



Summerhill School

Love & Wisdom



PROTOCOLO ANTE TERREMOTOS O SISMOS

¡ESTAR PREPARADOS SALVA VIDAS!



ANTES PREPÁRATE HOY, PROTÉGETE MAÑANA

- ✓ **Infórmate y participa**
Conoce los planes de emergencia y las rutas de evacuación.



- ✓ **Revisa tu entorno**
Asegura estanterías, objetos pesados y líquidos. Evita dejar cosas que puedan caer.



- ✓ **Ten tu mochila de emergencia**
Incluye agua, linterna, botiquín, radio, alimentos no perecederos y copias de documentos.



- ✓ **Practica el simulacro**
Participa activamente en los simulacros. La práctica hace la diferencia.



RECUERDA:

Prevenir es responsabilidad de todos. La seguridad empieza contigo.



DURANTE MANTÉN LA CALMA, ACTÚA CON SEGURIDAD

¡AGÁCHATE, ALÉJATE Y
PROTÉGETE AL LADO DE LA MESA!

1 AGÁCHATE

Baja tu cuerpo flexionando las rodillas.



2 ALÉJATE

Ubícate al lado de muebles firmes (mesas, escritorios) y alejado de ventanas y objetos que puedan caer.



3 PROTÉGETE

Aléjate de vidrios, lámparas y objetos que puedan caer. Mantente en esa posición hasta que termine el sismo.



TRIÁNGULO DE LA VIDA

Si un objeto pesado cae, aléjate de él y colócate al lado de muebles resistentes. Puede formarse un espacio de seguridad (triángulo de la vida).



No corras ni grites.



No uses ascensores.



Sigue las indicaciones de los adultos.



DESPUÉS

ACTÚA CON RESPONSABILIDAD,
AYUDA A LOS DEMÁS

- ✓ **Evalúa tu entorno**
Revisa si hay heridos, daños o riesgos (gases, cables, vidrios).



- ✓ **Evacúa con calma**
Sigue las rutas de evacuación y dirígete al punto de encuentro.



- ✓ **Ayuda y no te expongas**
Brinda ayuda básica si sabes hacerlo, pero no te arriesgues.



- ✓ **Infórmate por canales oficiales**
Escucha la radio o medios oficiales. No difundas rumores.



**LA SOLIDARIDAD
NOS HACE MÁS FUERTES.**

Cuidemos de nosotros y de los demás.



EN SUMMERHILL SCHOOL, CUIDAMOS NUESTRA VIDA Y LA DE LOS DEMÁS. ¡PREVENIR, ACTUAR Y AYUDAR!





Summerhill School

Love & Wisdom

PROTOCOLO ANTE INCENDIOS

¡ESTAR PREPARADOS SALVA VIDAS!



NÚMERO DE EMERGENCIAS
123



La prevención y la acción oportuna pueden **salvar vidas**.



ANTES PREPÁRATE, PREVIENE Y PROTÉGETE

1. PREVIENE

Revisa instalaciones eléctricas, evita sobrecargar enchufes y no uses aparatos dañados.



2. CONOCE

Identifica las salidas de emergencia, rutas de evacuación y el punto de encuentro.



3. EQUIPA

Asegúrate de que los extintores estén en lugares visibles y accesibles.



4. EDUCA

Infórmate sobre el uso del extintor y qué hacer en caso de incendio.



5. REALIZA SIMULACROS

Participa en simulacros para saber cómo actuar con rapidez y seguridad.



RECUERDA:

Pequeñas acciones hoy, pueden evitar grandes tragedias mañana.



DURANTE ACTÚA CON CALMA Y SIGUE ESTOS PASOS

1. MANTÉN LA CALMA

No corras, no grites y evita el pánico.



2. ALERTA

Informa de inmediato a un adulto o activa la alarma de incendio.



3. EVALÚA

Si el incendio es pequeño y tienes un extintor cerca, y sabes usarlo, intenta apagarlo sin ponerte en riesgo.



4. EVACÚA

Si el incendio es grande o no puedes controlarlo, evacúa de inmediato por la ruta de evacuación más cercana.



5. DIRÍGETE AL PUNTO DE ENCUENTRO

No te detengas ni regreses por objetos personales. Reúntete en el punto de encuentro y espera indicaciones.



6. AYUDA

Si alguien necesita ayuda, infórmalo a los brigadistas o a los docentes.



DESPUÉS REVISA, APRENDE Y MEJORA

1. VERIFICA

Asegúrate de que todas las personas estén a salvo en el punto de encuentro.



2. INFORMA

Reporta lo sucedido a los docentes o responsables.



3. NO REGRESES

No vuelvas al edificio hasta que el personal autorizado lo indique.



4. REVISA Y APRENDE

Participa en la revisión del incidente para mejorar nuestras medidas de seguridad.



5. CUIDA TU BIENESTAR

Si te sientes asustado o ansioso, habla con un adulto de confianza.



RECUERDA:

Pequeñas acciones hoy, pueden evitar grandes tragedias mañana.



USO BÁSICO DEL EXTINTOR (PAS)

P PRESIONA

la manija para liberar el agente extintor.



A APUNTA

a la base del fuego.



S SOPLA

de lado a lado hasta apagar el fuego.



IMPORTANTE:

Si el fuego crece rápidamente o no puedes controlarlo, evacúa y llama a emergencias.

123



EN SUMMERHILL SCHOOL, CUIDAMOS NUESTRA VIDA Y LA DE LOS DEMÁS.

¡PREVENIR, ACTUAR Y AYUDAR SALVA VIDAS!



Summerhill School

Love & Wisdom

KIT DE EMERGENCIAS



¡ESTAR PREPARADOS, NOS HACE MÁS SEGUROS!



Un kit de emergencias reúne los elementos básicos que necesitamos para sobrevivir las primeras **72 horas** ante un desastre.

Tener un kit de emergencias en casa, en el colegio y en el auto puede marcar la diferencia en una situación crítica.



¿QUÉ DEBE CONTENER?



AGUA

Al menos 2 litros por persona al día durante 3 días.



ALIMENTOS

No perecederos, que no necesiten refrigeración ni cocción.



BOTIQUÍN

Medicamentos básicos, vendas, curitas, gasas, antisépticos, etc.



LINTERNA

Con pilas de repuesto o linterna de manivela.



RADIO

Preferiblemente de pilas o manivela para mantenerte informado.



DOCUMENTOS IMPORTANTES

En bolsas impermeables (copias): identificación, seguros, contactos.



ROPA Y ABRIGO

Ropa cómoda, abrigadora y manta ligera.



ARTÍCULOS DE HIGIENE

Papel higiénico, jabón, toallitas húmedas, cepillo y pasta dental, etc.



HERRAMIENTAS

Navaja multiusos, cinta adhesiva, cuerda, guantes.



SILBATO

Para pedir ayuda en caso de emergencia.



DINERO EN EFECTIVO

En billetes y monedas pequeñas.



ARTÍCULOS ESPECIALES

Para bebés, adultos mayores o personas con necesidades especiales.

RECUERDA

- ✓ Revisa tu kit cada 6 meses y reemplaza lo que esté vencido o en mal estado.
- ✓ Guárdalo en un lugar accesible y todos en casa deben saber dónde está.
- ✓ Prepara un kit para cada miembro de la familia.



¿DÓNDE TENER TU KIT?



En casa:
en un lugar seguro y de fácil acceso.



En el colegio:
consulta con tu colegio sobre el plan de emergencia.



En el auto:
para estar preparado en cualquier momento.

¡LA PREVENCIÓN COMIENZA CONTIGO!

Juntos podemos cuidar nuestra vida y la de los demás.



IMPORTANTE:

El kit de emergencias no reemplaza un plan. Ten siempre un plan familiar de emergencia.

EN CASO DE EMERGENCIA

123

¡LLAMA DE INMEDIATO!



ESTAR PREPARADOS ES ACTUAR CON INTELIGENCIA Y RESPONSABILIDAD.



EN SUMMERHILL SCHOOL, CUIDAMOS NUESTRA VIDA Y LA DE LOS DEMÁS.
¡PREVENIR, ACTUAR Y AYUDAR SALVA VIDAS!





¿CÓMO ELABORAR UN PLAN DE EMERGENCIA FAMILIAR?

¡LA PREPARACIÓN HOY, ES SEGURIDAD MAÑANA!



Tener un plan de emergencia familiar nos permite actuar con calma y seguridad ante un terremoto o cualquier otra emergencia. Prepara tu plan con tu familia y revisalo periódicamente.

1. PERSONAS QUE VIVEN EN LA VIVIENDA

NOMBRE COMPLETO	EDAD	PARENTESCO	TELÉFONO DE CONTACTO

2. MASCOTAS

NOMBRE	TIPO DE MASCOTA	EDAD	NECESIDADES ESPECIALES



3. VULNERABILIDADES IDENTIFICADAS

RIESGO O VULNERABILIDAD	¿CÓMO NOS AFECTA?

4. ELABORACIÓN DEL PLAN DE ACCIÓN

Escribe las acciones que realizará tu familia antes, durante y después de una emergencia.

ANTES	DURANTE	DESPUÉS

5. PLAN DE EVACUACIÓN

Dibuja el croquis de tu vivienda y marca:

- Rutas de evacuación
- Punto de encuentro
- Riesgos identificados



6. ACCIONES DE EVACUACIÓN

ACCIÓN	ENCARGADO
Encargado de mascotas	_____
Apoyo a abuelos	_____
Tomar kit de emergencia	_____
Realizar un simulacro	_____

MI KIT DE EMERGENCIA DEBE INCLUIR:



TAREA:

Elabora en familia el Plan de Acción completo, incluyendo el croquis de tu vivienda y las acciones específicas que realizarán.



¡TU SEGURIDAD, ES NUESTRA PRIORIDAD!



EN SUMMERHILL SCHOOL, CUIDAMOS NUESTRA VIDA Y LA DE LOS DEMÁS.
¡PREVENIR, ACTUAR Y AYUDAR!

