



### ¿Qué es el Plan Familia Preparada?

Es el conjunto de actividades y preparativos que debe realizar una familia según sus necesidades, con el fin de reducir riesgos que afecten negativamente su bienestar en situaciones de emergencia.

Es importante conocer el sector donde vivimos ya que podríamos estar expuestos a amenazas naturales (ej. tormentas, viento zonda, sismos, aluviones, erupción volcánica) o causadas por la acción humana (ej. incendios, contaminación tóxica), que ocurren en los lugares y horario menos esperados y pueden enfrentarnos a situaciones de emergencia.

Protegernos y proteger a la familia cuando ocurre una emergencia, requiere planificar con anticipación

Elaborar el Plan Familia Preparada es sencillo, a continuación te detallamos la Guía de pasos a seguir:



#### Paso 1

#### Conocimiento de nuestra casa.

En el plan es muy importante que todos los miembros de la familia conozcan las características de la vivienda e identificar los riesgos fuera y dentro de casa.

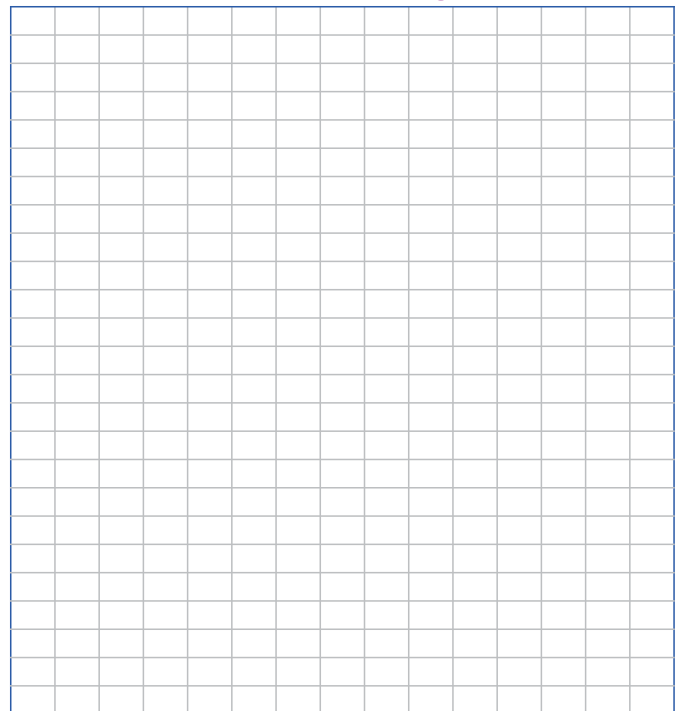
- ¿Con que material está construida la vivienda que habitamos?  
\_\_\_\_\_
- ¿Poseemos estanterías, muebles, lámparas o cuadros, que pudieran caerse?  
\_\_\_\_\_
- ¿Tenemos protegidos los vidrios de: ventanas, puertas y espejos?  
\_\_\_\_\_
- Sobre las camas ¿qué objetos, se pueden caer y hacernos daño?  
\_\_\_\_\_
- ¿Cómo son los ingresos y salidas de la vivienda?; ¿Están libres de obstáculos?  
\_\_\_\_\_
- ¿Ha realizado limpieza y mantenimiento de: cañerías, desagües y techos?  
\_\_\_\_\_
- ¿Sabe dónde se encuentran las llaves e interruptores de: agua, gas, electricidad y cómo cerrarlas?  
\_\_\_\_\_
- ¿Sabemos en qué estado de funcionamiento se encuentran las estufas y el calefón de la casa?  
\_\_\_\_\_
- ¿Disponemos de un matafuegos (extintor) y sabemos utilizarlo?  
\_\_\_\_\_
- ¿Sabemos si tenemos y dónde se encuentran la sustancias peligrosas como venenos, líquidos de limpieza, etc.?  
\_\_\_\_\_
- ¿Cómo esta nuestra vereda? ¿hay postes de luz y cables que pudieran caerse?  
\_\_\_\_\_
- ¿Conocemos quiénes son nuestros vecinos y cómo podríamos ayudarlos?  
\_\_\_\_\_



#### Paso 2

#### Dibujar con la familia un mapa de nuestra casa y marcar:

- ➔ Salida de Emergencia
- ⊗ Lugar seguro
- 🔑 Llaves de paso de G, E, A (gas, electricidad, agua)
- 🏠 Botiquín
- 🧰 Bolso de Emergencia
- 🔧 Herramientas
- 🔥 Matafuegos



Es posible que cuando ocurra una emergencia usted no se encuentre en el hogar. Es necesario elegir un lugar seguro fuera de la casa como punto de encuentro ej. plaza cercana, etc. Indicar en que lugar se reunirán:

PE

# Plan Familia Preparada

## GUÍA

Para estar preparados en una emergencia:

Prepará a tu familia.

Prepará el bolso de emergencia.

Prepará tu botiquín.



Paso 3

Grupo familiar

Realizar un listado de números de teléfonos familiares y contactos importantes. Cuando ocurre una emergencia se debe tener a mano los números de teléfono necesarios.

Nombre	Edad	Grupo sanguíneo	N° carnet	cobertura médica	medicamento	Teléfono/celular
Mascota	elementos necesarios					
Teléfono del trabajo mamá/papá	contacto de otro familiar	Teléfono de la escuela				
Teléfono Emergencia obra social	E- Mail					



Paso 4

Tareas

Indicar que función tiene cada uno en el grupo familiar de producirse una situación de emergencia.

Reunir al grupo por mensajes de texto:

Retirar a los hijos de la escuela:

Sacar el bolso y botiquín de emergencia:

Cerrar las llaves de agua, gas y el interruptor de electricidad.

Ocuparse de las mascotas.

Ayudar a personas con necesidades especiales ej: discapacitados

Contactarse con familiares por mensaje de texto.

Otro:

Paso 5

Números de teléfonos de Emergencias

**911** Bomberos 100  
 Policia 101  
 Defensa civil Mendoza 103  
 EMERGENCIAS Servicio Coordinado de Emergencias 107 | 428-0000

Dpto. de Protección Civil- Municipalidad de Godoy cruz  
 Emergencia las 24 hs. tel. 4133280-Móvil:153-068509

Bomberos Voluntarios Godoy Cruz 4223332

Servicio de agua potable AGUAS MENDOCINAS tel. 0810-777-2482  
 Servicio de energía eléctrica EDEMSA tel. 0800-333-3672  
 Servicio de gas natural ECOGAS tel. 0800-999-1600

Hospital Central tel. 4200063/4200600  
 Hospital Lencinas tel. 4272600  
 Atención Quemados 4259700 tel. (int. 144)  
 Hospital del Carmen tel. 422-8800  
 Hospital Español tel. 4242319  
 Centro de Asistencia Antirrábica tel. 4230440  
 Centro de Ayuda al Suicida tel. 4309069

Paso 6

Prepará tu bolso para una emergencia

En todas las casas debe haber a mano un bolso o mochila en donde llevar lo que necesitamos para poder enfrentar una emergencia por 72 horas:

- Mantener una reserva de **alimentos secos** y en lata, teniendo en cuenta el vencimiento y que no necesiten heladera: leche en polvo, fideos, arroz, lata de tomate, barras de cereales, cereales, chocolate. etc.
- Reserva de **agua potable**, considerando la cantidad de litros por el número de personas y su vencimiento, que son:-2 litros x persona x día.
- Una **radio a pilas o baterías**, nos permitirá estar informados constantemente de la situación.  
 LV-Diez-Radio de Cuyo  
 AM 720 / FM 104.1  
 Radio Nihuil  
 AM 680 / FM 98.9  
 LV3-Cadena 3  
 AM 700 / FM105.1
- Disponer de una **linterna a pilas, o luz de emergencia.**
- Tener a mano un **Kit de aseo**: papel higiénico, jabón, rollo de servilleta, pasta dentífrica, toallas, etc.
- Considerar tener **Ropa de abrigo** (mantas - frazadas) jogging y zapatillas, ropa Impermeable.
- Un **silbato** para alertar o pedir ayuda.
- Caja de herramientas: martillo, pinzas, alambre fino, clavos, sogas, etc.
- Un **Matafuego** (un extintor).
- Documentación personal**: cédula provincial o federal (que poseen el grupo sanguíneo), DNI.
- No es obligatorio, pero es importante que toda familia tenga: **termo, carpa, heladera portátil** (de telgopor) y mesa de camping en su casa.

Prepará tu Botiquin para una emergencia

**Para curaciones:** curitas, cinta adhesiva, gasas y vendas, vendaje elástico.

**Antisépticos:** Agua oxigenada, Solución antiséptica ej. yodo.

**Otros:** Tijeras, aspirinas, termómetro, guantes, analgésicos y medicamentos que la familia utiliza en forma habitual.

Deberá revisarse periódicamente el contenido del botiquín para evitar que haya productos vencidos o en mal estado.