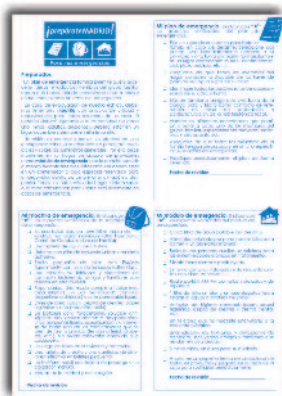




TARJETA DE CONTROL para mochila y módulo de emergencias

Instrucciones para el montaje de la tarjeta

- Imprimir la tarjeta de control en papel tamaño A-4 por las dos caras (fig. 1 y 2)
- Plegar según el gráfico.(fig. 3 a 6)
- Complimentar y anexar a la mochila y módulo de emergencias.
- Revisar periódicamente.



1



2



3



4



5



6



Mochila de emergencia



Contenedor del módulo de emergencia

¡RECUERDE!

- En caso de emergencia llame a 112.
- No pierda la calma.
- Si está preparado ayude a personas en riesgo.
- Confíe en los servicios de Emergencia, ellos le ayudarán.

Preparados para todo

Hay diferencias básicas entre las posibles situaciones que pueden suceder: un incendio, derrumbe, apagón... estas diferencias condicionan las medidas que se han de adoptar. Informarse bien sobre las diferentes emergencias posibles y la manera adecuada de responder a ellas puede ser decisivo.

Cuidados especiales

Es muy importante recordar las necesidades de los más débiles, ya sean ancianos, niños o discapacitados. Hacer provisión de reserva de medicinas o alimentos especiales y actualizarla para que no caduque.

También hay que recordar las medidas a tomar con nuevas mascotas en caso de peligro.

No pare su negocio

Las grandes empresas suelen tener planes de contingencia pero muchas de las medianas y pequeñas empresas tienen dificultades para diseñar y mantener un plan de emergencia. Emplear ciertos recursos en estar preparado puede salvar la continuidad de su negocio.

Quiero colaborar

En la actualidad, el Cuerpo de Voluntarios de Protección Civil "Villa de Madrid" está integrado en el SAMUR, conformando SAMUR - Protección Civil.

Si quiere ser voluntario de SAMUR - Protección Civil consulte la página www.munimadrid.es/samur

¿Qué DEBE hacer o NO DEBE hacer?

emergencia que suceda en su entorno.

En este folleto encontrará las instrucciones necesarias para que usted y su familia estén preparados para responder con rapidez y seguridad a una emergencia que suceda en su entorno.

¿Qué DEBE hacer ante una emergencia?

- Llame al 112.
- Debe seguir los consejos del personal de emergencias.
- Permanezca atento a los mensajes de los medios.
- Puede tener que abandonar su casa, utilice las vías de evacuación estables. Para más información sobre evacuación consulte el apartado Evacuación y refugio.
- Aplique su Plan de emergencia.
- Aplique técnicas básicas de reanimación cardiopulmonar. Puede aprender estas técnicas con anterioridad.

¿Qué NO DEBE hacer ante una emergencia?

- No pierda la calma.
- Si no es estrictamente necesario no debe abandonar su casa.
- No actúe sin haber llamado antes al 112.
- No intente maniobras o acciones para las que no se encuentre entrenado.
- Intente no prolongar las llamadas de teléfono.

¿Qué hacer DESPUÉS de una emergencia?

- Los bomberos le acompañarán a su casa para revisar que la situación está fuera de peligro.
- Diríjase lo antes posible a su compañía de seguros.
- Consulte con su médico para evaluar su estado general de salud.
- Pida apoyo psicológico para superar la crisis emocional.

¡prepárate MADRID!

Para las emergencias

Contactos de interés

- **Agencia Estatal de Meteorología**
www.aemet.es • Tlf. 91 581 98 10
- **Cámara de Comercio**
www.camaramadrid.es • Tlf. 91 538 35 00
- **Canal Isabel II**
www.cyji.es • Tlf. 900 022 625
- **Dirección General de Emergencias y Protección Civil. Ayuntamiento de Madrid**
www.munimadrid.es • Tlf. 91 588 91 03
- **Dirección General de Protección Civil y Emergencias. Ministerio Interior**
www.proteccioncivil.org • Tlf. 91 537 31 00
- **Dirección General de Tráfico**
www.dgt.es • Tlf. 900 123 505
- **Emergencias**
www.madrid112.org • Tlf. 112
- **Emergencias veterinarias**
www.madrid112.org • Tlf. 112
- **Empresa Municipal de Transportes**
www.emtmadrid.es • Tlf. 902 507 850
- **Gas Natural**
www.gasnatural.com • Tlf. 900 750 750
- **Iberdrola**
www.iberdrola.es • Tlf. 901 20 20 20
- **Instituto de Toxicología**
www.mju.es/toxicologia • Tlf. 91 562 04 20
- **Metro**
www.metroMadrid.es • Tlf. 902 444 403
- **Objetos perdidos**
www.munimadrid.es • 91 537 95 90
- **Oficina de Turismo de Madrid**
www.esmadrid.com • Tlf. 91 588 16 36
- **Renfe - Cercanías**
www.renfe.es • Tlf. 902 240 202
- **Seguros Unespa**
www.unespa.es • Tlf. 91 745 15 30
- **Teléfono de Información del Ayuntamiento de Madrid**
www.munimadrid.es • Tlf. 010 (91 529 82 10 desde fuera de Madrid)
- **Unión Fenosa**
www.unionfenosa.es • Tlf. 901 404 040
- **Violencia de Género**
www.telefono016.com • Tlf. 016



¡prepárate MADRID!

Para las emergencias

TARJETA DE CONTROL

- Plan de emergencia**
- Mochila de emergencia**
- Módulo de emergencia**

- Estar preparado para una emergencia es muy fácil, resulta divertido y apenas tiene coste.
- Su vida y la de su familia pueden depender de medidas sencillas adoptadas previamente a la aparición de una emergencia.

Para obtener información y recomendaciones actualizadas
www.preparatemandrid.es

¡preparate MADRID!



Para las emergencias

Preparados

Un **plan de emergencia** familiar permite que si sucede un desastre todos los miembros del grupo familiar sepan qué hacer, dónde encontrarse unos a otros y cómo comunicarse en caso de emergencia.

En caso de evacuación de nuestro edificio, debemos tener una **mochila** con artículos de utilidad y supervivencia para cada miembro de la casa. El tamaño deberá ajustarse a la capacidad de cada uno (niños, adultos, ancianos). Deberá estar en un lugar accesible y siempre en el mismo sitio.

También es necesario prever los efectos de una emergencia sobre la accesibilidad a productos esenciales y sobre los suministros generales. Por ello debe mantener en su hogar un acopio de provisiones como **módulo de emergencia** que le permita subsistir al menos durante tres días. Estos artículos deben estar en un contenedor o caja especial reservado para emergencias dentro de un armario, almacén o despensa. Todos los habitantes del hogar deben saber que estos artículos son para usarse exclusivamente en casos de emergencia.

Mi mochila de emergencia. (Indicar con "✓" los aspectos verificados de la mochila de emergencia).



- En una bolsa plástica hermética copia de la documentación individual (DNI, Pasaporte, Carné de Conducir, Libro de Familia).
- Una botella de agua de 1,5 litros.
- Linterna con pilas de repuesto unidas con cinta adhesiva.
- Radio pequeña de pilas con FM/AM (Igualmente con pilas de repuesto adheridas).
- Una relación de teléfonos y direcciones de contacto, incluyendo amigos y familiares que residan en otra ciudad.
- Ropa básica: Una muda completa (calcetines, ropa interior), un par de calzado cómodo (deportivos o similares) y un impermeable ligero.
- Útiles de aseo (jabón, cepillo de dientes, papel higiénico y una pequeña toalla).
- Un botiquín con: Paracetamol, solución anti-séptica, dos vendas anchas y dos pequeñas, unas pequeñas tijeras, esparadrápico y un envase de cada una de las medicaciones que se usen de forma crónica (tensión arterial, diabetes, etc.). No olvide renovarlas antes de que caduquen.
- Un juego de llaves de la vivienda y del coche.
- Una tarjeta de crédito y una cantidad de dinero en efectivo en billetes pequeños.
- Un teléfono móvil con tarjeta de prepago y un cargador manual.
- Mapas de la ciudad y de la región.

Fecha de revisión _____

Mi plan de emergencia. (Indicar con "✓" los aspectos verificados del plan de emergencia).



- Elija un lugar de encuentro para toda la familia en caso de desastre. Seleccione dos puntos: uno inmediatamente cercano a su domicilio y otro fuera del barrio (preferiblemente un lugar destacable: museo, centro comercial, plaza pública, etc...).
- Asegúrese de que todos los miembros del hogar conocen la situación de las llaves de paso de luz, agua y gas de su casa.
- Identifique todas las posibles rutas de acceso y salida de su casa y barrio.
- Elija un familiar o amigo que viva fuera de la ciudad para utilizarlo como contacto de referencia en caso de separación o caída/saturación de la red telefónica local.
- Plantee las diferentes necesidades que podrían afectar a cada uno de los miembros del grupo familiar, especialmente mayores, enfermos y discapacitados.
- Asegúrese de que todos los miembros de la familia tengan preparada y en un sitio específico su mochila de emergencia.
- Practique periódicamente el plan de forma divertida.

Fecha de revisión _____

Mi módulo de emergencia. (Indicar con "✓" los aspectos verificados del módulo de emergencias).



- Cinco litros de agua potable por persona.
- Alimentos enlatados no perecederos listos para comer y un abrelatas manual.
- Botiquín de primeros auxilios. Medicinas para las enfermedades crónicas en tratamiento.
- Silbato para alertar y pedir ayuda.
- Linterna con pilas instaladas y de repuesto sujetas con cinta adhesiva.
- Radio portátil AM-FM con pilas instaladas y de repuesto.
- 1 litro de lejía sin olor y un cuentagotas (para añadir al agua) o pastillas de cloro.
- Artículos de higiene personal; jabón, papel higiénico, cepillo de dientes y crema dental, etc.
- Un teléfono que no necesite enchufarse a la corriente eléctrica.
- Una relación de teléfonos y direcciones de contacto, incluyendo amigos y familiares que residan en otra ciudad.
- Si tiene niños, artículos para su cuidado.
- Anotar en un papel la fecha de caducidad de todos los productos y pegarlo en la tapa de la caja para sustituirlos periódicamente.

Fecha de revisión _____