

Recomendaciones generales ante una emergencia



Conversa con tus vecinos y trabaja en coordinación con las autoridades de tu localidad para saber cómo prepararte y actuar ante un desastre.

- ❖ Prepara tu mochila de emergencia.
- ❖ Ten lista tu caja de reserva con alimentos y agua.
- ❖ Ten a la mano los números de teléfonos de Bomberos (116) y Policía Nacional (105).
- ❖ 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.

2012 Distribución Gratuita



Más información en:
www.indeci.gob.pe

Síguenos en:



Canal Internet

www.indeci.tv

Gobierno del Perú



SISMOS

Medidas de Preparación para el Hogar y Centro de Trabajo



DSCT-001-2012-06-04



Los sismos son vibraciones ondulatorias de la corteza terrestre ocasionadas por el choque de las placas tectónicas en el interior de la tierra.

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
HUANUCO	(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	presidenciagrllint@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	regionmdpd@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

PREPARACIÓN

- Revisa el estado de las **instalaciones de gas, agua y sistema eléctrico**. Corrige las deficiencias.
- Mantén **libre de obstáculos, pasillos y puertas**, y cambia de lugar objetos o muebles que le puedan lastimar o caer encima, sobre todo cerca a las camas.
- Establece un **Plan de Emergencia y Evacuación** (no necesariamente escrito). Reúnete con tu familia y vecinos para planificar acciones de Preparación y de Respuesta.
- Prepara una **mochila para Emergencias**, fácil de llevar en casos de evacuación.
- **Si usted vive en edificio, coordine** previamente **con la administración del edificio** para contar con luces de emergencia, extintores operativos, que los pasadizos de acceso a zonas de escape y que las puertas, que conducen a las escaleras de escape, se puedan abrir hacia afuera y estén libres de obstáculos, como macetas.
- **Si usted vive en edificio, no utilices** los ascensores en caso de sismo.



RESPUESTA

- **Conserva la calma** en todo momento; **evalúa la situación** y ayuda a los demás. Ejecuta lo practicado.
- **Aléjate de ventanas, repisas** o de cualquier utensilio, artefacto u objeto que pueda rodar o caer en la Vía de Evacuación.
- Si no puedes salir, ubícate en una de las **Zonas de Seguridad** previamente identificadas, hasta la evacuación. Mientras no puedas evacuar; ubícate en el lugar seguro previamente establecido; normalmente será al lado de las columnas o muros estructurales o cerca a la caja del ascensor.
- **Lleva consigo tu mochila para Emergencias.**



REHABILITACIÓN

- **Revisa si el inmueble está habitable** y si el suministro eléctrico, así como las conexiones de gas y agua están en buen estado, a fin de evitar incendios o inundaciones.
- **Solo** haz uso de tu **linterna**. No enciendas fósforos ni velas.
- Según lo acordado en el Plan de Emergencia Familiar elegir un número telefónico para usar la mensajería gratuita de voz "119": Para grabar un mensaje en teléfono fijo: 119+1+código del departamento + N° de teléfono elegido. Para grabar un mensaje en celular elegido: 119+1+N° de celular. Para escuchar el mensaje dejado en teléfono fijo: 119+2+código del departamento + N° de teléfono. Para escuchar el mensaje dejado en celular: 119+2+N° de celular.
- Acude al Punto de Encuentro previamente establecido, con tus hijos y familiares, una vez concluido el sismo.
- Si estás en zona costera, **aléjate de la playa** lo antes posible para evitar un eventual Tsunami.
- En lo posible, **evita mover personas heridas** o con fracturas, sin ayuda profesional; salvo que corran peligro de lesiones mayores.

