

Preparémonos

PLANIFICANDO JUNTOS PARA EMERGENCIAS

Unidos con las familias y la comunidad



Guía para la comunidad



ASESORES

- » American Red Cross Scientific Advisory Council
- » Angela D. Mickalide, PhD, MCHES, Emergency Medical Services for Children National Resource Center, Children's National Health System

sesamestreet.org/ready

©/TM 2014 Sesame Workshop. Todos los derechos reservados.

¡Hola, líderes de la comunidad!

Bienvenidos a la guía para la comunidad ¡Preparémonos!

Como líder de la comunidad o voluntario, usted guía a las familias a mantener a sus niños sanos y salvos. Prepararse para las emergencias es otra manera de planificar la seguridad. Esta guía para la comunidad le ayudará a usted a preparar a las familias para lo inesperado con simples herramientas.

En la guía usted encontrará:

- » **Talleres para las familias** que ayudan a las familias a aprender y recordar información importante y comenzar a hacer sus planes de emergencia.
- » **Material de apoyo** que puede usar con los niños y las familias para apoyar sus programas de preparación para emergencias.
- » **Ideas para eventos de la comunidad** para celebrar y relacionarse con los muchos ayudantes del vecindario y motivar a los miembros de la comunidad a preparar un plan de seguridad.

Estos recursos son adaptables y funcionan con grupos pequeños y grandes. Usted conoce muy bien su comunidad; encuentre las actividades que respondan a sus necesidades y que se adapten a su ambiente. No importa qué tipo de actividad o taller usted imparta, usted está haciendo un trabajo importante en ayudar a las familias a prepararse.



Taller para la familia: ¡Soy yo!

Únanse a los amigos de Sesame Street para explorar la importancia de saber su información personal en caso de emergencia.

Las familias aprenderán

- » que saber el nombre y apellido de los miembros de la familia los ayuda a localizarse uno al otro y recibir ayuda durante una emergencia.
- » las estrategias para recordar datos personales importantes.

Lo que necesitará

- » “La canción del nombre” (sesamestreet.org/ready o descargue la aplicación)
- » Página “Todo sobre nosotros” (una por niño)
- » Creyones y marcadores

Participación de las familias

- 1. Pregúntele a los niños:** “¿Por qué creen que es importante saber sus nombres completos y el de sus familiares en caso de una emergencia?”.
- 2. Jugar** uno de estos juegos en grupo:
 - » Reúnanse en un círculo y lance la pelota. Pida a los participantes que digan sus nombres y apellidos cuando atrapen la pelota.
 - » Haga que los niños se sienten con sus padres para que les digan sus nombres y apellidos. Invite a los niños a “presentar” a sus padres al grupo (esto puede hacerse en grupos pequeños o grandes). Anímelos a decir: “Mi nombre es _____. Los nombres de mis padres son _____”.
- 3. Ahora pregúnteles a los niños:** “¿Quién se sabe de memoria su número de teléfono? ¿Quién se sabe el número de sus padres o de la persona que los cuida? ¿Qué tal la dirección de su casa? Pídales que levanten la mano si lo saben (pero no les pida que compartan el número telefónico ni la dirección con el grupo).”
- 4. Distribuya** la página “Todo sobre nosotros”, creyones o marcadores y motive a los participantes a completar las páginas en familia.

Conclusión

Reparta materiales, recursos o enlaces, apropiados a la edad, que su organización tenga sobre la preparación para las emergencias.



Todo sobre nosotros

Saber y recordar información básica, como el nombre y apellido, número telefónico y dirección de sus padres y cuidadores, es una manera importante de estar preparados para emergencias. Si alguna vez los niños se separan de sus familias, esta información puede ayudarlos a encontrarse.

La foto de mi familia

Haz un dibujo de tu familia y escribe los nombres completos de cada miembro de tu familia.



NOMBRE COMPLETO

NOMBRE COMPLETO

DESCARGUE LA APLICACIÓN GRATIS para obtener las herramientas que ayudan a los niños a recordar los nombres completos y las direcciones de los miembros de sus familias.

Números de teléfonos importantes

Usa tu dedo para marcar los números e imagina que llamas a tu familia.



NÚMERO DE TELÉFONO

NÚMERO DE TELÉFONO

Al reverso de esta página, escriba su dirección y léala en voz alta. Su familia lo puede ayudar.

Taller para la familia: Nuestro plan familiar de emergencia

Haga que toda la familia participe en crear un plan de emergencia: identificar adultos de confianza, determinar un lugar de reunión y hacer un kit de emergencia.

Las familias aprenderán

- » quiénes los pueden ayudar en caso de emergencia.
- » por qué es importante determinar un lugar de reunión.
- » qué debería estar dentro de un kit de emergencia.

Lo que necesitará

- » Páginas para distribuir "Nuestro lugar de reunión", "Ayudantes", "Hagamos un kit de emergencia"
- » Crayones y marcadores



Participación de las familias

- 1. Pregúnteles a los niños:** "¿Qué es una emergencia? ¿Cómo nos preparamos para una emergencia?". Hablen de la importancia de tener un lugar de reunión.
- 2. Distribuya** la página "Nuestro lugar de reunión". Explique: "Un lugar de reunión es un lugar seguro donde su familia puede reunirse si no pueden ir a casa durante o después de una emergencia. Escoja un lugar adecuado para niños que esté abierto hasta tarde, como un supermercado. Si su niño está con un cuidador durante una emergencia, es mejor que se quede con esa persona hasta que usted pueda buscarlo". Pídales a las familias que determinen un lugar de reunión y que lo dibujen juntos.
- 3. Después pregúnteles:** "¿Quiénes son algunas de las personas que los han ayudado antes?". Explíqueles que después de una emergencia, hay personas que los ayudan a mantenernos seguros, como familiares, vecinos, bomberos, policías, entre otros. Distribuya la página "Ayudantes" y pídale a los niños que identifiquen y coloreen a dos adultos de confianza.
- 4. Para finalizar, pregúnteles:** "¿Qué es un kit de emergencia? ¿Qué cosas importantes debe tener un kit de emergencia?". Distribuya la página "Hagamos un kit de emergencia", juntos repasen la lista y responda a cualquier pregunta que tengan las familias.

Conclusión

Reparta materiales, recursos o enlaces, apropiados a la edad, que su organización tenga sobre la preparación para las emergencias.

Nuestro lugar de reunión

Después de una emergencia es importante que la familia se mantenga junta. Determine un lugar de reunión para toda la familia en caso de que no puedan ir a casa.

- » Escojan un lugar que visiten regularmente, como una cafetería, para que todos estén familiarizados con el lugar y los niños pequeños se sientan cómodos estando allí.
- » Pregúnteles a los cuidadores de su niño: “¿Hay un lugar de evacuación donde los niños puedan reunirse con los padres?”.
- » Recuérdele a su niño el lugar de reunión. De vez en cuando, podría decir: “Mira, esa es la tienda donde nos encontraremos si hay una emergencia. Todos nos reuniremos ahí”.

Nuestro lugar de reunión

Haz un dibujo del lugar de reunión de tu familia.

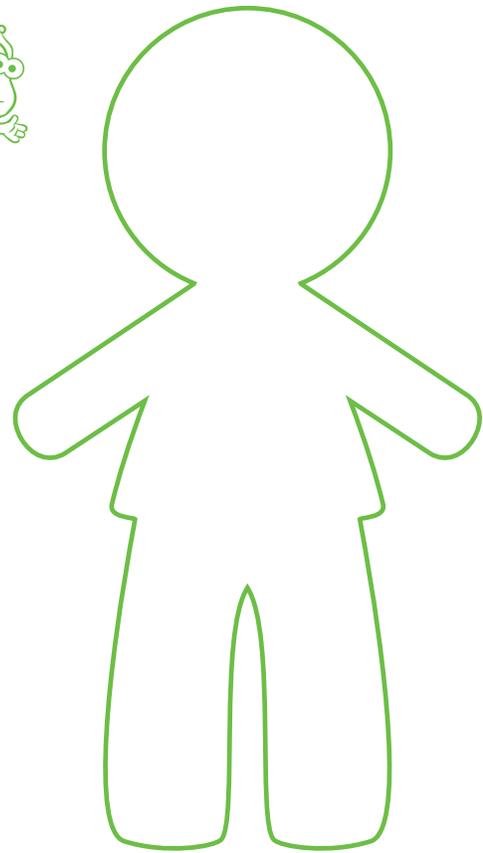
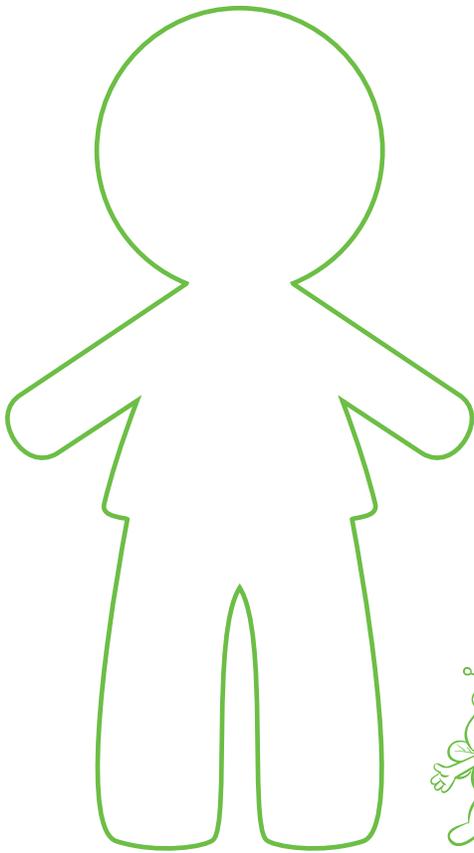


DIRECCIÓN

Ayudantes

Recuerden que no están solos después de una emergencia. Busquen a los ayudantes a su alrededor que nos mantienen sanos y salvos. Piensen en una persona que les haya ayudado: familiares, vecinos, bomberos, policía, enfermera, socorrista o maestro.

 **Haz un dibujo** de dos de esas personas.



NOMBRE COMPLETO

NOMBRE COMPLETO

NÚMERO DE TELÉFONO

NÚMERO DE TELÉFONO

Preparemos un kit de emergencia

Cree un kit familiar de emergencia. Use esta lista para pensar en lo que necesitaría en caso de una emergencia. A medida que agregue artículos a su kit, márkelo en la lista. **Recuerde revisar los artículos de su kit de emergencia regularmente** (por ejemplo, cuando revise sus alarmas de humo) para asegurarse de que estén actualizados.

Artículos recomendados:

-  2 COPIAS DE SU PLAN FAMILIAR DE EMERGENCIA
-  MÍNIMO \$20 EN EFECTIVO Y MONEDAS
-  COPIAS ADICIONALES DE LOS REGISTROS MÉDICOS DE SU FAMILIA, LA LISTA DE MEDICAMENTOS CON SUS DOSIS Y LOS DOCUMENTOS DE SEGUROS
-  KIT DE PRIMEROS AUXILIOS Y MEDICAMENTOS RECETADOS
-  AGUA PARA 3 DÍAS (1 GALÓN DE AGUA POR PERSONA Y POR DÍA)
-  ALIMENTOS ENLATADOS Y SECOS PARA 3 DÍAS Y ABRELATAS MANUAL
-  RADIO DE BATERÍAS O ACTIVACIÓN MANUAL
-  TELÉFONO CELULAR Y CARGADORES PARA CARRO Y CASA
-  LINTERNA Y BATERÍAS EXTRAS
-  HERRAMIENTAS (LLAVE DE TUERCAS Y ALICATES) PARA DESCONECTAR LOS SERVICIOS DE ELECTRICIDAD, GAS Y AGUA
-  PROVISIONES PARA LOS ANCIANOS O MIEMBROS DE LA FAMILIA CON NECESIDADES ESPECIALES
-  PROVISIONES PARA MASCOTAS
-  COPIA ADICIONAL DE LLAVES DEL CARRO Y LA CASA
-  FRAZADAS O BOLSAS PARA DORMIR
-  VASOS Y PLATOS DE PAPEL Y UTENSILIOS PLÁSTICOS

-  BOLSAS PLÁSTICAS PARA BASURA
-  TOALLAS HÚMEDAS Y OTRAS PROVISIONES DE HIGIENE PERSONAL
-  CAMBIO DE ROPA, IMPERMEABLES Y ZAPATOS FUERTES PARA CADA MIEMBRO DE LA FAMILIA
-  PROTECTOR SOLAR Y REPELENTE DE INSECTOS

Artículos importantes para los niños:

-  1 ARTÍCULO DE CONSUELO POR NIÑO (UN OSO DE PELUCHE U OTRO JUGUETE) (Pregúntele a su niño qué quiere incluir, como una muñeca que no utilicen mucho.)
-  ARTÍCULOS PARA NIÑOS (PAPEL, CREYONES, LIBROS Y JUEGOS DE VIAJE)
-  JUGUETES PEQUEÑOS, ALIMENTOS NO PERECEDEROS Y PAÑALES PARA BEBÉ O NIÑO PEQUEÑO

Y RECUERDE...

- » Guarde su kit en un lugar fácil de encontrar.
- » Guarde los artículos en bolsas plásticas herméticas.
- » Reponga el agua potable, las baterías y la ropa de tamaño adecuado cada 6 meses.
- » ¡No olvide tener siempre provisiones de emergencia en su carro y lugar de trabajo!



Eventos de la comunidad

Estos eventos pueden conectar a las familias directamente con los ayudantes de la comunidad que están listos para ayudarlos en una emergencia. Los eventos pueden hacerse adentro o al aire libre y en cada uno, los proveedores pueden hablar sobre la preparación para emergencias y motivar a las familias a crear planes de preparación para emergencias.

¡Jugar a la pelota!

Organice partidos de pelota, softbol o fútbol en la comunidad. Invite a los ayudantes, como policías, bomberos y trabajadores de la salud, a jugar con los miembros de la comunidad. Los niños pueden así conocer a estas personas especiales mientras juegan juntos.

Vehículos muy importantes

Reúna vehículos de emergencia y a los ayudantes de la comunidad que los manejan en un solo lugar, como un campo o estacionamiento. Podría incluir carros de policía, camión de bomberos, vehículos de reparación y una ambulancia. Invite a las familias a explorar los vehículos y a hablar con los ayudantes de la comunidad para aprender sobre lo que ellos hacen en caso de emergencia.

Cena de agradecimiento

Organice una cena en el que todos cooperen para agradecer a los ayudantes de la comunidad por el importante trabajo que ellos hacen. Mientras las familias comen junto a los oficiales de policía, bomberos, trabajadores del hospital u otros del personal de emergencia, pueden desarrollar un sentimiento de unión y familiaridad.

CENTRO DE INFORMACIÓN

En cada uno de estos eventos usted podría incluir una mesa o una caseta para que las familias reciban información sobre la preparación de emergencias. Invite a los ayudantes locales de la comunidad y las organizaciones de respuesta a emergencias para sentarse en esta mesa y responder a las preguntas.



Eventos de la comunidad (continuación)

Feria de la comunidad

¡Organice una feria! Prepare lugares donde las familias puedan jugar y conocer a los ayudantes de la comunidad:

Uniformes: Tenga disponibles uniformes de los ayudantes de la comunidad para que los niños se los prueben.

Mural: Coloque una hoja grande de papel para que las familias puedan dibujar a los ayudantes de la comunidad y los lugares donde trabajan.

Lanzar la pelota: Tome varios cubos y ponga en cada uno una fotografía de los diferentes tipos de ayudantes de la comunidad (bomberos, policía y otros). Motive a los niños a lanzar la pelota en un cubo y luego nombrar al ayudante de ese cubo y donde puede ayudar.

CENTRO DE INFORMACIÓN

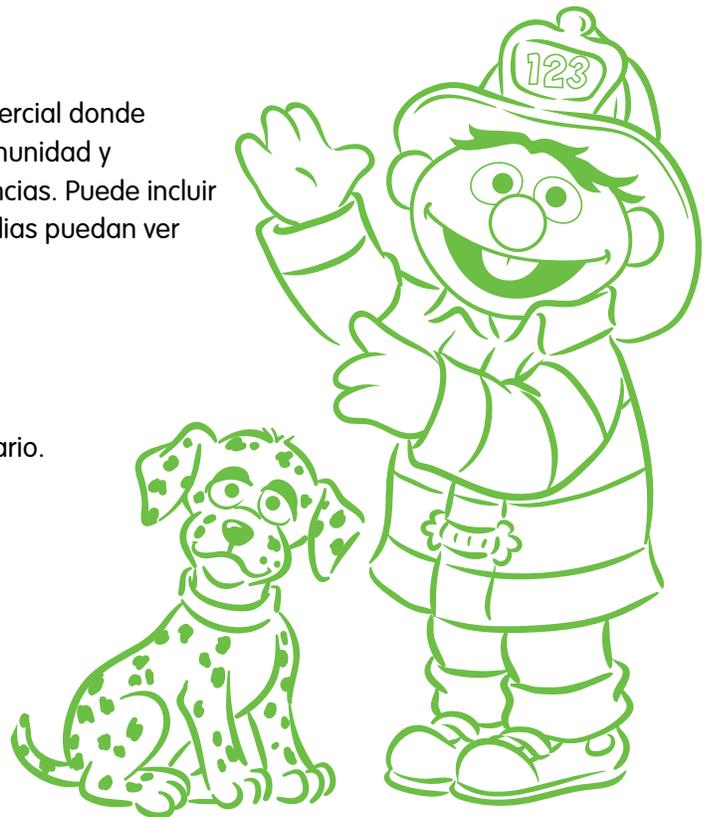
En cada uno de estos eventos, puede incluir una mesa o una caseta para que las familias reciban información sobre la preparación para emergencia. Invite a los ayudantes locales de la comunidad y las organizaciones de respuesta a emergencias para sentarse en esta mesa y responder a las preguntas.

La esquina para conocer y saludar

Coloque una caseta en un supermercado o centro comercial donde las familias puedan hablar con los ayudantes de la comunidad y hacerles preguntas sobre la preparación para emergencias. Puede incluir un ejemplar de un kit de emergencia para que las familias puedan ver y hacer preguntas sobre lo que debe contener un kit.

Presentación de video comunitaria

Organice una proyección del video ¡Preparémonos! de Sesame Street en una biblioteca local o centro comunitario. En este video, la audiencia se une a los amigos de Sesame Street, y familias reales, mientras se preparan para una emergencia fácilmente.



Hola, mi nombre es...

Imprima estas etiquetas en papel adhesivo y recórtelas. Úselas para que las personas se presenten entre sí.

 Mi nombre es: _____	 Mi nombre es: _____	 Mi nombre es: _____
 Mi nombre es: _____	 Mi nombre es: _____	 Mi nombre es: _____
 Mi nombre es: _____	 Mi nombre es: _____	 Mi nombre es: _____
 Mi nombre es: _____	 Mi nombre es: _____	 Mi nombre es: _____



¡Están invitados a un evento
especial para la comunidad!

Preparémonos

PLANIFICANDO JUNTOS PARA EMERGENCIAS

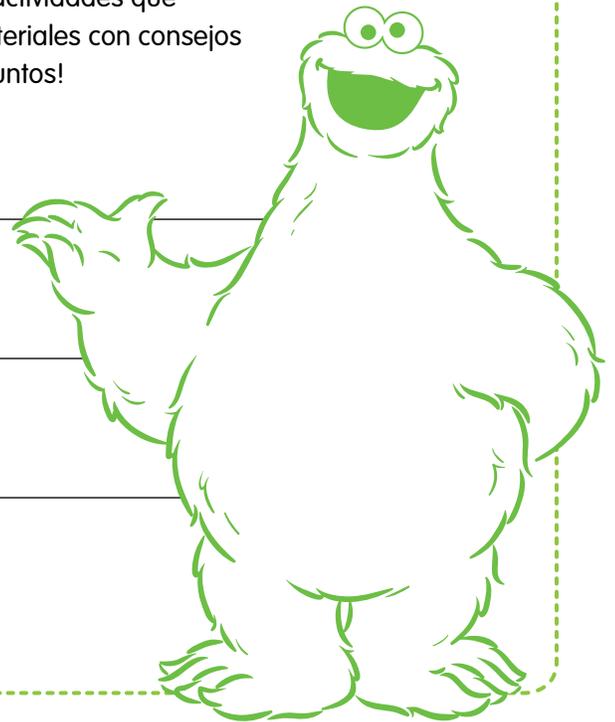
¡Únanse a nosotros!

Preparémonos es un programa bilingüe (inglés y español) de multimedia y alcance comunitario que enseña los pasos sencillos que todos podemos tomar para prepararnos para las emergencias. Vengan a disfrutar de videos, juegos y actividades que los ayudarán a conectar y prepararse. También obtendrán materiales con consejos y actividades. ¡Prepararse es algo que podemos hacer todos juntos!

CUÁNDO

DÓNDE

FAVOR DE CONFIRMAR SU ASISTENCIA



¡Hola a todos!

Yo, Grover, tu amigo azul peludo, me estoy preparando para las emergencias. ¿Sabías que una emergencia es algo que sucede cuando no lo esperas? Las familias pueden prepararse para emergencias haciendo juntos un plan de emergencia. También puedes estar listo practicando tu nombre, tu número de teléfono y tu dirección. ¿Quieres practicar conmigo? ¿Lo harás? ¡Oh, estoy tan contento!

Padres y cuidadores

¡Los niños pequeños pueden ayudar! Con actividades y juegos sencillos, usted puede descubrir cómo prepararse juntos para las emergencias. Los momentos cotidianos que ustedes comparten, como caminar frente a un oficial de policía, son grandes oportunidades para hablar de las personas, los lugares y las cosas que ayudarán a mantener a su familia fuera de peligro si ocurriera una emergencia.

Guíe a su niño a través de las actividades en esta página para ayudarlo a practicar información personal importante. Si no estuviera con usted durante una emergencia, puede dar esta información a adultos de confianza. Para ver el video ¡Preparémonos! y tener acceso a más materiales descargables, visite sesamestreet.org/ready. Encontrará actividades, consejos y otras maneras fáciles de ayudar a toda la familia a prepararse para las emergencias, ¡juntos!

Canta tu nombre con Rosita

Ahora trata de cantar el nombre y apellido de tus padres ¡Muy bien cantado!

**Mi nombre es Rosita. Lo voy a cantar.
Mi apellido es de las Cuevas y orgullo me da.
Soy Rosita de las Cuevas.
¡De seguro que ese nombre nunca lo olvidarás!**

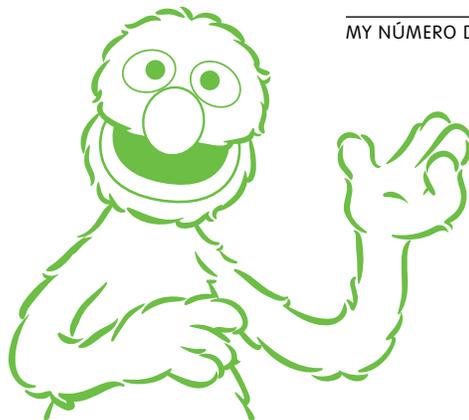
Practica tu dirección

Haz un dibujo o pega una foto de tu casa en una hoja de papel. Pídele a un adulto que te ayude a escribir tu dirección en el dibujo.

Marca tu número de teléfono

Pídele a un adulto que te ayude a escribir tu número de teléfono sobre la línea.

MY NÚMERO DE TELÉFONO



Certificado Preparémonos **¡Felicidades!**

NOMBRE DEL NIÑO

¡Está preparado para las emergencias!

Yo me sé mi
número
de teléfono.

¡Vamos a
preparar un kit
de emergencia!

Yo me sé mi
nombre completo.

Yo me sé mi
dirección.

