

Paso 3

Listados de teléfonos

Es necesario realizar un listado de números de teléfonos de familiares y contactos importantes. Este listado debe estar en un lugar visible.

Nombre	Edad	Grupo sanguíneo	N° Carnet cobertura médica	Medicamento	Teléfono / celular

Mascota	Elementos necesarios

Teléfono del trabajo mamá/papá	Contacto de otro familiar	Teléfono de la escuela

Teléfono de la Obra Social	Servicio de agua potable AYSAM tel. 0810-777-2482	Servicio de energía eléctrica EDEMSA tel. 0800-333-3672	Servicio de energía eléctrica Cooperativa Eléctrica tel. 0800-999-0756	Servicio de gas natural ECOGAS tel. 0800-999-1600



Paso 4

Tareas

En caso de emergencia, indicar de antemano que función tiene cada uno de los integrantes de la familia.

- 

¿Quién va a reunir al grupo por mensajes de texto y contactarse con otros familiares?
- 

¿Quién ayudará a las personas con necesidades especiales? Niños, discapacitados, abuelos, embarazadas y enfermos.
- 

¿Quién se va a encargar de retirar los niños de la escuela?
- 

¿Quién buscará el bolso y botiquín en una emergencia?
- 

¿Quién va a cerrar las llaves de agua y gas y el interruptor de electricidad en el hogar?
- 

¿Quién se ocupará de las mascotas?
- 

¿Quién revisará las condiciones de la casa después de un sismo, de una tormenta, de un viento Zonda, etc?

Mochila Preparada y Botiquín

En todas las casas debe haber un bolso o mochila preparada, para poder enfrentar las primeras 72 horas de una emergencia.

Paso 5

Mantener una reserva de alimentos secos y en lata, leche larga vida, fideos, arroz, lata de tomate, barras de cereales, cereales, chocolate, etc. (ver vencimiento).

Tener una reserva de agua potable (ver vencimiento): 2 litros por persona, por día.

Disponer de una linterna a pilas, o luz de emergencia.

Tener un matafuego (extintor) - (ver vencimiento).

Tener documentación personal: DNI, carnet de obra social.

Tener a mano un kit de aseo: papel higiénico, jabón, rollo de servilletas, pasta dentífrica, toallas, etc.

Disponer de ropa de abrigo (mantas), jogging y zapatillas, ropa impermeable.

Tener un silbato para alertar o pedir ayuda.

Es recomendable que la familia tenga un termo, carpa, heladera portátil, mesa de camping, herramientas.

Además, una radio a pilas o baterías, nos permitirá estar informados constantemente de la situación de emergencia.

Radios de interés:

LV-Diez-Radio de Cuyo AM 720 / FM 104.1

Radio Nihuil AM 680 / FM 98.9

LV3-Cadena 3 AM 700 / FM105.1

Botiquín

Para curaciones: curitas, cinta adhesiva, gasas y vendas.

Antisépticos: agua oxigenada, solución antiséptica.

Otros: tijeras, termómetro, guantes de látex, analgésicos y medicamentos que la familia utilice en forma habitual.

Revisar periódicamente el contenido del botiquín para evitar que haya productos vencidos o en mal estado.