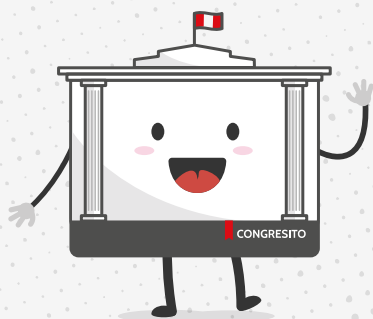


Preparados ante Emergencias:

“Combo de supervivencia”

El Instituto Nacional de Defensa Civil (INDECI) recomienda contar con un “Combo de Supervivencia” para la preparación de nuestra familia ante emergencias y desastres. Este conjunto se compone de la Mochila para Emergencias y la Caja de Reserva, ambas equipadas con provisiones básicas para asegurar el bienestar familiar durante los primeros días de cualquier situación de emergencia.



| MOCHILA PARA EMERGENCIAS |

Contiene artículos indispensables para sobrevivir las primeras 24 horas después de la emergencia. Se recomienda una mochila por cada dos personas, adaptada a sus necesidades particulares, con un peso que no exceda los 8Kg. La mochila para emergencias se llevará durante la evacuación y debe contener:

Botiquín:



Alcohol, agua oxigenada, curitas, termómetro, algodón, gasas, vendas, mascarillas, guantes descartables, esparadrapo, tijeras, agujas y jeringas descartables, analgésicos, antisépticos, antiinflamatorios, antiácidos, antidiarreicos, tranquilizantes, colirio y cremas para quemaduras, picaduras y lesiones.

Higiene:



Gel antibacterial, papel higiénico, papel toalla y toallas higiénicas, pañitos húmedos, jabón y lejía.

Alimentos:



Agua (1 litro/persona), enlatados (atunes, frutas, menestras), barras energéticas, galletas, café instantáneo e infusión, frutos secos.

Abrigo y ropa:



Manta y ropa de cambio.



Comunicación:

Radio a pilas, silbato, linterna, agenda con números de emergencia y lapiceros.



Menores (0 a 5 años):

Mantita, biberón, fórmula infantil o leche, comida (papilla, galletas, etc.), pañales, crema para dermatitis, ropa, juguetes, toallitas húmedas, medicamentos para gases y fiebre, tela resistente o canguro. (6-18 años): Barras energéticas, galletas, dulces, libros.



Adultos mayores:

Pañales para adultos (si los necesita), medicamentos con copia de receta médica.



Personas con discapacidad:

Si usa dispositivo de ayuda, información del modelo. **Auditiva y habla:** baterías para audífonos (si usa), tarjetas laminadas con frases, imágenes o pictogramas; papel, lápiz. Movilidad reducida: si usa un dispositivo adicional, como bastón o andador. Visual: anteojos de repuesto, bastón plegable, tarjetas en braille, etiquetas en braille / letra grande, dispositivo de comunicación para sordociego o en braille.



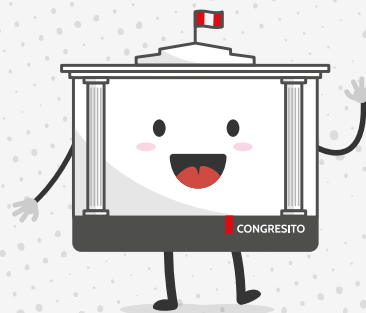
Otros:

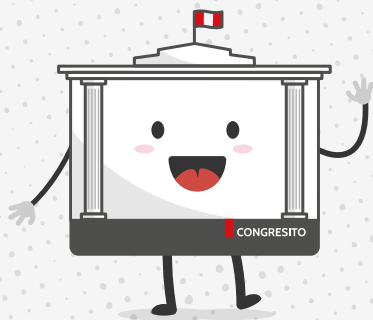
Velas, fósforos/encendedor, cuchilla multipropósito, cinta adhesiva, cuerda, guantes de trabajo, cargador de celular portátil, audífonos, petate o piso, pilas, dinero en efectivo, preferentemente, monedas. Además, mapa de la zona segura y punto de reunión, plan familiar de emergencia y fichas personales, copia de documentos en sobre plastificado (DNI, pasaporte, títulos de propiedad o de educación, contratos, pólizas de seguro, carnés, etc.), copia de llaves (casa, carro o moto), bolsas plásticas, papel periódico / bond.



Mascotas:

Comida para mascotas, agua, papeles de adopción, información de contacto, ficha de vacunas, placa de vacuna contra la rabia, collar/arnés con identificación, correa, antipulgas, antigarrapatas, juguetes, bolsas y foto.





CAJA DE RESERVA I

Contiene artículos necesarios para vivir del segundo al cuarto día de la emergencia. Es para todos los miembros de la familia y debe contener:



Alimentos:

Agua (2.5 L.), sopas instantáneas, comida enlatada, deshidratada y energética, leche en polvo/evaporada, dulces, galletas, barras energéticas, chocolate (zona de frío).



Ropa e higiene:

Casacas, chompas, ropa interior, medias, manta, toallas, jabón de barra, cepillo y pasta dental.



Otros:

Olla, termo, vajilla descartable, periódico, impermeables, plástico (film), plástico para piso o techo, paraguas y pilas de repuesto.

Puntos clave:

- 01 **Los desastres provocan escasez;** ten tus propios suministros.
- 02 **Adapta la mochila para emergencias** y la caja de reserva a tus necesidades familiares y riesgos locales.
- 03 **Considera las necesidades de niños,** mayores, embarazadas y personas con discapacidad.
- 04 **No es necesario comprar;** utiliza mochilas y cajas en buen estado.
- 05 **La mochila debe estar en un lugar accesible** para evacuación y la caja en un lugar seguro o menos propenso a ser afectado (como un jardín, patio o auto).

Plan Familiar de Emergencia (Fuente: INDECI).