

## PLAN FAMILIAR DE PROTECCIÓN CIVIL

### ¿Qué es un Plan de protección Civil?

Es un conjunto de medidas preventivas básicas que todos los integrantes de una familia deben de conocer, con la finalidad de conocer los riesgos a los que se encuentran expuestos y ubicar los lugares más seguros.

**RECUERDA** adaptarlo para cualquier tipo de desastre y a las necesidades específicas de cada familia, tomando en cuenta las características del lugar donde viven, la ciudad donde se encuentren y sobre todo por la cantidad de personas con las que está conformada la familia.



**EL NO SABER QUE HACER EN CASO DE UN DESASTRE, EXPONE LA INTEGRIDAD FÍSICA DE LAS PERSONAS Y LOS BIENES MATERIALES A MUCHO MAYOR RIESGO**

## **PORQUE LA SEGURIDAD EMPIEZA EN CASA**



## ¿Cómo elaborar un Plan Familiar de Protección Civil?

Para elaborar un Plan Familiar de Protección Civil es necesario tomar en cuenta estos 4 sencillos pasos:

### 1. DETECTA Y REDUCE RIESGOS

- Revisa el estado de construcción de tu casa.
- Toma en cuenta el tipo de vivienda y el lugar donde está construida.
- Asegura el mobiliario que se pueda caer.
- Reubica el mobiliario que pueda obstruir tu camino.
- Verifica que se encuentren en buen estado las instalaciones de agua, gas y de energía eléctrica.
- Ubica las sustancias peligrosas que manejas en tu casa y almacénalas en lugares adecuados.
- Identifica los peligros que puedan presentarse alrededor de tu casa.

### 2. DISEÑA RUTAS DE EVACUACIÓN Y SALIDAS DE EMERGENCIA

- Elabora un croquis sencillo de tu casa y de los alrededores. Marca con **ROJO** los riesgos detectados y anota las recomendaciones para reducirlos.
- Marca otros elementos de peligro que puedan dañarte (alcantarillas o registros sin tapa, roturas o desniveles en el piso, salientes de muros, rejas, cables tendidos macetas o jardineras.
- Marca el lugar más seguro, tanto dentro como fuera de casa y decide junto con tu familia un **PUNTO DE REUNIÓN**.
- Traza con flechas **VERDES** las rutas menos peligrosas.

**OJO: MIDE EL TIEMPO QUE TARDAS EN LLEGAR AL LUGAR MÁS SEGURO FUERA DE LA CASA, TOMA DIFERENTES RUTAS Y ELIJE LA OPCIÓN QUE OCUPE MENOS TIEMPO.**

**EL LUGAR MAS SEGURO ES  
AQUEL QUE TE OFRECE  
MAYORES POSIBILIDADES  
DE SOBREVIVIR EN CASO  
DE UN DESASTRE**

### 3. PREPARATE Y TOMA LA MEJOR DECISIÓN

- Elabora un listado con los documentos y objetos que siempre se deben tener a la mano en caso de un desastre y ten lista tu mochila de emergencia.

DOCUMENTOS IMPORTANTES: TELEFONOS DE EMERGENCIA, ACTA DE NACIMIENTO, CERTIFICADOS ESCOLARES, IDENTIFICACIONES, PÓLIZAS DE SEGURO, CARTILLAS, PASAPORTES, ESCRITURAS Y FACTURAS DE BIENES.

- Investiga a que desastres estas expuesto (Incendios, Inundaciones, etc.) con la finalidad de que los conozcas y sepas que hacer en caso de que ocurran.

### 4. REALIZA SIMULACROS

- Un simulacro es un ensayo o una práctica acerca de cómo se debe actuar en caso de una emergencia. Y sirve para fomentar la cultura de Protección Civil entre la familia.



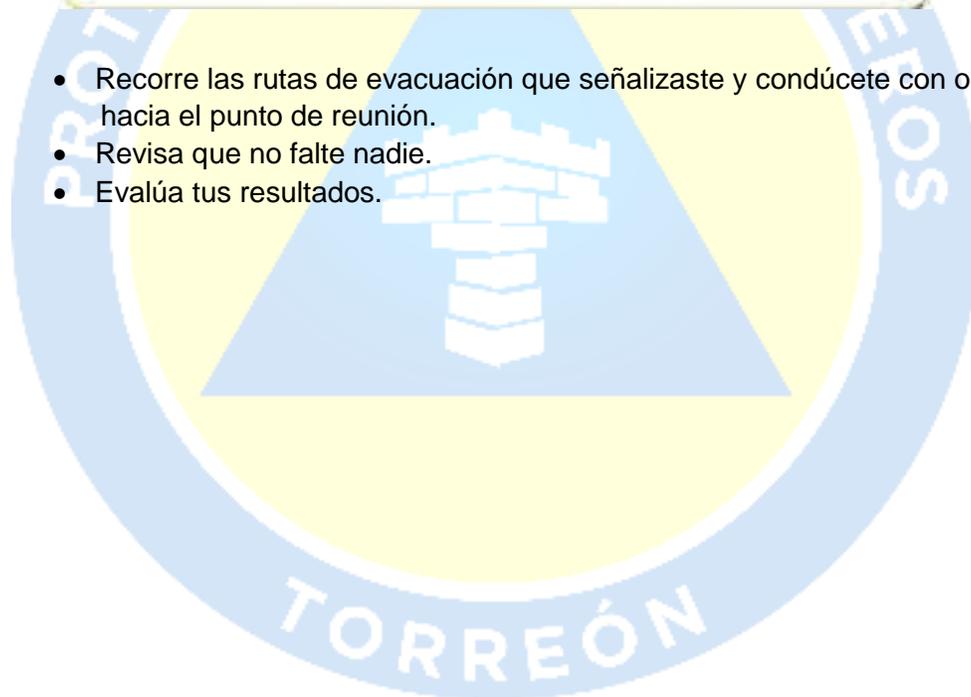
#### • PASOS PARA REALIZAR UN SIMULACRO:

- ❖ Imagina alguna probable situación de emergencia que pueda ocurrir en tu hogar o en tu localidad.
- ❖ Asigna responsabilidades a cada integrante de la familia.
- ❖ Emite la voz de alarma (silbato, campana, alarma, sirena, etc.).
- ❖ Desconecta aparatos eléctricos.

- ❖ Suspenda cualquier actividad y corte la energía eléctrica, y el flujo gas y agua.
- ❖ En caso de evacuación, debes salir en orden y tomar en cuenta lo siguiente:



- Recorre las rutas de evacuación que señalizaste y concúctete con orden hacia el punto de reunión.
- Revisa que no falte nadie.
- Evalúa tus resultados.



## INFORMACIÓN IMPORTANTE

### MOCHILA DE EMERGENCIA



### DIRECTORIO DE EMERGENCIAS

Da la comunicación de alarma a los cuerpos de emergencia correspondiente y mantente alerta para las posibles recomendaciones que ellos puedan darte.

Organismo	Ubicación	Teléfono(s)
Sistema de Emergencias		911
Protección Civil. Torreón	Prolongación degollado S/N Col. Luis Echeverría	192 24 05 / 07
Cruz Roja Mexicana. Torreón	Calzada Cuauhtémoc y Av. Hidalgo	707-01-40
Bomberos	Av. Delicias y Prolongación Degollado S/N Col. Luis Echeverría	712-00-66
Policía Municipal	Periférico s/n frente a Parque Industrial La Amistad	729-00-99

### **BOTIQUIN DE PRIMEROS AUXILIOS**

Aquí te enlistamos lo básico que debe contener un botiquín de Primeros auxilios:

- Tijeras
- Gasas
- Guantes de látex
- Abate lenguas
- Antisépticos
- Jabón quirúrgico
- Apósitos
- Agua estéril
- Vendas
- Curitas
- Cubre bocas
- Sabana térmica

### **UBICA LOS REFUGIOS TEMPORALES**

En caso de que no puedas regresar a casa y no tengas donde quedarte, puedes acudir a alguno de los refugios que se instalan en lugares seguros en caso de una emergencia.

## **Y RECUERDA...**

- Actualizar tu plan constantemente.
- Realizar simulacros por lo menos 3 veces al año.
- Revisar tu casa periódicamente.
- No dejar aparatos electrónicos conectados.
- Mantenerse informado.
- PREVENIR ES VIVIR

**Página de Facebook:**

Coordinación Municipal de Protección Civil y Bomberos

<https://www.facebook.com/ProteccionCivilyBomberosTRC/>