

7

Pasos para realizar simulacros:

Permiten evaluar los tiempos de respuesta ante una situación de riesgo real.

1

Imagina una situación de emergencia (hipótesis) en tu hogar, qué harían tú y tu familia si sucediera.

2

Entre todos fijen responsabilidades a cada miembro de la familia. Acuerden quién será responsable de:

- Cuidar a los menores
- Ayudar al adulto mayor
- Asistir a las personas con discapacidad
- Proteger a la mascota
- Cerrar las llaves de gas, agua y luz
- Llevar consigo la maleta de vida
- Llamar a los Servicios de Emergencia
- Verificar el estado del botiquín
- Verificar el estado de la mochila de vida

3

Ante la voz de alarma, interrumpan cualquier actividad que estén realizando. Cierren las llaves de paso del agua, gas y corten el suministro eléctrico.

4

Evacúen por las rutas señaladas o repliéguense de acuerdo al plan. Midan el tiempo que necesitan para llegar a los sitios seguros fuera del hogar, partiendo de diferentes lugares.

5

Recuerden siempre deben mantener la calma.

6

Lleguen al punto de reunión acordado. Revisen que todos se encuentren bien.

7

Evalúen los resultados y ajusten los tiempos.



Teléfonos de EMERGENCIA

SECRETARÍA DE PROTECCIÓN CIVIL

• 56 83 22 22

EMERGENCIAS DE LA CIUDAD DE MÉXICO

• 066

HEROICO CUERPO DE BOMBEROS

• 068

LOCATEL

• 56 58 11 11



SECRETARÍA
DE PROTECCIÓN CIVIL

Abraham González 67
Col. Juárez
Del. Cuauhtémoc
C.P. 06600, Ciudad de México

Descubre más en:

www.proteccioncivil.cdmx.gob.mx

 @spccdmx

 / spccdmx

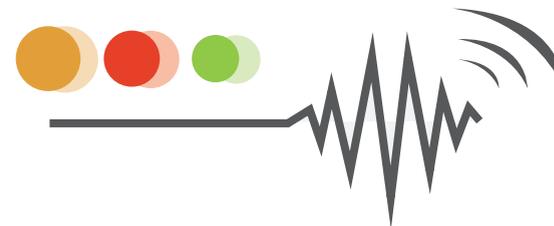
 @proteccioncivil_cdmx

Este programa es de carácter público, no es patrocinado, ni promovido por partido político alguno y sus recursos provienen de los impuestos que pagan todos los contribuyentes. Está prohibido el uso de este programa con fines políticos, electorales, de lucro y otros distintos a los establecidos.

Quien haga uso indebido de los recursos de este programa en el Distrito Federal, será sancionado de acuerdo con la ley aplicable y ante la autoridad competente.

RECOMENDACIONES A SEGUIR ANTE UN

SISMO



La **prevención** y una adecuada reacción ante un sismo te puede ayudar a **evitar o aminorar riesgos**, por ello realiza las siguientes recomendaciones.

CDMX



EN CASA



- Revisa constantemente la estructura e instalaciones de luz, agua y gas de tu hogar.



- Identifica las zonas de menor riesgo: lejos de objetos y vidrios que puedan caer y lastimarte.



- Ten a la mano un directorio con los números de emergencia, un botiquín de primeros auxilios, radio con pilas, linterna, provisiones; agua y alimento enlatado.

EN LA OFICINA U OTRO LUGAR



- Ubica por las señalizaciones, rutas de evacuación y puntos de reunión.



- Las columnas y muros de carga son Zonas de Menor Riesgo.

EN CASA



- Si escuchas la alerta sísmica, mantén la calma, cuentas con 40 seg. aproximadamente para evacuar, -si te es posible-, o replegarte, esto dependiendo de tu Plan Familiar.



- Aléjate de las ventanas y muebles que pudieran caer.



- Una vez perceptible el movimiento telúrico, no intentes evacuar, no utilices los elevadores, ni las escaleras.

EN LA CALLE



- Aléjate de los edificios, ventanas, cables, postes y bardas.



- Si vas en transporte público o a bordo de un vehículo, pide que se detenga y camina hacia un lugar abierto.

EN CASA



- Una vez terminado el temblor verifica el estado de las instalaciones de tu hogar.



- No enciendas cerillos después del sismo, podría existir una fuga de gas.



- Si detectas daños en tu inmueble, desocúpalo y repórtalo a la Unidad de Protección Civil de tu Delegación, o a la Secretaría de Protección Civil.



- Mantente informado, sigue las indicaciones de las autoridades.

EN LA OFICINA

- Sigue las instrucciones de la Brigada de Protección Civil.

ANTES

DURANTE

DESPUÉS