



PREPARARSE ES PROTEGER A TU FAMILIA

Revisa, completa y practica tu plan antes de que ocurra una emergencia.

www.zismo.cl

Instagram: @zismochile

¿ESTÁS PREPARADO?

LA MOCHILA DE EMERGENCIA ES VITAL

porque te permite sobrevivir de forma autónoma durante los primeros días después de un desastre, cuando los servicios básicos colapsan.



www.zismo.cl



PLAN FAMILIAR FRENTE A EMERGENCIAS

GUÍA PARA PREPARARSE, COORDINARSE Y ACTUAR

www.zismo.cl

MOCHILAS DE EMERGENCIA

PLAN FAMILIAR FRENTE A EMERGENCIAS

BASADO EN EL PLAN FAMILIAR PREPARADA DE SENAPRED

Zismo nace en 2014, luego de dos grandes terremotos que marcaron al país: el de Iquique ese mismo año en el Norte Grande y el de 2010, en la zona centro-sur. **Hoy volvemos con más fuerza, con nuevos aprendizajes y mejores formas de abordar el riesgo de desastres.** Por eso unimos dos cosas que no deberían ir separadas: ocuparnos de las emergencias y educarnos para enfrentarlas.

Una mochila sin coordinación ni preparación es solo un artículo de decoración. **Lo que de verdad protege a tu familia es saber qué hacer. Este manual les ayuda a construir ese saber, con calma y desde hoy.**

Prepararse no es vivir con miedo. Es todo lo contrario: **es lo que devuelve la tranquilidad.** En Chile la tierra se mueve seguido, y eso no lo podemos cambiar; lo que sí está en nuestras manos es cómo nos encuentra el día que ocurra una emergencia. Este plan se construye una vez, en familia, y se practica. No para vivir preocupados por lo que podría pasar, sino para ocuparnos hoy y estar tranquilos frente a eventualidades.

Te invitamos a leer este plan en familia, practicarlo y, frente a la ocurrencia de una emergencia, todos sabrán qué hacer.

PASO 1 · ¿QUIENES FORMAMOS PARTE DE ESTE HOGAR?

Registren a cada integrante del hogar. En una emergencia, esta información es vital: dice quién necesita ayuda, qué medicamento no puede faltar y a quién avisar.

Completa esta información en la Ficha 1 del set rellenable:

nombre completo, RUT, edad, necesidades especiales, contraindicaciones médicas y teléfono de contacto.

En el apartado de "necesidades especiales", anota información valiosa que otros deben saber para ayudar: condición médica importante (asma, diabetes, epilepsia), movilidad reducida, TEA, embarazo, uso de medicamentos permanentes y alergias de alto riesgo.

Incluye también (cuando corresponda) a las mascotas que forman parte del grupo familiar y señala qué necesitan.



Deja este listado dentro de la mochila, en tu carpeta impermeable de documentos. No olvides mantenerla actualizada.

PASO 2 · ¿A QUÉ RIESGOS ESTAMOS EXPUESTOS?

Recorran su casa y su barrio con ojo crítico. Cada zona de Chile presenta amenazas distintas, y vale la pena reconocer las propias de la zona donde viven. **Es importante que puedan distinguir entre los riesgos al interior del hogar y los riesgos propios del territorio.**

Dentro de casa:

Enchufes sobrecargados, muebles altos sin anclar, objetos pesados sobre camas, calefactores cerca de cortinas, mangueras de gas vencidas, cortes de luz y agua prolongados, que afecten sólo a tu familia.

Fuera de casa:

Cercanía al mar (tsunami), quebradas o cauces (aluvión, inundación), cerros con vegetación (incendio), panderetas o postes que puedan caer, cortes de luz y agua prolongados, que afecten al resto de la comunidad.



Conoce las diferentes amenazas que SENAPRED ha determinado de acuerdo con cada zona geográfica, en Visor Chile Preparado: www.senapred.cl/visor-chile-preparado

Una vez identificados los riesgos, actúen sin postergarlo: **anclen los muebles, revisen el gas, despejen las salidas. Prevenir es más barato que reparar.**

A veces la amenaza no es el evento en sí, sino **quedarte sin luz, agua o gas durante horas o días.** Por eso, con esta mochila, te acompañamos para que tu familia se sostenga durante 48 horas por su cuenta.



Si percibes olor a gas: no enciendas nada, no acciones interruptores, no uses el celular. Abre ventanas, corta la llave de gas y sal del lugar. (Ver Protocolo de actuación).

PASO 3 · ¿A DÓNDE VAMOS? ZONAS SEGURAS Y PUNTO DE ENCUENTRO

Definan esto antes, con calma. **Cada emergencia puede tener una respuesta distinta: a veces se evacúa y otras veces es más seguro quedarse en casa.**

Completa la Ficha 2 del set rellenable con: lugar seguro o de protección, vía de evacuación, zona segura familiar y punto de encuentro, para cada tipo de emergencia (terremoto, tsunami, incendio, emergencia por fuga masiva de gas).



El punto de encuentro es lo más importante de todo el plan. Es dónde se reúne la familia si la emergencia los pilla separados (trabajo, medios de transporte, instituciones educacionales, entre otros). Tomen acuerdos hoy y que todos lo memoricen. Elijan un lugar fijo y conocido por todos.



Si vives en zona costera: Evacúa de inmediato a zonas que se encuentren sobre la cota 30 (estándar chileno). Frente a este escenario, no esperes el aviso oficial ni confirmación de tsunami. www.senapred.cl/planos-de-evacuación.

PASO 4 · EL MAPA DE TU CASA

Dibujen juntos un plano simple de la vivienda, visto desde arriba. Marquen con colores: **verde para las salidas y zonas seguras, rojo para los peligros y azul para la ruta de evacuación.** Señalen los lugares dentro de tu hogar donde puedas cortar el acceso a la luz, el agua y el gas, y acuerden entre todos dónde se mantendrá la mochila de emergencia.

Usa el espacio en blanco de la Ficha de Mapa (set rellenable) para dibujarlo.



Mantengan el mapa a la vista e invítense entre todos a leerlo. No para asustarse, sino para saber de antemano cómo actuar si algo ocurre.

PASO 5 · ¿QUIEN HACE QUÉ?

Durante una emergencia, las dudas paralizan. Por eso conviene repartir los roles desde hoy, con calma. Una misma persona puede tener varias tareas. Incluyan a todos los integrantes de la familia: **cuando cada uno debe saber cuál es su rol y así todos se vuelven parte activa del plan.**

Completa la Ficha 3 del set rellenable: cortar luz/agua/gas, llevar la mochila, ayudar a niños o personas con movilidad reducida, llamar a números de emergencia, ocuparse de las mascotas.

Los niños también tienen un rol: memorizar el punto de encuentro y el teléfono de contacto fuera de la región (esta información también la pueden llevar en sus mochilas escolares).

Enséñenles una regla clara y firme: una vez a salvo, **nunca hay que volver al lugar desde donde se evacuó para buscar algo o a alguien.**

En el punto de encuentro pueden usar la libreta de su mochila para anotar quién va llegando; darles una tarea concreta los tranquiliza. Practíquelo como un juego, no como un miedo.

PASO 6 · DIRECTORIO DE EMERGENCIA

Te invitamos a trabajar este directorio con anticipación. Durante una emergencia, el celular puede quedarse sin batería o sin señal.

Números clave: **Ambulancia 131 · Bomberos 132 · Carabineros 133 · PDI 134 · CONAF 130**

Completa la Ficha 4 del set rellenable con: familiar fuera de la región, vecino de confianza, trabajo, colegio, emergencia gas/luz/agua, médico tratante.



Te invitamos a escoger a un familiar fuera de la región de residencia, como contacto central: si las líneas locales colapsan, todos reportan a esa persona.

PASO 7 · LA MOCHILA

La mochila es el punto de partida: contiene todo lo que podemos preparar por ustedes. Conocer lo que hay dentro, **leer los documentos y completar la información de la familia es la parte que les toca a ustedes, con tranquilidad y a tiempo.** Revisen qué contiene y qué falta por completar en la cartilla de Inventario.

PASO 8 · PRACTICAR DE MANERA PERIÓDICA

Un plan sin ensayo es solo un papel. **Coordinen un simulacro en familia;** puede sentirse raro la primera vez, y está bien. Repítanlo una vez al año y cada vez que algo cambie (un nuevo integrante, una mudanza, un niño que crece).



Todos deben conocer el plan, incluidos los más pequeños.

Lo que tú debes completar

Tu mochila es el punto de partida. Estas cosas las agrega y mantiene tu familia:

- Agua almacenada en casa y su rotación (ver cartilla de Agua)
- Medicamentos de cada integrante, con nombre y dosis
- Efectivo en billetes pequeños (los sistemas de pago pueden fallar frente a cortes de luz)
- Copia de llaves de la casa
- Muda de ropa y calzado cerrado por persona, junto a la mochila
- Abrigo para dormir (saco o frazada) por persona

Fuente: Plan Familia Preparada, SENAPRED (senapred.cl/familia-preparada). Documento de apoyo preventivo — no reemplaza las instrucciones de la autoridad durante una emergencia.