



CEPC

COORDINACIÓN ESTATAL PROTECCIÓN CIVIL

GOBIERNO DE BAJA CALIFORNIA



GUÍA PLAN FAMILIAR

DE PROTECCIÓN CIVIL

Plan Familiar

Introducción

Hay muchos tipos de emergencias como: sismos, incendios, inundaciones, accidentes aéreos entre otros, que rara vez dan aviso y pueden ser devastadores, aunque esta guía tiene como objetivo principal prepararse para sismos, ya que nuestra región es altamente sísmica, los pasos que aquí se dan, serán de ayuda a su familia para prepararse ante cualquier tipo de fenómeno perturbador que pueda afectar a su comunidad.

Después de una emergencia o desastre, usted y su familia deben estar preparados para subsistir por sí solos por lo menos las primeras 72 horas, ya que las autoridades y grupos de respuesta estarán atendiendo heridos y atrapados, por lo que es posible que no puedan atender inmediatamente a todos aquellos que necesiten ayuda.


La información presentada en esta guía es de valor práctico en la preparación de un plan, lo que puede ayudar a sobrepasar de una mejor manera un evento fortuito.

Lo invitamos a leerla y llevar a cabo **4** sencillos pasos que culminarán en la elaboración de su **Plan Familiar de Protección Civil**.

Plan Familiar

La seguridad empieza en nuestra casa.

La guía que a continuación te presentamos, puede adaptarse a cualquier situación de emergencia o desastre, y a las necesidades específicas de cada familia, de acuerdo al número de personas que la componen y a las características propias del lugar en el que habitan.

Durante la lectura encontrarás apartados donde verás este símbolo:  Coloca dentro una marca, para verificar que ya realizaste ese paso.

¿Qué debo hacer ante una emergencia o desastre?

Preparar un Plan Familiar específico para cualquier contingencia que puedas enfrentar, ya que este hará la diferencia entre una pronta respuesta para sobrevivir de otra que no. La falta de una adecuada planeación para enfrentar un fenómeno provocará graves daños, lo que pone en mayor riesgo nuestras vidas y nuestro patrimonio.

Un desastre se considera como un evento que al ocurrir, impacta negativamente a la sociedad, a sus bienes y el entorno ecológico, transformando una situación **normal** en una etapa de emergencia colectiva, por lo que es necesario elaborares un **Plan Familiar de Protección Civil**.



Plan Familiar

¿Qué es Plan Familiar de Protección Civil?

Es el conjunto de actividades que los miembros de una familia deben realizar **ANTES**, **DURANTE** y **DESPUÉS** de que se presente una situación de emergencia o desastre. En él, deben considerarse las medidas preventivas y los conocimientos necesarios para actuar de manera organizada.

Un **plan preventivo** requiere que, quienes participan en él, lo hagan de **manera coordinada** y con sentido de **unión**.

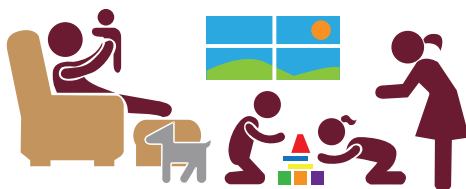
Por ello, es importante que **todas** las personas que viven en el hogar, conozcan las medidas incluidas en el mismo.

Organizar un **Plan Familiar de Protección Civil** es muy sencillo y útil, incluso puede resultar hasta divertido para ti y todos los que habitan en tu hogar; además debe elaborarse con **anticipación** para prepararse convenientemente.

¿Quiénes deben participar en la elaboración del Plan Familiar?

TODOS los miembros de la familia y/o residentes del hogar.

Se recomienda contemplar la participación de los niños con el propósito de que sepan qué deben hacer y puedan así colaborar con las personas mayores y mascotas.



Plan Familiar

¿Qué se pretende?

1. Conocer qué tan segura es nuestra casa y sus alrededores, además de las acciones que se deben llevar a cabo para corregir y mejorar sus condiciones de seguridad.
2. Establecer las rutas de evacuación y salidas de emergencia más seguras y próximas para alejarse del lugar de alto riesgo. Así como ponerse de acuerdo en un lugar donde se reunirá la familia en caso de desastre (dos puntos, uno dentro y otro fuera del hogar).
3. Conocer las listas de utensilios y materiales que se recomienda tener a la mano para su mejor autoprotección, comunicación y abastecimiento (MOCHILA, cubeta y/o cajas de emergencia). Así mismo, debe contar con planes de emergencia para cada situación.
4. Realizar simulacros en casa utilizando los procedimientos elaborados por la familia para cada tipo de evento que pueda afectar.

Además, de esta manera todos los miembros de la familia sabrán que hacer ante una situación de emergencia.



Plan Familiar

¿Qué debe contener?

Cuatro pasos básicos:

Paso 1.- IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS:

Revisar el estado que guarda la construcción de nuestra casa, sus instalaciones y el mobiliario, así como los peligros que puedan presentar sus alrededores, con el fin de detectar y reducir los riesgos potenciales, buscando: **Que la casa ofrezca la máxima seguridad.**

Paso 2.- RUTAS DE EVACUACIÓN:

Diseñar rutas de evacuación y salidas de emergencia con rutas alternativas para: **Alejarse del lugar de alto riesgo.**

Paso 3.- PLAN DE EMERGENCIA:

Prepararse para tomar las decisiones más adecuadas para afrontar el desastre, de acuerdo a las circunstancias de la situación que se pueda presentar y así: **Saber qué hacer.**

Paso 4.- SIMULACROS:

Realizar periódicamente ejercicios o simulacros en el hogar para: **Estar siempre preparados.**

Para que lo anterior se lleve a cabo, debes organizar con tu familia por lo menos dos juntas, la primera para identificar las diversas tareas a realizar y asignar responsabilidades como;

- Mantener en buen estado el equipo de emergencia.
- Armar una MOCHILA.
- Confirmar que el botiquín este en condiciones de uso, y cotenga lo necesario.
- Revisar periódicamente el agua que permanecerá en un recipiente cerrado.
- Describir sencillos pasos que harán por cada situación de emergencia.
- Nombrar un responsable de organizar simulacros, identificar conjuntamente los sitios más seguros en el hogar y los de mayor riesgo.
- Buscar posibles salidas de emergencia y rutas para llegar a ellas.

La segunda junta será para corroborar que cada responsable haya cumplido sus tareas y acordar la fecha de realización de un simulacro dentro del hogar para:

Revisar los pasos a seguir por cada emergencia que pudiera afectar (Plan para sismo, incendio, inundación, epidemia, etc.), ensayar conjuntamente el Plan.

Una vez que se reunió a la familia y se designaron tareas, INICIA con el **PLAN FAMILIAR.**

Plan Familiar

1 - ¿Cómo detectar y reducir los riesgos a los que estamos sujetos?

DETECTA RIESGOS

- Comienza por elaborar un croquis o plano sencillo de tu casa y alrededores; puedes utilizar Google Maps para ubicar tu casa y/o la hoja anexa para croquis.
- Anota en el croquis las observaciones sobre los posibles riesgos en tu hogar y del entorno, así como recomendaciones para reducirlos.
- Revisa la construcción e indica en el croquis con **rojo** todas aquellas fallas y desperfectos encontrados, y de color **amarillo** columnas firmes y muros de carga.
- Localiza y señala la ubicación de: sustancias inflamables almacenadas, tanques de gas, tomas eléctricas, etc.
- Marca otros elementos de peligro, como pueden ser: alcantarillas o registro sin tapa, roturas o desniveles en el piso, salientes de muros, rejas, cables tendidos, macetas o jardineras y otros objetos en general que pudieran provocar daño.

REDUCE RIESGOS

- Posteriormente, asegura los objetos detectados que pudieran caer en caso de temblor o salir proyectados durante una emergencia o desastre como: televisores, libreros, archiveros, aparatos de radio, estantes, vitrinas, roperos, retratos y otros.
- Con el fin de reducir riesgos, almacena adecuadamente las sustancias inflamables que puedan provocar un incendio, tales como:
 - Alcohol
 - Thinner
 - Gasolina
 - Cloro
 - Petróleo
 - Otros

A continuación, puedes hacer la identificación de riesgos con el siguiente listado:

GUÍA PRÁCTICA PARA DETECTAR RIESGOS INTERNOS Y EXTERNOS

Nombre completo del propietario de la vivienda:

Nombre completo del Jefe / Jefa de Familia:

Describa los nombres, edades, relación y contacto en el formato siguiente de quienes residen en la vivienda;

Nombre	Edad	Relación con Jefe / Jefa de Familia	Teléfono / Correo Electrónico	Observaciones

Domicilio:

Calle: _____

Número exterior: _____ Número interior: _____

Entre que calles: _____

Colonia/ Fracc.: _____

Punto de referencia: _____

IDENTIFICACIÓN DE RIESGOS EXTERNOS

Realice un croquis del entorno de su vivienda donde además de ubicar su casa indicará lo siguiente;

DESCRIPCIÓN:

Norte geográfico;

Calles y avenidas principales (existen riesgos por alguna de ellas);

Riesgos externos de 300 a 500 mts. a la redonda;

Sí la zona es considerada como de alto riesgo; *

Sí la zona es considerada como de riesgo; *

Sí la zona es considerada como alejada de servicios de emergencia;

Servicios de emergencia externos;

Rutas de evacuación en su colonia;

Puntos de reunión en su colonia;

Señalamiento en la colonia.

* Sí tiene dudas comuníquese con la Unidad Municipal de Protección Civil de su localidad.

DENTRO DE ESTE MAPA DE RIESGOS se marcarán los riesgos en el entorno, conforme al listado siguiente y a la manifestación de fenómenos perturbadores que puedan afectar a la población.

DESCRIPCIÓN	SÍ	NO
TANQUES ELEVADOS		
POSTES DE ENERGÍA ELÉCTRICA EN MAL ESTADO		
TORRES CON LÍNEA DE ALTA TENSIÓN		
TRANSFORMADORES DE ENERGÍA ELÉCTRICA		
INMUEBLES ALEDAÑOS DAÑADOS		
BANQUETAS DESNIVELADAS		
ALCANTARILLAS ABIERTAS		
ÁRBOLES GRANDES QUE PUEDEN CAER		
CALLES MUY TRANSITADAS		
FÁBRICAS CON INSTALACIONES DE GAS L.P.		
TANQUES DE GAS L.P.		
GASOLINERAS O GASERAS		
ESPECTACULARES		
FÁBRICAS / ALMACENES DE SUSTANCIAS PELIGROSAS		
BASUREROS		
VÍAS DE FERROCARRIL		
ARROYOS Y LADERAS		
PRESAS		

RIESGOS POR DAÑOS EN LA CONSTRUCCIÓN

Por simple apreciación visual, realizarán una evaluación de su vivienda tomando en cuenta que si responde **Sí** a cualquiera de los puntos, se recomienda solicite un dictamen técnico según corresponda: afectaciones o daños en la construcción en **ADMINISTRACIÓN URBANA** o **CONTROL URBANO** de la Delegación Municipal que corresponde; en instalaciones eléctricas, hidrosanitarias o de gas, recurra a un **PROFESIONAL TÉCNICO**.

CONDICIONES PROBABLES	SÍ	NO
LA VIVIENDA PRESENTA INCLINACIÓN.		
SEPARACIÓN DE ELEMENTOS: MURO - MURO, MURO - COLUMNA, MURO - TECHO, MURO - PISO.		
DEFORMACIÓN DE MURO, COLUMNA, LOSA O TRABE.		
GRIETAS O FISURAS EN MUROS.		
GRIETAS O FISURAS EN PISOS.		
EXISTE FILTRACIÓN DE AGUA.		
LA VIVIENDA PRESENTA HUNDIMIENTO.		
PRESENTA DAÑO EN LA ESCALERA.		
PRESENTA DAÑOS EN TUBERÍAS DE GAS.		
EXISTEN DAÑOS EN TUBERIA DE AGUA.		
TUBERÍAS DE GAS O AGUA PRESENTAN FUGA.		
CISTERNA CON DAÑO O FUGA.		
DAÑO EN TABLERO Y/O MUFA DE MEDIDOR ELÉCTRICO.		
CABLEADO EXPUESTO Y/O CONEXIONES INADECUADAS O MAL INSTALADAS.		
CONTACTOS Y/O INTERRUPTORES SUELTOS, ROTOS, SOBRECARGADOS Y/O QUEMADOS.		

RIESGOS POR ELEMENTOS COMPLEMENTARIOS DE LA CONSTRUCCIÓN

Mediante apreciación visual, realizarán una evaluación de su vivienda tomando en cuenta que si responde **Sí** a cualquiera de los puntos, se recomienda asegurar, reparar o sustituir lo necesario para mitigar los riesgos.

CONDICIONES PROBABLES	SÍ	NO
MUROS FALSOS.		
MARCOS DE PUERTAS Y VENTANAS EN MAL ESTADO (MADERA / METAL).		
VIDRIOS SIN PELÍCULA DE PROTECCIÓN		
PUERTAS Y VENTANAS INSEGURAS		
ANTENAS		
ELEMENTOS SUSPENDIDOS SIN FIJACIÓN		
MOBILIARIO FIJO INSEGURO (ESTANTES Y/O MUEBLES).		

RIESGOS POR ELEMENTOS COMPLEMENTARIOS DE LA CONSTRUCCIÓN.

CONDICIONES PROBABLES	SÍ	NO
PLAFONES FIJOS O SUSPENDIDO		
LÁMPARAS MAL INSTALADAS		
RECUBRIMIENTO DE MATERIAL INCOMBUSTIBLE		
RECUBRIMIENTO DE MATERIAL COMBUSTIBLE		
PISOS FALSOS		
PISOS A DESNIVEL		

OTROS RIESGOS AL INTERIOR DE LA VIVIENDA COMO:

OBJETOS QUE PUEDEN CAER	SÍ	NO
LÁMPARAS		
CANDILES		
BOCINAS		
REJILLAS		
VITRINAS O APARADORES DE VIDRIO		
CANCELES DE VIDRIO		
CANDELABROS		
FLOREROS Y/O ADORNOS		
PLAFONES		
REPISAS		
CUADROS		
ESPEJOS		
LÍQUIDOS TÓXICOS O INFLAMABLES		
MACETAS Y OTROS OBJETOS COLGANTES		

OBJETOS QUE SE DESLIZAN	SÍ	NO
ESCRITORIOS		
MESAS		
SILLAS		
REFRIGERADORES		
Y TODOS AQUELLOS CON RUEDAS		

OTROS RIESGOS AL INTERIOR DE LA VIVIENDA COMO:

OBJETOS QUE PUEDEN VOLCAR	SÍ	NO
EQUIPO DE CÓMPUTO		
LIBREROS		
ROPEROS		
LOCKERS		
ARCHIVEROS		
VITRINAS		
TANQUES DE GAS		
SUBDIVISIONES NO LIGADAS A TECHO Y PISO		

OBJETOS QUE PUEDEN EXPLOTAR/ INFLAMAR	SÍ	NO
RECIPIENTES O TANQUES CON COMBUSTIBLE		
SOLVENTES Y SEMEJANTES (THINNER, ACETONA)		
ALMACENAMIENTO DE PAPEL, CARTÓN, ETC.		

OBJETOS QUE PUEDEN PROPICIAR INCENDIO	SÍ	NO
CIGARROS ENCENDIDOS		
COLILLAS MAL APAGADAS		
VELAS Y VELADORAS		
RECIPIENTES E INSTALACIONES DE GAS		
CAFETERAS		
CONTACTOS, APAGADORES, CABLES EN MAL ESTADO		
HORNOS DE MICROONDAS SIN BASE		

OBJETOS QUE PUEDEN OBSTACULIZAR UNA EVACUACIÓN	SÍ	NO
TAPETES		
MACETAS		
ARCHIVEROS		
PIZARRONES		
MUEBLES		
CUBETAS, TRAPEADORES, ESCOBAS, ETC.		

Después de haber respondido, en el mapa y/o croquis del exterior de su vivienda localice con **rojo** los puntos de riesgo (es decir donde contestó **SÍ**) y posteriormente marque con flechas **verdes** sus salidas de emergencia de acuerdo al **Paso 2**.

Plan Familiar

2- Diseña rutas de evacuación

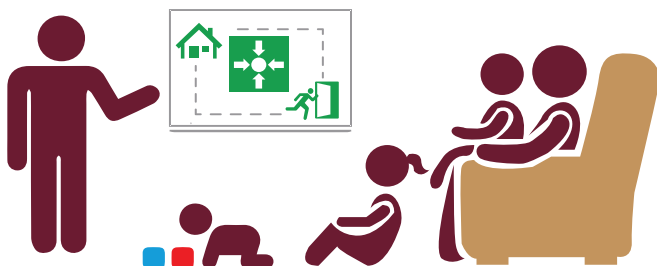
El lugar más seguro es aquel que te ofrece mayores posibilidades de sobrevivir en una emergencia o desastre.

Primero debes definir el lugar de menor riesgo, tanto dentro como fuera de tu casa. Identifica y marca en el croquis, con flechas color verde, las rutas de evacuación que nos conducen al punto de reunión en el exterior y señala los lugares más seguros dentro de la casa. Piensa no solo en las rutas más directas, sino en las que tienen menos peligro, considera salidas alternas y marcalas con flecha verde puntuadas.

Retira los objetos que puedan ser un obstáculo en las rutas de evacuación. Muévelos y señala en el croquis la nueva distribución del mobiliario para lograr mejores rutas de evacuación.

Cuando ya tengas las alternativas de rutas de evacuación, mide el tiempo que necesitas para llegar a los puntos de reunión fuera de la casa, partiendo de diferentes lugares de ella y escoge la que menor tiempo lleve recorrer.

NO OLVIDES QUE PARA EVACUAR A LOS NIÑOS, ANCIANOS Y PERSONAS CON IMPEDIMENTOS FÍSICOS, EL TIEMPO NECESARIO PUEDE SER MAYOR, POR TANTO CONSIDERA LA POSIBLE AYUDA QUE PUEDAN REQUERIR, NO OLVIDES TUS MASCOTAS.



Plan Familiar

3- ¿Cómo prepararse para tomar decisiones en una situación de emergencia?

Elabora un Plan Familiar ante una emergencia, conservar la calma, es el elemento crucial para sobrevivir.

Por ello, debes saber cómo comportarte y qué medidas ejecutar.

¡NO GRITES! ¡NO CORRAS! ¡NO EMPUJES! ¡CALMA!

Una de las decisiones que muchas veces se tiene que tomar en una situación de emergencia es la de quedarse dentro o salir de la casa. Un lugar fuera no necesariamente es más seguro que el interior del hogar. Puede decirse que cuando es posible salir, lo hagamos con la **seguridad de no exponernos**, para lo cual los criterios que hay que tomar en cada caso son;

LLUVIAS TORRENCIALES: La mejor acción es permanecer en casa, con las ventanas protegidas con cintas de aislar y micas de antiestallamiento, o dirigirse con anticipación a un refugio temporal. (Verifica la ubicación de tus refugios temporales en tu comunidad).

INUNDACIÓN: Evacúa la zona cuando tengas noticias de que va a suceder, pero si no es posible hacerlo, entonces permanece en las partes altas de tu casa.

INCENDIO: Sal inmediatamente de la casa, por la ruta de evacuación más adecuada.

SISMO: Quédate en casa cuando la construcción es confiable, y salte si hay un lugar seguro afuera **DESPUÉS** del sismo.

Haz una lista de todos aquellos documentos y objetos que deberás tener siempre a la mano, en caso de una emergencia, empieza por recopilar los documentos personales de todos los miembros de la familia:

- Actas de nacimiento
- Títulos y cédulas profesionales
- Fe de bautismo
- Pasaportes y visas
- Póliza de seguros
- Escrituras de propiedad
- Acta de matrimonio
- Cartillas de servicio militar
- Facturas de bienes
- Credenciales
- Certificados escolares
- Otros

Guárdalos ordenadamente en una bolsa, caja o archivero portátil, resistente al agua y fuego, ténlos a la mano.

Obtén copias de los documentos, enuméralos y guárdalos en casa de un familiar o amigo de confianza, que viva en otra zona de la ciudad. Inclusive, si te es posible, digitalízalos.

Plan Familiar

Tener actualizados y a la mano los teléfonos y direcciones de emergencia de:

Policía, Bomberos, Cruz Roja. 911 _____

Protección Civil _____

Caseta de vigilancia _____

Médico familiar _____

IMSS / ISSSTE / ISSSTECALI _____

Compañía de seguros _____

Municipio o delegación municipal _____

Contacto amigo o familiar cercano _____

Escuela de hijos _____

Centros de trabajo de los familiares _____

Centros deportivos, sociales, otros. _____

Contacto fuera del Estado. _____

- Fija un punto de reunión, por si el siniestro ocurre al estar la familia en diferentes lugares y acuerda con todos que será ahí donde habrán de coincidir, puede ser la casa de un amigo o familiar.
- Porta tarjetas de identificación y emergencia (agregar número fuera del Estado), se anexan algunos ejemplos.
- Ten un duplicado de las llaves de la casa y de un auto junto a la puerta de salida.
- Cuenta con el registro del tipo sanguíneo de todos los habitantes de la casa.
- Conoce la ubicación de los hospitales más cercanos a tu domicilio y la mejor manera de llegar a ellos.
- Ten a la mano una linterna y un radio con baterías de repuesto.
- De ser posible, ten una caja de herramientas para las reparaciones de emergencia y botiquín de primeros auxilios con su respectivo instructivo.
- Procura almacenar agua potable y víveres en lata (recomendable para al menos tres días). Verifica las fechas de caducidad.

Plan Familiar

Ejemplo:

En caso de no contar con identificación del familiar, elabora una.



IDENTIFICACIÓN E INFORMACIÓN EN CASO DE EMERGENCIAS



Nombre: _____

Edad: _____ Seguro: _____

Parentesco: _____

Enfermedades / Alergias: _____

Número de contacto: _____

Tipo de sangre: _____

Correo electrónico: _____

Llamar a su delegación para información sobre albergues

Ejemplo:

En caso de desastre y no logres comunicarte con familiares en tu estado. Así ubicarás a la familia.



TARJETA DE EMERGENCIA CONTACTO FUERA DEL ESTADO

Nombre: _____

Teléfono: _____

Punto de reunión en casa: _____

Punto de reunión fuera del vecindario: _____

Llamar a su delegación para información sobre albergues

Ejemplo:

En caso de contar con mascota, puedes elaborar una tarjeta de identificación.



INFORMACIÓN DE MASCOTA EN CASO DE EMERGENCIAS



Nombre: _____

Edad: _____

No. de Teléfono: _____

MACHO

HEMBRA

Llamar a su delegación para información sobre albergues

Plan Familiar

Plan de emergencia para sismo (ejemplo generalizado)

A continuación, se presenta un ejemplo de un Plan Familiar para responder en caso de sismo, de la misma manera tendrás que elaborar un plan por cada posible situación de emergencia que puede afectar tu hogar si vives en un condominio, las y los vecinos conjuntamente con la administración, deberán elaborar un PROGRAMA INTERNO DE PROTECCIÓN CIVIL

El alertamiento no necesariamente será una sirena, el movimiento en sí nos indicará que el sismo está sucediendo, inmediatamente se actuará de acuerdo al plan:

- 1.- Guardemos la calma.
- 2.- Si nos encontramos en el interior de la casa o edificio y es seguro, **QUEDARNOS AHÍ** resguardándonos bajo una mesa o escritorio (no de cristal) y agarrados a ellos, si no contamos con objetos donde resguardarnos una columna firme o muro de carga puede ser una opción en tanto cesa el movimiento;
- 3.- Si nos encontramos dormidos nos resguardaremos en nuestras habitaciones hasta que pase el movimiento, usar calzados seguros y usar lámparas de mano, si hay personas con discapacidad no las dejaremos solas y a las mascotas llamarlas para evacuar;
- 4.- Evacuaremos al terminar el movimiento en orden y con calma, llevaremos la **MOCHILA** o cajas de emergencia y nos dirigiremos al punto de reunión.
- 5.- Papá cerrará suministros de gas y electricidad;
- 6.- Verificaremos en el punto de reunión que estamos todos y bien.
- 7.- Si nos encontramos al aire libre, nos conduciremos a una zona abierta y libre de objetos que pueden caer.
- 8.- De encontrarnos separados (niños en la escuela, papá y mamá en el trabajo seguir planes de escuela y trabajo) ir al punto de reunión designado.
- 9.- De poder comunicarnos por celular, enviaremos mensajes de texto, WhatsApp, etc. de no contar con uno usaremos teléfono fijo, lo más seguro es que las líneas estén saturadas o nuestros contactos cercanos no contesten, si es así, entonces llamaremos al número fuera del Estado que está en nuestra tarjeta de emergencia para saber como está toda la familia.
- 10.- Realizaremos llamadas al **911** únicamente de ser una urgencia.

*Este plan es generalizado, usted deberá ajustarlo a las necesidades designando las tareas de cada miembro de la familia y de acuerdo a la emergencia (incendio, inundación, epidemia entre otros)

AHORA PUEDE ADAPTAR EL PROPIO Y CONTINUAR CON LOS SIGUIENTES PLANES

Plan Familiar

4- ¿Cómo realizar Simulacros de Evacuación?

Un simulacro es un ensayo o práctica sobre cómo se debe actuar en caso de una emergencia provocada por un temblor, incendio, inundación, lluvias torrenciales, etc.

Realizar un simulacro tiene varias ventajas:

- Podemos comprobar con anticipación si las acciones de preparación son eficientes.
- Permite corregir la situación para una mejor atención de la emergencia.
- Permite estar bien entrenados para actuar correctamente ante una emergencia o desastre.
- Fomenta la cultura de la Protección Civil (autoprotección) entre los miembros de la familia y la comunidad.

Los pasos a realizar en un simulacro para casos de emergencias o desastres son los siguientes:

- Imaginar algunas situaciones de emergencia probables en tu localidad y detalla las acciones que llevarán a cabo en cada una.
- Fijar responsabilidades a cada uno de los miembros de la familia.
- Emitir la voz de alarma.
- Interrumpir inmediatamente las actividades y desconectar los aparatos.
- Recorrer las rutas de evacuación correspondientes.
- Conducirse con orden, **no corras, no empujes, no grites.**
- Llegar al punto de reunión convenido.
- Revisar que nadie falte y que todos se encuentren bien.
- Evaluar los resultados, ajustar los tiempos y las acciones.

Después de realizar uno o varios simulacros, la familia deberá discutir y analizar los puntos que considere incorrectos y corregirlos para quedar realmente convencidos de lo que se tiene que hacer para perfeccionarlo.

Plan Familiar

Compromisos dentro del Plan Familiar de Protección Civil

Ahora ya tienes tu **Plan Familiar de Protección Civil**.

Una vez que todos estén de acuerdo, cada quien se abocará a cumplir las responsabilidades asignadas.

Comprométete junto a tu familia de forma permanente y sistemática a poner en marcha el plan y en su caso, mejorarlo.

Te recomendamos además organizar un Comité Vecinal de Protección Civil en tu cuadra, barrio y edificio, con el objetivo de mantener una permanente colaboración y/o ayuda mutua.

Recuerda: **Todos necesitamos de todos.**



**Te invitamos a realizar tu
*Plan Familiar de Protección Civil***



BAJA CALIFORNIA
GOBIERNO DEL ESTADO

Acuda a las oficinas de Protección Civil en su ciudad



MAYOR INFORMACIÓN A:

Oficinas de Protección Civil del Estado

Mexicali:

686 555 4998 y 686 556 1299

Tijuana:

664 634 9360

Oficinas de Protección Civil Municipal

Mexicali:

686 554 9211

Tijuana:

664 683 9112 y 664 683 0908

Ensenada:

646 173 9710 y 646 173 9790

Tecate:

665 521 1218

Playas de Rosarito:

661 613 1143



proteccioncivilbaja@baja.gob.mx

www.proteccioncivilbc.gob.mx





PLAN FAMILIAR DE PROTECCIÓN CIVIL

Dibuja el plano de tu casa con la respectiva distribución de espacios, ubicando las siguientes señales.

Lugares de riesgo 

Rutas de evacuación 

Botiquín de primeros auxilios 

Punto de reunión (fuera de casa)

Lugares seguros dentro de tu vivienda 

Tanques de gas 

Ubicación de la mochila de emergencia 

Alimentos no perecederos, agua, linterna, radio a pilas, mantas

