PREPÁRATE CON PEDRO

LIBRO DE ACTIVIDADES DE PREPARACIÓN PARA CASOS DE DESASTRE

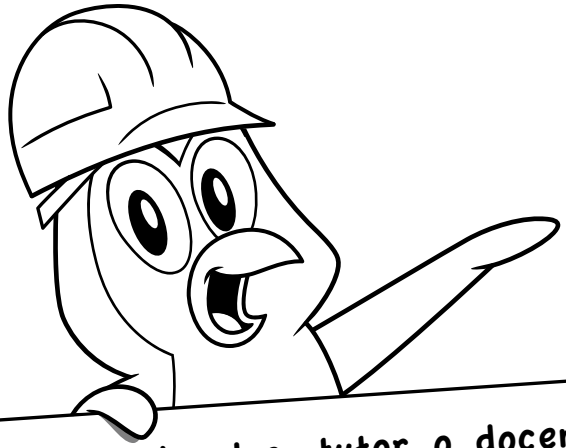
FEMA P-2005 / June 2018

American Red Cross

Prepárate con Pedro: Libro de actividades de preparación para casos de desastre es una publicación elaborada por la oficina de la RegiónV y la División de Preparación Individual y Comunitaria de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias, en asociación con la Cruz Roja Americana.

El emblema de la Cruz Roja y el nombre Cruz Roja Americana son marcas registradas de la Cruz Roja Americana Nacional y están protegidos por diversas leyes nacionales.
© 2018 de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias. El sello del Departamento de Seguridad Nacional (DHS) y el logotipo de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA) son propiedad del DHS y están protegidos por la ley federal.

El Libro de actividades Prepárate con Pedro está disponible en la FEMA de forma gratuita. Llame al 1-800-480-2520 y solicite el número de publicación P-2005.
También puede descargarlo sin costo en www.ready.gov/youth-preparedness.



Estimado padre/madre, tutor o docente:

Este libro de actividades está diseñado para enseñar a los niños y sus familias cómo mantenerse a salvo en casos de desastre o emergencia.

Los desastres pueden asustar a los niños, pero ellos se adaptan mucho mejor a las situaciones cuando saben qué esperar. Trabaje con los niños usando este libro de actividades para ayudarlos a comprender los conceptos y mensajes de seguridad mencionados.

Las siguientes definiciones brindarán una base para comprender los mensajes de seguridad proporcionados.

PELIGROS: Los peligros son eventos que pueden derivar en emergenciasy desastres. Un peligro es una causa de riesgo, como una inundación.

EMERGENCIA: Una emergencia es un momento en el que ocurre un suceso grave y se necesita ayuda inmediata.

DESASTRE: Un desastre es una emergencia que ocasiona un gran perjuicio a personas o lugares.

PREPARARSE: Prepararse significa estar listo. Nos preparamos para distintas cosas todo el tiempo: como cuando nos ponemos una chaqueta o tomamos un paraguas para estar listos para un día lluvioso. Hay muchas maneras de "PREPARARSE" para emergencias y desastres, como aprender cómo actuar cuando tales eventos se presentan, elaborar un plan junto con su familia o reunir insumos en un kit para emergencias.

LUGAR SEGURO: Un lugar seguro es un sitio al que puede ir para estar a salvo de factores que podrían dañarlo. El concepto de lo que es un lugar seguro varía según la emergencia o el desastre en cuestión.

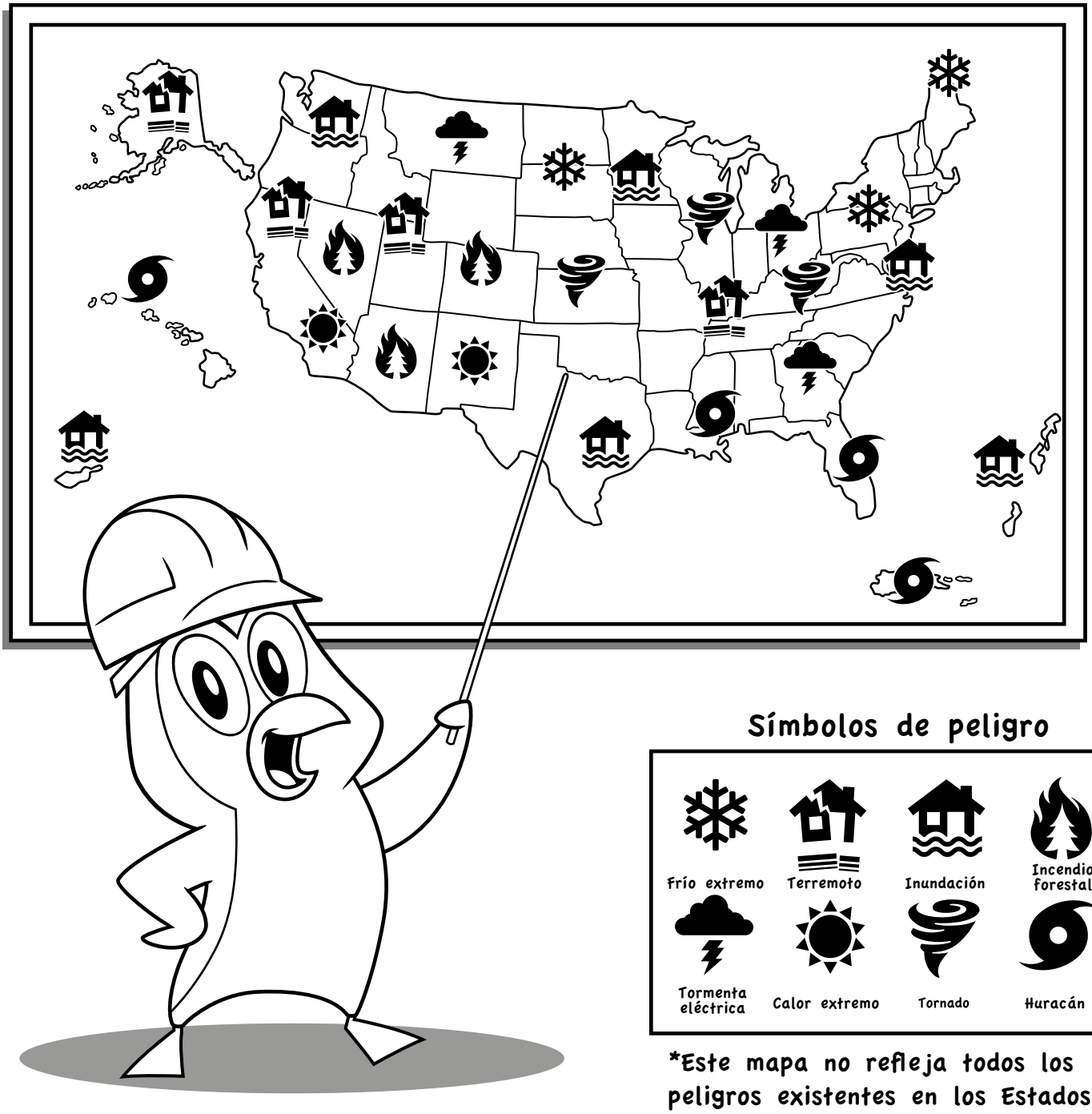
Mientras trabaja con el niño usando este libro de actividades, consulte la página 11 para elaborar un plan de comunicación que garantice que su familia esté lista ante cualquier emergencia o desastre. Desarrollar y practicar un plan son pasos clave para ayudar tanto a los adultos como a los niños a recordar qué hacer para mantenerse a salvo.

Obtenga más información en www.ready.gov y en www.redcross.org.

Atentamente,
Sus amigos de la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA) y de la Cruz Roja Americana

¡Hola! Soy Pedro, el pingüino, y estoy viajando por los Estados Unidos para visitar a mis amigos y saber cómo se preparan. Me gustaría que vengas.

Las emergencias y los desastres pueden ocurrir en cualquier lugar, pero hay formas de ayudarte a mantenerte a salvo. ¡Sigue adelante y aprendamos juntos!



Símbolos de peligro

*Este mapa no refleja todos los peligros existentes en los Estados Unidos.

TORMENTA ELÉCTRICA

Las tormentas eléctricas generan mucha lluvia.
También generan truenos, relámpagos, viento y granizo.
No es seguro permanecer fuera cuando se acercan los relámpagos.
Si escuchas truenos, significa que se avecinan relámpagos. Entra a un lugar bajo techo rápidamente.

Recuerda: cuando oigas el estruendo de los truenos, entra a tu casa.

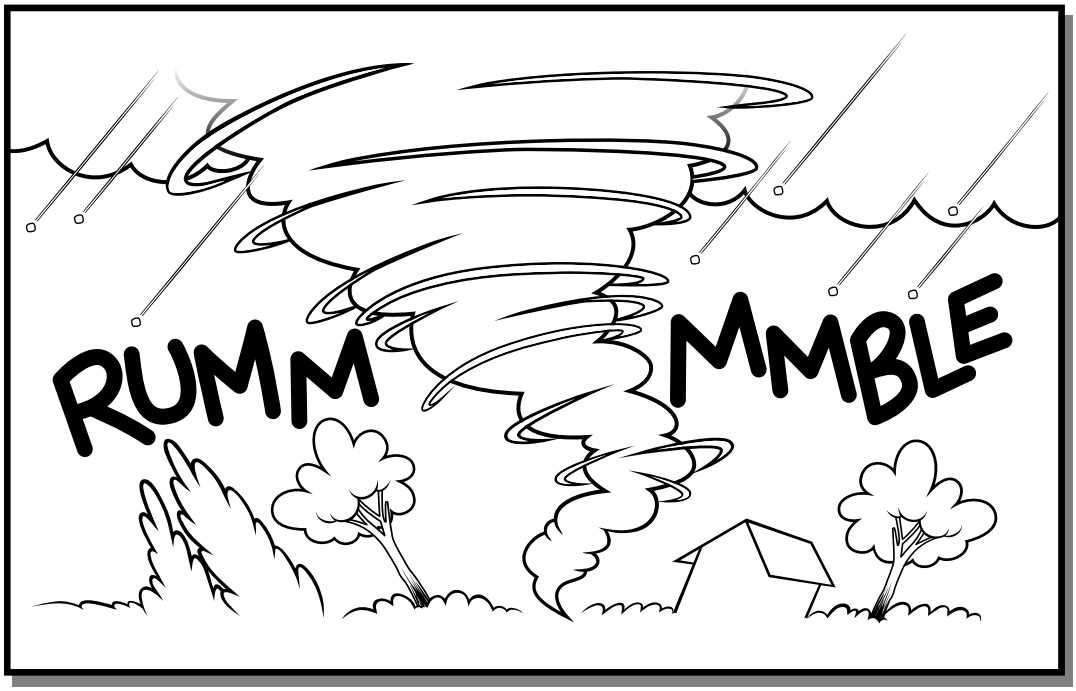
TORNADO

Un tornado es una columna de aire giratoria. Los tornados producen vientos fuertes que pueden causar grandes daños a todo lo que encuentran a su paso.

Una **advertencia de tornado** significa que podría producirse un tornado.

Mantente atento para obtener más información, permanece cerca de un lugar seguro ¡y prepárate!

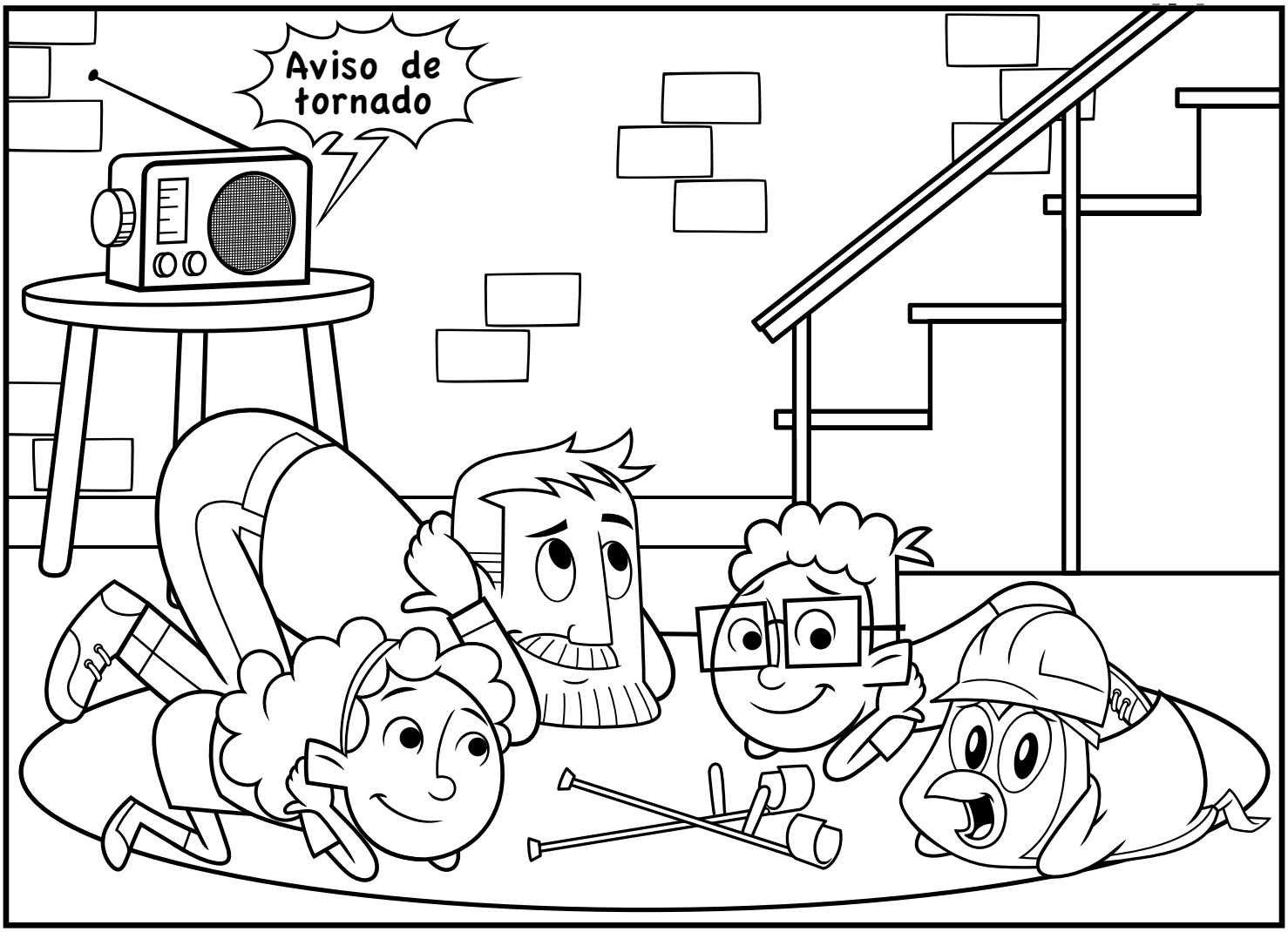
Estas señales pueden ayudarte a saber si se aproxima un tornado:



- Cielo oscuro o verdoso
- Nube en forma de embudo
- Sonido fuerte, similar al de un tren
- Granizo

Un **aviso de tornado** significa que se ha detectado un tornado en tu zona. En algunos lugares, es posible que oigas sirenas de tornado. ¡Llegó el momento de ponerte a salvo!

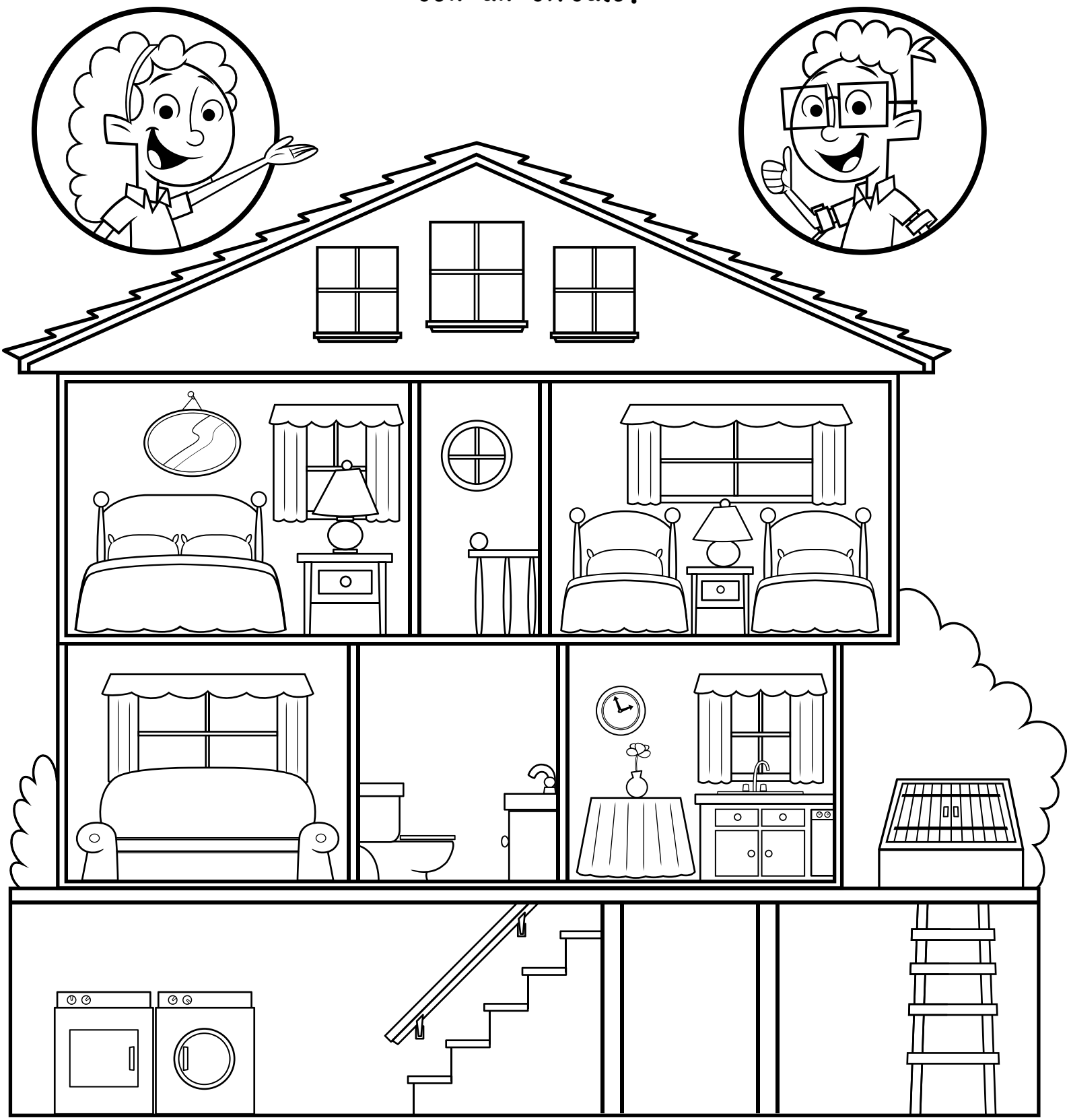
Cuando estés dentro, desciende al nivel más bajo del edificio. Ese nivel podría ser un sótano o la planta baja. Busca una habitación interior sin ventanas.
Tírate al piso y cúbrete la cabeza y el cuello.



¿Lo sabías? Una casa rodante no es un lugar seguro para permanecer durante un tornado. Si vives en una casa rodante, busca el edificio sólido más cercano.

Practica llegar hasta ese lugar seguro.

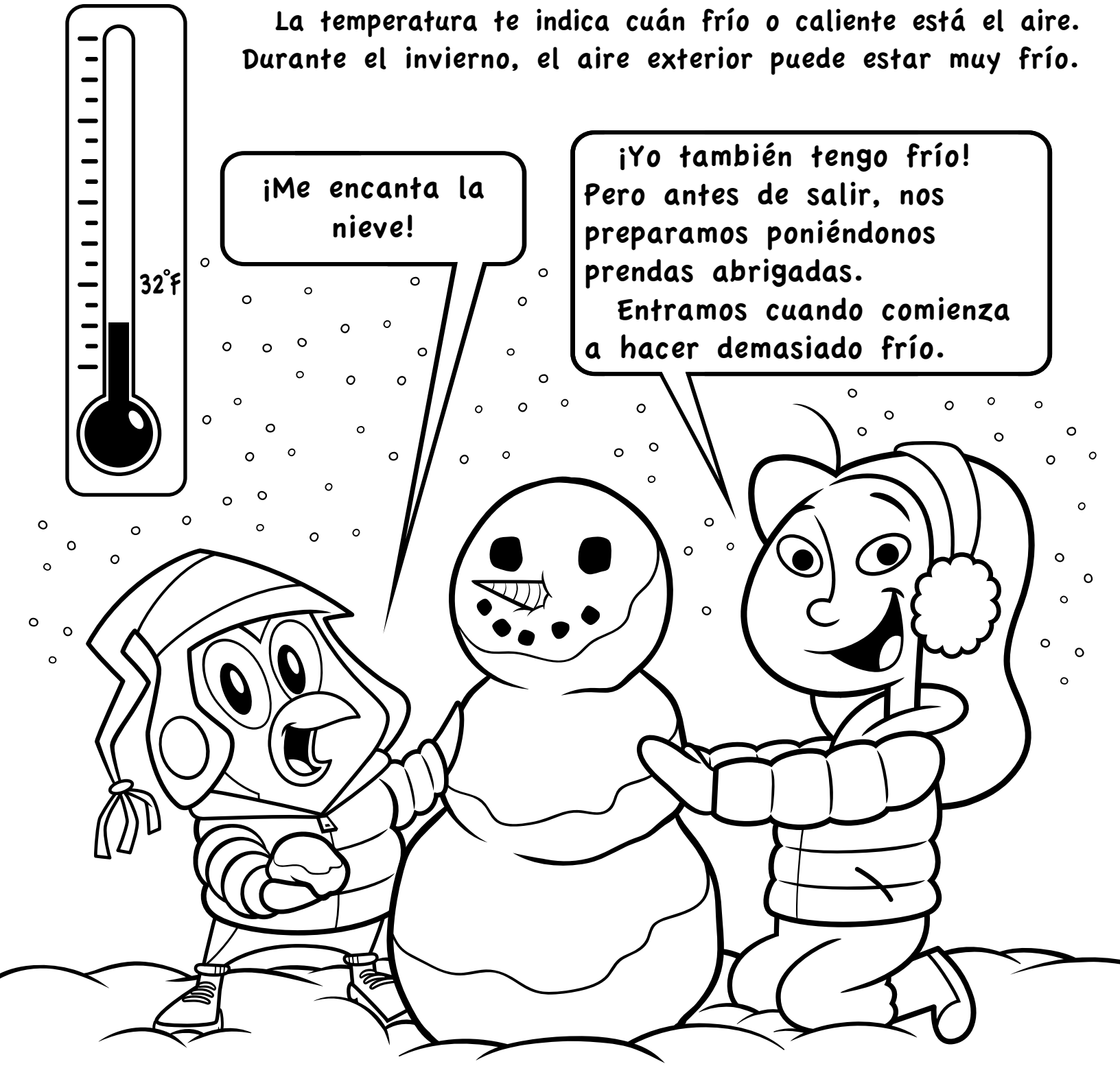
Antes de la tormenta, Amelia y Elijah encontraron 3 lugares seguros para refugiarse durante un tornado. ¿Puedes marcar esos lugares seguros con un círculo?



Respuesta correcta: (sótano, baño, sótano para tormentas)

FRÍO EXTREMO

La temperatura te indica cuán frío o caliente está el aire. Durante el invierno, el aire exterior puede estar muy frío.

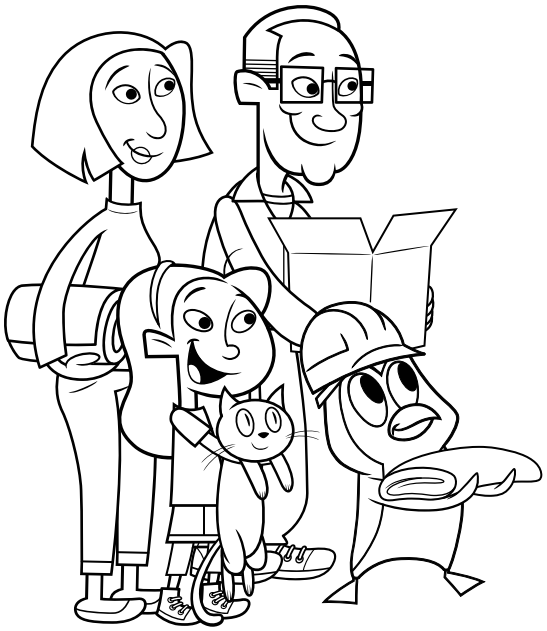


Recuerda: dile a un adulto si sientes FRÍO o estás entumecido mientras juegas fuera.

La electricidad es lo que enciende las luces y mantiene encendida la calefacción de la casa. A veces, la electricidad puede cortarse. Cuando esto sucede, puedes usar un kit de insumos para emergencias que te ayude a mantenerte a salvo.

Mía y su familia le están mostrando a Pedro cómo armar un kit para estar preparados. ¿Qué deberían poner en el kit?

Traza una línea para unir el nombre del elemento con el dibujo.

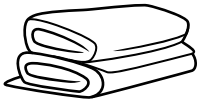


botiquín de primeros auxilios/medicamentos

suministros para la mascota

mantas

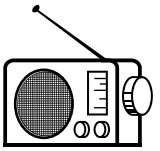
alimentos



radio

agua

linterna y baterías



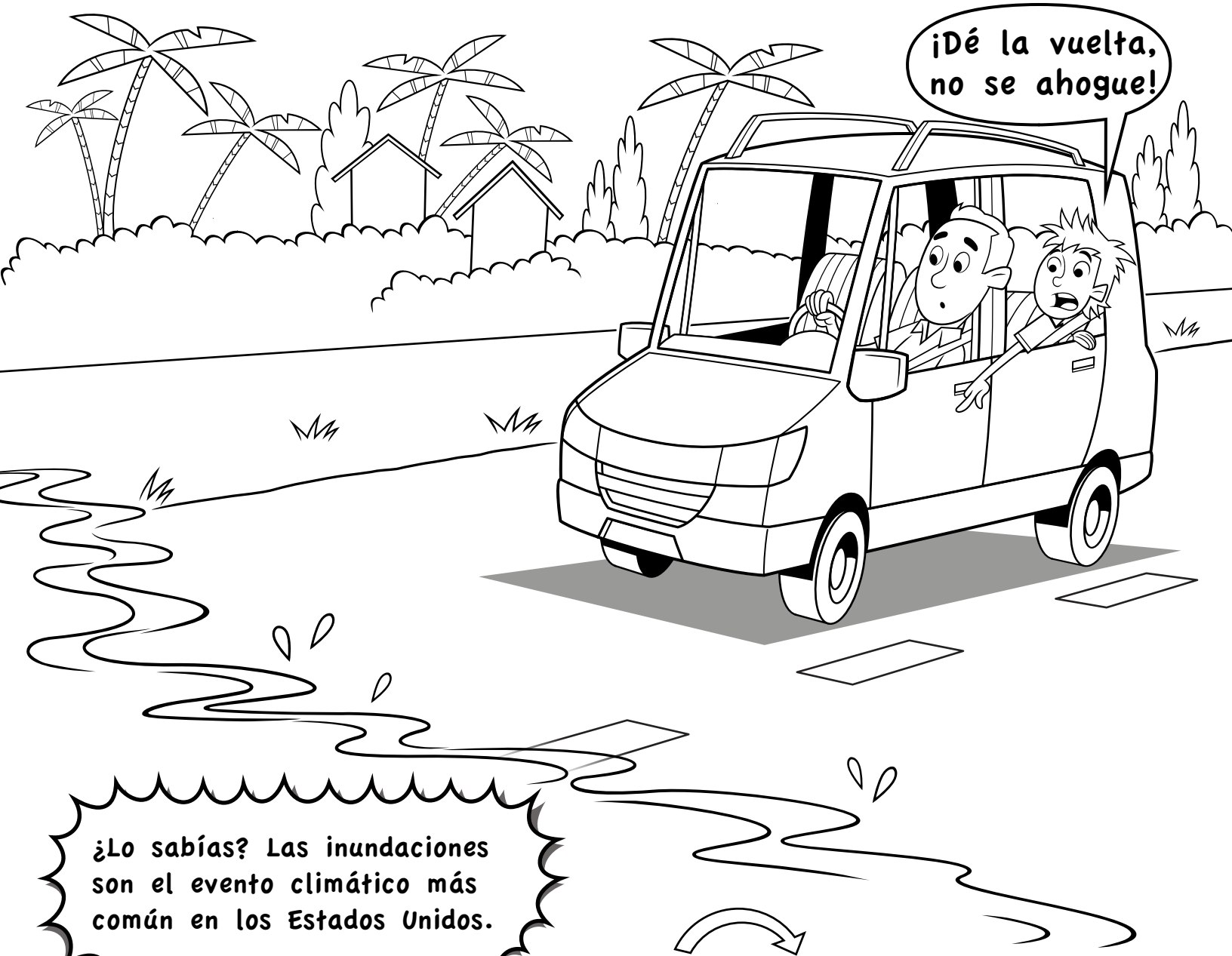
¡Puedes armar en casa tu propio kit de insumos para emergencias! Pide a un adulto que te ayude. Tener un kit a mano puede ayudarte a mantenerte a salvo en muchos tipos de emergencias.

INUNDACIÓN

Cuando llueve mucho o un río se desborda, puede producirse una inundación. Las inundaciones que se producen muy rápidamente se denominan crecidas repentinas.

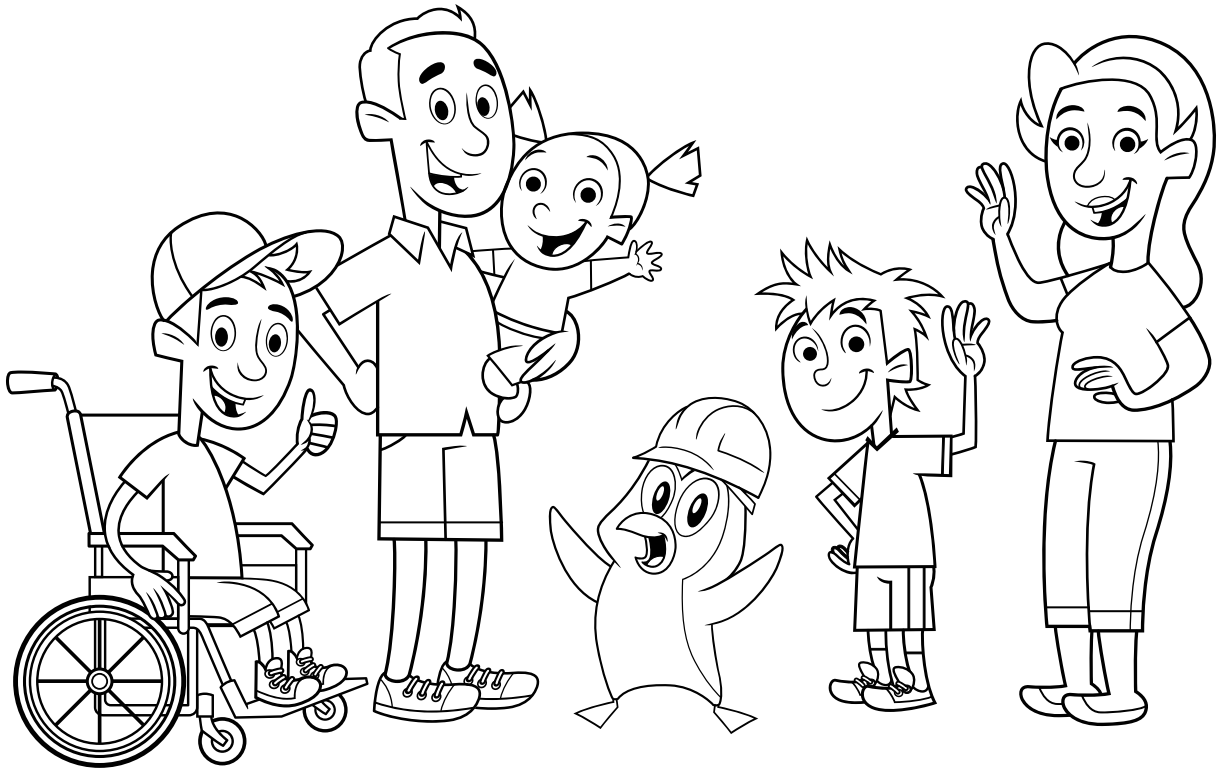
No es seguro jugar en el agua de una inundación y podría causarte enfermedades.

El agua en movimiento puede arrastrarte rápidamente. Si ves agua que proviene de una inundación, no te metas en ella. Diles a los adultos que no conduzcan por el agua de una inundación.



Recuerda: Dé LA VUELTA, no se ahogue

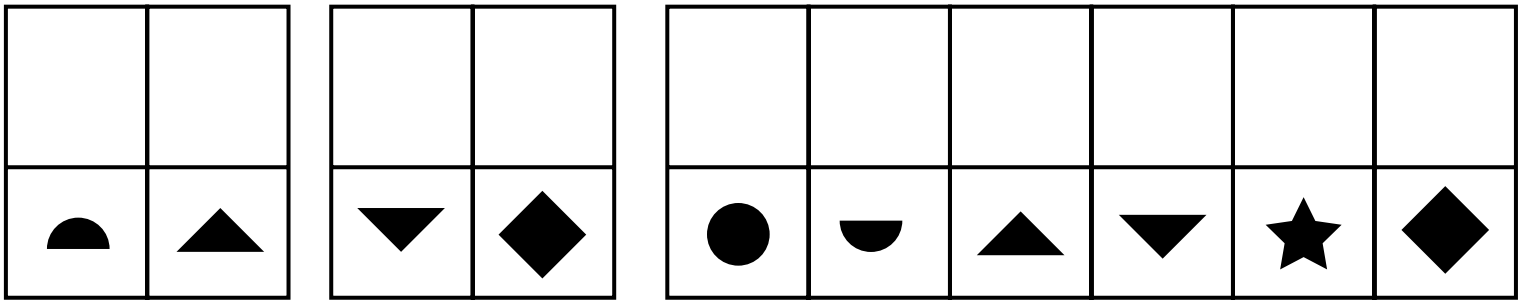
La familia de Martín sabe qué hacer cuando ven agua proveniente de una inundación. ¿Y tú lo sabes?

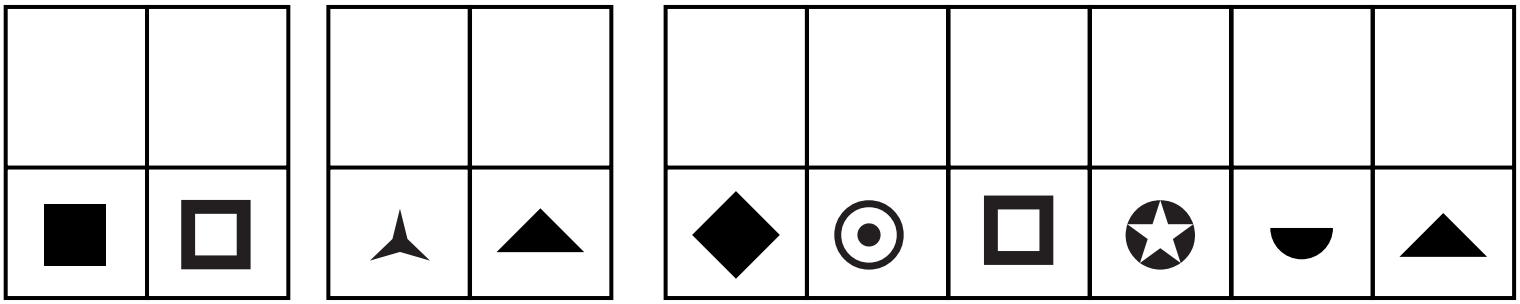


¡Descubre el mensaje secreto!

■ = N ◓ = D ▲ = E ● = V ⮝ = S □ = O

◆ = A ◒ = U ▼ = L ★ = T ⊙ = H ✪ = G





Respuesta correcta: "DÉ LA VUELTA, NO SE AHOGUE"

El lugar donde vivimos puede inundarse, así que mi familia elaboró un plan. Sabemos adónde ir si se acerca una inundación. Anotamos información importante, como nombres y números telefónicos, para usarlos si algo sucede.

Completa este plan junto con tu padre, madre o tutor. Luego conversen sobre qué deben hacer si algo sucede. Tu familia puede elaborar un plan para cualquier emergencia o desastre.

Mi plan de comunicación familiar

Mi nombre: _____

Mi dirección: _____

Los nombres de los miembros de mi familia: _____

_____ _____

Mi número telefónico: _____

Número telefónico del tutor: _____

Contacto en la escuela o centro de cuidado infantil: _____

Lugar de encuentro en el vecindario: _____

Lugar de encuentro fuera del vecindario: _____

Contacto fuera de la ciudad: _____

Información de salud o datos del médico: _____

Revisa y actualiza este plan todos los años.

¡Siempre recuerda llamar al 911 en casos de emergencia!

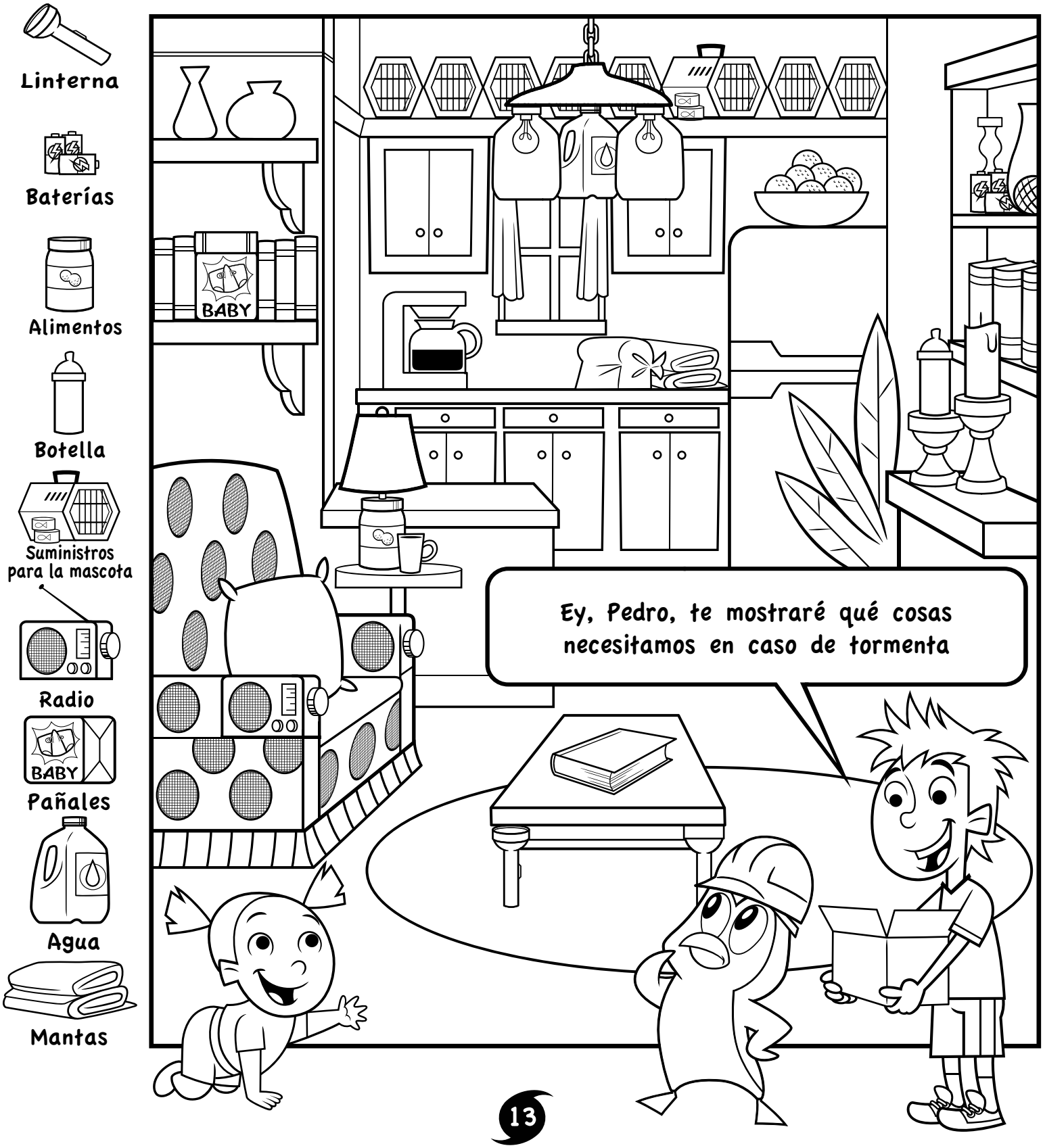
HURACÁN

Un huracán es una gran tormenta que se forma sobre el océano. Tiene forma de espiral y puede recorrer un largo camino antes de llegar a tierra.

Un huracán puede ocasionar grandes daños y provocar vientos fuertes y lluvias abundantes cuando llega a tierra. El agua del océano puede levantarse y crear grandes olas que inundan la costa.

A veces, es seguro permanecer en casa durante la tormenta, pero debes estar preparado. Durante la tormenta, quédate en una habitación segura y sin ventanas. Lleva a la habitación a tus mascotas y toma el kit de insumos para emergencias.

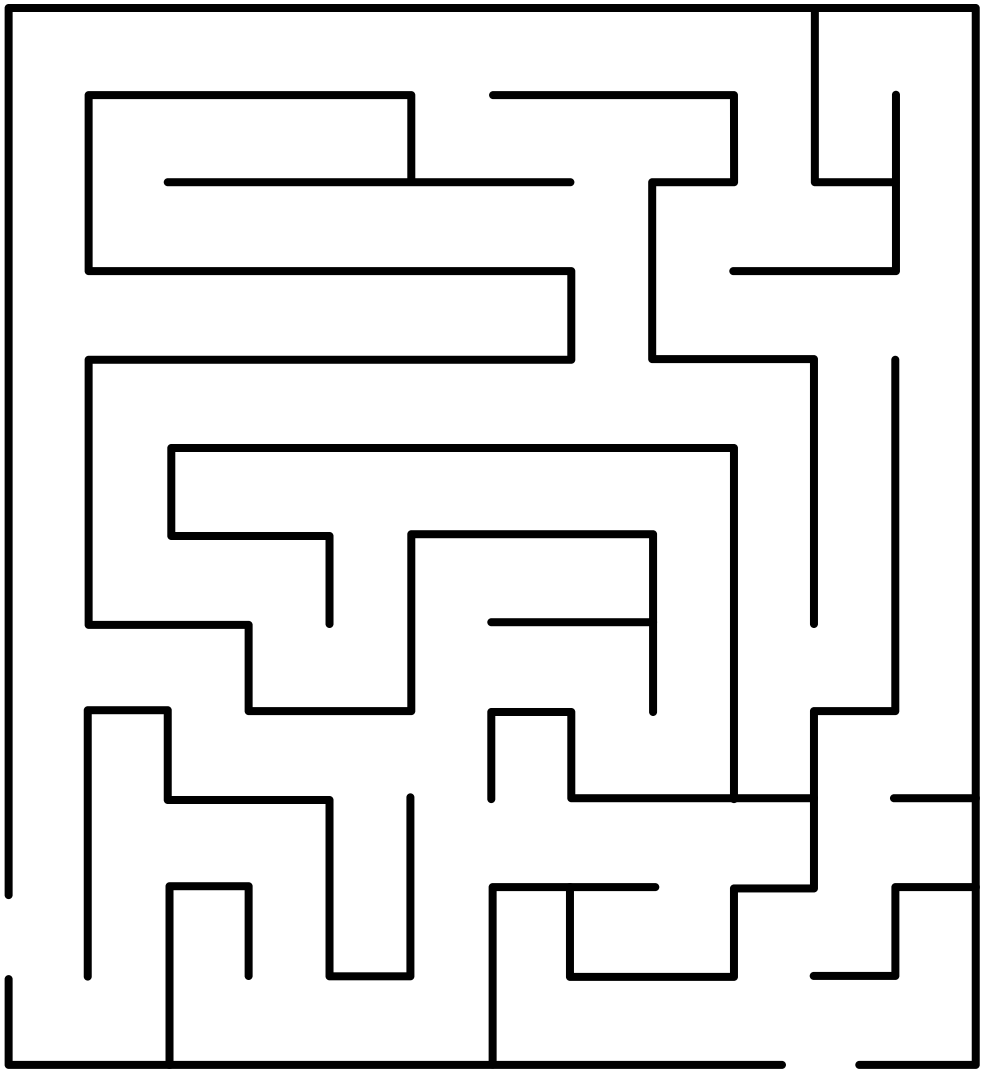
¿Puedes encontrar los insumos para emergencias que están escondidos en este dibujo?



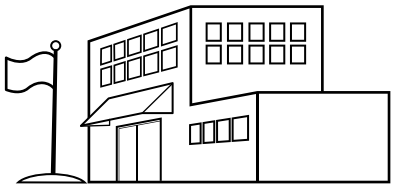
Algunas áreas no son seguras durante un huracán. Es posible que te digan que es más conveniente salir de tu casa e ir a un lugar seguro. Esto se llama **EVACUACIÓN**.

Un lugar seguro está alejado del viento y del agua de la inundación. Puede ser un refugio contra huracanes, un hotel o incluso el hogar de un familiar o amigo.

Si te dicen que hay que evacuar, debes hacerlo de inmediato. Esperar para irse puede ser inseguro.



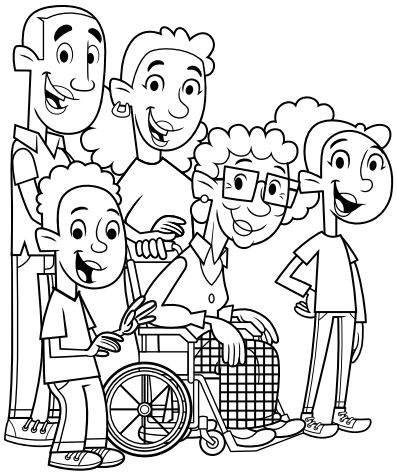
Ahora es el turno de Pedro. ¡Ayuda a Pedro a ir a un lugar seguro!



LUGAR SEGURO

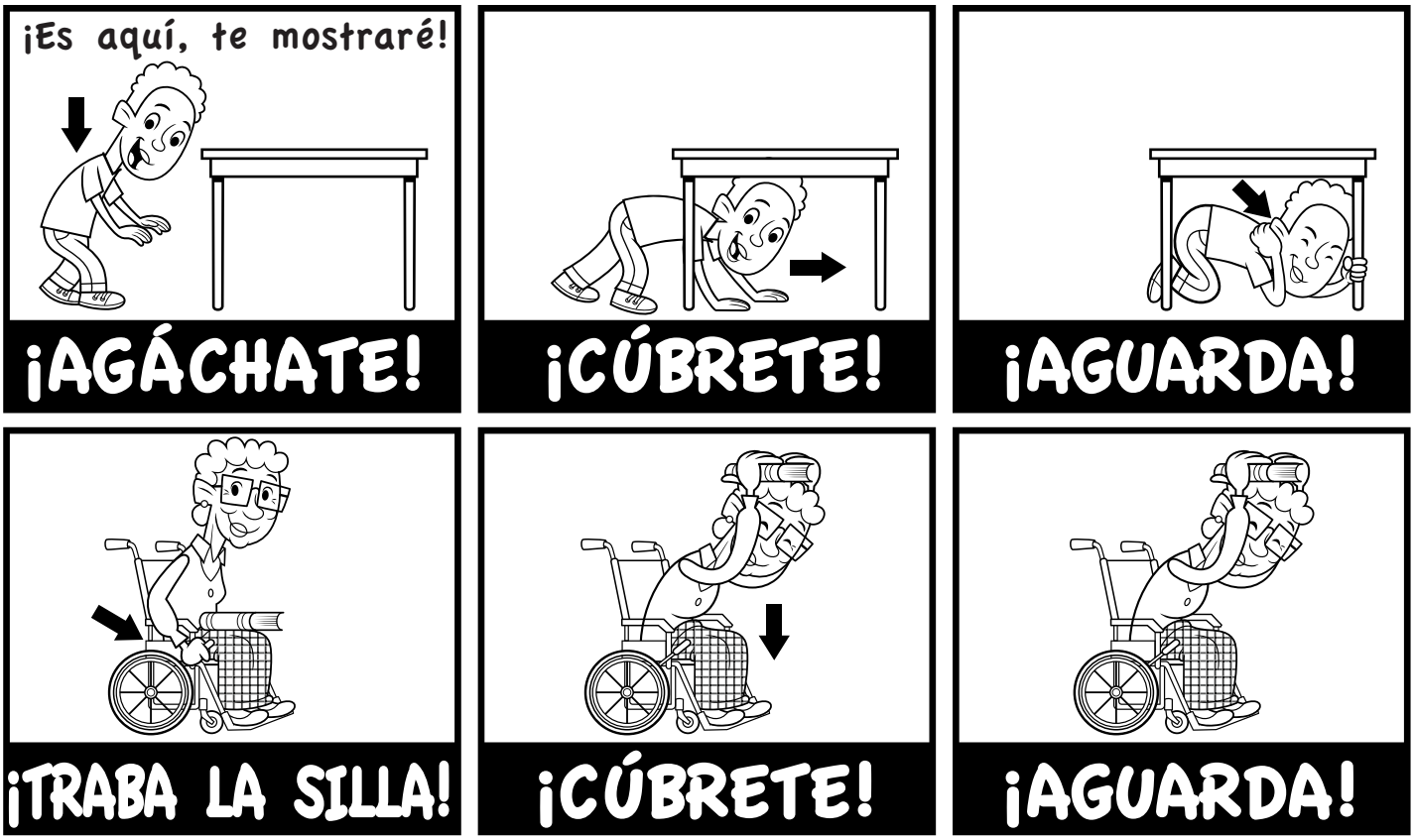
TERREMOTO

Un terremoto ocurre cuando se mueven las rocas debajo de la superficie de la tierra. Cuando esto sucede, el suelo que pisas puede temblar, moverse o agrietarse.

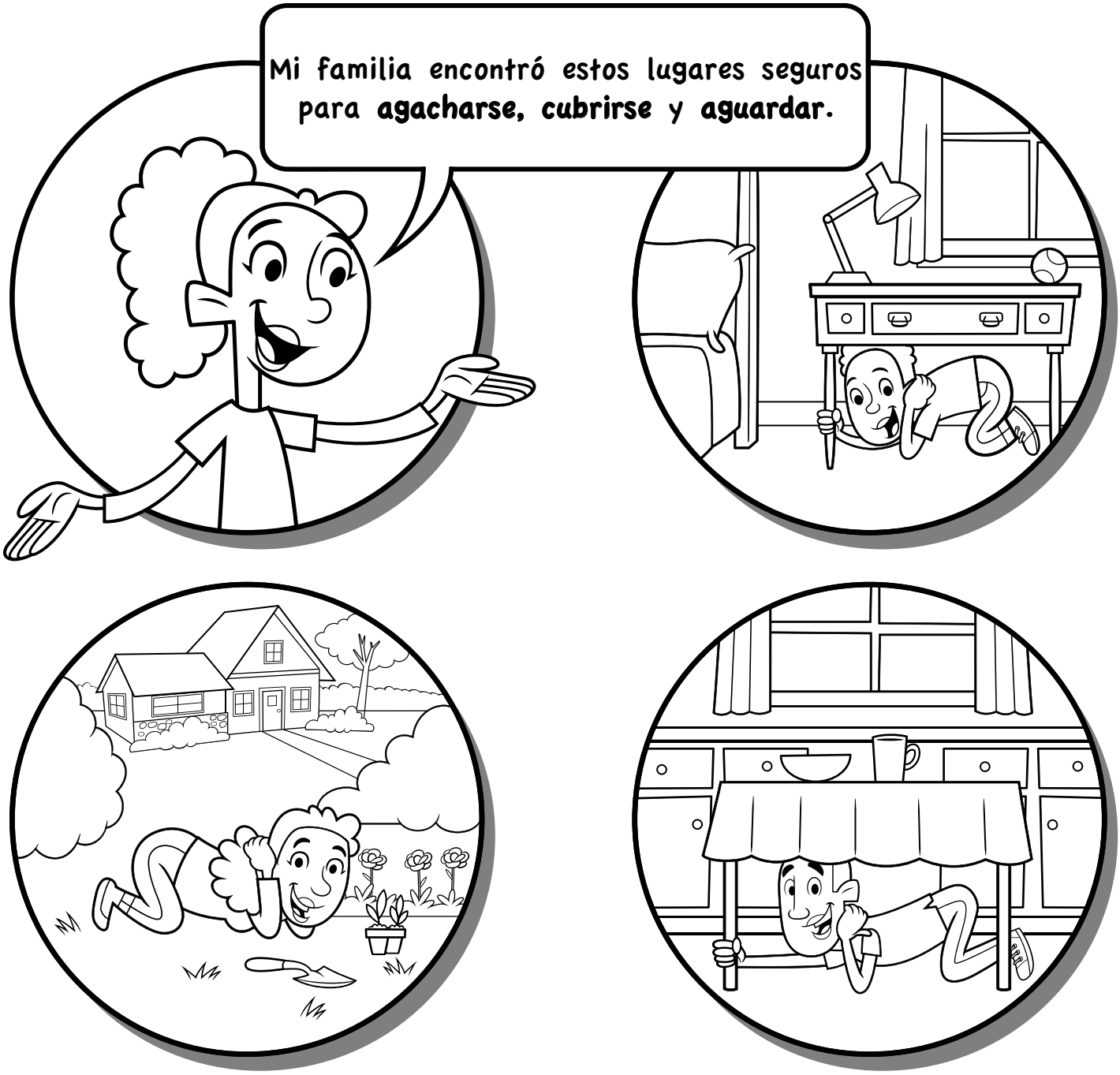


Si el suelo comienza a temblar:

- **Agáchate** en el lugar donde estés y apóyate sobre tus manos y rodillas.
- **Cubre** tu cabeza y cuello. Si puedes, arrástrate hasta una mesa o un escritorio cercanos que sean sólidos.
- **Aguarda** hasta que el temblor se detenga.

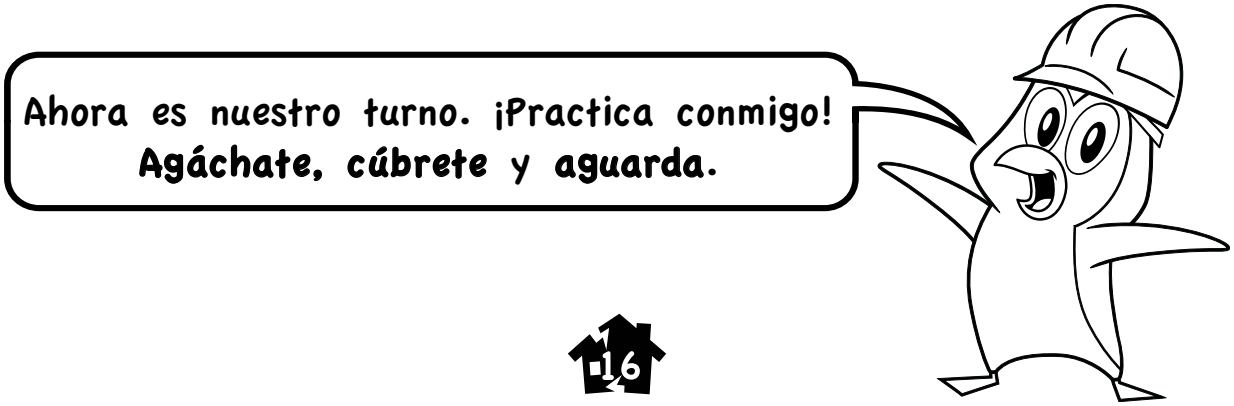


¿Lo sabías? ¡Los terremotos pueden producirse casi en cualquier parte de los Estados Unidos!

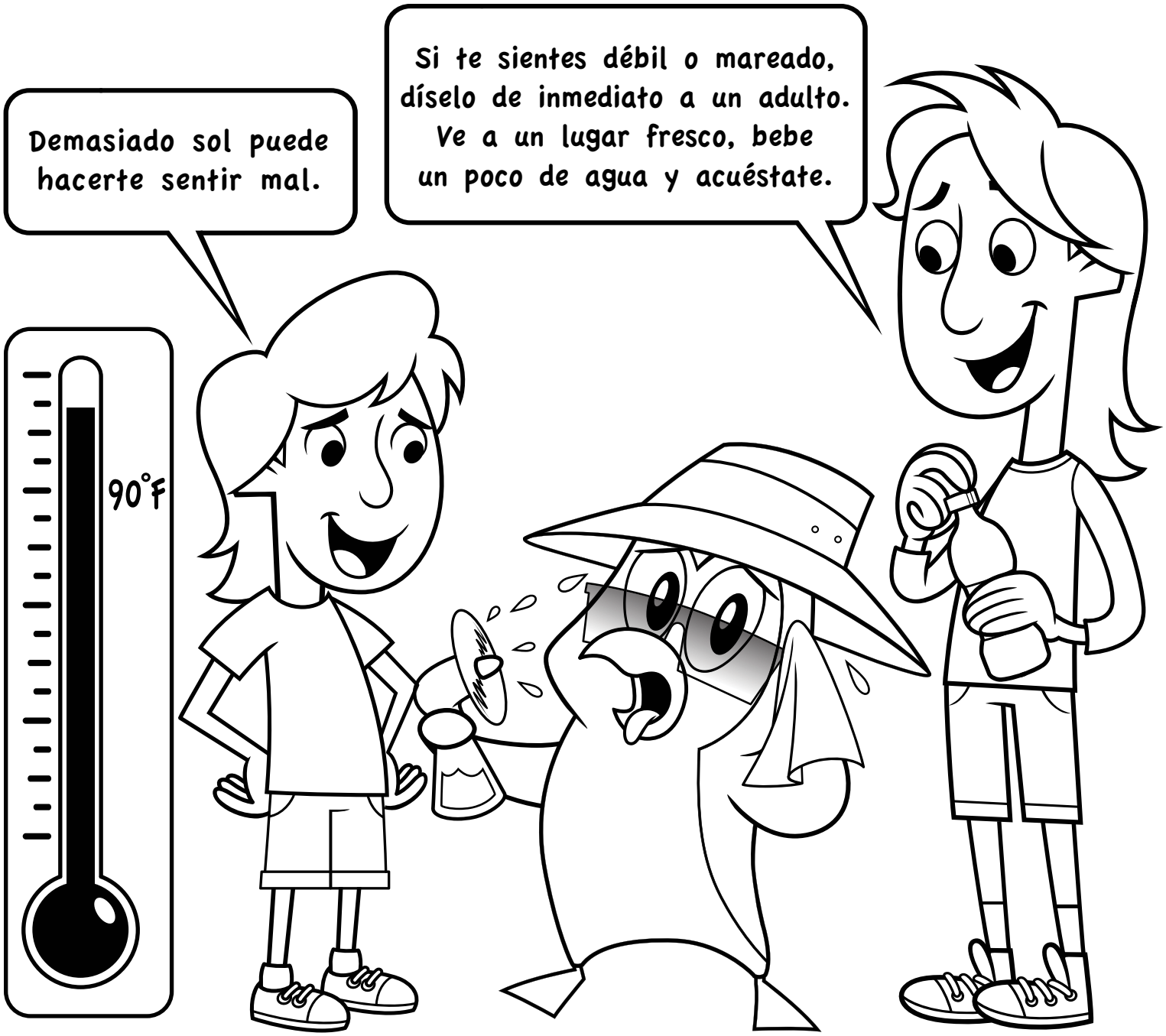


Busca una mesa sólida que esté cerca y practica **agacharte, cubrirte** y **aguardar.**

Si estás fuera y se produce un terremoto, ¡quédate donde estás! Si puedes, ve a un espacio abierto. Agáchate donde estés y cúbrete la cabeza y el cuello.



CALOR EXTREMO



CALOR EXTREMO ocurre cuando afuera hace más calor de lo normal. Cuando hace realmente mucho calor durante varios días o semanas, lo llamamos ola de calor.

¿Puedes encontrar estas palabras para ayudar a Elan y Yuma a mantenerse frescos?

A	T	J	F	R	R	A	G	U	A	X
R	O	A	I	F	S	J	A	H	A	M
O	A	E	L	E	O	A	F	U	H	C
D	L	P	T	I	M	R	A	I	Z	O
A	L	O	R	M	B	B	S	A	H	Z
L	I	S	O	R	R	M	D	D	Y	F
I	R	Z	S	V	E	O	E	E	Z	R
T	B	O	O	O	R	S	S	N	P	E
N	M	K	L	S	O	O	O	T	P	S
E	O	M	A	I	W	Y	L	R	C	C
V	S	R	R	R	Y	S	Z	O	U	O

agua
adentro
filtro solar

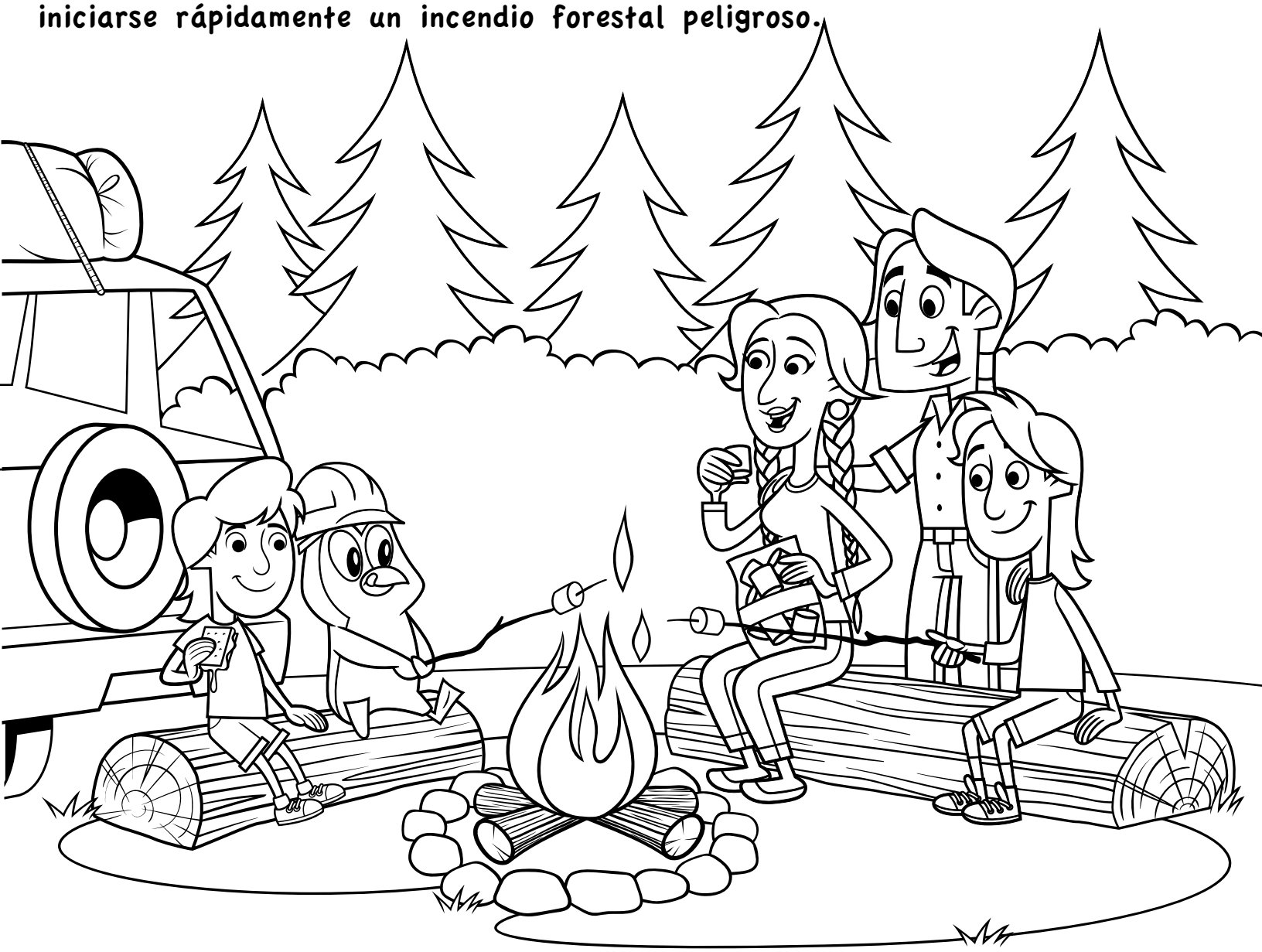
gafas de sol
sombrero
fresco
ventilador

sombra
sombrilla

¡Mantente **FRESCO**
cuando afuera hace calor!

INCENDIO FORESTAL

Un **INCENDIO FORESTAL** es el incendio que se extiende a través de bosques y otras áreas silvestres. En algunos lugares, el clima puede ser verdaderamente seco durante un largo período. En estas condiciones, puede iniciarse rápidamente un incendio forestal peligroso.



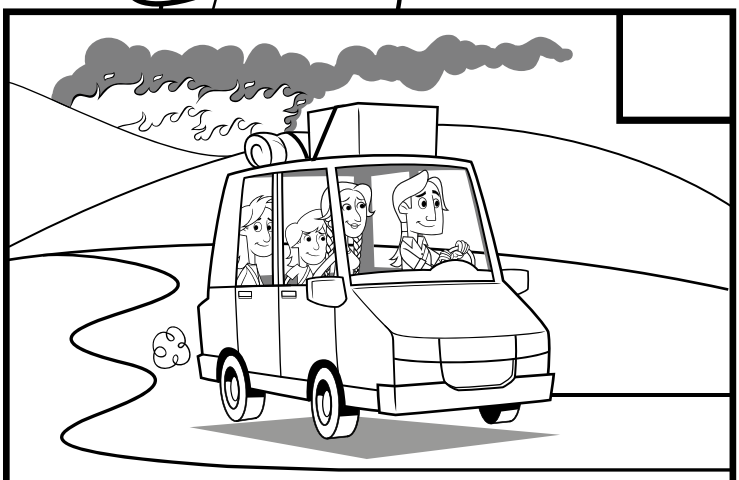
¿Lo sabías? La mayoría de los incendios forestales son causados por personas. Siempre ten cuidado cuando acampes o cocines al aire libre.

A veces, los incendios forestales llegan cerca de las casas. Cuando esto sucede, es posible que te indiquen que salgas de tu casa y que vayas a un lugar seguro.

Recuerda: esto se llama **EVACUACIÓN**.

¡La familia de Elan y Yuma debe evacuar!

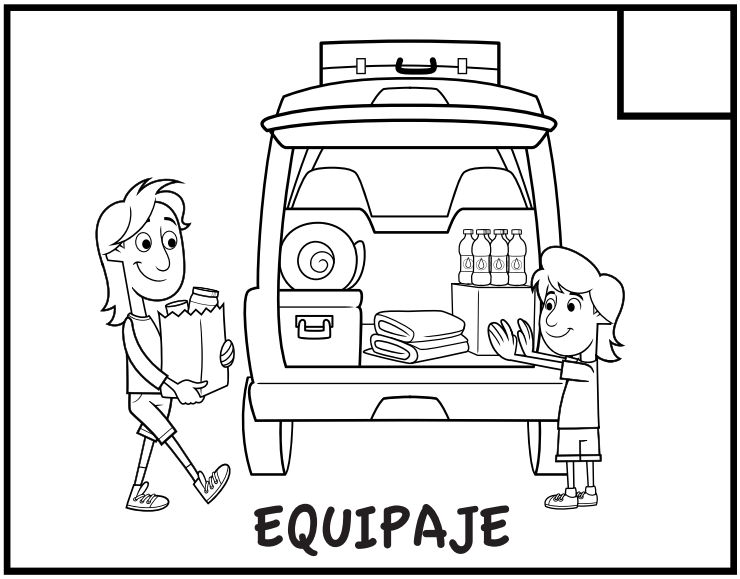
Colorea los dibujos y numéralos en el orden correcto para ayudarlos en la evacuación.



EVACUACIÓN

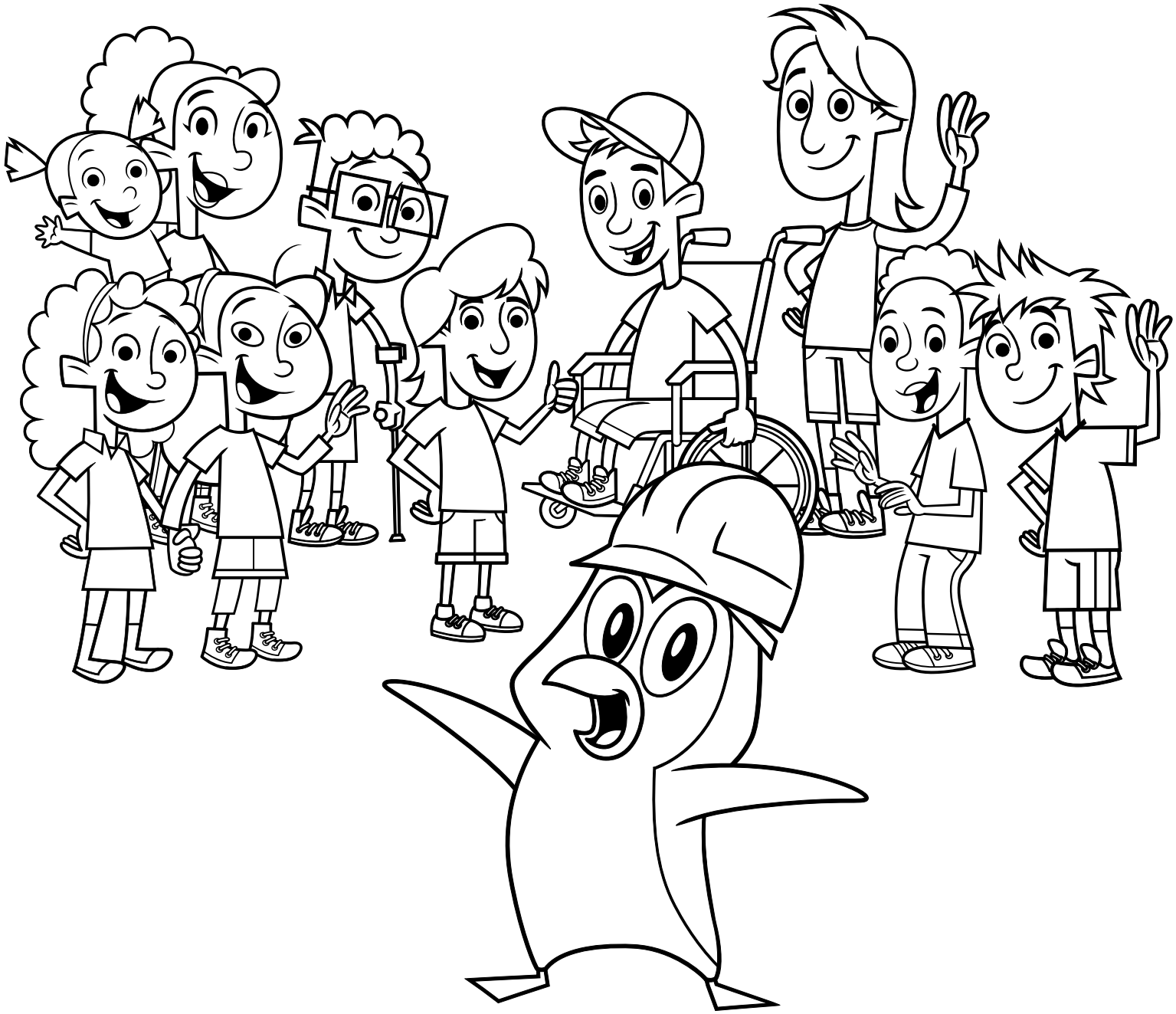
AVISO

PREPARACIÓN



EQUIPAJE

Respuesta correcta: (1. PREPARACIÓN, 2. AVISO, 3. EQUIPAJE, 4. EVACUACIÓN)



GRACIAS por acompañarme mientras aprendía con mis amigos de todo el país!

Recuerda:

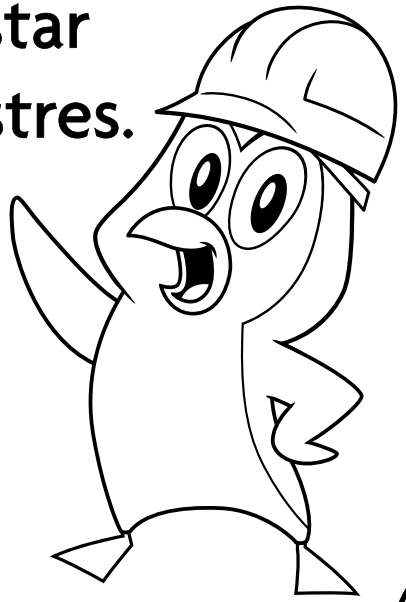
- Elabora un plan y practica con tu familia.
- Arma un kit de insumos para emergencias.
- Busca lugares seguros para refugiarte.

Certificado de finalización de curso

otorgado a

_____

por aprender muchas formas de estar
preparado para emergencias y desastres.



FEMA

American Red Cross

Para obtener más información sobre cómo prepararse y preparar a su familia para casos de desastre, visite:

www.ready.gov

www.redcross.org

FEMA

FEMA P-2005
Catalog No. 1874-6

American Red Cross