



**SIMULACRO**  
**NACIONAL**  
EJERCICIO DE SIMULACIÓN



# SIMULACRO DE AUTOPROTECCIÓN

En este 2020, a pesar de las condiciones que nos trajo el COVID 19, seguiremos desarrollando el ejercicio de prevención más importante del año, por eso el 22 de octubre a partir de la 9 de la mañana llevaremos a cabo el Simulacro Nacional, en donde NO evacuaremos al punto de encuentro, sino que tendremos como premisa el autocuidado y la autoprotección.

## ¿Qué es el simulacro de autoprotección?

El simulacro de autoprotección, es un ejercicio enfocado a aumentar las capacidades de las personas, a través de la identificación e implementación de comportamientos y prácticas de protección frente a posibles emergencias.

El propósito de esta actividad es que las personas conozcan e implementen medidas de autoprotección al interior de las instalaciones donde se encuentren: viviendas, instituciones educativas, comercio, etc.

Como la mayoría del personal de la comunidad se encuentra con trabajo remoto, te invitamos a participar de este simulacro nacional de autoprotección.

## Pautas para conocer tu escenario de riesgo:

1. Identifica los riesgos a los que estas expuesto tú y tu familia en el hogar
2. Revisa cuales pueden ser las causas que están generando estos riesgos y las consecuencias que pueden traer para ti y tu familia, en el hogar.
3. Implementa sistemas de alerta o monitoreo frente a los riesgos existentes.
4. Divulga los escenarios de riesgo identificados en tu hogar.

## 01 Antes

1. Define con tu familia el **escenario de riesgo** a tener en cuenta: **Riesgo sísmico** **Riesgo tecnológico**  
**Riesgo por incendios** **Riesgo por inundación**
2. Planifica con tu familia cada tarea por desarrollar para realizar el ejercicio de autoprotección: reuniones virtuales para socializar el escenario de riesgo, el mecanismo de alarma, etc.

3. Organiza tu kit de emergencia
4. Identifica los lugares seguros al interior de tu vivienda
5. Socializa las indicaciones para realizar el ejercicio
6. Define las personas responsables de registrar el simulacro en video o fotos

## 02 Durante

1. Inicia el simulacro según lo programado en tu vivienda.
2. Observa y analiza tu entorno
3. Conserva la calma y permanece alerta
4. Ten a mano tu kit de emergencia incluyendo los elementos de bioseguridad
5. Implementa tu plan de emergencias: protocolos, elementos de protección personal (casco, careta, guantes, gafas) y bioseguridad (tapabocas, alcohol y gel antibacterial)
6. Recuerda esta vez NO vamos a evacuar
7. Verifica que las personas que se encuentran a tu alrededor se ubiquen en un lugar seguro (adultos mayores, niños, personas con discapacidad)
8. Revisa como suspender el suministro de agua, luz gas al interior de la vivienda.
9. Ubícate en un lugar seguro al interior de tu vivienda, sin evacuación y sin aglomeración. Lejos de peligros y elementos que puedan causar daño, usa tapabocas y conserva la distancia física.

## 03 Después

1. Comparte tu experiencia y envía tus fotos y videos a la responsable de SST local.

OCTUBRE  
**22**

HORA  
**9:00**  
a.m.

MARISTAS NORANDINA  
[www.fmsnor.org](http://www.fmsnor.org)