

Gob. Regional	Teléfonos	Fax	Correo electrónico
AMAZONAS	(041)477185	(041)478131	
ANCASH	(043)426520	(043)426520	secpresidencia@regionancash.gob.pe
APURÍMAC	(083)322170	(083)321174	presidencia@regionapurimac.gob.pe
AREQUIPA	(054)204890	(054)200475	presidenciareg@hotmail.com
AYACUCHO	(066)312905	(066)312905	woscorima@regionayacucho.gob.pe
CAJAMARCA	(076)362204	(076)362991	presidencia@regioncajamarca.gob.pe
CUSCO	(084)237520	(084)246868	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)321791	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	regionmdp@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 (Provincia)	2322762	2325270	presidencia@regionlima.gob.pe
LIMA (Metropolitana)	3151300	3151380	defensacivil@munlima.gob.pe

“Defensa Civil, Tarea de Todos”



Calle Ricardo Angulo 694
Urb. Córpac - San Isidro, Lima - Perú
Tel: 225-9898
www.indeci.gob.pe



Más información en:
www.indeci.gob.pe
 Siguenos en:
 Canal internet: [INDECI.tv](http://www.indeci.tv)
www.indeci.tv



Friaje

Evento que sucede en la selva peruana, mayormente entre los meses de junio y setiembre, cuando la temperatura desciende bruscamente debajo de su valor normal, y es generado por la invasión de masas de aire frío de origen antártico, haciendo su ingreso mayormente por la selva de Madre de Dios.



DF-001-2014-07-10 | Distribución gratuita 2014



Medidas de Preparación

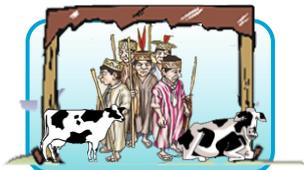
- Contar con ropa gruesa y ponchos impermeables.
- Almacenar alimentos no perecibles, agua hervida en botellas, leña para cocinar o para generar calor en las noches.
- Si tienes ganado, construye cobertizos para la protección de las crías.
- Cuida y protege a los ancianos y niños, por la fuerte incidencia de infecciones respiratorias agudas.
- Cuenta en forma permanente con medicamentos o acude a los centros de salud más cercanos.



Protección a los cultivos

Podemos dar algo de calor a los sembríos mediante:

- Uso de algún tipo de "techo" sobre los cultivos.
- Calendarizar los sembríos teniendo en cuenta el periodo de recurrencia anual de los friajes.



Mensajes de Preparación

ABRÍGATE

- Usa ropa abrigadora y mantas al dormir.
- Evita cambios bruscos de temperatura.

PROTÉGETE

- Gánale a la neumonía, vacuna a tus niños.
- Usa paraguas y/o impermeables para cubrirte de la lluvia.
- Repara y/o acondiciona tu vivienda.

INFÓRMATE

- Si tu niño(a) tiene TOS, llévalo de inmediato al Establecimiento de Salud.



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 para Emergencias y ten lista tu Caja de Reserva que contenga artículos no perecibles como agua y alimentos.

Ten a la mano los números de teléfonos de Bomberos (116) y Policía Nacional (105).

Colabora y participa con responsabilidad en las Brigadas de Defensa Civil (en apoyo de las actividades de primera respuesta: rescate, remoción de escombros, primeros auxilios, contra incendios, etc.).