

# Preparémonos

PLANIFICANDO JUNTOS PARA EMERGENCIAS

Unidos con las familias y la comunidad



## Guía para el educador



### 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](http://sesamestreet.org/ready)

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



## ¡Hola educador!

### Bienvenido a la Guía para el educador Preparémonos.

Fuera del hogar, usted es uno de los adultos especiales con quienes los niños se sienten más cómodos y por eso tiene la oportunidad de ayudarlos a aprender sobre las emergencias en un ambiente tranquilo.

Esta guía le ayudará a preparar a sus niños para una emergencia con actividades que complementan los planes de emergencia y simulacros de seguridad en su programa. También le proporciona herramientas para mantenerse en contacto con los padres y cuidadores. Los amigos de Sesame Street están listos para ayudar a los niños a recordar información importante a través de canciones, dibujos y juegos.

### Información adicional

Además de la Guía para el educador, nos complace en proporcionarle otros recursos para ayudar a las familias y comunidades a prepararse en caso de una emergencia. Por favor, visite [sesamestreet.com/ready](http://sesamestreet.com/ready) o [pseg.com/sesamestreet](http://pseg.com/sesamestreet).

- » **Guía para la familia Preparémonos:** Un recurso repleto de consejos sencillos, ideas y actividades que ayuda a las familias a prepararse para una emergencia.
- » **Guía para eventos de la comunidad Preparémonos:** Información de preparación para emergencias y actividades para que los proveedores comunitarios las compartan con los niños y las familias.

**CONTENIDO:** En esta guía hallará maneras sencillas para ayudar a que los niños aprendan mensajes importantes:

- » ¡Podemos prepararnos!
- » Sé nuestros nombres y apellidos
- » Sé nuestra dirección y número de teléfono
- » Los ayudantes me mantienen sano y salvo
- » Hagamos y compartamos nuestro plan
- » Preparemos un kit de emergencia

**¡Vamos y preparémonos juntos!**





## ¡Podemos prepararnos!

Puede presentar las situaciones de emergencia usando ejemplos de las experiencias cotidianas de los niños, como las señales y los sonidos que nos avisan cuando hay una emergencia. Esta es una actividad sencilla para iniciar la conversación.

### Qué hacer:

- » Reúna a los niños y pregunte: “¿Qué hacen ustedes para estar seguros cuando van en el carro? ¿Qué tal cuándo cruzan la calle? ¿Cuándo pasean en patineta?”. Puede que hablen de los cinturones de seguridad, cascos o tomar la mano de un adulto cuando cruzan la calle.
- » Explíqueles que hay señales y sonidos por todos lados que también nos mantienen seguros. Muéstreles las ilustraciones aquí debajo y pídale que las identifiquen. **Continúe la conversación sobre por qué existen esas señales y esos sonidos:**



#### SEÑAL DE EXIT/SALIDA:

Esta señal nos dice por dónde salir de un lugar. Podemos buscar esta señal en caso de que debamos salir rápidamente. **¿Dónde ven una señal de EXIT/SALIDA?**



**ALARMA DE HUMO:** Esto es una alarma de humo. Si hay un incendio, suena un **¡BIP, BIP, BIP!** muy fuerte y significa que tenemos que salir rápido y quedarnos afuera. **¿En dónde ven una alarma de humo?**



**CAMIÓN DE BOMBEROS CON LUCES BRILLANTES:** Un camión de bomberos tiene una sirena que suena muy fuerte y luces brillantes que nos dicen que la ayuda viene pronto. **¿Qué otros carros tienen sirenas y luces brillantes?**



**AMBULANCIA:** Los ayudantes en una ambulancia cuidan a las personas heridas. **¿Qué otros carros y camiones nos dicen que la ayuda viene pronto?**

### ¡SIGAN PRACTICANDO!

Jueguen a los “Detectives de emergencias”:  
Mientras los niños caminan de un lugar a otro, pídeles que estén atentos a las alarmas de humo y señales de salida.





## Sé nuestros nombres y apellidos

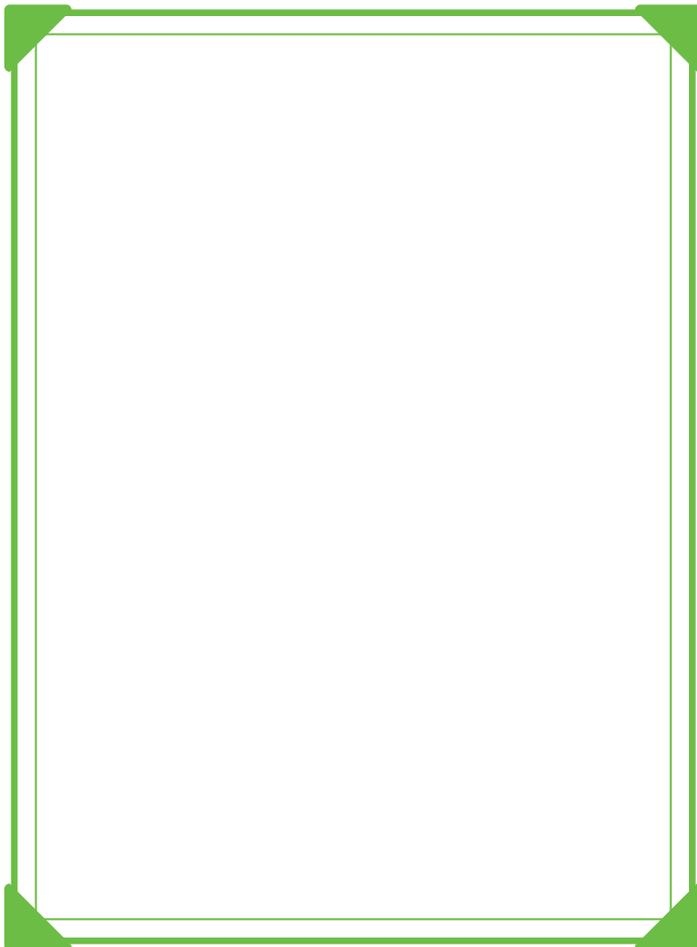
Los niños se sienten orgullosos cuando aprenden sobre sí mismos. Saber sus nombres completos y el de sus cuidadores también es una manera muy importante de estar preparados para emergencias.

**Instrucciones:** Utilice esta hoja para ayudar a los niños a aprender y repetir información importante. Pueden necesitar su ayuda para escribir en los espacios en blanco.



### Mi foto familiar

Dibuja a tu familia en el cuadro aquí debajo.



### ¿Cuáles son los nombres completos de todos en tu familia?

\_\_\_\_\_  
NOMBRE COMPLETO





## Sé nuestra dirección y número de teléfono

Los niños se sienten orgullosos cuando aprenden de sí mismos. Saber información básica, como los números telefónicos y las direcciones de sus cuidadores, puede ayudar a los niños si alguna vez se separan de su cuidador.

**Instrucciones:** Utilice esta hoja para ayudar a los niños a aprender y repetir información importante. Pueden necesitar de su ayuda para escribir en los espacios en blanco.

### Mis números de teléfono importantes

Escribe los números de teléfono importantes de tu familia en estas líneas.

NÚMERO TELEFÓNICO DE MAMÁ Y PAPÁ

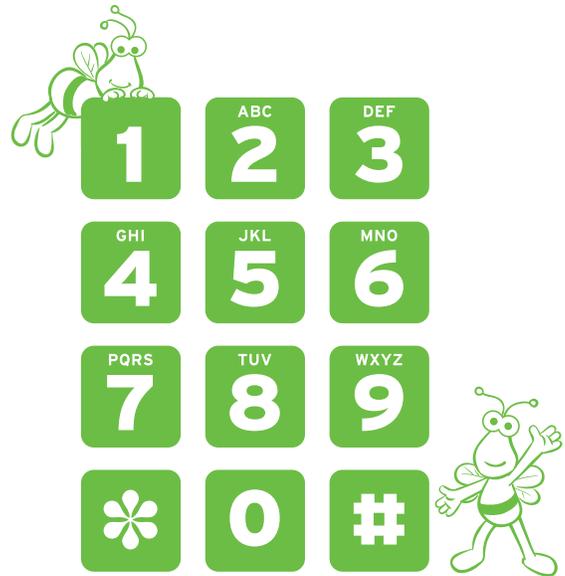
NÚMERO TELEFÓNICO DE MAMÁ Y PAPÁ

NÚMERO TELEFÓNICO DE OTROS ADULTOS IMPORTANTES

NÚMERO TELEFÓNICO DE OTROS ADULTOS IMPORTANTES

### Ahora practiquen marcarlos

Usa tu dedo para marcar el número.



### Mi dirección

LA DIRECCIÓN DE MI CASA

**CONSEJO:** Explique que el 9-1-1 es un número especial para llamar cuando hay una emergencia y no hay otra persona que pueda ayudar. Escriba "9-1-1" y digan juntos los números en voz alta. Pregunte: "9-1-1, ¿cuál es su emergencia?" y "¿Cuál es su dirección?"



## Los ayudantes me mantienen sano y salvo

Nuestros vecindarios están llenos de ayudantes especiales que nos mantienen seguros: guardias para cruzar la calle, policías, personal de servicio, doctores y maestros como usted. Mientras más familiarizados estén los niños con estas personas, más tranquilos se sentirán con ellos durante una emergencia.

**Instrucciones:** Este es un cuaderno sencillo que los niños pueden hacer para conocer a los ayudantes del vecindario. Ellos pueden colorear los dibujos y usted puede ayudarlos a grapar las páginas.

### Mi cuaderno de los ayudantes del vecindario

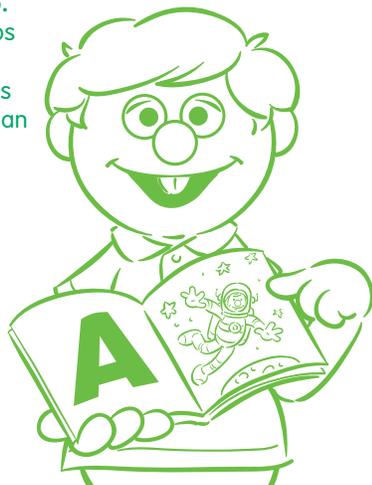
Hay ayudantes por todos lados que me mantienen sano y salvo.



Soy un bombero.  
Ayudo a apagar los incendios.



Soy un maestro.  
Ayudo a los niños a mantenerse seguros mientras aprenden y juegan en la escuela.



Haz un dibujo de otro ayudante en tu vecindario.

Soy un \_\_\_\_\_.

Ayudo a \_\_\_\_\_.



## Hagamos y compartamos nuestro plan

### ¡HOLA FAMILIAS!

Nuestra clase participa en un emocionante programa de **Sesame Street** de preparación para las emergencias. ¡Únanse a nosotros y preparémonos juntos!

Estas son algunas de las cosas que su niño ha estado aprendiendo en la escuela:

- » Sé nuestros nombres y apellidos (nombre completo del niño y los padres).
- » Sé nuestra dirección y número de teléfono.
- » Los ayudantes del vecindario me mantienen sano y salvo.

Por favor, continúe el aprendizaje en casa ¡creando un Plan familiar de emergencia! Use estas páginas para conversar en familia sobre qué harán y a quiénes contactarán en caso de una emergencia. Para ayudar a sus niños a recordar el plan, practiquen esta información juntos en casa.

### FOTOGRAFÍAS DE LA FAMILIA:

Agregar fotografías de cada miembro de la familia y sus mascotas puede ser útil si se separan durante una emergencia.



### Plan de emergencia de la familia \_\_\_\_\_

Puede copiar esta página más de una vez para incluir a todos los miembros de su familia.



**1.** \_\_\_\_\_  
**NOMBRE COMPLETO DEL FAMILIAR**

\_\_\_\_\_

MI ROL EN LA FAMILIA

\_\_\_\_\_

DIRECCIÓN

\_\_\_\_\_

DIRECCIÓN

\_\_\_\_\_

TELÉFONO DURANTE EL DÍA

\_\_\_\_\_

TELÉFONO CELULAR

\_\_\_\_\_

CORREO ELECTRÓNICO

**3.** \_\_\_\_\_  
**NOMBRE COMPLETO DEL FAMILIAR**

\_\_\_\_\_

MI ROL EN LA FAMILIA

\_\_\_\_\_

DIRECCIÓN

\_\_\_\_\_

DIRECCIÓN

\_\_\_\_\_

TELÉFONO DURANTE EL DÍA

\_\_\_\_\_

TELÉFONO CELULAR

\_\_\_\_\_

CORREO ELECTRÓNICO

\_\_\_\_\_

**NOMBRE DE LA MASCOTA**

**2.** \_\_\_\_\_  
**NOMBRE COMPLETO DEL FAMILIAR**

\_\_\_\_\_

MI ROL EN LA FAMILIA

\_\_\_\_\_

DIRECCIÓN

\_\_\_\_\_

DIRECCIÓN

\_\_\_\_\_

TELÉFONO DURANTE EL DÍA

\_\_\_\_\_

TELÉFONO CELULAR

\_\_\_\_\_

CORREO ELECTRÓNICO

**4.** \_\_\_\_\_  
**NOMBRE COMPLETO DEL FAMILIAR**

\_\_\_\_\_

MI ROL EN LA FAMILIA

\_\_\_\_\_

DIRECCIÓN

\_\_\_\_\_

DIRECCIÓN

\_\_\_\_\_

TELÉFONO DURANTE EL DÍA

\_\_\_\_\_

TELÉFONO CELULAR

\_\_\_\_\_

CORREO ELECTRÓNICO

\_\_\_\_\_

**NOMBRE DE LA MASCOTA**



## Hagamos y compartamos nuestro plan (continuación)

Por favor, haga copias de su plan y compártalo con el maestro de su niño y los otros adultos importantes que ayudan a cuidar de su niño.

### Contactos de emergencia

Ayude a sus niños a aprender que estas son las personas que los van a cuidar y ayudar durante una emergencia.

**1. Contacto de emergencia fuera de la ciudad:** persona que no ha sido afectada por la emergencia y puede ayudar a asegurarse que todos estén bien. A veces, después de una emergencia, es más fácil hacer llamadas de larga distancia que hacer llamadas locales. También puede enviar mensajes de texto.

\_\_\_\_\_  
NOMBRE COMPLETO

\_\_\_\_\_  
DIRECCIÓN

\_\_\_\_\_  
DIRECCIÓN

\_\_\_\_\_  
CORREO ELECTRÓNICO

\_\_\_\_\_  
TELÉFONO DE CASA O CELULAR

\_\_\_\_\_  
TELÉFONO DEL TRABAJO

**2. Contacto de emergencia local:** persona que puede ayudar con responsabilidades, como buscar a sus niños en la escuela.

\_\_\_\_\_  
NOMBRE COMPLETO

\_\_\_\_\_  
DIRECCIÓN

\_\_\_\_\_  
DIRECCIÓN

\_\_\_\_\_  
CORREO ELECTRÓNICO

\_\_\_\_\_  
TELÉFONO DE CASA O CELULAR

\_\_\_\_\_  
TELÉFONO DEL TRABAJO

### Lugar de reunión para emergencias

Este es el lugar seguro, adecuado para niños, donde su familia se encontrará si no pueden regresar a su casa durante una emergencia.

\_\_\_\_\_  
NOMBRE DEL LUGAR

\_\_\_\_\_  
TIPO DE ESTABLECIMIENTO

\_\_\_\_\_  
DIRECCIÓN

\_\_\_\_\_  
TELÉFONO

### Ayudantes del vecindario

Incluya los números de teléfono de las personas que viven en su vecindario quienes pueden ayudar durante una emergencia.

\_\_\_\_\_  
ESTACIÓN DE POLICÍA

\_\_\_\_\_  
ESTACIÓN DE BOMBEROS

\_\_\_\_\_  
DOCTOR(ES) DE FAMILIA

\_\_\_\_\_  
OTRO ADULTO IMPORTANTE

**EMERGENCIAS LOCALES:**  
Infórmese de los riesgos específicos y las emergencias potenciales de su área. Regístrese para recibir avisos locales de emergencia del clima en su teléfono inteligente (Smartphone).





## Hagamos y compartamos nuestro plan (continuación)

### Escuelas y lugares de trabajo

1.

---

NOMBRE COMPLETO DEL NIÑO

---

PROGRAMA DE CUIDADO O ESCUELA DEL NIÑO

---

DIRECCIÓN

---

DIRECCIÓN

---

NOMBRE COMPLETO DEL MAESTRO O PROVEEDOR DE CUIDADO

---

TELÉFONO

---

LUGAR DE EVACUACIÓN

2.

---

NOMBRE COMPLETO DEL NIÑO

---

PROGRAMA DE CUIDADO O ESCUELA DEL NIÑO

---

DIRECCIÓN

---

DIRECCIÓN

---

NOMBRE COMPLETO DEL MAESTRO O PROVEEDOR DE CUIDADO

---

TELÉFONO

---

LUGAR DE EVACUACIÓN

3.

---

NOMBRE COMPLETO DEL PADRE, MADRE O CUSTODIO

---

LUGAR DE TRABAJO (U OTRO LUGAR DURANTE EL DÍA)

---

DIRECCIÓN

---

DIRECCIÓN

---

TELÉFONO

---

LUGAR DE EVACUACIÓN

4.

---

NOMBRE COMPLETO DEL PADRE, MADRE O CUSTODIO

---

LUGAR DE TRABAJO (U OTRO LUGAR DURANTE EL DÍA)

---

DIRECCIÓN

---

DIRECCIÓN

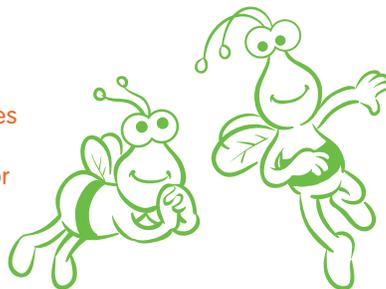
---

TELÉFONO

---

LUGAR DE EVACUACIÓN

**UN HOGAR SEGURO:**  
¡Asegúrese de que sus alrededores también estén listos para una emergencia! Llame a su proveedor de servicios públicos si nota problemas con las redes de cables en su área.





## 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!





## Certificado Preparémonos ¡Felicidades!

NOMBRE DEL NIÑO

¡Está preparado para  
las emergencias!

El número  
de teléfono  
de mi mami es...  
(212) 555-1234.

¡Vamos a  
preparar un kit  
de emergencia!

Mi nombre  
completo es...  
¡Rosita  
de las Cuevas!

Mi dirección  
es...  
123 Sesame Street.

