

2^{do.} Simulacro Nacional Escolar 2013

PREPÁRATE Y PARTICIPA



Sismo y Tsunamis

¿QUÉ HACER?

ANTES

- Conoce el Plan de Contingencia y el sistema de alerta temprana de tu institución educativa frente a sismos y tsunamis.
- Organiza las brigadas del aula.
- Identifica las señales y rutas de evacuación hacia las zonas seguras internas y externas.
- Participa en los simulacros de evacuación con seriedad y responsabilidad.
- Coordina con tus padres un punto de encuentro en común externo a tu institución educativa.

DURANTE

- Activa el sistema de alarma.
- En calma, abandona el aula hacia las zonas seguras ya identificadas, en caso se diera la alarma de tsunami, evacúa hacia las zonas altas externas.
- Verifica la presencia de tus compañeros y permanece en tu zona segura interna y/o externa esperando las indicaciones de la Comisión de Gestión del Riesgo de tu institución educativa.

DESPUÉS

- Si estás capacitado apoya en la atención de los heridos.
- Retorna a tu aula cuando la Comisión de Gestión del Riesgo lo considere.
- Si se diera el caso, reúnete con tus padres en un lugar común, previamente acordado.



Huaycos

¿QUÉ HACER?

ANTES

- Infórmate acerca de las zonas vulnerables y las zonas seguras en tu comunidad.
- Elabora el Plan de Contingencia de tu institución educativa frente a huaycos.
- Promueve la organización de un kit de emergencia que contenga: linterna, frazadas, ropa, radio a pilas, velas, fósforos y botiquín de primeros auxilios.
- Participa en los simulacros de huayco en tu institución educativa y comunidad.
- Coordina con tus padres el punto de encuentro en caso ocurra un huayco.

DURANTE

- Conserva la calma y evacúa hacia las zonas seguras llevando el kit de emergencia.
- Sigue las instrucciones de la Comisión de Gestión del Riesgo de tu institución educativa.

DESPUÉS:

- Evita caminar por la zona del huayco.
- Sigue las instrucciones de las autoridades y de la Comisión de Gestión del Riesgo de tu institución educativa.
- Reúnete con tus padres en lugares en común previamente coordinados.



Heladas y Frijaje

¿QUÉ HACER?

ANTES

- Prepara el Plan de Contingencia de tu institución educativa y casa ante las heladas.
- Repara las paredes, ventanas y puertas de la institución educativa y casa para conservar la temperatura interna y evitar filtraciones de aire frío.
- Infórmate de los reportes del SEMAMHI.
- Promueve medidas de protección teniendo a la mano ropas gruesas de la zona y calzado cerrado.
- Consume productos nutritivos de tu localidad: alimentos energéticos (por ejemplo, mashica, ponche de habas), frutas y la ingestión de líquidos y mates.
- Almacena agua y alimentos no perecibles de la zona como arroz, menestras, charqui, chuño, conservas, así como como leña o carbón para cocinar o generar calor en las noches.

DURANTE:

- Pon en práctica el Plan de Contingencia. Abriáte con ropa gruesa de la zona, protegiéndote el rostro y la cabeza.
- Consume bebidas calientes y alimentos que proporcionen energía: grasas y dulces a fin de incrementar la capacidad de resistencia al frío.
- Realiza actividades físicas y lúdicas en el interior del aula como correr, saltar, mover extremidades, etc.

DESPUÉS:

- Permanece atento a la información que proporciona el SENAMHI.
- Evalúa el estado de paredes, ventanas y puertas de la institución educativa y participa de su mantenimiento.

La Comisión de Gestión del Riesgo evaluará los daños y necesidades y reportará a través del Portal PERÚ EDUCA: www.perueduca.pe

PREVAED 068

Programa Presupuestal : 068 Reducción de la Vulnerabilidad y Atención de Emergencias por Desastres

CONOZCO MI AMBIENTE, IDENTIFICO LAS AMENAZAS Y GESTIONO LOS RIESGOS DE DESASTRES.