

Esté listo para una emergencia planificando para sobrevivir

PLAN DE SUPERVIVENCIA

PLAN DE SUPERVIVENCIA ANTE EMERGENCIAS

La planificación y preparación es clave para la supervivencia.

Si usted y su casa están bien preparados, tiene mayores probabilidades de sobrevivir en caso de emergencia. Esta guía puede ayudarlo a tomar decisiones importantes para prepararse usted, a su casa y a su familia.



CONVERSE

¿Qué hará en caso de emergencia?

Reúnase y converse sobre qué medidas tomarán.

¿SE ENCUENTRA USTED EN UN ÁREA PROPENSA A INCENDIOS FORESTALES?

 Busque información en www.esa.act.gov.au/bushfire-prone-areas

¿CÓMO CONTROLARÁ LAS CONDICIONES CLIMÁTICAS EN SU ÁREA?

¿CÓMO CONTROLARÁ LAS CONDICIONES MIENTRAS ESTÉ YÉNDOSE DE SU CASA?

¿QUÉ ELEMENTOS DEBERÁ AGREGAR A SU KIT DOMÉSTICO PARA EMERGENCIAS EN CASO DE QUE NECESITE IRSE DE MANERA URGENTE?

¿QUÉ TENDRÁ EN SU KIT DOMÉSTICO PARA EMERGENCIAS?

- Asegúrese de que tiene un kit doméstico para emergencias
- Descargue la lista de verificación “Kit doméstico para emergencias” del sitio esa.act.gov.au



El Servicio de Ambulancia de ACT, Rescates y Bomberos de ACT, el Servicio de Bomberos Rurales de ACT y el Servicio Estatal de Emergencias de ACT trabajan en conjunto como un Organismo de Servicios de Emergencias de ACT para mantener a salvo a Canberra.

DURANTE UNA EMERGENCIA, ¿CÓMO DECIDIRÍA CUÁNDO IRSE O QUEDARSE?



Converse sobre qué haría ante un **incendio forestal**

Los incendios forestales han sido parte del paisaje de ACT durante mucho tiempo. La vegetación inflamable, los veranos largos, calurosos y la sequía se han combinado periódicamente para provocar incendios forestales, cuya intensidad y extensión han variado.

IRSE

QUEDARSE



Converse sobre qué haría en caso de **extremo calor**

Las personas más susceptibles al estrés producido por el calor son los jóvenes y los adultos mayores. Es posible que las personas con enfermedades, afecciones crónicas y las mujeres embarazadas necesiten más cuidado y control durante el clima cálido.

IRSE

QUEDARSE



Converse sobre qué haría ante una **tormenta**

Las tormentas fuertes pueden provocar daños importantes. Pueden traer aparejadas lluvias torrenciales, vientos fuertes, granizo de gran tamaño y rayos, que pueden causar inundaciones repentinas, voladuras de techos de los edificios, daños a los árboles o a las líneas eléctricas.

IRSE

QUEDARSE



Converse sobre qué haría ante una **inundación**

Las inundaciones pueden ocurrir durante lluvias locales intensas. Si usted vive cerca de un arroyo, río o de un importante desagüe pluvial, o en un área baja, puede correr riesgo de inundaciones.

IRSE

QUEDARSE

¿DÓNDE IRÁ SI DEBE EVACUARSE?

¿ACEPTAN MASCOTAS EN SU LUGAR DE DESTINO?

¿CÓMO VIAJARÁ HACIA ALLÍ?

¿CÓMO SABRÁ SI ES SEGURO REGRESAR?



PREPÁRESE

¿Cómo preparará su casa?

Piense sobre las medidas que puede tomar.

PREPARAR SU PROPIEDAD

Mantenimiento de la casa	Quién lo hará	Listo
Limpie y mantenga las canaletas libres de hojas, ramitas y basura.		☐
Traslade las pilas grandes de leña a un lugar lejos de la casa.		☐
Pode las ramas de los árboles que estén sobre su casa.		☐
Mantenga las áreas de césped bien cortadas y regadas.		☐
Asegúrese de que las áreas subterráneas estén encerradas o con protecciones.		☐
Selle todos los huecos, ventilaciones y espacios de techos.		☐
Coloque los cilindros de gas al lado de la casa, con las ventilaciones mirando hacia el lado opuesto del edificio, y alejados de los árboles y jardines.		☐
Instale mosquiteros metálicos en todas las ventanas y ventilaciones.		☐
Instale protectores de canaletas metálicos.		☐
Asegúrese de tener un seguro del hogar y de su contenido. Asegúrese de estar cubierto para situaciones climáticas extremas.		☐

MI SEGURO

Tipo	Aseguradora	Datos de contacto	Número de la póliza
Hogar y contenido			
Salud			
Automóvil			
Protección de vida/ingresos			
Otros			

PREPARARSE PARA IRSE

Antes de irse	Quién lo hará	Listo
Agregue los últimos elementos a su kit de emergencia, tales como medicamentos, recetas, cargadores de teléfonos móviles, alimento para mascotas y agua para todos.		☐
Cargue el automóvil, recuerde llevar sus cosas más importantes, tales como la billetera, tarjetas, llaves, documentos bancarios, médicos y de seguros (estos deberían estar fácilmente accesibles en un dispositivo USB o en un archivo expandible).		☐
Apague el suministro de gas.		☐
Asegúrese de que todos estén utilizando ropa de protección (pantalones largos, camisas de manga larga y calzado fuerte, tales como botas de cuero). La ropa debe ser cómoda y estar hecha de fibras naturales, tales como de pura lana, de algodón pesado o de denim. No use sintéticos.		☐
Dígalos a sus contactos de emergencia que se está yendo.		☐
Cierre todas las puertas y ventanas y cierre las puertas con llave.		☐
Deje el portón de acceso del frente o lateral sin llave, si es seguro hacerlo.		☐
Decida su primer destino.		☐
Decida su destino alternativo.		☐
Traslade el ganado a un área grande y cercada de manera segura, y coloque a sus mascotas en un lugar seguro y listo para cargar en el automóvil.		☐
Empaque efectos personales, tales como una muda de ropa para cada persona y juguetes para los niños y las mascotas, y colóquelos en el automóvil.		☐
Si su vehículo está detrás de un portón de garaje eléctrico, sáquelo del garaje y colóquelo en la entrada para automóviles mirando hacia la calle.		☐
Quite cualquier material que pueda quemarse fácilmente y que esté alrededor de la casa, en las terrazas de madera, en las áreas de las galerías y la pérgola. Esto incluye alfombras y muebles para exteriores.		☐



CONSEJOS PARA CUANDO SE ACERCAN LOS DÍAS DE MAYOR PELIGRO DE INCENDIO

- Asegúrese de tener suficiente nafta o combustible para no tener que detenerse para llenar el tanque.
- Coloque los vehículos en la entrada para automóviles mirando hacia la calle.
- Quite de las terrazas de madera y galerías cualquier elemento inflamable, tales como cajas, alfombras para la entrada y muebles.



MANTENGA

¿Qué información personal es esencial?

Mantenga un registro de todos los documentos importantes y contactos.

LOS CONTACTOS DE MI HOGAR

Nombre	Trabajo	Móvil

INFORMACIÓN PERSONAL DE MI HOGAR

Nombre	Núm. de Medicare	Núm. de Centrelink	Núm. de pasaporte	Núm. de identificación fiscal	Núm. de licencia para conducir	Registro del automóvil

SERVICIOS PARA EL HOGAR

Tipo	Empresa	Núm. de cuenta /miembro	Datos de contacto
Electricidad			
Gas			
Agua			
Teléfono			
Internet			
Ayuda en la carretera			
Otros			

MI RED DE APOYO

Ubicación	Nombre	Relación	Teléfono	Dirección
Local				
Local				
Local				
Fuera de la ciudad				
Fuera de la ciudad				
Otra				

LUGARES ALTERNATIVOS PARA QUEDARSE EN CASO DE EMERGENCIA

Nombre	Teléfono	Dirección

MIS ANIMALES

Nombre	Raza	Núm. de microchip	Contacto del veterinario / alojamiento canino	Lugar seguro para casos de emergencia	Equipos necesarios



CONSEJO

Al planificar la emergencia, también deberá pensar en sus mascotas y animales, y qué necesitarían durante el transcurso de una semana o más; esto incluye alimentos, identificación, medicamentos, transporte y alojamiento.

MI APOYO MÉDICO

Médico / Servicio	Nombre	Teléfono	Contacto fuera del horario de atención	Dirección
Médico				
Hospital local con Departamento de Urgencias				
Farmacia				
Especialista en optometría				
Dentista				
Especialista				
Otros				



CONSEJO

Evalúe obtener un sistema de alerta médico al que pueda llamar fácilmente para obtener ayuda si está inmovilizado en caso de una emergencia. La mayoría de los sistemas de alerta requieren una línea de teléfono que funcione; entonces tenga un plan alternativo, tal como un teléfono móvil o un buscapersonas, en caso de que las líneas fijas estén interrumpidas.

MIS SUMINISTROS MÉDICOS

Escriba a continuación cualquier medicamento que esté tomando actualmente.

Recuerde adjuntar a este plan las copias de tarjetas de concesión, tarjetas de seguro médico y recetas. Las copias de las recetas se pueden dejar en la farmacia para que estén guardadas de manera segura. Es posible que quiera identificar dónde guarda los medicamentos en su casa en caso de que tenga que evacuarse con rapidez o que alguien deba buscarlas para usted.

Enfermedad	Medicamentos / Equipo	Dosis / horarios en que los toma	Médico que lo recetó (que incluye número de contacto)	Ubicación de los medicamentos en la casa



CONSEJO

Planifique tener todas las cosas que usted necesitaría tener consigo durante una o dos semanas. Esto incluye cualquier medicamento que usted toma habitualmente o un equipo especializado (silla de ruedas, anteojos, audífonos) y suministros (kit de parches para la rueda de la silla de ruedas o baterías extra).

Consulte la lista de verificación “Kit doméstico para emergencias” para obtener más información sobre cómo empacar un kit de supervivencia y recuperación.

MIS VECINOS

Nombre	Trabajo	Móvil

OTROS NÚMEROS IMPORTANTES

Nombre	Trabajo	Móvil

ASISTENCIA DE EMERGENCIA

Policía, bomberos, ambulancia	000	Tormentas e inundaciones	132 500
		Línea de información toxicológica	13 11 26

INFORMACIÓN EN CASO DE EMERGENCIA

Sitio web	esa.act.gov.au	Access Canberra	13 22 81
Facebook	@actemergencyservicesagency	Tráfico en directo	livetraffic.com
Twitter	@ACT_ESA	Radio Local	¿Cuál es la frecuencia de su estación de radio local?

El Servicio de Ambulancia de ACT, Rescates y Bomberos de ACT, el Servicio de Bomberos Rurales de ACT y el Servicio Estatal de Emergencias de ACT trabajan en conjunto como un Organismo de Servicios de Emergencias de ACT para mantener a salvo a Canberra.



esa.act.gov.au/be-emergency-ready



Esté listo para una emergencia