

Está Preparado.

\$10 CADA SEMANA. 10 SEMANAS PARA ESTAR PREPARADOS.

10^{por}
10

Protegerse y proteger su familia durante una influenza pandémica

Está Preparado.

\$10 CADA SEMANA. 10 SEMANAS PARA ESTAR PREPARADOS.

10^{por}
10

Calendario de Compras

SEMANA 1

- Arroz (blanco, enriquecido), 20 libras



SEMANA 2

- Frijoles secos, 4 libras
- Manteca vegetal 5 libras



SEMANA 3

- Bebida de jugo con 100% Vitamina C pulverizado, 1 lata
- Harina, 20 libras

SEMANA 4

- Azucar, 5 libras
- Zanahorias y guisantes, 3 latas
- Espinaca, 3 latas

SEMANA 5

- Leche seca, 25 onzas
- Masa de maiz blanco, 4.4 libras



SEMANA 6

- Concentrado de tomate, 12 latas de 6 onzas
- 1 libra de queso preparado pasteurizado (como Velveeta)

SEMANA 7

- 12 latas de aceituna



SEMANA 8

- 3 latas de calabaza



SEMANA 9

- 5 latas de sardinas en salsa de tomate

SEMANA 10

- Papel higiénico, 8 rollos
- Levadura (seco), 1 tarro

Durante una influenza pandémica, tiene que tener suficiente comida para muchas semanas.

Preparando para la influenza pandémica puede ser fácil si lo hagas un poco a la vez. Puede comprar poco comida cada semana para almacena su despensa. No cuesta mucho. Puede empezar almacenando su despensa para como 10 dólares cada semana.

No es fácil pensar en lo que puede pasar durante una desastre o una brote mal como una influenza pandémica. Pero si sean preparados, pueden proteger a usted y a su familia.



VISITAN A WWW.CPHD.UCLA.EDU PARA MÁS INFORMACIÓN