Cuaderno de actividades lúdicas para niñas y niños

TODOS EN CASA TRABAJAMOS

EL PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA

CASA-COMUNIDAD

PERÚ Ministerio de Educación
Dirección Regional de Educación de Lima Metropolitana

USAID DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS UNIDOS DE AMÉRICA

Save the Children

Este Cuaderno de Actividades busca reforzar los conocimientos de niñas, niños y adolescentes para la elaboración del Plan de Familiar de Emergencia en sus casas y comunidades. El documento está elaborado en base a:

- Cuaderno de Trabajo: Plan Familiar de Emergencia "La Seguridad Empieza en Casa"- Aprendiendo el IUEAO de una familia preparada", elaborado por el Instituto Nacional de Defensa Civil (INDECI).

- "Plan Familiar de Emergencia. Preparados ante una emergencia o desastre", elaborado por Predes y Save the Children, en el marco del proyecto "Lima Norte Reduciendo el Riesgo de Desastres", financiado por OFDA/USAID.

Proyecto

El Barrio Somos Tod@s: Fortalecimiento del enfoque inclusivo para la gestión del riesgo de desastres en distritos y asociaciones municipales en el norte de Lima.

Institución

Save the Children

Dirección

Av. Javier Prado Oeste 890, San Isidro - Lima – Perú

Con el apoyo de

Oficina de Asistencia Humanitaria de USAID (BHA)

Directora de País:

Verónica Valdivieso

Gerente de Proyectos en Gestión de Riesgos de Desastres

Luis Romero Jara

Coordinadora de Educación

Martha Chipana Cardenas

Reconocimiento

A los especialistas de ODENAGED Y DRELM por su apoyo técnico

Mensaje para los padres y madres de familia

Padres y madres de familia, sin importar la edad de sus hijos (aún cuando sean muy pequeños o estén un tanto más grandes), estos deben estar informados acerca de los peligros que podrían llevar a ocasionar una emergencia o un desastre en su casa o sus centros educativos; así como también, sobre las medidas de preparación, las cuales deben seguir de acuerdo a su edad. Entre estas medidas, está su participación activa en la elaboración del Plan Familiar de Emergencia.

Al hablar de emergencias o desastres, no debemos sembrar temor en ellos; por el contrario, debemos enseñarles que prevenir es una forma eficaz de cuidarse. Aprovechemos que los niños, niñas y adolescentes son muy responsables cuando las indicaciones son impartidas por sus docentes, sus padres u otros cuidadores mayores; por lo que suelen poner todo su entusiasmo, empeño y responsabilidad en cumplirlas. Tengamos presente que estos conocimientos les serán útiles a lo largo de sus vidas; lo que, en muchas oportunidades, les permitirá salvarse o ayudar a otros.

La familia en su conjunto ampliará sus conocimientos de preparación; conocerán, entre otros, las zonas de evacuación, el plano de seguridad de su vivienda, la implementación de la mochila y el botiquín de emergencia, reconociendo para qué es útil cada producto. Además, en estos tiempos de pandemia, no olviden que es necesario agregar mascarillas, gel, alcohol, jabón, agua, termómetro y oxímetro.

Por otra parte, recuerden que adicional a la mochila principal, cada uno de sus hijos y demás integrantes de la familia, debe tener su propia mochila de acuerdo a su edad y condición de discapacidad. Esta mochila debería incluir su juguete preferido, cuentos, hojas en blanco, lápices de colores y todo aquello que les permita distraerse y mejorar su estado emocional.

Como padres y madres de familia tenemos la responsabilidad de incluir a nuestros hijos e hijas en la elaboración del Plan Familiar de Emergencia; de esta forma, estaremos creando en ellos una cultura de prevención. Hagámoslo siempre.

¡Hola, amig@s, aprendamos a cuidarnos en una emergencia!

¡Sí!

¿Qué debemos hacer en caso de incendio, sismo y tsunami?

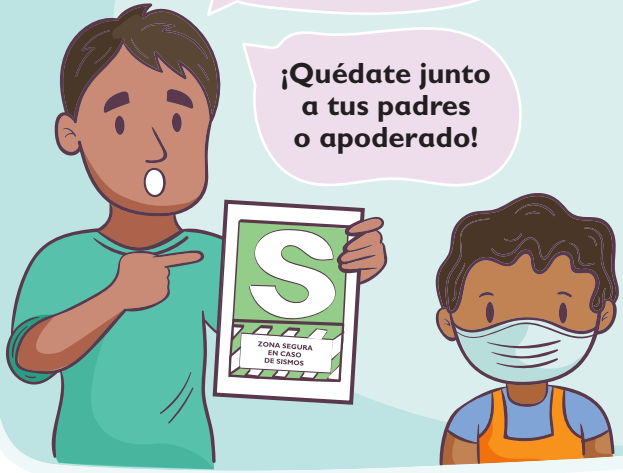
¡Participa en tu **PLAN FAMILIAR** de evacuación con tus padres!

¡Busca tu zona segura!

¡Es por tu seguridad, amig@!

¡Toma en cuenta las señalizaciones!

¡Quédate junto a tus padres o apoderado!



¡Mantén la calma en situaciones de emergencias!

¡No te olvides de la mochila de emergencia y tu mascarilla!

¡Comunícate con tus familiares y marca los números de emergencia!

#119 EN CASO DE SISMO
#105 POLICÍAS
#116 BOMBEROS

PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA

Con un plan familiar de emergencia podemos evitar aumentar el riesgo ocasionado por un incendio, sismo o tsunami. Las familias deben organizarse para poder cumplir roles y saber cómo actuar en una emergencia o desastre de origen natural o alguno ocasionado por el hombre.

1. Identifica junto a tus vecinos y autoridades el riesgo de desastres en tu barrio
2. Reconoce las zonas de evacuación de tu barrio con tus padres, vecinos y autoridades
3. Organiza a tu familia para responder ante situaciones de emergencia
4. Dibuja el plano de seguridad de tu vivienda y ponlo en un lugar visible

5. Prepara tu mochila de emergencia y botiquín de primeros auxilios

6. Respeta las normas de conducta para una situación de emergencia

NO OLVIDES DE USAR LA MASCARILLA

¿Qué debes conocer de tu comunidad?

Conoce a las juntas vecinales de tu comunidad

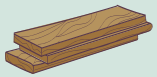
Las familias deben estar capacitadas para actuar en una emergencia o desastre

Evacuar a zonas seguras

Conoce los planos de evacuación de tu comunidad

Conoce los centros de refugio para el adulto mayor y niños en caso de situación de riesgos

Conoce la construcción de las viviendas de tu comunidad



Madera

Ladrillo y cemento

Adobe

Prefabricado

Inundaciones

Terremoto

Tsunami

APRENDAMOS JUGANDO

¿Cómo elaborar un plan familiar?

¿Dónde es la zona más segura? Marca con una "X"

- Dentro
- Afuera

¿Cómo son los caminos en tu comunidad?

- Pista
- Tierra
- Arenal
- Afirmado

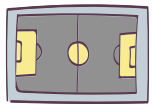
¿Existen establecimientos de salud dentro de tu comunidad?

- Hospitales
- Posta médica
- Clínicas

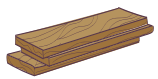
¿Cúal es tu zona de seguridad en la comunidad?

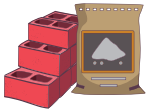
- Parques

- Estacionamiento


- Loza deportiva

¿Qué tipo de vivienda hay en tu comunidad?


- Madera


- Ladrillo y cemento

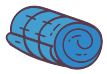
- Adobe

- Prefabricado

¡RECUERDA que en estos lugares NO SE DEBE construir una vivienda!

- ¿Cúal es el rol que cumplo dentro de mi familia en una situación de emergencia o desastre?
- ¿Cúal es el punto de evacuación más cercano a mi casa?

¿Qué debe ir dentro de la mochila de emergencia? Menciona



Escribe el nombre de cada señalética

¿Quiénes deben participar en los simulacros?

- Estudiantes
- Personas mayores
- Jóvenes
- Maestros de obra
- Comerciantes
- Vecinos
- Todos

En caso de emergencia ¿A quién llamarías?

- Abuelos

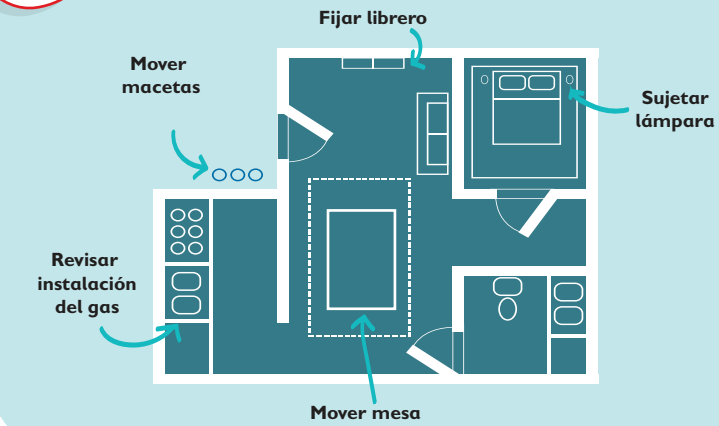
- Padres

- Policía

- Bomberos
- Otros

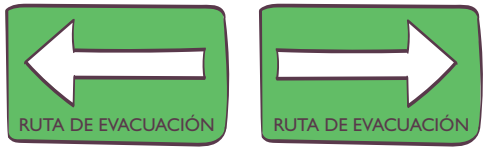
Dibuja el plano de tu vivienda coloreando tus rutas de evacuación.

Recuerda familia que tienes que...

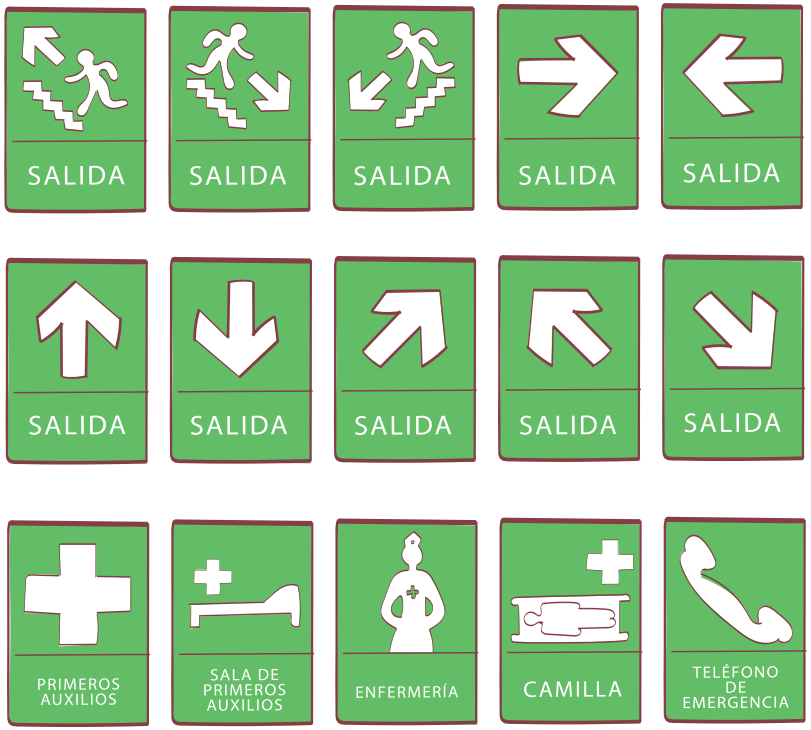


APRENDAMOS LAS SEÑALÉTICAS

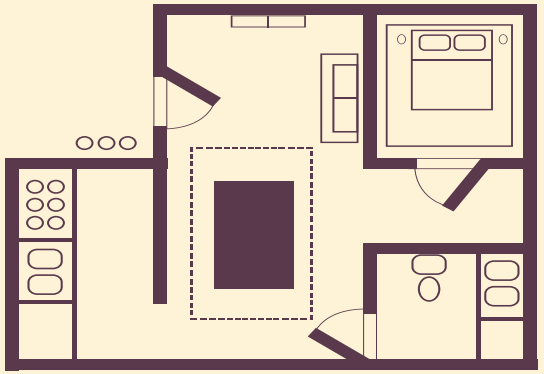
¿Cúal es la señalética que te indica ir por el lado derecho?

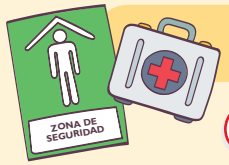


Conoce estas señaléticas



En el caso de un SISMO ¿Por dónde saldrías? Dibuja indicando con las flechas tus rutas de evacuación





En el caso de SISMO ¿Qué harías? **Enumera** de acuerdo a prioridad

- Evacuas a una zona segura
- Te reúnes con tus padres
- Tomas la mochila de emergencia
- Mantienes la calma
- Sales rápido de tu casa

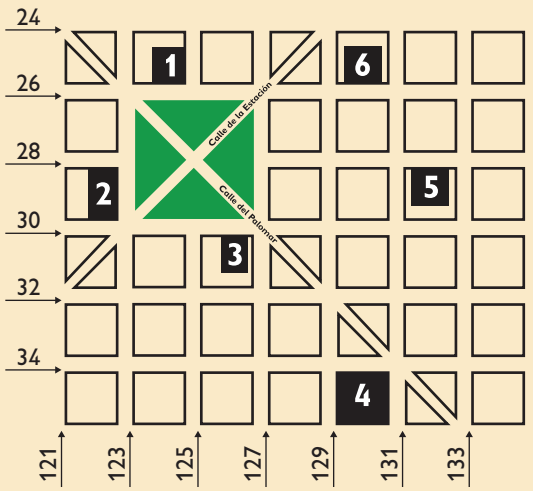
En el caso de un INCENDIO ¿Qué harías? **Enumera** de acuerdo a prioridad

- Das la alerta de incendio a tus padres
- Te pones un trapo húmedo a la nariz y boca
- Sales por la escalera de emergencias
- Llamas a los bomberos y familiares

En el caso de un TSUNAMI ¿Qué harías? **Enumera** de acuerdo a prioridad

- Subes al último piso de tu vivienda
- Te diriges a zonas altas
- Usas un bote inflable

Dibuja el plano de tu comunidad coloreando las rutas de evacuación en caso de emergencia o desastre.



REFERENCIAS:

1. Kiosco
2. Escuela
3. Biblioteca
4. Club
5. Casa de July
6. Casa de Eric

CÓMO RESPONDER ADECUADAMENTE ANTE UNA SITUACIÓN DE EMERGENCIA

¿Cómo funciona el Sistema de Alerta en mi comunidad?

¡Avisa a tu comunidad!

Sigue las **INDICACIONES de ALERTA**

Evacua la zona afectada

Anda a la zona segura de tu comunidad

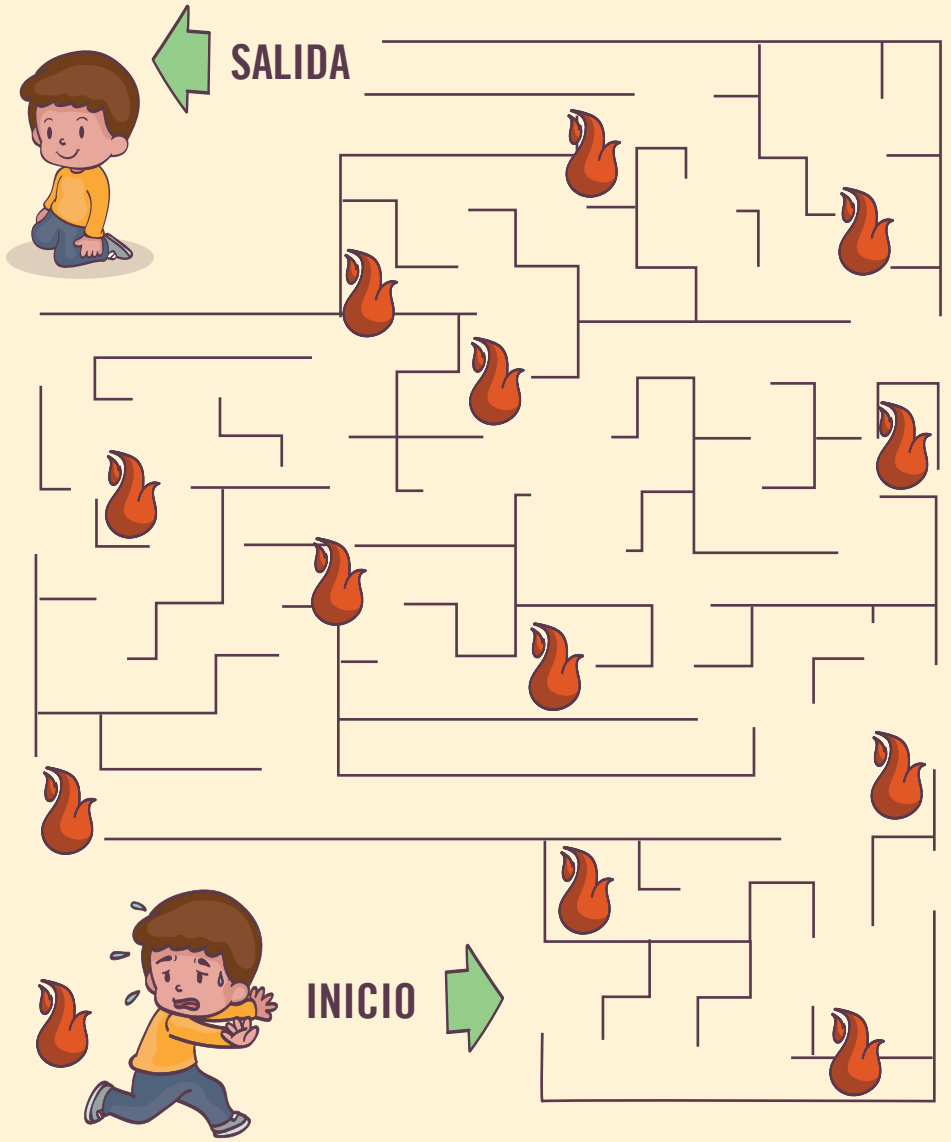
¿Qué acciones tomarías en una situación de emergencia? Marca con una "X"

- ☐ Evacuar la vivienda
- ☐ Recoger mi mochila de emergencia
- ☐ Ponerme mi mascarilla
- ☐ No separarme de mis padres

¿Qué debo hacer en caso de INCENDIO? Marca con una "X"

- ☐ Apagar el fuego con arena
- ☐ Tirarse al piso y gatear a la salidad
- ☐ Usar una toalla mojada para tu rostro
- ☐ Usar el extintor
- ☐ Llamar a los bomberos #116

¡Estás atrapado en un incendio! Encuentra el camino para salir.



SOPA DE LETRAS

Situación de emergencias

A	F	G	T	R	T	A	E	I	E	Y	G	M	D	H	D	U	Z	I	X	F	N
M	O	Y	F	E	I	E	R	J	T	A	J	V	B	L	U	V	A	C	K	O	E
E	E	V	A	C	U	A	C	I	O	N	B	M	O	C	H	I	L	A	H	F	C
V	L	C	A	O	M	Z	O	N	U	O	H	U	M	U	U	Z	O	P	I	J	S
A	J	A	E	B	U	J	O	U	L	R	K	A	B	P	A	E	B	H	I	M	E
C	R	Y	G	O	T	M	I	N	X	C	U	G	E	T	I	A	C	I	D	F	G
U	I	S	M	M	S	S	U	D	A	U	T	I	R	Y	K	O	T	I	G	O	U
A	E	Z	Z	I	A	O	E	A	E	S	Y	L	O	B	O	L	S	O	J	I	R
A	T	I	S	U	R	P	I	C	U	G	E	O	S	W	U	C	K	I	Q	D	I
D	N	U	B	G	E	H	V	I	X	S	E	G	U	R	I	D	A	D	N	N	Z
H	O	S	P	I	D	I	N	O	A	L	I	U	U	J	Z	U	E	Z	P	E	D
T	I	L	T	H	Z	X	C	N	U	R	U	R	Q	R	H	A	P	R	Y	C	A
E	C	G	R	I	H	F	B	U	E	H	P	K	C	K	A	C	E	U	N	N	D
P	A	H	Y	O	O	E	I	N	C	E	A	E	T	O	P	X	N	D	A	I	R
J	D	G	O	G	S	B	H	E	O	K	L	U	S	I	O	N	I	O	N	T	L
O	N	W	E	E	P	M	P	R	O	T	E	C	C	I	O	N	X	O	V	G	N
C	U	I	G	B	I	O	S	I	E	S	R	N	Y	K	C	T	Q	C	O	C	O
X	N	D	P	C	T	B	S	M	F	U	T	U	C	P	P	K	P	I	M	F	W
A	I	F	V	T	A	A	L	F	A	N	A	A	M	T	S	U	N	A	M	I	T
Z	U	H	A	K	L	K	S	I	T	N	L	M	K	U	S	N	O	U	I	K	L
A	P	E	L	I	G	R	O	D	P	O	I	T	E	W	X	U	P	H	U	F	E
W	T	G	P	Y	A	N	C	S	K	D	G	B	T	V	R	U	Z	I	L	O	L

Elaborado por Marcela Bonilla Chuco

Tacha las palabras que encontraste

1. Protección
2. Peligro
3. Seguridad
4. Inundación
5. Evacuación
6. Riesgo
7. Incendio
8. Sismo
9. Mochila
10. Zona Segura
11. Hospital
12. Alerta
13. Tsunami
14. Huaico
15. Bomberos

COMPLETA TUS DATOS Y LOS DE TU FAMILIA
Y COLÓCALO EN TU FOTOCHECK

TARJETA IDENTIFICADORA

NOMBRE:

Fecha de nacimiento:
Color de ojos:
Color de cabello:
Altura:
Peso:

Grupo sanguíneo:
Alergico a:
Enfermedades que sufre:
Medicamentos:
Domicilio:
Teléfono de casa:

TARJETA IDENTIFICADORA

NOMBRE:

Fecha de nacimiento:
Color de ojos:
Color de cabello:
Altura:
Peso:

Grupo sanguíneo:
Alergico a:
Enfermedades que sufre:
Medicamentos:
Domicilio:
Teléfono de casa:

TARJETA IDENTIFICADORA

NOMBRE:

Fecha de nacimiento:
Color de ojos:
Color de cabello:
Altura:
Peso:

Grupo sanguíneo:
Alergico a:
Enfermedades que sufre:
Medicamentos:
Domicilio:
Teléfono de casa:

TARJETA IDENTIFICADORA

NOMBRE:

Fecha de nacimiento:
Color de ojos:
Color de cabello:
Altura:
Peso:

Grupo sanguíneo:
Alergico a:
Enfermedades que sufre:
Medicamentos:
Domicilio:
Teléfono de casa:

COMPLETA TUS DATOS Y LOS DE TU FAMILIA
Y COLÓCALO EN TU FOTOCHECK

INFORMACIÓN DEL PADRE, MADRE O TUTOR:

Nombre: _____
Teléfono: _____

OTRO CONTACTO DE EMERGENCIA:

Nombre: _____
Vínculo con el niño/a: _____
Teléfono: _____
Correo electrónico: _____
Teléfono laboral: _____

INFORMACIÓN DEL PADRE, MADRE O TUTOR:

Nombre: _____
Teléfono: _____

OTRO CONTACTO DE EMERGENCIA:

Nombre: _____
Vínculo con el niño/a: _____
Teléfono: _____
Correo electrónico: _____
Teléfono laboral: _____

INFORMACIÓN DEL PADRE, MADRE O TUTOR:

Nombre: _____
Teléfono: _____

OTRO CONTACTO DE EMERGENCIA:

Nombre: _____
Vínculo con el niño/a: _____
Teléfono: _____
Correo electrónico: _____
Teléfono laboral: _____

INFORMACIÓN DEL PADRE, MADRE O TUTOR:

Nombre: _____
Teléfono: _____

OTRO CONTACTO DE EMERGENCIA:

Nombre: _____
Vínculo con el niño/a: _____
Teléfono: _____
Correo electrónico: _____
Teléfono laboral: _____

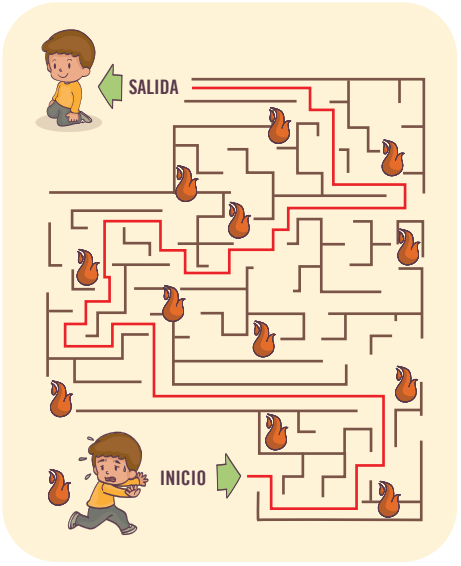
TERMINOLOGÍA:

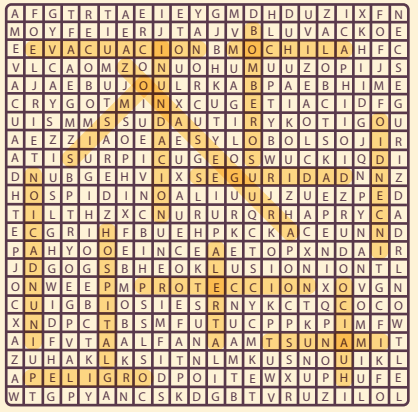
Términos principales relativos al plan familiar de emergencia ante riesgo de desastres

- **Alerta Temprana:** Provisión de información oportuna y eficaz, a través de instituciones identificadas, que permite a individuos expuestos a una amenaza tomar acciones para evitar o reducir su riesgo y su preparación para una respuesta efectiva.
- **Amenaza:** Peligro inminente, natural o inducido por el hombre, anunciado por una predicción.
- **Arenamiento:** Traslado e invasión de masas de arena (dunas) sobre la superficie terrestre y ribera litoral, por la acción de los vientos y corrientes marinas.
- **Derrumbe:** Caída repentina de una porción de suelo, roca o material no consolidado, por la pérdida de resistencia al esfuerzo cortante y a la fuerza de la gravedad, sin presentar un plano de deslizamiento. El derrumbe suele estar condicionado a la presencia de discontinuidades o grietas en el suelo con ausencia de filtraciones acuíferas no freáticas. Generalmente ocurren en taludes de fuerte pendiente.
- **Deslizamiento:** Ruptura y desplazamiento de pequeñas o grandes masas de suelos, rocas, rellenos artificiales o combinaciones de éstos, en un talud natural o artificial. Se caracteriza por presentar necesariamente un plano de deslizamiento o falla, a lo largo del cual se produce el movimiento.
- **Epicentro:** Proyección del foco sísmico o hipocentro en la superficie terrestre.
- **Fenómeno:** Todo lo que ocurre en la naturaleza que puede ser percibido por los sentidos y ser objeto del conocimiento. Puede ser de origen natural o inducido por el hombre.
- **Huayco:** Término de origen peruano (del idioma nativo quechua) que significa quebrada y que, en geología, se denomina como aluvión. El "huayco" o "llocllа" (el más correcto en el idioma quechua), es un tipo de aluvión de magnitudes ligeras a moderadas que se registra con frecuencia en las cuencas hidrográficas del país; generalmente, durante el período de lluvias.
- **Llovizna:** Precipitación de gotas de agua pequeñas y numerosas, con diámetros menores a 0.5 mm, caen de una niebla o de una capa baja de estratos. Indican una estratificación estable, con ausencia de movimientos verticales de consideración. Las gotas son tan pequeñas que parecen flotar en el aire.
- **Mitigación:** Reducción de los efectos de un desastre, disminuyendo la vulnerabilidad; a través de, medidas de prevención que se toman a nivel de ingeniería, dictado de normas legales, planificación y otras disposiciones que estén orientadas a la protección de vidas humanas, de bienes materiales y de producción, contra desastres de origen natural y/o inducidos por el hombre.
- **Peligro:** La probabilidad de ocurrencia de un fenómeno natural o inducido por el hombre, potencialmente dañino, para un período específico y una localidad o zona conocidas. Se identifica, en la mayoría de los casos, con el apoyo de la ciencia y tecnología.
- **Preparación:** Actividades y medidas tomadas anticipadamente para asegurar una respuesta eficaz ante el impacto de amenazas, incluyendo la emisión oportuna y efectiva de sistemas de alerta temprana y la evacuación temporal de población y propiedades del área amenazada.
- **Mapa de Riesgos:** Representación de las características de una comunidad, un barrio o un determinado sector, con información referente a los peligros y vulnerabilidades existentes, los recursos disponibles con los que cuenta la comunidad para hacer frente a la ocurrencia de fenómenos naturales; tales como sismo, tsunami, aluvión, deslizamientos, lluvias intensas, inundaciones, entre otros.
- **Sismo:** Liberación súbita de energía generada por el movimiento de grandes volúmenes de rocas en el interior de la Tierra, entre su corteza y manto superior, que se propagan en forma de vibraciones a través de las diferentes capas terrestres.
- **Riesgo:** Probabilidad de consecuencias perjudiciales o pérdidas esperadas (muertes, lesiones, propiedad, medios de subsidencia, interrupción de actividad económica o deterioro ambiental), resultado de interacciones entre amenazas naturales o antropogénicas y condiciones de vulnerabilidad.
- **Vulnerabilidad:** Grado de resistencia y/o exposición de un elemento o conjunto de elementos, frente a la ocurrencia de un peligro. Puede ser física, social, económica, cultural o institucional.

Terminología de Defensa Civil publicada por el Instituto Nacional de Defensa Civil - INDECI.

RESPUESTA DE JUEGOS





PERÚ | Ministerio de Educación | Dirección Regional de Educación de Lima Metropolitana

USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS UNIDOS DE AMÉRICA

Save the Children

La realización de esta publicación fue posible gracias al apoyo del pueblo de los Estados Unidos de América, proporcionado mediante la Oficina de Asistencia Humanitaria de los Estados Unidos para el Desarrollo Internacional (BHA/USAID). El contenido aquí expresado es responsabilidad de las instituciones implementadoras y no necesariamente refleja las opiniones de USAID o del Gobierno de los Estados Unidos.