

Gob. Regional	Teléfonos	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	presidencia@reg@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	presidencia@grllint@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 MARTIN	(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. Corpac - San Isidro, Lima - Perú
Tel: 225-9898
www.indeci.gob.pe



Más información en:
www.indeci.gob.pe
 Siguenos en:
 Canal internet: 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, generado por la invasión de masas de aire frío de origen antártico, haciendo su ingreso mayormente por la selva de Madre de Dios.



DF-001-2013-01-31 | Distribución gratuita 2013

Estar preparados contribuye a una óptima respuesta de la sociedad en caso de desastres.

Friaje



Medidas de Preparación

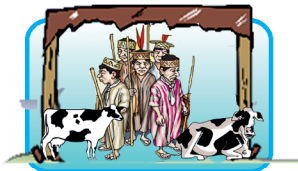
- Contar con ropa gruesa y ponchos impermeables.
- Almacenar alimentos no perecibles, agua hervida en botellas, leña para cocinar o para generar calor en las noches.
- Si tienes ganado, construye cobertizos para la protección de las crías.
- Cuida y protege a los ancianos y niños, por la fuerte incidencia 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.).