

# PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA

Preparados ante una emergencia o desastre



# ¿Por qué tener un plan familiar de emergencia?

Porque permite desarrollar, entre los miembros de la familia, un conjunto de actividades para estar preparados y así responder de manera planificada y organizada ante una emergencia o desastre.

## PASOS PARA ELABORAR TU PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA



- Paso 1:** Determina con tus vecinos y autoridades el riesgo de desastres en tu barrio.
- Paso 2:** Dibuja el plano de evacuación de tu barrio con tus vecinos y autoridades.
- Paso 3:** Organiza a tu familia para responder ante situaciones de emergencia.
- Paso 4:** Dibuja el plano de seguridad de tu vivienda.
- Paso 5:** Implementa tu mochila de emergencia y botiquín de primeros auxilios.
- Paso 6:** Respeta las normas de conducta en situaciones de Emergencia.

# Paso 1: Determina con tus vecinos y autoridades el riesgo de desastres de tu barrio

¿En qué casos se puede sufrir desastres por peligros naturales?

Casas construidas sin asesoría técnica, con materiales de mala calidad, sin columnas y/o fierros expuestos.



Terremotos

Casas con falta de drenaje, techos planos sin canaletas, además de cables eléctricos expuestos.



Lluvias intensas

Casas ubicadas muy cerca al río y sin drenajes. Además, cuando se arroja desmante o basura al cauce.



Inundaciones

Casas ubicadas en el cauce de las quebradas y/o zona de derrumbes.



Huaycos y deslizamientos

Casas ubicadas muy cerca al mar



Tsunamis



# Paso 2: Dibuja el plano de evacuación de tu barrio, con tus vecinos y autoridades

Reconoce el riesgo de desastres que puede afectar tu barrio, así como **cuáles serían las** rutas de evacuación y zonas seguras, determinadas por la autoridad de **Gestión del Riesgo de Desastres** de tu distrito e identifica la ubicación de establecimientos de emergencia tales como **compañía de bomberos, policía, serenazgo.**



## **Paso 3:** Organiza tu familia para responder ante situaciones de emergencia

- Participan todos los miembros de la familia.
- Asume la responsabilidad el jefe de la familia, quien coordinará las tareas a cumplir de cada persona.

### Tareas

Dibujar el plano de tu vivienda.



Determinar quién apoyará en la evacuación de los niños y niñas, gestantes, adultos mayores y familiares con discapacidad



Determinar el punto de encuentro, en el barrio o en el distrito, en caso de encontrarse los miembros de la familia fuera de casa



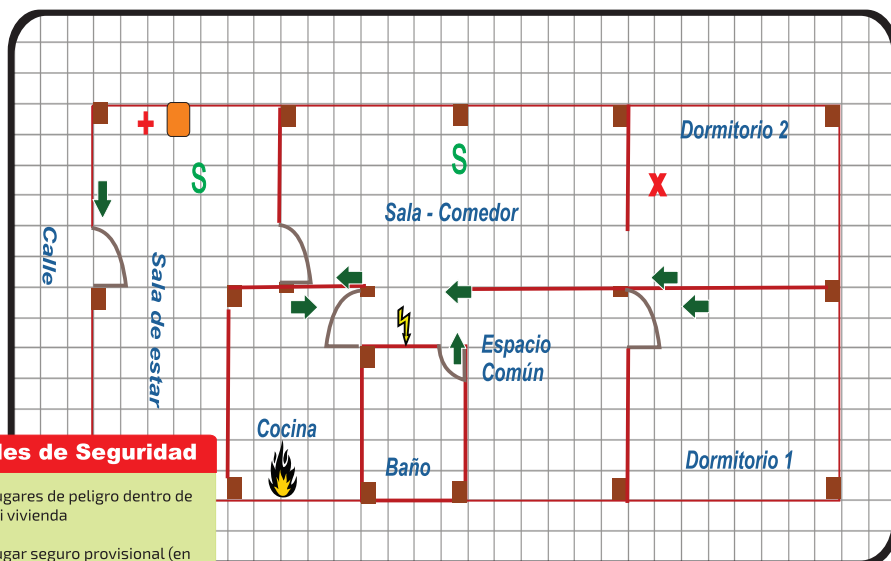
Determinar el establecimiento de salud al que se dirigirán en caso de emergencia.







### Importante

- Capacitarse en el manejo de extintores, primeros auxilios, tratamiento del agua y residuos sólidos.
- Participar en simulacros.
- Participar en las reuniones del barrio.



# Paso 4: Dibuja el plano de seguridad de tu vivienda



## Señales de Seguridad

- X** Lugares de peligro dentro de mi vivienda
- S** Lugar seguro provisional (en caso de sismo)
-  Ruta de evacuación
-  Balón de gas
-  Electricidad
- +** Botiquín de primeros auxilios
-  Ubicación de la mochila de emergencia

## Anote

-  Punto de encuentro (fuera de casa)  
.....
-  Establecimiento de Salud  
.....

- Con tu familia recorre toda tu vivienda para **identificar las zonas de peligro, zonas seguras y la ruta de evacuación.**
- **Identifica** en el plano la ubicación del balón de gas, llaves de luz y agua, botiquín de primeros auxilios y mochila de emergencia; asimismo las señales de seguridad.
- **Incluye** en el plano el **directorio telefónico de las instituciones de emergencia y seguridad: bomberos, establecimientos de salud, policía, serenazgo.**

## IMPORTANTE:

- Ubica tu vivienda dentro del plano de evacuación del barrio.

## Paso 5: Implementa tu mochila de emergencia y botiquín de primeros auxilios



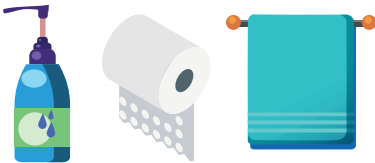
Coloca un check al costado de lo que ya tengas en tu mochila.

### Higiene

- Gel antibacterial.
- Papel y toallas higiénicas.
- Toallas de mano y cara.
- Paquete de paños húmedos.

### Bebidas y alimentos no perecibles

- Comida enlatada.
- Paquete de galletas.
- Agua embotellada sin gas.
- Chocolate en barra.



### Importante

- La mochila de emergencia, de preferencia, es personal y por tanto su peso debe estar de acuerdo al usuario.

### Abrigo

- Manta polar.

### Dinero

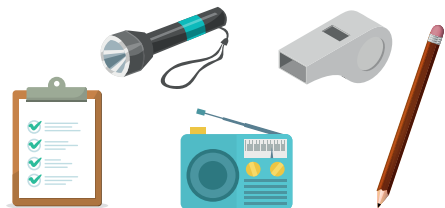
- En monedas y billetes.

### Comunicación

- Linterna y pilas
- Radio portátil
- Silbato
- Agenda con teléfonos de emergencia
- Libreta y lapicero
- Plumón grueso

### Diversos

- Bolsas de plástico resistente.
- Cuchilla multipropósito.
- Guantes de trabajo.
- Cuerda de poliéster.
- Encendedor.
- Plástico para piso o techo.
- Cinta adhesiva multiusos.
- Mascarilla.

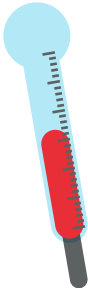
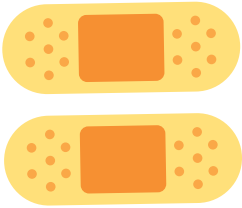


# Paso 5: Implementa tu mochila de emergencia y botiquín de primeros auxilios

- ## Botiquín de primeros auxilios
- Alcohol y algodón.
  - Agua oxigenada.
  - Gasa y esparadrapo.
  - Tijeras.
  - Vendas.
  - Curitas

### Importante

► Considerar medicamentos necesarios para el tratamiento de enfermedades de los miembros de la familia



Coloca un check al costado de lo que ya tengas en tu botiquín de primeros auxilios





## Paso 6: Respeta las normas de conducta para situaciones de emergencias

- Sigue las rutas de evacuación hacia las zonas seguras, previamente identificadas.



- Aléjate de las ventanas, repisas o de cualquier artefacto u objeto que puedan caer o rodar.



- Si estas en la calle, aléjate de edificios, árboles, cables y vehículos en marcha.



- Reúnete con tu familia en la zona segura previamente acordada.



PUNTO  
DE  
REUNIÓN

- Participa activamente en las brigadas de voluntarios en emergencia y rehabilitación de tu barrio.



- Organizadamente, ayuda a atender a los heridos y damnificados, evitando poner en riesgo tu vida.



# Paso 6: Respeta las normas de conducta para situaciones de emergencias

- Ayuda a las personas heridas, adultos mayores, niños, niñas y personas con discapacidad.



- Enciende la radio y atiende a las recomendaciones de las autoridades de gestión del riesgo de desastres.



- Apoya en la evaluación de daños producidos en tu barrio.



Ahora que has revisado esta información junto a tu familia es importante completar tu afiche y colocarlo en un lugar visible

**VIVIENDA SEGURA**  
Plano de zonas de peligro, zonas seguras y ruta de evacuación

Familia: \_\_\_\_\_ Dirección: \_\_\_\_\_  
Nombres de los integrantes de la familia: \_\_\_\_\_

**Resumen de Responsabilidades**  
¿Quién es responsable de...? (List of tasks and names)

**Participa del club que te ayude a estar preparado para las emergencias**

**Resumen de emergencia**  
Teléfono: \_\_\_\_\_  
PAP: \_\_\_\_\_  
Llamadas: \_\_\_\_\_  
Ayuda: \_\_\_\_\_  
Reunión: \_\_\_\_\_  
Ruta: \_\_\_\_\_

Logos: USAID, UN Women, PREDIS, Red Cross



# VIVIENDA SEGURA

Plano de zonas de peligro, zonas seguras y ruta de evacuación



### Identifica los lugares de peligro

Muros, techos y columnas que presentan grietas o fierros expuestos. Zonas de ventanas o de muebles que podrían ocasionar daños.

Familia: \_\_\_\_\_

Distrito: \_\_\_\_\_

Nombres de los integrantes de la familia: \_\_\_\_\_

### Señales de Seguridad

- Lugares de peligro dentro de mi vivienda
- Lugar seguro provisional (durante los primeros 5 min de evacuación)
- Ruta de Evacuación
- Botón de Gas
- Electricidad
- Botiquín de primeros auxilios.
- Ubicación del interruptor de corte para emergencias

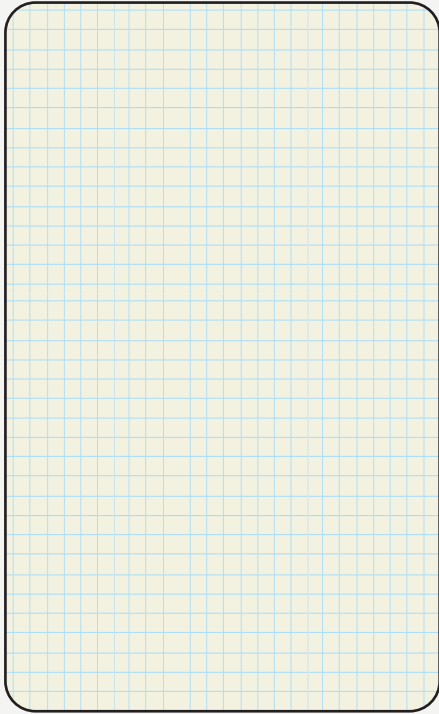
### Anote

- Punto de encuentro (fuera de casa)
- .....
- Establecimiento de Salud

Participa del challenge familiar y sube una foto con tu afiche con el hashtag #EstoNoEsUnJuego a tu Facebook e Instagram.

Números de emergencia

- Bomberos: 116
- PNP: 105
- Ambulancias SAMU: 106
- Establecimiento de salud: \_\_\_\_\_
- Familiar: \_\_\_\_\_
- Vecino: \_\_\_\_\_



USAID  
DEL GOBIERNO DE LOS ESTADOS UNIDOS DE AMÉRICA



predes  
CENTRO DE ESTUDIOS PREVENCIÓN DE DESASTRES



Save the Children  
100 AÑOS

Antes de elaborar el plano de su casa lea las recomendaciones precisadas en la cartilla del Plan Familiar de Emergencia



Guía producida en el marco del proyecto "Transferencia de experiencias y buenas prácticas de reducción del riesgo de desastres, en el proceso de transición de gobierno municipal" con el financiamiento de USAID/OFDA, ejecutado por Predes y Save the Children

\*Adaptación de material elaborado por Predes