



## Recomendaciones generales ante una emergencia

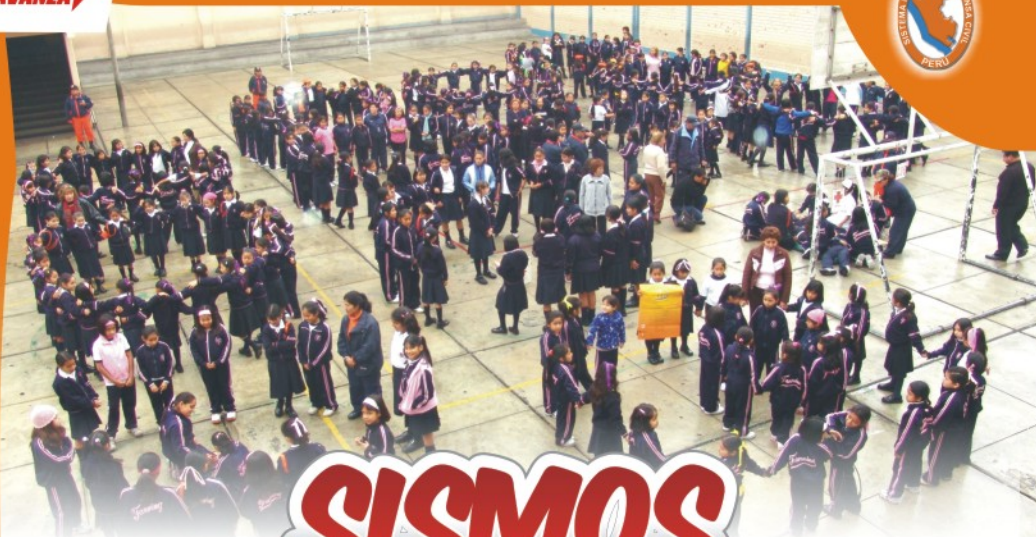
- ❖ Conversa con tus vecinos y trabaja en coordinación con la Oficina de Defensa Civil de tu municipio para saber cómo prevenir y actuar ante un desastre.
- ❖ Prevé una reserva de agua (en depósito cerrado) y alimentos no perecibles.
- ❖ Organiza un botiquín de emergencia y cuenta con linterna y radio a pilas.
- ❖ Ten a la mano los números de teléfonos de Defensa Civil (115), Bomberos (116) y Policía Nacional (105).
- ❖ Identifica los peligros en tu distrito, centro de trabajo o centro de estudios y adopta las medidas preventivas para eliminar o reducir los efectos dañinos.
- ❖ Colabora y participa activamente en las Brigadas de Defensa Civil (en apoyo de las actividades de primera respuesta: rescate, remoción de escombros, primeros auxilios, contra incendios, etc.) según las necesidades originadas por los peligros de tu localidad.

GOB. REGIONAL	TELÉFONO	FAX	CORREO ELECTRÓNICO
AMAZONAS	(041) 477185	(041) 478131	
ANCASH	(043) 426520	(043) 426520	secpresidencia@regionancash.gob.pe
APURIMAC	(083) 322170	(083) 321174	presidencia@regionapurimac.gob.pe
AREQUIPA	(054) 204890	(054) 200475	presidenciareg@hotmail.com
AYACUCHO	(066) 312905	(066) 312905	
CAJAMARCA	(076) 362204	(076) 362991	presidencia@regioncajamarca.gob.pe
CUSCO	(084) 234068	(084) 223071	presidencia@regcus.gob.pe
HUANCAVELICA	(067) 452728	(067) 452883	presidencia@regionhuancavelica.gob.pe
HUÁNUCO	(062) 513488	(062) 513488	presidente@regionhuanuco.gob.pe
ICA	(056) 219133	(056) 228200	spresidencia@regionica.gob.pe
JUNÍN	(064) 232230	(064) 218475	presidencia@regionjunin.gob.pe
LA LIBERTAD	(044) 231791	(044) 231791	presidenciagrillint@yahoo.es
LAMBAYEQUE	(074) 201343	(074) 201343	presidencia@regionlambayeque.gob.pe
LORETO	(065) 266911	(065) 267358	presidencia@regionloreto.gob.pe
MADRE DE DIOS	(082) 571199	(082) 571199-107	regionmddp@regionmadredios.gob.pe
MOQUEGUA	(053) 462447	(053) 462031	presidencia@regionmoquegua.gob.pe
PASCO	(063) 422473	(063) 422473	presidentepasco@hotmail.com
PIURA	(073) 284600	(073) 334538	regionpiura@gob.pe
PUNO	(051) 354000	(051) 354000	prespuno@regionpuno.gob.pe
SAN MARTÍN	(042) 564100	(042) 563986	info@regionsanmartin.gob.pe
TACNA	(052) 583030	(052) 583050	presidencia@regiontacna.gob.pe
TUMBES	(072) 523640	(072) 524390	regiontumbes@regiontumbes.gob.pe
UCAYALI	(061) 574192	(061) 571506	presidencia@regionucayali.gob.pe
CALLAO	5751075 - 113	5750972	defensacivil@regioncallao.gob.pe
LIMA (PROV)	2322762	2325270	
LIMA (METROP)	3151300	3151380	defensacivil@munlima.gob.pe

[www.indeci.gob.pe](http://www.indeci.gob.pe)

EL PERU  
AVANZA

INSTITUTO NACIONAL DE DEFENSA CIVIL



# SISMOS

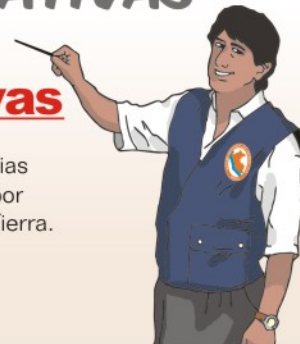
EN

## INSTITUCIONES EDUCATIVAS



### Medidas Preventivas

Los sismos son vibraciones ondulatorias de la corteza terrestre ocasionadas por la fractura de rocas en el interior de la Tierra.



Distribución Gratuita

Nov 2007

## Sismos en Instituciones Educativas



### En la prevención

- Participa en los simulacros de evacuación, con seriedad y responsabilidad.
- Identifica las señales de seguridad y la ubicación de las zonas seguras de tu institución educativa.
- Con la ayuda de la Brigada Escolar, prepara un botiquín de primeros auxilios que contenga: alcohol, agua oxigenada, aseptil rojo, algodón, esparadrapo y vendas.

### En la emergencia



- Mantén la calma, no corras ni grites.
- Obedece las instrucciones de la Brigada Escolar.
- Sigue las rutas de evacuación.
- Ubícate en zonas de seguridad internas previamente identificadas.
- Abandona el aula en orden, sin empujar a tus compañeros.

#### Zonas de seguridad internas (durante el sismo)

Unión de columnas, cerca a escaleras y ascensores.

Los sismos no dan aviso, por eso "saber qué hacer" puede reducir tu vulnerabilidad.



- Aléjate de las ventanas que puedan romperse y de objetos que puedan caer sobre ti.
- Si alguien cae, ayúdalo rápidamente y continúa la evacuación.



### En la rehabilitación

- La Brigada Escolar verificará que todos los alumnos hayan salido de las aulas.
- No toques cables eléctricos caídos.
- Si estás capacitado, apoya en la atención de los heridos.
- Reúnete con tus padres o tutores en un lugar común, previamente acordado.



#### Zonas de seguridad externas (después del sismo)

Patios, jardines, campos deportivos o playas de estacionamiento.

Defensa Civil, Tarea de Todos

