





CONTENIDO DE LA MOCHILA DE SEGURIDAD



- Botiquín de primeros auxilios:
 - Gasas y curitas
 - Parches para ojos, esparadrapo y vendas
 - Guantes y tijera
 - Antibiótico
 - Alcohol y/o agua oxigenada
 - Medicina para el dolor y/o recetas
 - Otros
- Silbato
- Agua y alimentos no perecederos
- Radio, linterna y baterías
- Artículos de higiene personal
- Barajas o juegos
- Libreta y lápiz
- Bloqueador solar y repelente de insectos
- Bolsas plásticas de basura
- Dinero en efectivo
- Pintura de aerosol o marcadores (rojo y verde)
- Documentos importantes (plan de emergencia, lista de personas, copia de identificación, etc.)



QUE HACER EN:

SISMOS

1

CONSERVE
LA CALMA



2

ELIMINE
FUENTE DE
INCENDIO



3

RETIRESE DE
VENTANA Y
OBJETOS QUE
PUEDAN CAER



4

NO USE
ELEVADORES



5

UBIQUESE EN
ZONAS DE
SEGURIDAD



6

LOCALICE
LA RUTA DE
EVACUACION



QUE HACER
EN CASO DE :

SISMOS

ANTES

1  Identifique las Zonas de Seguridad

2  LOCALICE LAS RUTAS DE EVACUACION

DURANTE

3 CONSERVE LA CALMA 

4 Alejese y Elimine Fuentes de Incendio 

5 Alejese de ventanas y objetos que puedan caer 

6 No use elevadores ni escaleras 

DESPUES

7  AYUDE en lo posible de lo contrario NO se exponga

8 Alejese de los edificios y viviendas dañadas 

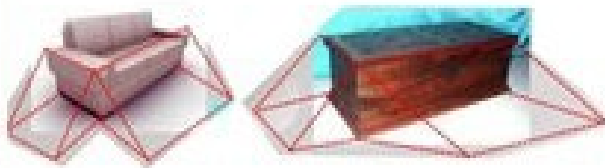
Que Hacer en Caso de Sismo

ANTES:

Implemente un Plan de Protección Civil



Identifique las zonas de seguridad



Localice las rutas de evacuación



Mantenga en buen estado las instalaciones de agua, gas y electricidad



DURANTE:

1.-Conserve la calma y tranquilice a las personas a su alrededor

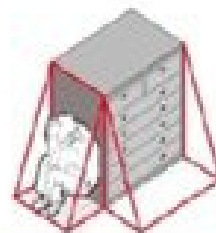


2.-No utilice elevadores para salir del edificio



3.-Alejese de libreros, vitrinas u otros muebles que pudieran deslizarse o caerse, así como de ventanas espejos y tragaluces

4.-Si esta lejos de una salida colóquese a un costado de una mesa o mueble resistente que no sea de vidrio, cúbrase con ambas manos la cabeza y colóquelas junto a las rodillas



El Triángulo de la Vida



DESPUES:

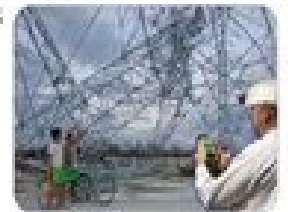
Ayude en lo posible de lo contrario no se exponga y llame a emergencias 066



Alejese de edificios y viviendas dañadas



Mantengase lejos de postes, cables eléctricos y árboles



Encienda la radio para escuchar las recomendaciones de las autoridades



ANTES DE UN TEMBLOR



1. Ten preparados a la mano siempre:

- Teléfonos de emergencia
- Un botiquín de primeros auxilios
- Una lámpara
- Pilas
- Un radio portátil
- Un extintor

2. Conoce en dónde están y cómo desconectar la corriente eléctrica, el gas y el agua

Asegura firmemente los objetos que pueden ocasionar daños al desprenderse como cuadros, espejos, lámparas, etcétera



Haz un plan de actuación con tu familia, asignando tareas específicas a cada uno. Hablen del tema para que todos tengan conocimiento y puedan afrontarlo con calma

DURANTE UN TEMBLOR



Mantén una actitud serena si estás en una situación de emergencia

Nunca salgas del edificio si encuentras un lugar seguro para permanecer; las salidas y escaleras pueden estar congestionadas



Resguárdate bajo estructuras que te protejan de objetos que puedan golpearte como bajo una mesa, cama, etcétera

Apaga todo fuego y no enciendas ningún tipo de llama



DESPUÉS DE UN TEMBLOR



Comprueba que no estés herido. No muevas a los heridos a menos de peligro inminente

En tu lugar de trabajo:

- no corras
- no grites
- no empujes
- sal de forma ordenada
- sigue las instrucciones de los brigadistas



Colócate en los lugares de resguardo y espera las indicaciones de los brigadistas