

Summer Preparedness 101

WILDFIRES



WHAT IS A WILDFIRE?

Wildfires are unplanned and unwanted fires that are very dangerous to people who use the forests and outdoor areas or live in nearby homes and communities. Wildfires can also cause a lot of damage to some plants and animals and their homes.

CAMPFIRES

- Only you can prevent wildfires, so be responsible.
- Never play with matches or lighters.
- Always watch your campfire.
- Make sure your campfire is completely out before leaving it.

CARS, TOOLS & OTHER COMBUSTION ENGINES

- Don't park a hot car or other machine in dry grass.
- Don't allow gasoline or motor oil to spill on grass or other vegetation.
- Tractors, off-road vehicles and equipment being used in wooded areas, such as chainsaws, must have spark arrestors.

SMOKING

- Dispose of used matches and cigarette butts in a closed container or cup of water.
- Keep lighters and matches out of the reach of children.

BENEFITS OF FIREWISE COMMUNITIES

- A home and a community that has clear defensible space is more likely to survive a wildfire.
- Being a Firewise Community keeps our firefighters on the ground safe when they are working to save your property.

The "safest" wildfire is one that never starts.



A public service announcement from the City of Cottonwood's Department of Public Safety

Preparación para el verano 101

INCENDIOS FORESTALES



¿QUÉ ES UN INCENDIO FORESTAL?

Son incendios no planeados y no deseados que son muy peligrosos para las personas que utilizan los bosques y los espacios abiertos o que viven en hogares y comunidades cercanas. Los incendios en áreas naturales también pueden causar mucho daño a algunas plantas y animales, y a sus hogares.

LAS FOGATAS

- Solo tú puedes prevenir los incendios forestales, así que sea responsable.
- Nunca juegues con fósforos o encendedores.
- Siempre cuida la fogata.
- Asegúrate de que su fogata esté completamente apagada antes de irse.

CARROS, HERAMIENTAS & OTROS MOTORES COMBUSTIBLES

- No estacione un automóvil o otra máquina caliente sobre el césped o arbustos secos.
- No permita que la gasolina o el aceite de motor se derrame sobre el césped o otra vegetación.
- Los tractores, los vehículos todo terreno y el equipo que se utilice en áreas boscosas como, motosierras, deben tener supresores de chispas.

FUMANDO

- Deseche los fósforos y las colillas usados en un recipiente cerrado o en una taza de agua.
- Mantenga los encendedores y fósforos fuera del alcance de los niños.

BENEFICIOS DE COMUNIDADES FIREWISE

- Un hogar y una comunidad que tiene un espacio claro y defensible tiene más probabilidades de sobrevivir a un incendio.
- Ser una comunidad inteligente mantiene a nuestros bomberos en el terreno seguros cuando están trabajando para salvar su propiedad.

El incendio "más seguro" es el que nunca comienza.



Un anuncio de servicio público por el Departamento de Seguridad Pública de la Ciudad de Cottonwood

Summer Preparedness 101

STAY HYDRATED



WHAT IS A DEHYDRATION?

Dehydration is a condition caused by the loss of too much fluid from the body. It happens when you are losing more fluids than you are taking in, and your body does not have enough fluids to work properly.

WHAT ARE THE SYMPTOMS OF DEHYDRATION?

- Feeling very thirsty
- Dry mouth
- Urinating and sweating less than usual
- Dark-colored urine
- Dry skin
- Feeling tired
- Dizziness

WHAT ARE THE SYMPTOMS OF DEHYDRATION?

Dehydration can be mild, or it can be severe enough to be life-threatening. Get medical help right away if the symptoms also include:

- Confusion
- Fainting
- Lack of urination
- Rapid heartbeat
- Rapid breathing
- Shock

HOW CAN DEHYDRATION BE PREVENTED?

- Drink enough water every day. Each person's needs can be different, so ask your health care provider how much you should be drinking each day.
- If you are exercising in the heat and losing a lot of minerals in sweat, sports drinks can be helpful.
- Avoid drinks that have sugar and caffeine.
- Drink extra fluids when the weather is hot or when you are sick.



*A public service announcement from the City of
Cottonwood's Department of Public Safety*

Preparación para el verano 101

MANTENERSE HIDRATADO



¿QUÉ ES LA DESHIDRATACIÓN?

La deshidratación es una afección causada por la pérdida de demasiado líquido del cuerpo. Ocurre cuando pierde más líquidos de los que ingiere y su cuerpo no tiene suficientes líquidos para funcionar bien.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE LA DESHIDRATACIÓN?

- Tener mucha sed
- Boca seca
- Orinar y sudar menos de lo habitual
- Orina de color oscuro
- Piel seca
- Sensación de cansancio
- Mareos

¿QUÉ TAN GRAVE ES LA DESHIDRATACIÓN?

La deshidratación puede ser leve o lo suficientemente grave como para poner en peligro la vida. Consiga ayuda médica de inmediato si los síntomas también incluyen:

- Confusión
- Desmayo
- Falta de micción
- Latidos rápidos
- Respiración rápida
- Shock

¿CÓMO SE PUEDE PREVENIR LA DESHIDRATACIÓN?

- Tome suficiente agua todos los días. Pregúntele a su profesional de la salud cuánto debe beber cada día.
- Si hace ejercicio en el calor y pierde muchos minerales en el sudor, las bebidas deportivas pueden ayudar.
- Evite las bebidas que contengan azúcar y cafeína.
- Beba líquidos adicionales cuando haga calor o cuando está enfermo.



Un anuncio de servicio público por el Departamento de Seguridad Pública de la Ciudad de Cottonwood

Summer Preparedness 101

OUTDOOR REC

BE CAUTIOUS AROUND WILDLIFE

There are several animals, insects, and reptiles to watch out for in Arizona. However, with proper care and respect, you can avoid having any real problems with them.

- Observe quietly from a distance.
- If you find a sick or injured animal, contact a game warden.
- When camping or picnicking, store food and garbage safely (and securely) away from curious animals. Never try to feed or pick up a wild animal.
- Protect your four-legged friend by keeping pets on a leash, or under control, at all times.

TAKE EXTRA PRECAUTIONS WHEN RECREATING IN THE RIVER

- Bring extra water, though you may feel cooler in the river it's important to remember to stay hydrated.
- Avoid drug and alcohol use while out on the river. It impairs your judgment, balance, and coordination which puts you at a higher risk of getting into an accident.
- Check weather conditions and river flow before going into the river. If the weather changes, get out of the river as the flow can change quickly and suddenly.

KNOW THE RULES OF THE ROAD WHEN BICYCLING

- Always wear a properly fitted helmet.
- Ride with the flow of and same direction of traffic.
- Look ahead for hazards or situations to avoid that may cause you to fall, such as, rocks, potholes, grates, or train tracks.

KNOW LOCAL ROUTES & TRAILS

- Are you a bicyclist or hiker looking for routes to take in Cottonwood? Then you may want to check out the Cottonwood Regional Bike & Trail Map, available online at cottonwoodaz.gov/746/Bike-and-Trail-Map



*A public service announcement from the City of
Cottonwood's Department of Public Safety*

Preparación para el verano 101

RECREACIÓN AL AIRE LIBRE

TENGA CUIDADO CON LA VIDA SILVESTRE

Hay varios animales, insectos, y reptiles en Arizona a las que hay que estar atento. Con atención y respeto puedes evitar tener problemas con ellos.

- Observar en silencio desde la distancia.
- Si encuentra un animal enfermo o herido, comuníquese con un guardabosques.
- Cuando acampe o vaya de pícnic, guarde la comida y basura de forma segura (y protegida) lejos de los animales curiosos. Nunca intente alimentar o recoger un animal salvaje.
- Proteja sus mascotas usando una correa o manteniéndolos bajo control, en todo momento.

TOME PRECAUCIONES ADICIONALES CUANDO ESTÉ EN EL RÍO

- Lleva agua adicional, aunque se puede sentir más fresco en el río es importante mantenerse hidratado.
- Evita el uso de drogas y alcohol mientras esta en el río. Altera la capacidad de decisión, tu equilibrio, y tu coordinación, poniéndolo en mayor riesgo de sufrir un accidente.
- Revisa las condiciones climáticas y el flujo del río antes de entrar al río. Si el clima se pone mal, salga del río inmediatamente ya que la corriente puede cambiar de repente.

CONOZCA LAS REGLAS DE LA CARRETERA CUANDO ANDE EN BICICLETA

- Siempre lleva puesto un casco seguro.
- Viajar con el flujo de y en la misma dirección del tráfico.
- Mira hacia adelante para evitar peligros o situaciones que puedan causarle una caída, como las piedras, los baches, las rejillas, o vías de tren.

CONOCE RUTAS Y SENDEROS LOCALES

- Consulta el mapa regional de senderos y bicicletas de Cottonwood, disponible en línea en cottonwoodaz.gov/746/Bike-and-Trail-Map



Un anuncio de servicio público por el Departamento de Seguridad Pública de la Ciudad de Cottonwood

Summer Preparedness 101

HIKING SAFETY



WHEN TO HIKE

- Avoid the hottest time of day, usually around 12 - 3 p.m.
- Go for a night hike to avoid the uncomfortable high temperatures of the daytime.

WHERE TO HIKE

- Stay in the shade, rather than being exposed directly to the sun. Use shade from trees or within steep canyon walls.
- Hike near bodies of water if there's not much shade.

HAVE THE APPROPRIATE EQUIPMENT

- Wear loose, breathable clothing in light colors to help your body regulate temperature.
- Cover up - added clothing layers can provide protection from UV rays.
- Head protection in the form of a wide-brim hat & neck gaiter can keep you cool and protect you from the sun's rays.
- Bring more than enough water, carrying it in a hydration pack or squirt bottle is better.

HEALTH CONCERNS FOR HOT-WEATHER HIKING

- Sunburn
- Dehydration
- Overhydration
- Heat cramps
- Heat exhaustion
- Heat stroke

ENCOUNTERING WILDLIFE

- If you run into a wild animal, walk away slowly.

REMEMBER...

- Always inform multiple people about where you will be hiking.
- The more people you tell, the more likely you'll be found in case of an emergency.



*A public service announcement from the City of
Cottonwood's Department of Public Safety*

Preparación para el verano 101

EXCURSIONISMO



CUANDO EXCURSIONAR

- Evite la hora más calurosa del día, generalmente entre las 12 - 3 p.m.
- Realice una caminata nocturna para evitar las incómodas temperaturas altas del día.

DONDE EXCURSIONAR

- Permanezca a la sombra, en lugar de exponerse directamente al sol. Use la sombra de los árboles o dentro de las paredes empinadas del cañón.
- Camine cerca de cuerpos de agua si no hay mucha sombra

TENGA EL EQUIPO ADECUADO

- Use ropa suelta y transpirable en colores claros para ayudar a su cuerpo regular la temperatura.
- Cúbrase – capas adicionales de ropa pueden brindar protección contra los rayos ultravioletas.
- Protección para la cabeza en forma de sombrero de ala ancha y polainas para el cuello que pueden mantenerlo fresco y protegerlo del sol.
- Traiga agua más que suficiente, llévala en una mochila de hidratación o botella de agua.

PREOCUPACIONES DE SALUD PARA CAMINATAS EN CLIMA CÁLIDOS

- Quemaduras solares
- Hidratación
- Deshidratación
- Calambres por calor
- Agotamiento por calor
- Insolación

ENCUENTRO CON LA VIDA SILVESTRE

- Si te encuentras con un animal, aléjate lentamente.

RECUERDA...

- Siempre informe a varias personas sobre el lugar en el que realizará la excursión.
- Cuantas más personas le cuente, más probabilidades tendrá de que lo encuentren en caso de una emergencia.



A public service announcement from the City of Cottonwood's Department of Public Safety

Summer Preparedness 101

POOL SAFETY



STAY CLOSE, BE ALERT AND WATCH

- Always watch children and never leave them unattended.
- Keep children away from pool drains, pipes and other openings.
- Have a charged phone close by at all times.
- If a child is missing, check the pool first.
- Share safety instructions with family, friends and neighbors.

LEARN AND PRACTICE WATER SAFETY SKILLS

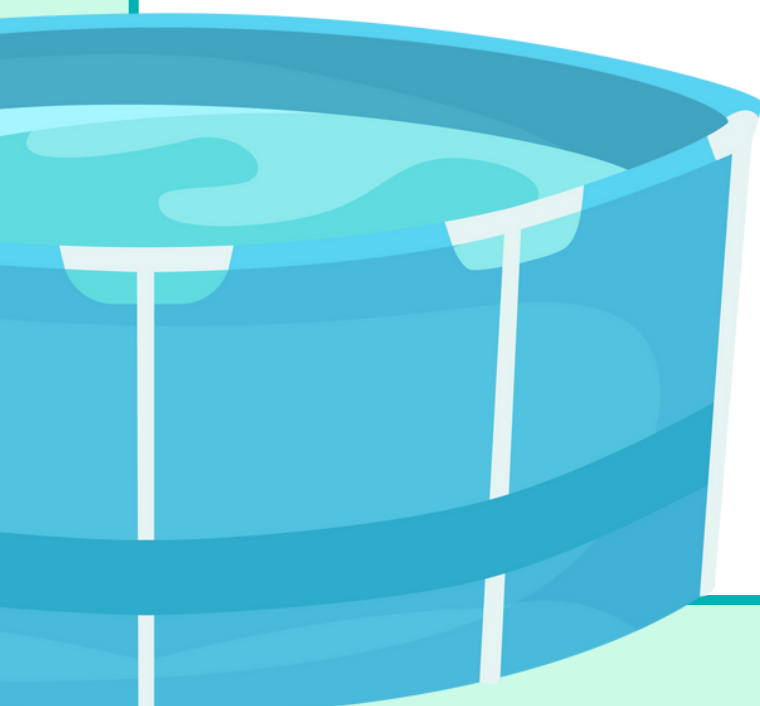
- Learn to swim and make sure kids do, too.
- Know how to perform CPR on children and adults.
- Understand the basics of life-saving so that you can assist in a pool emergency.

HAVE THE APPROPRIATE EQUIPMENT

- Install a fence of at least four feet in height around the perimeter of the pool or spa.
- Use self-closing and self-latching gates.
- Ensure all pools and spas have compliant drain covers.
- Install an alarm on the door leading from the house to the pool.
- Keep pool and spa covers in working order.
- Have life-saving equipment such as life rings or reaching poles available for use.

REMEMBER...

- Adopt and practice as many safety steps as possible.
- Adding an extra safety step around the water can make all the difference.
- You never know which safety step will save a life – UNTIL IT DOES.



*A public service announcement from the City of
Cottonwood's Department of Public Safety*

Preparación para el verano 101

SEGURIDAD DE LA PISCINA



PERMANEZCA CERCA, ALERTA Y VIGILANTE

- Siempre vigile a los niños y nunca los deje sin atención.
- Mantenga a los niños alejados de desagües, tuberías y otras aberturas de las piscinas.
- Tenga un teléfono con la batería cargada a mano en todo momento.
- Si hay un niño extraviado, búsquelo primero en la piscina.
- Comparta las instrucciones de seguridad con familiares, amigos y vecinos.

APRENDA Y PRACTIQUE HABILIDADES SOBRE LA SEGURIDAD EN EL AGUA

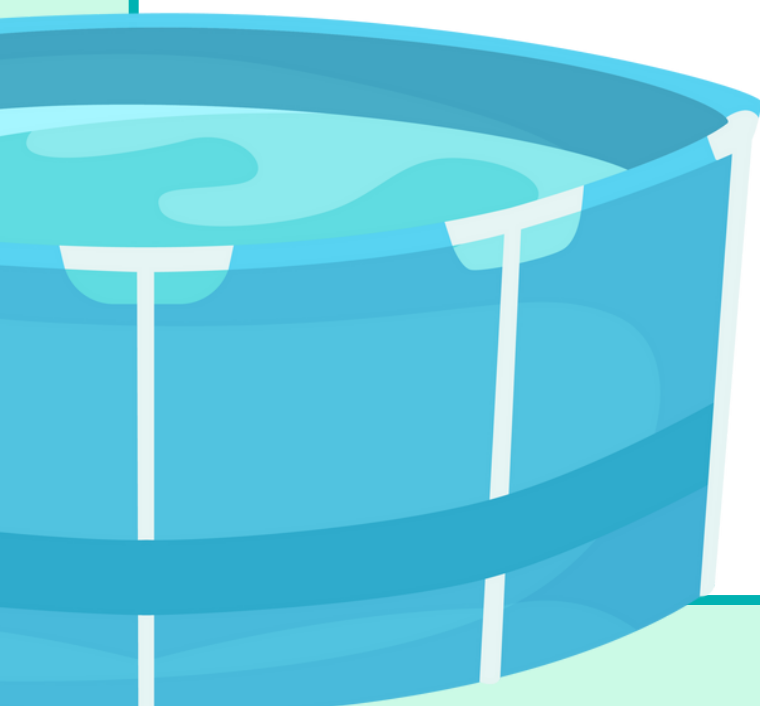
- Aprenda a nadar y asegúrese de que los niños también sepan hacerlo.
- Sepa cómo aplicar RCP a niños y adultos.
- Entienda las nociones básicas de rescate para poder ayudar en caso de emergencia en la piscina.

TENGA EL EQUIPO ADECUADO

- Instale una cerca de al menos cuatro pies de altura alrededor del perímetro de la piscina.
- Use portones de cierre automático y pestillo automático.
- Asegúrese que todas las piscinas y spas tengan cubiertas para desagües que cumplan con las normas.
- Instale una alarma en la puerta que va de la casa a la piscina.
- Mantenga las cubiertas de la piscina en buenas condiciones.
- Tenga a disposición equipos de rescate como salvavidas o bastones de alcance para su uso inmediato.

RECUERDA...

- Adopte y ponga en práctica tantas medidas de seguridad como sea posible.
- Agregar una medida adicional de seguridad cuando esté alrededor del agua puede marcar la diferencia.
- Nunca se sabe qué medida de seguridad salvara una vida - HASTA QUE SUCEDE.



*A public service announcement from the City of
Cottonwood's Department of Public Safety*