



Stay safe and healthy during hurricane season

Follow these important tips to help you get ready

[Español](#)

Protect your health

- Parents: Keep extra supplies on hand for your baby or children
- Pregnant women: Talk to your doctor about your care and delivery plan
- Seniors or those with disabilities: Talk to your doctor about your plan (Also, set up help from a family member or caregiver ahead of time)
- Keep your doctor's numbers and health ID cards with you at all times
- Make sure your prescriptions are filled and up-to-date

Prepare your home

- Stock up on water, canned food, ice and clothing
- If you have pets, stock up for their needs, too
- Keep a well-stocked first aid kit — visit [redcross.org](https://www.redcross.org) for tips on making a kit

Keep an emergency kit ready

- Pack food, water and essential supplies for at least 3 days
- Include medications and important papers/records

Make a disaster plan

- Decide as a family how you will get in touch with each other if separated
- Know and practice evacuation routes
- Stay in touch with someone outside the hurricane area, and give them a phone number to reach you
- Visit [Texas Hurricane Center](#) for sample plans and preparing for hurricanes

Stay informed

- Download the FEMA app to get alerts on your phone
- Stay tuned for evacuation news on radio or TV

Continued →

Stay safe and healthy during hurricane season

Watch out for hazards

- Know if flooding is likely where you live, and never drive through flooded areas
- Stay away from downed power lines — especially if there's standing water as it may be electrically charged
- If you smell or suspect leaking gas, avoid open flames or sparks and call the fire department
- Make sure your tap water is safe before drinking it
- Never run a generator or use a charcoal grill inside your home or garage — carbon monoxide can be deadly

Get help and find other resources

- Emergencies: **Call 9-1-1**
- Non-emergency information: **Call 2-1-1**
- American Red Cross: **1-866-438-4636**
- Sign up with the [State of Texas Emergency Assistance Registry \(STEAR\)](#) if you have a disability or other special needs
- Visit [Your Texas Benefits](#) to learn about other programs and services
- TDI advises Texans to check their insurance policies
- Homeowners should make sure they have the right amount of insurance to recover from disasters like wildfires



Take the next step for better health

UnitedHealthcare Community Plan has one of the largest provider networks in Texas. We help thousands of Texans live healthier lives. Call or visit us online to see how we can help you, too.

Star Kids: **1-877-597-7799**, TTY 711

CHIP, STAR, STAR Plus: **1-888-887-9003**, TTY 711

MMP: **1-800-256-6533**, TTY 711

uhccp.com/TX





Manténgase a salvo y saludable durante la temporada de huracanes

Siga estos consejos importantes que le ayudarán a estar preparado

Proteja su salud

- Padres: Tenga suministros adicionales a mano para su bebé o sus hijos.
- Mujeres embarazadas: Hable con su médico sobre su plan de atención y parto.
- Adultos mayores o personas con discapacidades: Hable con su médico sobre su plan (también programe la ayuda de un familiar o cuidador con anticipación).
- Lleve los números de su médico y las tarjetas de identificación de salud con usted en todo momento.
- Asegúrese de que sus medicamentos estén surtidos y actualizados.

Prepare su hogar

- Provéase de agua, alimentos enlatados, hielo y ropa.
- Si tiene mascotas, provéase para satisfacer también sus necesidades.
- Mantenga un kit de primeros auxilios bien abastecido: visite [redcross.org](https://www.redcross.org) para ver consejos sobre cómo preparar un kit.

Mantenga un kit de emergencia listo

- Empaque alimentos, agua y suministros esenciales para al menos 3 días.
- incluya medicamentos y documentos/registros importantes.

Elabore un plan para desastres

- Decidan como familia cómo se pondrán en contacto entre ustedes en caso de estar separados.
- Conozcan y practiquen rutas de evacuación.
- Manténgase en contacto con alguien fuera del área de huracanes y proporciónese un número de teléfono para que se comunique con usted.
- Visite el [Centro de huracanes de Texas](#) para ver ejemplos de planes y cómo prepararse para los huracanes.

Manténgase informado

- Descargue la aplicación FEMA para recibir alertas en su teléfono.
- Esté atento a las noticias de evacuación en la radio o la televisión.

Continuación →

Manténgase a salvo y saludable durante la temporada de huracanes

Esté alerta a los peligros

- Sepa si es probable una inundación en el lugar donde vive y nunca conduzca por áreas inundadas.
- Manténgase alejado de las líneas eléctricas caídas, en especial si hay agua estancada, ya que puede estar eléctricamente cargada.
- Si huele o sospecha que hay fugas de gas, evite las llamas abiertas o chispas y llame al departamento de bomberos.
- Asegúrese de que el agua del grifo sea segura antes de beberla.
- Nunca haga funcionar un generador ni use una parrilla de carbón dentro de su casa o garaje; el monóxido de carbono puede ser mortal.

Obtenga ayuda y busque otros recursos

- Emergencias: **Call 9-1-1**
- Información para situaciones que no sean de emergencia: **Llame al 2-1-1**
- American Red Cross (Cruz Roja Americana): **1-866-438-4636**
- Inscribese en el [State of Texas Emergency Assistance Registry \(Registro de Asistencia para Emergencias del Estado de Texas\)](#) si tiene una discapacidad u otras necesidades especiales.
- Visite [Your Texas Benefits \(Sus beneficios de Texas\)](#) para obtener información sobre otros programas y servicios.
- Texas Department of Insurance (Departamento de Seguros de Texas) aconseja a los residentes de Texas que revisen sus pólizas de seguro.
- Los propietarios de viviendas deben asegurarse de tener la suma adecuada de seguro para recuperarse de desastres como incendios forestales.



Dé el próximo paso hacia una mejor salud

UnitedHealthcare Community Plan tiene una de las redes de proveedores más grandes de Texas. Ayudamos a miles de residentes de Texas a vivir vidas más saludables. Llámenos o visítenos en línea también para ver cómo podemos ayudarlo.

Star Kids: **1-877-597-7799**, TTY 711

CHIP, STAR, STAR Plus: **1-888-887-9003**, TTY 711

MMP: **1-800-256-6533**, TTY 711

uhccp.com/TX

