles, sombra, mejor WiFi para la conectividad y otros servicios de resiliencia que ofrecen acceso público a los beneficios de la refrigeración.

Eventos como Acampar 101 y Preparación para Emergencias ayudan a crear cohesión social al conectar a vecinos y miembros de la comunidad y, al mismo tiempo, generar intercambio de conocimientos, para pasar de la autosuficiencia a la asistencia comunitaria.

Cambio climático



es un cambio a largo plazo en los ciclos climáticos medios que definen el clima local, regional y mundial de la Tierra. Desde el siglo 19, las actividades humanas han sido el principal motor del cambio climático, principalmente debido a la quema de combustibles fósiles.

Resiliencia



se refiere a conocer los impactos climáticos y crear enfoques centrados en las personas para resistir esos impactos.

Preparación para emergencias



se refiere a las medidas que se toman para garantizar la seguridad antes, durante y después de una emergencia o catástrofe natural.

Efecto isla de calor urbano



es cuando una ciudad experimenta temperaturas mucho más cálidas que las zonas rurales cercanas.

JUEGO DE RESILIENCIA: 4 ESQUINAS

Responda a las siguientes preguntas con:

Muy probable, Algo probable, Poco probable o Nunca

¿Qué probabilidad hay de que vayas a un parque durante una ola de calor?

¿Qué probabilidad hay de que ayudes o pidas ayuda a tus vecinos en caso de emergencia?



¿Qué probabilidad hay de que, si decides ir de acampada, te sientas preparado para hacerlo?

¿Qué probabilidad hay de que prepares tu propia bolsa de emergencia después de esta clase?

NOTAS

A series of horizontal green lines spaced evenly down the page, providing a template for writing notes.

NOTAS

A series of horizontal green lines spaced evenly down the page, providing a template for writing notes.

RECURSOS

Consulte los siguientes recursos para obtener información sobre acampadas, parques, resiliencia climática y preparación ante emergencias:



Parques de Los Ángeles

Visite parks.lacounty.gov para obtener información sobre los parques y programas cercanos.



Preparación para emergencias

Visite listocalifornia.org para acceder al material clave sobre catástrofes.



Cambio climático/resiliencia

Visite climateresolve.org para saber más sobre los proyectos de resiliencia climática.





Acampar

Visite parks.ca.gov/camping para saber dónde y cómo empezar a planificar su viaje.



RECURSOS

Mantente en contacto con Climate Resolve, Listos California y Tim Jones. La información de contacto está abajo.

Climate Resolve

-  Visite climateresolve.org para informarse sobre nuestro trabajo y suscribirse a nuestro boletín.
-  Síguenos en las redes sociales [@climateresolve](https://twitter.com/climateresolve)

Listos California

-  Visite listoscalifornia.org para acceder a material clave sobre preparación para catástrofes.
-  Síguenos en X [@ListosCA](https://twitter.com/ListosCA)

Tim Jones

-  Para más información, envíele un correo electrónico a FishAndGameTim@gmail.com





CERTIFICADO

DE RECONOCIMIENTO



ESTE CERTIFICADO SE ENTREGA CON
ORGULLO A:

(Su nombre)

Como participante en la
clase Acampar 101 y
Preparación para
Emergencias. ¡Felicidades!