

¡COMPLETA LOS PASOS DE PREPARACIÓN!

Grados 3°–5°

CINCO LECCIONES DE 30 MINUTOS
DE PREPARACIÓN PARA EMERGENCIAS



PREP RALLY

Programa de preparación para
emergencias



Save the Children®

SOBRE SAVE THE CHILDREN

Save the Children invierte en la niñez a diario, en tiempos de crisis y para nuestro futuro. En Estados Unidos y alrededor del mundo, estamos dedicados a garantizar que cada niño tenga la mejor oportunidad para el éxito. Nuestros programas pioneros, establecidos en 120 países, ofrecen a los niños un comienzo saludable, oportunidades para aprender y protección contra daños.

Hemos respondido a crisis humanitarias y desastres mundiales por casi 100 años. Tan solo en Estados Unidos, hemos ayudado a más de 1 millón de niños afectados por desastres desde el huracán Katrina. Respondemos a cada gran desastre, facilitamos la recuperación a largo plazo y nos aseguramos de que los niños, las familias y las comunidades estén preparados.

Conozca más en **[SavetheChildren.org/GetReady](https://www.savethechildren.org/GetReady)**.

Lecciones de pasos de preparación para los grados 3°–5°

- Introducción de los pasos de preparación: Seguridad
- Paso de preparación 1: Conocer los contactos de la ECC
- Paso de preparación 2: Hacer un plan
- Paso de preparación 3: Empacar un bolso de emergencia
- Revisión de los pasos de preparación: Qué aprendimos

Las lecciones de pasos de preparación también están disponibles para los niños en preescolar y los grados K–2°.

Save the Children. Guía de Prep Rally: Lecciones de pasos de preparación para grados 3°–5°. Washington, DC: Autor, 2016.

© Save the Children

Save the Children
899 N. Capitol Street., NE, Suite 900
Washington, DC 20002

¡BIENVENIDOS A PREP RALLY!

Prep Rally es el programa educativo de preparación en casos de emergencia para niños de Save the Children. Lleno de juegos y actividades, Prep Rally hace que la preparación sea posible y divertida, a la vez que enseña a los niños los conceptos básicos que necesitan para desarrollar habilidades de seguridad para toda la vida. Lo mejor de todo es que se puede adaptar a las necesidades específicas de su programa.



Menos de la mitad de las familias estadounidenses tiene un plan de emergencia, pero las investigaciones muestran que las familias con niños en edad escolar que traen a casa materiales de preparación tienen un 75 por ciento más de probabilidad de tener un plan. Los niños son agentes de cambio poderosos. Proporcionándoles habilidades de seguridad ahora aseguramos nuestro futuro.

¡Gracias por escoger Prep Rally y ser un defensor para los niños en su comunidad!

Para obtener recursos adicionales, visite:

Página de recursos de Prep Rally: www.savethechildren.org/PrepRally.

Sitio web de Get Ready Get Safe: www.savethechildren.org/GetReady.

LECCIONES DE PASOS DE PREPARACIÓN PARA GRADOS 3°–5°

Estas sencillas lecciones de 30 minutos ayudan a introducir conceptos básicos de seguridad a través de sesiones cortas pero completas que corresponden al baile y la canción de Pasos de preparación (SavetheChildren.org/PrepStep).

Introducción de los pasos de preparación: Seguridad	Aprender sobre las cosas que nos hacen sentir seguros y la importancia de hacer un plan de seguridad.
Paso de preparación 1: Conocer los contactos de la ECC	Identificar a quién llamar en caso de una emergencia y hacer una Tarjeta de contactos para emergencias (Emergency Contact Card, ECC).
Paso de preparación 2: Hacer un plan	Hablar sobre evacuación y refugio en el sitio y qué hacer si hubo una emergencia en el hogar.
Paso de preparación 3: Empacar un bolso de emergencia	Discutir qué poner en un bolso de emergencia que pueda estar listo para usar en una emergencia.
Revisión de los pasos de preparación: Qué aprendimos	Compartir qué aprendimos y qué hacer durante una emergencia.

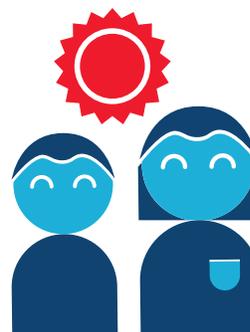
ÍNDICE

Inicio: Lista de verificación de Prep Rally	3
Introducción de los pasos de preparación: Seguridad.	5
¿Qué te hace sentir seguro?	11
Hoja de trabajo Mapa de desastres	12
Lista de verificación de desastres para padres y familias	13
Paso de preparación 1: Conocer los contactos de la ECC	15
Mi ECC.	21
Juego Mad Lib sobre emergencias.	23
Paso de preparación 2: Hacer un plan.	25
Modelo de mapa de un hogar	31
Hoja de trabajo Hacer un plan del hogar.	32
Tarjeta de compromiso	33
Nuestro Plan de Emergencia Familiar.	35
Paso de preparación 3: Empacar un bolso de emergencia.	39
¿Qué contiene un bolso de emergencia?	45
Hoja de trabajo Lista de cosas para empacar	46
Lista de verificación de suministros para desastres	47
Revisión de los pasos de preparación: Qué aprendimos.	49
Certificados de culminación.	55
Cómo ayudar a los niños a afrontar un desastre	57
Hoja con la letra de la canción de los Pasos de preparación.	59
Lista de libros para estar listos.	61
Mapas de desastres	65

INICIO: LISTA DE VERIFICACIÓN DE PREP RALLY

- ✓ Registrarse en [SavetheChildren.org/PrepStep](https://www.savethechildren.org/PrepStep)
- ✓ Identificar la audiencia, el tamaño del grupo y el grupo etario
- ✓ Escoger la Guía de Prep Rally y estudiar las lecciones
- ✓ Programar la hora y la ubicación
 - Si es un voluntario, preguntar sobre la política para voluntarios y el protocolo de registro.
 - Asegurarse de tener suficiente espacio (bajo techo o al aire libre) para todas las actividades y juegos de cada lección.
- ✓ Asegurarse de tener los suministros correctos (audiovisuales, Internet, materiales para actividades y copias)
- ✓ ¡Tener un gran evento! (¡No olvidar divertirse!)
- ✓ Compartir su historia a través de las redes sociales, boletines y medios de comunicación locales ([#PrepStep](#), [#PrepRally](#), [#GetReadyGetSafe](#))

INTRODUCCIÓN DE LOS PASOS DE PREPARACIÓN: SEGURIDAD

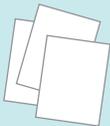


OBJETIVOS DE LA SESIÓN

La sesión de introducción de los pasos de preparación ayudará a los niños a:

- Identificar personas, lugares y cosas que los hagan sentir seguros.
- Entender que está bien sentirse asustado o aterrorizado durante una emergencia.
- Identificar riesgos y peligros que puedan afectar nuestra comunidad.
- Entender que pueden hacer un plan de seguridad y tomar acciones que los ayuden a mantenerse seguros.

Tiempo: 30 minutos

Discusión 	<ul style="list-style-type: none">• Introducción• Qué nos hace sentir seguros• Riesgos y peligros
Actividades 	<ul style="list-style-type: none">• Grito de ánimo• Juego de mapa de desastres (use los mapas de desastres en las páginas 66–69)• Baile de los Pasos de preparación
Folletos 	<ul style="list-style-type: none">• Hoja de trabajo Qué te hace sentir seguro• Hoja de trabajo Mapa de desastres• Letra de la canción de los Pasos de preparación
Enviar a casa 	<ul style="list-style-type: none">• Lista de verificación en casos de desastres para la familia
Materiales	<ul style="list-style-type: none">• Audiovisuales e Internet para video• Copias• Lápices/creyones para cada niño

Introducción

Hoy vamos a hablar un poco sobre las emergencias.

¿Saben lo que es una emergencia?

Una **emergencia** es algo que puede causar lesiones o daños. Puede que no sepan que iba a suceder y puede que necesiten ayuda para responder a la misma. Algunas emergencias pueden suceder debido a accidentes, tal como un incendio o una caída. Otras emergencias pueden suceder debido a las condiciones climáticas o al movimiento de la superficie terrestre, tales como tormentas o terremotos.

Hoy vamos a hablar sobre las emergencias porque hay algunas cosas que podemos hacer para ayudarnos a permanecer y sentirnos seguros.



Grito de ánimo

Primero, quiero enseñarles un grito de ánimo que nos puede ayudar a recordar lo que hablamos hoy.

Cuando yo diga "¡Prepárense!", ustedes dicen "¡Protéjanse!".

Practiquemos.

Practique un par de veces, cambiando el ritmo y los tonos de su voz para mantener a los niños animados.

¡Excelente trabajo!



Discusión sobre prepararse y qué nos hace sentir seguros

1. ¿Menciona algo para lo que te preparaste hoy y cómo lo hiciste?

Respuestas de ejemplo: me preparé para ir a la escuela haciendo mi tarea. Me preparé para el día comiendo el desayuno y vistiéndome. Me preparé para el juego yendo a la práctica de fútbol.

2. ¿Por qué nos preparamos para las cosas?

Respuesta: nos ayuda a hacer las cosas correctamente y mejora el resultado.

3. ¿Qué tipos de cosas hacemos cada día para mantenernos seguros?

Respuestas de ejemplo: usar un casco, usar el cinturón de seguridad, mirar a ambos lados cuando cruzamos la calle, realizar simulacros de incendio, terremoto, tornado.

Recuerden que si queremos mantenernos seguros durante emergencias, también debemos estar listos o prepararnos para ellas. Necesitamos tener un plan y los suministros correctos, y practicar ese plan.

4. **Piensen en un momento en que se sintieron asustados o tuvieron miedo, y qué hicieron para sentirse seguros.**
- ¿Quién los ayudó a sentirse seguros?
 - ¿Ustedes estaban preparados/listos?

A veces, las emergencias pueden dar miedo. Eso está bien. Es normal tener miedo cuando no saben qué está sucediendo o desconocen los posibles resultados. Pero pensar sobre las cosas que nos hacen sentir seguros puede ayudarnos.

5. **¿Cuáles son las cosas (personas, lugares, actividades y objetos) que los ayudan a sentirse seguros?:**

Después de que los niños hayan hablado, explique cómo podemos pensar en las cosas que nos reconfortan para ayudarnos a sentirnos seguros durante las emergencias. Asegure a los niños que, durante una emergencia, los adultos atentos estarán trabajando para mantenerlos seguros.



Discusión sobre riesgos y peligros

Otra cosa que nos ayudará a mantenernos seguros es saber sobre los riesgos y peligros que nos rodean, para que así podamos hacer un plan y estar preparados. Ahora vamos a hablar sobre riesgos y peligros.

1. **¿Qué es un peligro?**

Respuesta: un peligro es algo que puede ser dañino. Ejemplo: Los cables de electricidad que sobresalen de la pared.

2. **¿Qué es un riesgo?**

Respuesta: un riesgo significa estar expuesto a un peligro o estar cerca de este. Ejemplo: Estar cerca de un cable eléctrico que sobresale de la pared puede ponerte en riesgo de electrocutarte.

3. **¿Cuáles son algunos peligros que ven todos los días?**

Respuesta de ejemplo: una calle concurrida. Un charco en el pasillo que lo hace resbaloso.

4. **¿Cuáles son algunos riesgos que ven todos los días?**

Respuesta de ejemplo: caminar por una calle concurrida. Caminar en un pasillo resbaloso.

5. **¿Cuáles son algunos ejemplos de peligros a causa del clima? ¿Qué podría afectar nuestros riesgos por el clima?**

Respuesta: los peligros a causa del clima incluyen tormentas, como tormentas eléctricas, huracanes, tornados y tormentas invernales, terremotos, deslizamientos de tierra, tsunamis e inundaciones. El lugar donde vivimos (geografía) puede afectar los riesgos del tiempo en nuestra área. Por ejemplo, los huracanes afectan a las personas que viven en la costa. Las estaciones o la época del año también pueden afectar los riesgos por el clima. Por ejemplo, es más probable que ocurran huracanes en los meses de verano y otoño (junio-noviembre).

6. ¿Por qué es tan importante saber sobre los riesgos y peligros?

Respuesta: pensar sobre todos los peligros que podrían encontrar puede dar miedo. Pero es importante ser conscientes de ellos para prevenirlos y estar preparados. Por ejemplo, usar un casco de bicicleta para ayudar a evitar golpes en la cabeza en caso de que se caigan de la bicicleta. Puede que no se caigan de la bicicleta, pero quieren estar seguros por si acaso. Es lo mismo para los riesgos por el clima. Si se espera mucha lluvia a causa de una tormenta eléctrica, puede que queramos preparar nuestros hogares en caso de inundaciones.

7. ¿Qué deben hacer si ven un peligro?

Respuesta: mantenerse alejado para no sufrir lesiones. Si el peligro es leve y saben cómo eliminarlo (p. ej., una rama en una vía que puede hacer que ustedes u otras personas se caigan), deben eliminarlo para proteger a los demás. En otras situaciones, deben informar a un adulto sobre el peligro. Es responsabilidad del adulto eliminar el peligro.

OPCIÓN DE ACTIVIDAD: En vez de seguir el juego y la actividad del Mapa de desastres, puede optar por guiar a los niños en una actividad de lectura de historias usando la [Lista de libros para estar listos](#) (páginas 61–63). Guíe una lectura y discusión con los niños, haga preguntas sobre las acciones y reacciones de los personajes, y haga hincapié en las elecciones seguras.



Juego Mapa de desastres

Veamos cuánto sabemos sobre los tipos de peligros naturales o tormentas que nos pueden afectar.

Muestre el [Mapas de desastres](#) (páginas 65–69) para que todos los niños puedan verlo y guíelos a través de un ejercicio en el que mostrará los riesgos de desastres naturales en diferentes regiones.

- Miren el mapa típico de los Estados Unidos con estados y regiones direccionales marcados (noreste, suroeste, etc.) y haga las siguientes preguntas:
 - ¿Dónde viven?
 - ¿En cuál estado?
 - ¿En cuál ciudad?
 - ¿En cuál región?
 - ¿Cómo es el clima en nuestra región?
 - ¿Hace calor la mayoría del tiempo?
 - ¿Hace frío?
 - ¿Tenemos mucha lluvia o nieve?
 - ¿Es seco como un desierto?
- Explique que el tiempo y el clima de un lugar son uno de los factores que determinan los tipos de desastres que podrían suceder allí.
 - Por ejemplo, en lugares al lado del océano, podríamos tener más huracanes porque los huracanes son tormentas que se forman sobre el agua.
 - En lugares fríos, podríamos tener tormentas de invierno fuertes.
 - Algunos lugares muy calientes y secos podrían sufrir incendios forestales

- Muestre los mapas de desastres: mapa 1, mapa 2 y mapa 3, y muestre el mapa de riesgos para los tres tipos de peligros.
 - Pida a los niños que adivinen cuál mapa representa huracanes, tornados y terremotos. Hable sobre el área resaltada y por qué esa área puede que corra un mayor riesgo para ese tipo de peligro.
 - **Respuesta:** mapa 1: terremoto, mapa 2: tornado, mapa 3: huracán
 - Mientras revisan cada mapa. Pida a los niños que intenten definir los tipos de desastre y qué harían para responder a cada uno de ellos.
 - **Terremoto:** temblor, rodamiento o golpe repentino de la superficie de la tierra. Respuesta: ¡túmbense al suelo, cúbranse y resistan! Hasta que el temblor pase. Luego, evacúen. Estén atentos a las réplicas.
 - **Tornado:** un túnel giratorio de aire fuerte que va desde el cielo hasta el suelo. Respuesta: vayan a una habitación o refugio seguros hasta que puedan salir.
 - **Huracán:** una tormenta fuerte que comienza en el océano, donde vientos y lluvias poderosos pueden causar daños cuando la tormenta se acerca a tierra firme. Respuesta: evacúen si tienen tiempo para hacerlo de manera segura. Prepárense para inundaciones y vientos.
- Muestre el mapa con todos los desastres y vuelvan a identificar dónde está su comunidad.
 - ¿Qué riesgo corren? ¿Inundaciones o incendios forestales? ¿Tormentas invernales?
 - ¿Qué puede suceder en cualquier sitio? (Incendio en el hogar)
 - Recuerde a los niños que solo porque una sección del mapa no está coloreada no quiere decir que ese tipo de desastre no puede suceder allí. Por ejemplo, los terremotos, tornados e inundaciones pueden suceder en casi cualquier lado. Es por eso que necesitamos estar preparados para todos los tipos de desastres.



Hagan el baile de los Pasos de preparación

Ahora es tiempo de hacer que los niños se levanten y se muevan, así que asegúrese de que tengan un poco de espacio para moverse.

Recuerde a los niños la discusión previa sobre qué los hacía sentir seguros.

Diga:

Parte de sentirse seguros es hacer un plan para mantenerse seguro. Vamos a hablar sobre diferentes cosas que podemos hacer (o "Pasos de preparación" que podemos tomar) que nos ayudan a mantenernos seguros en caso de emergencias o desastres.

Podemos saber a quién llamar en caso de una emergencia. Llamamos a esas personas en la Tarjeta de contactos para emergencias (Emergency Contact Card, ECC)

Podemos hacer un plan con nuestras familias para que sepamos cómo salir de la casa o dónde refugiarnos dentro la misma.

Podemos empacar un bolso de emergencia con suministros en caso de que debamos dejar nuestro hogar.

Ahora vamos a aprender una canción y un baile llamados "Pasos de preparación" (The Prep Step) que nos ayudarán a aprender y recordar estas partes clave de estar seguros. Está bien si no aprendemos todos los pasos de una vez. Practicaremos todos los días a medida que aprendemos sobre los Pasos de preparación.

Reparta la **hoja Letra de la canción de los Pasos de preparación** (página 59) y reproduzca el **video de instrucciones del baile Pasos de preparación** (SavetheChildren.org/PrepStep). Ayude a los niños a seguir los pasos del video.

Recoja la **Hoja con la letra de la canción de los Pasos de preparación** para usarla durante la próxima sesión.

Cierre

Antes de terminar la sesión, asegúrese de repetir los puntos clave de aprendizaje.

PUNTOS CLAVE:

- Una emergencia es algo que podría causar lesiones o daños.
- Es normal sentirse asustado durante una emergencia.
- Nos puede tranquilizar pensar en cosas que nos hacen sentir seguros.
- Hay riesgos y peligros alrededor de nuestros hogares, escuelas y comunidades.
- Cada área corre diversos riesgos frente a diferentes tipos de desastres naturales.
- Necesitamos conocer los riesgos en nuestras áreas para saber cómo prepararnos.

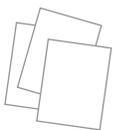
Agradezca a los niños por su atención y participación.

Si hay tiempo, pida a los niños que completen sus **hojas de trabajo Qué te hace sentir seguro** o la **hoja de trabajo Mapa de desastres** usando los mapas de ejemplo como guía. Envíe a casa la **Lista de verificación en casos de desastres para la familia** a fin de que las familias puedan comenzar a hablar sobre hacer un plan para emergencias.

¿Recuerdan nuestro grito de ánimo?

¡Prepárense! ¡Protéjanse!

Materiales



ENLACES: Video de instrucciones de los Pasos de preparación
SavetheChildren.org/PrepStep

REPARTIR: Hoja de trabajo Qué te hace sentir seguro
Hoja de trabajo Mapa de desastres
Letra de la canción de los Pasos de preparación



ENVIAR A CASA: Lista de verificación en casos de desastres para la familia

¿QUÉ TE HACE SENTIR SEGURO?

Pensar sobre personas, lugares o cosas que nos hacen sentir seguros y protegidos puede ayudarnos a reconfortarnos durante una emergencia. Podemos prepararnos para emergencias al planificar con las personas que queremos y poner objetos reconfortantes en nuestros kits de suministros para desastres.

DIBUJA ALGO QUE TE HAGA SENTIR SEGURO.



HOJA DE TRABAJO

MAPA DE DESASTRES

Encuentra tu estado y escribe su nombre en el espacio correcto o cerca.

¿Dónde es probable que ocurran tornados? Colorea las áreas que corran riesgo de **tornados en rojo**.

¿Dónde es probable que ocurran huracanes? Colorea las áreas que corran riesgo de **huracanes en azul**.

¿Dónde es probable de que ocurran terremotos? Colorea las áreas que corran riesgo de **terremotos en amarillo**.

¿Dónde es probable que ocurran inundaciones? Colorea las áreas que corran riesgo de **inundaciones en anaranjado**.



RESPONDE LAS PREGUNTAS A CONTINUACIÓN:

1. ¿Qué tipos de desastres son probables que ocurran en tu estado?
2. ¿Cómo puedes prepararte para los desastres que pueden ocurrir en tu estado?

LISTA DE VERIFICACIÓN PARA DESASTRES

PARA PADRES Y FAMILIAS



Save the Children®

Get Ready. Get Safe.

¿Tienes un plan para asegurar que tus hijos estén seguros y a salvo si ocurre un desastre? Si sucede lo peor, tus hijos dependerán de ti para saber cómo reaccionar y responder. Utiliza esta lista de verificación para ayudarte a preparar y a mantener a tus hijos a salvo en un desastre.

HAZ UN PLAN FAMILIAR

Antes de que ocurra un desastre, asegúrate de que toda tu familia conozca los siguientes detalles, para ayudarlos a mantenerse a salvo

COMO FAMILIA, DEBEN DECIDIR:

- Cuáles instalaciones servirán de refugio en tu comunidad en caso de emergencia
- Cuál será su lugar de encuentro si están separados
- Quién será su contacto fuera de la ciudad

ENSEÑA A TUS HIJOS

Es posible que tus hijos deban actuar en caso de una emergencia

ASEGÚRATE DE QUE SEPAN:

- Su información personal básica para identificarse a sí mismos si no están contigo
- El número de teléfono de la casa
- Cómo llamar al 911
- Los lugares de encuentro de la familia
- Cómo comunicarse con el contacto fuera de la ciudad de la familia
"ECC" (Tarjeta de contactos para emergencias)

ESTABLECE UNA ESTRATEGIA DE COMUNICACIÓN

A menudo, los sistemas de comunicación no son confiables durante una emergencia. Asegúrate de tener un plan alternativo

- Todos los teléfonos celulares deben tener un contacto ECC (Tarjeta de contactos para emergencia) en su lista de contactos, con todos los números de teléfono de la familia y de los contactos que no vivan en el área.
- Recuérdale a tu familia que a menudo los mensajes de texto funcionan durante una emergencia, incluso cuando no se pueden hacer llamadas telefónicas.

PREPARA UN KIT PARA LLEVAR

Prepara una mochila o bolso fácil de llevar para cada miembro de la familia con artículos esenciales de higiene personal e información de contacto, en caso de que deban evacuar.

ASEGÚRATE DE INCLUIR:

- La información médica y de contacto de cada niño
- Fotos recientes de cada niño
- Alimentos y meriendas reconfortantes
- Artículos para hacer actividades, como libros, rompecabezas y juegos
- Objetos reconfortantes, como un animal de peluche o una manta

ABASTECE TU HOGAR

Además de artículos básicos de supervivencia como agua, linternas, una radio a baterías y baterías adicionales, ten a la mano estos suministros para los niños.

ALIMENTOS NO PERECEDEROS

- Suministros para lactancia
- Leche maternizada
- Comida preempacada para bebés
- Alimentos enlatados listos para comer y abrelatas
- Jugos en empaques individuales
- Leche pasteurizada de larga duración
- Cereales secos, barras de proteína, meriendas de frutas
- Frutos secos y mantequilla de frutos secos
- Vitaminas

INSUMOS MÉDICOS

- Medicamentos para bajar la fiebre
- Ungüento antibacterial
- Ungüento para sarpullidos
- Los medicamentos de cada niño

ARTÍCULOS DE HIGIENE PERSONAL

- Toallitas húmedas
- Pañales
- Protectores para lactancia
- Productos de higiene femenina

CONSULTA CON TU CENTRO DE CUIDADO INFANTIL

Ya que tus hijos pudieran estar en un centro de cuidado infantil cuando ocurra el desastre, asegúrate de que todos los cuidadores tienen la información de contacto más reciente de cada niño

Recuerda preguntarle al personal acerca de sus planes de emergencia. Si no tienen un plan, tal vez sea conveniente que les pidas crear uno.

Para obtener más información y apoyo, visita:
www.savethechildren.org/getready

PASO DE PREPARACIÓN 1: CONOCER LOS CONTACTOS DE LA ECC

OBJETIVOS DE LA SESIÓN



La sesión del paso de preparación 1 ayudará a los niños a:

- Identificar personas a las que podrían llamar durante una emergencia.
- Aprender, poner en práctica y memorizar números telefónicos e información de contacto importantes.
- Crear una ECC (Tarjeta de contactos para emergencias) para usar en caso de una emergencia.

Tiempo: 30 minutos

<p>Discusión</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Introducción • Comunicación de emergencia
<p>Actividades</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Grito de ánimo • Baile de los Pasos de preparación • Juego del teléfono descompuesto
<p>Folleto</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Letra de la canción de los Pasos de preparación • Plantilla de la ECC • Juego Mad Lib sobre emergencias
<p>Enviar a casa</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Plantilla de la ECC • Indicar a los padres que visiten SavetheChildren.org/PrepRally
<p>Materiales</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Audiovisuales e Internet para video • Copias • Lápices/creyones para cada niño

Introducción

Hoy vamos a hablar un poco sobre las emergencias y cómo podemos hacer un plan para ayudarnos a mantenernos seguros.

SI NO SE CUBRIÓ PREVIAMENTE/RECORDATORIO:

¿Saben lo que es una emergencia?

Una **emergencia** es algo que puede causar lesiones o daños. Puede que no sepan que iba a suceder y puede que necesiten ayuda para responder a la misma. Algunas emergencias pueden suceder debido a accidentes, tal como un incendio o una caída. Otras emergencias pueden suceder debido a las condiciones climáticas o al movimiento de la superficie terrestre, tales como tormentas o terremotos.

Si queremos mantenernos seguros en emergencias, necesitamos estar listos haciendo un plan y sabiendo a quién podemos llamar en caso de una emergencia. Podemos llamar a estas personas en nuestras ECC (ECC se refiere a la Tarjeta de contactos para emergencias).



Grito de ánimo

Primero, hagamos nuestro grito de ánimo.

Cuando yo diga "¡Prepárense!", ustedes dicen "¡Protéjanse!".

Practiquemos.

Practique un par de veces, cambiando el ritmo y los tonos de su voz para mantener a los niños animados.

¡Excelente trabajo!



Hagan el baile de los Pasos de preparación

¿Recuerdan el baile de los Pasos de preparación que aprendimos en la última sesión?

¿Recuerdan cuáles eran los pasos de preparación?

Revisión:

1. Saber a quién llamar en una emergencia
2. Tener un plan para la familia
3. Empacar un bolso de emergencia

Hagamos el baile de nuevo y veamos cómo hemos mejorado.

Reparta la **hoja Letra de la canción de los Pasos de preparación** (página 63) y reproduzca el **video del baile Pasos de preparación** ([SavetheChildren.org/PrepStep](https://www.savethechildren.org/PrepStep)). Si es necesario, reproduzca el **video de instrucciones del baile de los Pasos de preparación** de nuevo para

ayudar a los niños a aprender los movimientos. **Recoja la hoja con la letra de la canción de los Pasos de preparación** para usarla durante la próxima sesión.

Hoy vamos a hablar sobre el paso de preparación 1: Conocer nuestros contactos de la ECC y vamos a jugar un juego llamado el juego del teléfono descompuesto.

¿Están listos?



Juego del teléfono descompuesto

Esta actividad se prepara como el juego clásico del teléfono, donde se da un mensaje inicial a un niño y este lo susurra a la siguiente persona y así sucesivamente hasta que el mensaje llegue a la última persona, la cual tiene que compartir verbalmente lo que escuchó. La interpretación del mensaje por parte de la última persona se compara entonces con el mensaje original.

1. En un grupo pequeño o mediano, todos los niños pueden participar. En un grupo más grande, seleccione de 7 a 10 niños para que participen en frente del grupo. Haga que los voluntarios se presenten ante el grupo.
2. Durante las dos primeras rondas, jueguen el juego del teléfono de la manera tradicional. Explique a los niños que es importante que el mensaje se entregue de manera precisa, así que deben esforzarse.
3. Escoja mensajes relacionados con emergencias que tengan de 8 a 10 palabras (para niños más pequeños, use oraciones más cortas con palabras sencillas).

Ejemplos:

- Se acerca un tornado. Voy al refugio rojo.
 - No olvides el kit de suministros para desastres que está en el pasillo.
 - El maestro de Mary llamó y dijo que fueron a Elephant Park.
4. Antes de la tercera ronda, aparte a dos participantes y dígalos en voz baja que tienen un papel nuevo. En vez de ser parte de la cadena telefónica, su trabajo es crear los sonidos y distracciones de una emergencia, lo cual hará que transmitir el mensaje de manera correcta sea más complicado. Esto podría incluir hacer sonidos de truenos o del viento, hacer ruidos de sirenas o decir diferentes palabras que podrían distraer a sus compañeros. Asegúrese de que entiendan que no deben gritar en los rostros de los demás ni acercarse demasiado ni tocar a sus compañeros. *NOTA: como líder, podría asumir el papel de la persona que distrae en vez de que lo haga los niños.
 5. Antes de que comience la tercera ronda, explique al resto de los jugadores que ahora solo tienen una oportunidad de transmitir el mensaje y no pueden repetirlo.
 6. Dé a la primera persona el siguiente mensaje y deje que los jugadores que distraen se acerquen a la persona con el mensaje mientras este se transmite.
 7. Antes de que el mensaje llegue a la última persona, usted [LÍDER] debe intervenir e interceptarlo, diciendo que las torres de electricidad y de telefonía celular están dañadas y que se acabó el juego.
 8. Indique a la última persona que recibió el mensaje que lo comparta con el grupo y compárelo con el mensaje original.

9. Pregunte a los participantes: ¿La última ronda fue la más difícil? Si es así, ¿por qué? ¿Sabían que eso iba a suceder? ¿Se sintieron frustrados? ¿Por qué?
10. Explique que, a menudo, durante las emergencias, comunicarse con la familia y los amigos es más complicado por muchos motivos (p. ej., las personas no tienen toda la información, hay mucho ruido y caos, las líneas telefónicas pueden estar dañadas o sobrecargadas) y por eso es importante que hagamos un plan de comunicaciones en casos de emergencia y conozcamos los contactos de nuestra ECC.



Discusión de la comunicación en una emergencia

1. ¿Hubo algún momento en el que quisieron decir una cosa pero el miembro de la familia pensó que querían decir algo diferente?

- ¿Qué era?
- ¿Por qué sucedió?

2. ¿Por qué la comunicación (o hablar con otras personas) es importante durante una emergencia?

Respuesta: necesitan saber sobre una emergencia (p. ej., qué sucedió, dónde y si todavía podría ser dañina). Necesitan saber dónde están los miembros de su familia y cómo encontrarlos. Necesitan saber qué hacer. Puede que necesiten ayuda.

3. ¿A quiénes podrían tener que contactar y por qué?

Respuesta: deben contactar a servicios de emergencia si necesitan ayuda. Deben contactar a sus padres o tutores si no están con ustedes. Puede que deban llamar a un amigo o familiar que pueda recogerlos en la escuela o actividades extracurriculares si sus padres o tutores no pueden llegar hasta allí. Durante una emergencia, si están solos o heridos, llamen al 9-1-1 o al número de emergencia local.

Si hubiese una tormenta, es posible que debamos llamar a nuestros padres para decirles dónde estamos o que estamos seguros. ¿Saben su número telefónico? Si no pudiesen llamar a su mamá o papá, ¿a quién más podrían llamar?

Piensen en al menos tres personas diferentes a quienes podrían llamar si necesitaran ayuda. Intenten memorizar los números telefónicos y correos electrónicos de estas personas.

1. Sus padres/tutores.

2. Un amigo o pariente que viva en el área.

3. Un amigo o pariente que viva fuera de la ciudad. Si una emergencia afecta las comunicaciones locales, es posible que puedan comunicarse con un contacto fuera de la ciudad.

4. ¿Por qué la comunicación podría ser difícil durante una emergencia?

Respuesta: puede haber un corte de electricidad. Puede que los teléfonos no funcionen. Internet podría no funcionar.

¿Cuáles son algunas maneras de solucionar esos problemas?

Respuesta de ejemplo: podemos tener un plan. Podemos conocer otras maneras de contactar a nuestra familia (p. ej., mensajes de texto o correo electrónico) y otros dos contactos de emergencia (como un amigo o familiar) a quién podemos intentar llamar en caso de una emergencia.

NOTA: a veces cuando las comunicaciones locales están sobrecargadas durante una emergencia, un mensaje de texto puede llegar a los contactos cuando no se logran realizar las llamadas. Aprender cómo enviar mensajes de texto en caso de una emergencia.

5. ¿Tienen una ECC?

- **¿Qué tipo de información debe tener una ECC? ¿Por qué?**

Respuesta: una Tarjeta de contactos para emergencias (ECC) debe tener su información de identificación: nombre, fecha de cumpleaños, estatura, color de ojos, color de cabello, dirección y número telefónico. También debe tener la información de sus contactos de emergencia, incluso los nombres, números telefónicos y direcciones de correo electrónico de sus padres.

- **¿Por qué es importante tener una ECC durante una emergencia?**

Respuesta: tener una ECC puede ayudar a los equipos de emergencia y otros adultos a auxiliarlos a ustedes durante una emergencia. Puede ayudarlos a reunirse con su familia. Si están heridos, la tarjeta de identificación puede ayudarlos a recibir el tratamiento correcto.



Hacer una ECC

Reparta una **ECC** a cada niño. Repase con ellos cómo llenar la tarjeta. Responda cualquier pregunta que los niños tengan sobre cómo llenar la tarjeta. NOTA: puede que los niños no conozcan toda la información para completar las tarjetas por sí mismos. Invítelos a completarlas con sus familias.

Indique que cantar el número con la música de "La lechuza hace shh" u otra canción es una manera excelente de aprenderlo.

Refuerce el mensaje en casa. Envíe la **ECC** a los padres para que terminen de llenarla y resalte el creador de la **ECC** en línea en [SavetheChildren.org/PrepRally](https://www.savethechildren.org/PrepRally).

Pida a los niños que busquen un lugar seguro para guardar sus **ECC** completadas, tal como el bolsillo frontal de sus mochilas, la carpeta para tareas o la billetera. Así, sabrán dónde encontrarla durante una emergencia.

OPCIÓN DE ACTIVIDAD: Juego Mad Lib sobre emergencias (página 23).

Cierre

Antes de terminar la sesión, asegúrese de repetir los puntos clave de aprendizaje.

PUNTOS CLAVE:

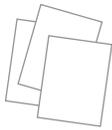
- A veces la comunicación es más complicada durante una emergencia.
- Conozcan y memoricen información de contacto para al menos tres personas de la ECC.
- Tener una ECC con nosotros puede ayudar a los adultos a protegernos.
- Durante una emergencia, si están solos o heridos, llamen al 9-1-1 o al número de emergencia local.

¿Recuerdan nuestro grito de ánimo?

¡Prepárense! ¡Protéjense!

Agradezca a los niños por su atención y participación. Aliente a los niños a hablar sobre contactos de emergencia y a hacer una ECC.

Materiales



ENLACES: Video de baile Pasos de preparación: [SavetheChildren.org/PrepStep](https://www.savethechildren.org/PrepStep)
Creador en línea de ECC (para padres): [SavetheChildren.org/PrepRally](https://www.savethechildren.org/PrepRally)

REPARTIR: Plantilla de ECC
Juego Mad Lib sobre emergencias (opcional)



ENVIAR A CASA: Plantilla de ECC

Mi ECC

(Tarjeta de contactos para emergencias)

Recorta y pega una foto reciente aquí.

INSTRUCCIONES: Llena la siguiente información con tus padres o tutor. Coloca esta tarjeta en tu mochila o billetera para llevarla contigo en todo momento.

MI INFORMACIÓN

Nombres y apellidos: _____

Sobrenombre: _____

Cumpleaños: _____ / _____ / _____

Dirección: _____

Teléfono de casa: (_____) _____

DOBLA AQUÍ

INFORMACIÓN DE MI CONTACTO FUERA DE LA CIUDAD

(en caso de que no puedan comunicarse con los contactos locales)

Nombres y apellidos: _____

Teléfono de casa/celular: (_____) _____

Correo electrónico: _____

Relación conmigo (amigo/tío): _____

INFORMACIÓN DE MI MÉDICO

Nombres y apellidos: _____

Teléfono del trabajo: (_____) _____

Teléfono celular: (_____) _____

DOBLA AQUÍ

INFORMACIÓN DE UNO DE MIS PADRES/TUTOR

Nombres y apellidos: _____

Dirección del trabajo: _____

Teléfono del trabajo: (_____) _____

Teléfono de casa/celular: (_____) _____

Correo electrónico: _____

INFORMACIÓN DE MI CONTACTO LOCAL (en caso de que no puedan comunicarse con uno de mis padres/tutor)

Nombres y apellidos: _____

Teléfono de casa/celular: (_____) _____

Correo electrónico: _____

Relación conmigo (amigo/tío): _____

INFORMACIÓN MÉDICA O DE CUIDADOS ESPECIALES

Tengo las siguientes condiciones médicas o alergias:

Tomo los siguientes medicamentos con receta: _____

Necesito el siguiente tratamiento médico o cuidado:



JUEGO MAD LIB SOBRE EMERGENCIAS

Durante las emergencias, las líneas eléctricas caídas, los canales de telefonía celular sobrecargados, las condiciones climáticas ruidosas o los sonidos de sirenas pueden hacer que la comunicación sea difícil. Completa el siguiente rompecabezas con un compañero o grupo, luego compara con la historia original en la siguiente página. Considera cómo entender mal u obviar solo una palabra podría cambiar todo el significado de un mensaje. Crea un plan de comunicaciones en emergencias para la familia para que te conectes con éxito con tus seres queridos durante un desastre.

LA AVENTURA DE ALLIE

Solo era otro día de _____ (1. **ADJETIVO**) para Allie, quien amaba ir dando saltos desde la escuela al hogar bajo el sol _____ (2. **ADJETIVO**). Después de llegar a casa, contó a su madre y hermanito _____ (3. **NOMBRE**) todo sobre su día. Allie había aprendido sobre las serpientes, jugó _____ (4. **SUSTANTIVO**) en el receso y tuvo una calificación excelente en su examen de matemáticas. Justo cuando estaba (5. **VERBO EN GERUNDIO**) para hacer su tarea, el clima empezó a _____ (6. **VERBO**).

El cielo se puso muy nublado y _____ (7. **ADJETIVO**), y comenzó a soplar el viento. La madre de Allie prendió el televisor y vio que el área estaba bajo un(a) _____ (8.

SUSTANTIVO) de tornado para su área. La familia siguió su plan de emergencia. Buscaron sus kits de _____ (9. **SUSTANTIVO**) y fueron a una habitación segura para

_____ (10. **VERBO**). La madre de Allie encendió el/la _____ (11.

SUSTANTIVO) y escuchó los informes meteorológicos. Allie estaba un poco _____

(12. **ADJETIVO**), pero pasó el tiempo leyendo un(a) de sus _____ (13. **SUSTANTIVO**

EN PLURAL) preferidos(as) que había puesto en el kit. No pasó mucho tiempo hasta que el/la

_____ (14. **SUSTANTIVO**) mejoró y la alerta de tornado _____

(15. **VERBO EN PASADO**). Allie, su hermano y su mamá pudieron dejar la habitación segura para

continuar con el resto del día. Si bien un tornado no pasó cerca de la casa, Allie estaba

_____ (16. **ADJETIVO**) de que su familia tenía un plan de

_____ (17. **SUSTANTIVO**) y estaba segura.



JUEGO MAD LIB SOBRE EMERGENCIAS

LA AVENTURA DE ALLIE (ORIGINAL)

Solo era otro día de **primavera** para Allie, quien amaba ir dando saltos desde la escuela al hogar bajo el sol **cálido**. Después de llegar a casa, contó a su madre y hermanito **Alex** todo sobre su día. Allie había aprendido sobre serpientes, jugó **rayuela** en el receso y tuvo una calificación excelente en su examen de matemáticas. Justo cuando estaba **sentándose** para hacer su tarea, el clima empezó a **cambiar**. El cielo se puso nublado y **oscuro** y el viento comenzó a soplar. La madre de Allie prendió el televisor y vio que el área estaba bajo una **alerta** de tornado. La familia siguió su plan de emergencia. Buscaron sus kits de **suministros** y fueron a una habitación segura para **refugiarse en el sitio**. La mamá de Allie encendió la **radio** y escuchó los informes meteorológicos. Allie estaba un poco **asustada**, pero pasó el tiempo leyendo uno de sus **libros** que había puesto en el kit. No pasó mucho tiempo hasta que el **clima** mejoró y la alerta de tornado **finalizó**. Allie, su hermano y su mamá pudieron dejar la habitación segura para continuar con el resto del día. Si bien un tornado no pasó cerca de su casa, Allie estaba **contenta** de que su familia tenía un plan de **emergencia** y estaba segura.



PASO DE PREPARACIÓN 2: HACER UN PLAN

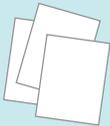


OBJETIVOS DE LA SESIÓN

La sesión del paso de preparación 2 ayudará a los niños a:

- Entender las partes clave de un plan de emergencia para el hogar.
- Aprender cómo evacuar y refugiarse en el sitio.
- Hablar sobre hacer un plan de emergencia con sus familias.

Tiempo: 30 minutos

Discusión 	<ul style="list-style-type: none">• Introducción• Elementos básicos de un plan de emergencia
Actividades 	<ul style="list-style-type: none">• Gritos de ánimo• Baile de los Pasos de preparación• Modelo de mapa de un hogar• Compromiso
Folletos 	<ul style="list-style-type: none">• Modelo de mapa de un hogar• Hoja de trabajo Plan del hogar• Tarjeta de compromiso
Enviar a casa 	<ul style="list-style-type: none">• Plantilla de Plan familiar
Materiales	<ul style="list-style-type: none">• Copias• Lápices/Creyones para cada niño• Audiovisuales e Internet para video• Manera de mostrar Modelo de mapa de un hogar

Introducción

Hoy vamos a hablar sobre cómo hacer un plan puede ayudarlos y a sus familias a mantenerse seguros durante una emergencia.

SI NO SE CUBRIÓ PREVIAMENTE/RECORDATORIO:

¿Saben lo que es una emergencia?

Una **emergencia** es algo que puede causar lesiones o daños. Puede que no sepan que iba a suceder y puede que necesiten ayuda para responder a la misma. Algunas emergencias pueden suceder debido a accidentes, tal como un incendio o una caída. Otras emergencias pueden suceder debido a las condiciones climáticas o al movimiento de la superficie terrestre, tales como tormentas o terremotos.

¿Qué es un plan? ¿Alguna vez has tenido un plan? ¿Tal vez visitar a tu amigo, hacer una manualidad o ir a algún sitio?

Indica un ejemplo de un momento en que tuviste un plan.

Hacemos planes para saber qué hacer cuando necesitamos hacerlo y así tener éxito haciéndolo correctamente. Necesitamos un plan para emergencias a fin de saber qué hacer para mantenernos seguros en emergencias.



Grito de ánimo

Practiquemos nuestro grito de ánimo.

Cuando yo diga "¡Prepárense!", ustedes dicen "¡Protéjanse!".

Practiquemos.

Practique un par de veces, cambiando el ritmo y los tonos de su voz para mantener a los niños animados.

¡Excelente trabajo!



Hagan el baile de los Pasos de preparación

¿Recuerdan el baile de los Pasos de preparación? ¿Recuerdan cuáles eran los pasos de preparación?

Revisión:

1. Saber a quién llamar en una emergencia
2. Tener un plan para la familia
3. Empacar un bolso de emergencia

Hagamos el baile de nuevo y veamos cómo hemos mejorado.

Reparta la **Hoja Letra de la canción de los Pasos de preparación** (página 59) y reproduzca el **video del baile Pasos de preparación** (SavetheChildren.org/PrepStep). Si es necesario, reproduzca el **video de instrucciones del baile Pasos de preparación** de nuevo para ayudar a los niños a aprender los movimientos. Recoja la **Hoja Letra de la canción de los Pasos de preparación** para usarla durante la próxima sesión.

**Hoy vamos a hablar sobre el paso de preparación 2: Hacer un plan de emergencia
¿Están listos?**



Elementos básicos de un plan de emergencia

Explique que una de las mejoras maneras en que podemos prepararnos para mantenernos seguros durante emergencias es tener un plan de emergencia para el hogar que discutimos con nuestras familias. Ahora vamos a hablar sobre algunas partes clave de ese plan.

Explique que un plan de emergencia no tiene que ser complicado. Los elementos básicos de un plan de emergencia son:

3. Contactos de la ECC Personas a quienes podríamos llamar en caso de una emergencia (hablamos sobre esto en la sesión pasada). Podrían ser nuestros padres/tutores, un amigo o pariente que vivan en el área, y un amigo o pariente que vivan fuera de la ciudad.
2. Rutas de evacuación
2. Puntos de reunión
1. Habitación segura

Pida a los niños que repitan: Tres contactos de la ECC, dos rutas de salida, dos puntos de reunión y una habitación segura.

1. ¿Qué significa la palabra evacuar?

Respuesta: evacuar significa salir o dejar un sitio o edificio durante una emergencia. Por ejemplo, deben evacuar la escuela si suena la alarma de incendios.

2. ¿Qué significa refugiarse en el sitio?

Respuesta: refugiarse en el sitio significa quedarse dentro de una ubicación segura en el edificio donde se encuentran. Por ejemplo, si hay tormentas afuera, deberán quedarse en una habitación segura lejos de las ventanas.

3. ¿Cuántos de ustedes han tenido alguna vez que evacuar o refugiarse en el sitio? Si lo han hecho, ¿por qué? ¿Adónde fueron? ¿Por cuánto tiempo?

4. ¿En qué tipos de situaciones evacuarían?

Respuesta de ejemplo: cuando el peligro está en el edificio o lugar en el que se encuentran, o se dirige hacia el lugar donde se encuentran. Por ejemplo, si hay un incendio en el edificio. Si se aproxima una tormenta peligrosa, pero recibieron una advertencia o están en un edificio inseguro o poco resistente, y tienen tiempo para evacuar de manera segura. Por ejemplo, un huracán. Si las autoridades dicen que

necesitan evacuar. Debido a que no sabemos dónde será el peligro, es importante que planifiquemos al menos dos rutas diferentes de evacuación de los lugares donde estemos (nuestra habitación, nuestra sala de estar, lejos de casa, fuera y lejos de la escuela).

Necesitamos conocer al menos dos rutas de evacuación de nuestros hogares.

Haga que los niños imaginen sus casas y piensen en al menos dos maneras diferentes en que podrían evacuar (puerta principal, puerta trasera, ventana, sótano, etc.). Pida a los niños que compartan sus respuestas.

5. ¿Hacia dónde deben ir cuando evacúan?

Respuesta: deben ir a un punto de reunión designado. Por ejemplo, durante un simulacro de incendio en la escuela pueden reunirse fuera del campo de fútbol. En nuestros planes de emergencia para el hogar necesitamos tener dos puntos de reunión que escogemos con nuestras familias. Uno debe ser cercano, como una parada de autobús o la esquina de la calle. Otro debe ser más lejos, como un centro comunitario en caso de que el desastre afecte un área más grande.

6. ¿En qué tipos de situaciones se refugiarían en el sitio?

Respuestas de ejemplo: cuando el peligro está afuera y no es seguro salir. Alerta de tornado, terremoto, tormenta invernal.

7. ¿Hacia dónde deben ir cuando se refugian en el sitio?

Respuesta: deben ir a un espacio o refugio seguros. Un espacio seguro está en el piso más bajo de un edificio y no tiene ventanas ni puertas hacia el exterior. En muchos hogares, puede ser un baño, sótano o armario, pero no siempre.

Necesitamos conocer al menos un espacio seguro en nuestros hogares.

Haga que los niños imaginen sus hogares y piensen cuáles podrían ser los lugares seguros (p. ej., un sótano, refugio, armario, debajo de las escaleras, baño, etc.). Pida a los niños que compartan sus respuestas.

REFUGIARSE EN EL SITIO O EVACUAR

Explique que vamos a practicar lo que acabamos de aprender. Pida a los niños que llenen los espacios en blanco con las palabras correctas (refugiarse en el sitio o evacuar).

- Si hay una ventisca afuera, debo _____ . (refugiarme en el sitio)
- Si hay un incendio en el edificio, debo _____ . (evacuar)
- Si se aproxima un tornado, debo _____ . (refugiarme en el sitio)
- Si hay dinosaurios merodeando afuera, debo _____ . (refugiarme en el sitio)
- Si hay una alerta de huracán, y tengo tiempo, debo _____ . (evacuar)
- Si hay un monstruo/zombi en el armario, debo _____ . (evacuar)

8. ¿Por qué es tan importante un plan de emergencia?

Respuesta de ejemplo: •un plan nos ayuda a saber qué hacer para mantenernos seguros durante una emergencia y cómo reunirnos con nuestras familias después de una emergencia.

9. ¿Qué hacen en la escuela para estar preparados?

Respuesta de ejemplo: simulacros de incendios o terremotos. Identifican rutas de evacuación y puntos de reunión.

10. ¿Tienen un plan de emergencia en el hogar? ¿Han hablado sobre esto con sus familias/cuidadores?

Explique que un buen plan de emergencia tiene varias partes para garantizar que cubra diversos tipos de situaciones de emergencia.

11. Con base en nuestra discusión sobre la comunicación en emergencias, la evacuación y el refugio en el sitio, ¿cuáles son las partes clave de un plan de emergencia familiar?

Respuesta: 3 contactos de la ECC, 2 rutas de evacuación, 2 puntos de reunión, 1 lugar seguro



Actividad Modelo de mapa de un hogar

Use el **Modelo de mapa de un hogar** (página 31) para guiar su discusión sobre hacer un plan de emergencia para el hogar. Puede bien sea mostrar el mapa para que todos los niños lo vean o repartir hojas de trabajo para que cada niño tenga su propia copia.

Discuta qué se necesita incluir en un buen plan de emergencia para el hogar. Las partes clave de un plan del hogar incluyen:

- Dos rutas de evacuación para salir del hogar.
- Dos puntos de reunión para la familia fuera del hogar en un lugar seguro. Un punto debe estar cerca de la casa (p. ej., la esquina de la calle) y otro debe estar lejos en caso de que la emergencia afecte la ubicación cercana (p. ej., el parque infantil o un centro comunitario).
- Una habitación segura. Una habitación segura debe estar en el medio del hogar sin ventanas ni puertas hacia el exterior. Escojan habitaciones en el sótano o en el piso inferior. Si tienen un refugio para tormentas, refúgiense allí.
- Ubicación de los kits de suministros para desastres

Usando el **Modelo de mapa de un hogar**, identifique las partes clave de un plan para el hogar. Indique diferentes escenarios para ayudar a los niños a pensar a través de la situación. Por ejemplo, diga, "si hay un incendio en la puerta principal, ¿cómo podrían evacuar de la oficina?". O con base en este mapa, ¿cuál sería la mejor habitación segura y por qué? (**Respuesta:** la habitación para dormir porque no tiene ventanas ni puertas hacia el exterior).

Después del ejercicio en grupo, enseñe a los niños a usar la hoja de trabajo Plan del hogar para dibujar un mapa de sus hogares e identificar estas partes clave usando diferentes designaciones. Los niños mayores deben dibujar planos de cada piso de sus hogares.

Por ejemplo:

- Dibujen flechas para mostrar dos rutas de evacuación de su habitación o lugar preferido.
- Marquen puntos de reunión afuera con X y etiquétenlos (p. ej., parada de autobús, piscina comunitaria).
- Marquen con círculos las habitaciones seguras para refugiarse en el sitio.
- Usen una "K" para marcar donde están o se pudieran almacenar los kits de suministros para desastres.

Cuando los niños terminen con sus planes, pida que algunos voluntarios compartan sus planes con el grupo, identificando las partes clave.

Cierre

Antes de terminar la sesión, asegúrese de repetir los puntos clave de aprendizaje.

PUNTOS CLAVE:

- Un plan nos ayudará a saber qué hacer durante una emergencia.
- Diferentes tipos de emergencias requieren respuestas diferentes.
- Es importante actualizar el plan y practicarlo.

Reparta la **hoja de trabajo Hacer un plan del hogar** para ayudar a los niños a identificar partes clave de sus planes de emergencia familiares. Los niños pueden dibujar un diagrama de sus propios hogares en la página posterior. Pídales que dibujen rutas de salida y etiqueten los espacios seguros. Aliente a los niños a que hablen sobre hacer un plan de emergencia con sus padres o tutores.

Compromiso

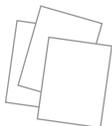
Vamos a terminar la sesión recitando juntos un compromiso. ¿Sabes qué es un compromiso? Es una promesa. Y vamos a asumir un compromiso de hablar sobre emergencias con nuestras familias.

Sostenga o distribuya las **Tarjetas de compromiso** (página 33).

Yo, _____ , me comprometo a trabajar con mi familia y mi comunidad para hacer un plan y estar preparado para cualquier desastre.

Agradezca a los niños por su atención y participación.

Materiales



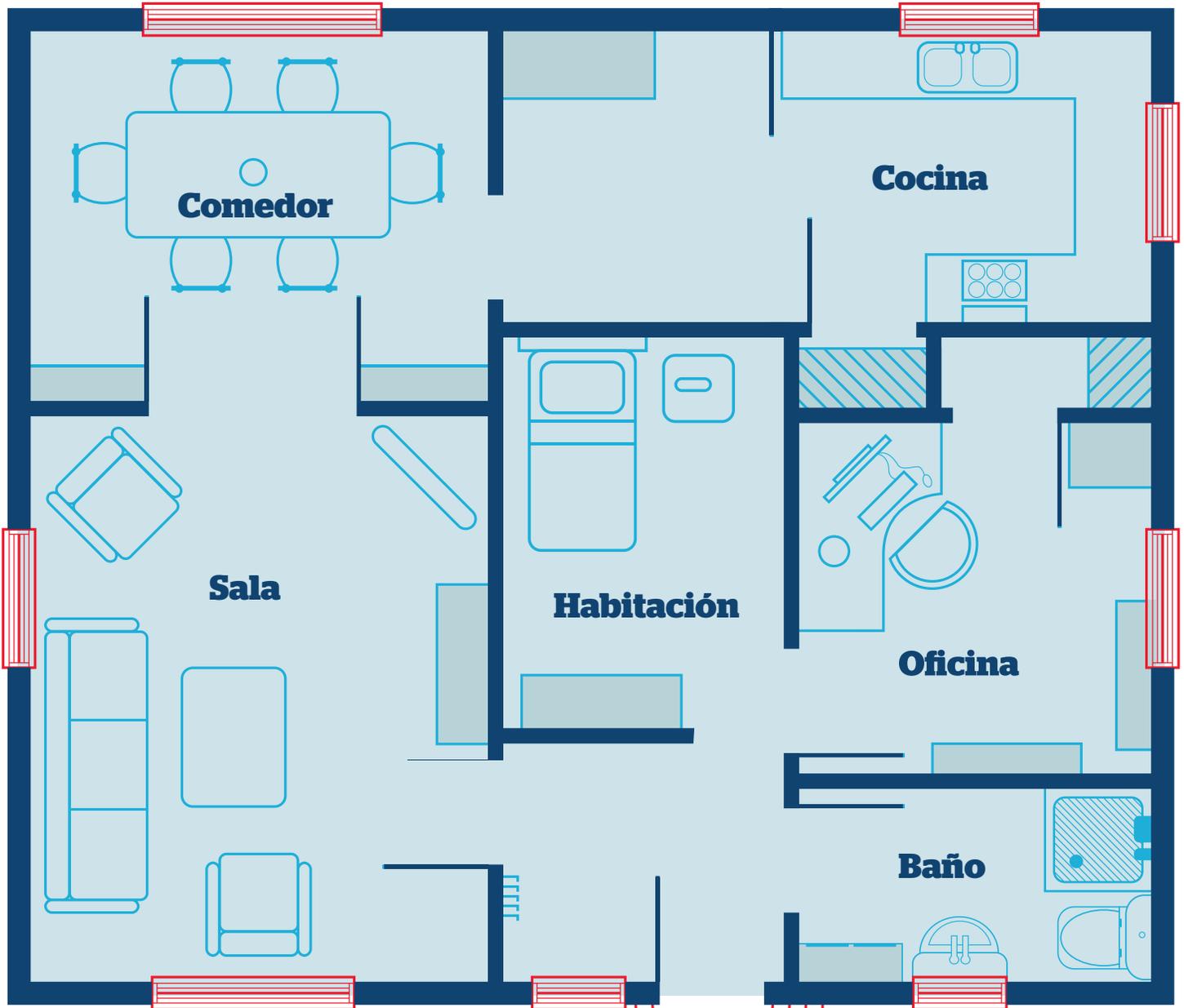
ENLACES: Video de baile Pasos de preparación: [SavetheChildren.org/PrepStep](https://www.savethechildren.org/PrepStep)

REPARTIR: Modelo de mapa de un hogar
Hoja de trabajo Hacer un plan para el hogar
Tarjeta de compromiso



ENVIAR A CASA: Plantilla de Plan familiar

MODELO DE MAPA DE UN HOGAR



DIBUJA UN PLAN DE EVACUACIÓN.

Dibuja flechas para mostrar dos rutas de salida de la habitación.

Dibuja flechas para mostrar dos rutas de salida de la cocina y la sala de estar.

Dibuja flechas para mostrar la mejor ruta de evacuación desde la oficina si hay un incendio en la puerta principal.

Marca con círculos las habitaciones seguras para refugiarse en el sitio.

Usa una "K" para marcar dónde se podría almacenar un kit de suministros para desastres que la familia pueda encontrar con facilidad.



HOJA DE TRABAJO

HACER UN PLAN PARA EL HOGAR

HAZ UN PLAN DE EMERGENCIA FAMILIAR.

1. ¿Dónde se reunirá tu familia si tienen que evacuar el hogar? Señala dos puntos de reunión, uno cerca de la casa (como una parada de autobús) y otro más lejos (como un centro comunitario).

2. ¿Quiénes son tus contactos de la ECC? Escribe sus nombres, números telefónicos y direcciones de correo electrónico aquí.

(Padre o madre/tutor) _____

(Padre o madre o amigo) _____

(Amigo o pariente que viva fuera de la ciudad) _____

3. ¿Dónde te refugiarás en el sitio? Escribe tu habitación segura aquí: _____





YO, _____ ,

**PROMETO TRABAJAR CON
MI FAMILIA Y MI COMUNIDAD
PARA HACER UN PLAN Y ESTAR LISTOS
PARA CUALQUIER DESASTRE**

FECHA

FIRMA

Get Ready. Get Safe.



Save the Children®

NUESTRO PLAN DE EMERGENCIA FAMILIAR



INSTRUCCIONES: Las emergencias pueden dar miedo, pero estar preparados puede mantener a su familia segura. Llene la información a continuación con los niños para crear un Plan de emergencia familiar.

ECC (TARJETA DE CONTACTOS PARA EMERGENCIAS)

INFORMACIÓN DE UNO DE MIS PADRES/TUTOR

Nombres y apellidos: _____

Nombres y apellidos: _____

Dirección del trabajo: _____

Dirección del trabajo: _____

Teléfono del trabajo: (____) _____

Teléfono del trabajo: (____) _____

Teléfono de casa/celular: (____) _____

Teléfono de casa/celular: (____) _____

Correo electrónico: _____

Correo electrónico: _____

INFORMACIÓN DE CONTACTO LOCAL (en caso de que no puedan comunicarse con uno de mis padres/tutor)

Nombres y apellidos: _____

Teléfono de casa/celular: (____) _____

Correo electrónico: _____

Relación conmigo (amigo/tío): _____

INFORMACIÓN DE CONTACTO FUERA DE LA CIUDAD (en caso de que no puedan comunicarse con los contactos locales)

Nombres y apellidos: _____

Teléfono de casa/celular: (____) _____

Correo electrónico: _____

Relación conmigo (amigo/tío): _____



NUESTRO PLAN DE EMERGENCIA FAMILIAR

Puntos de reunión

Escojan dos puntos para reunirse en caso de una emergencia si están evacuando el hogar o si ir a casa no es una opción. Un punto debe ser cercano (como un poste o la esquina de una calle) y el otro más lejos del hogar (como la casa de un pariente o un centro comunitario).

Punto cercano: _____

Punto más alejado: _____

Ubicación de la habitación segura

En caso de una emergencia en la que tu familia deba refugiarse en el sitio, escojan una habitación segura: una habitación sin ventanas en el nivel más bajo de tu hogar.

Ubicación de la habitación segura: _____

Creen un kit de suministros para emergencias

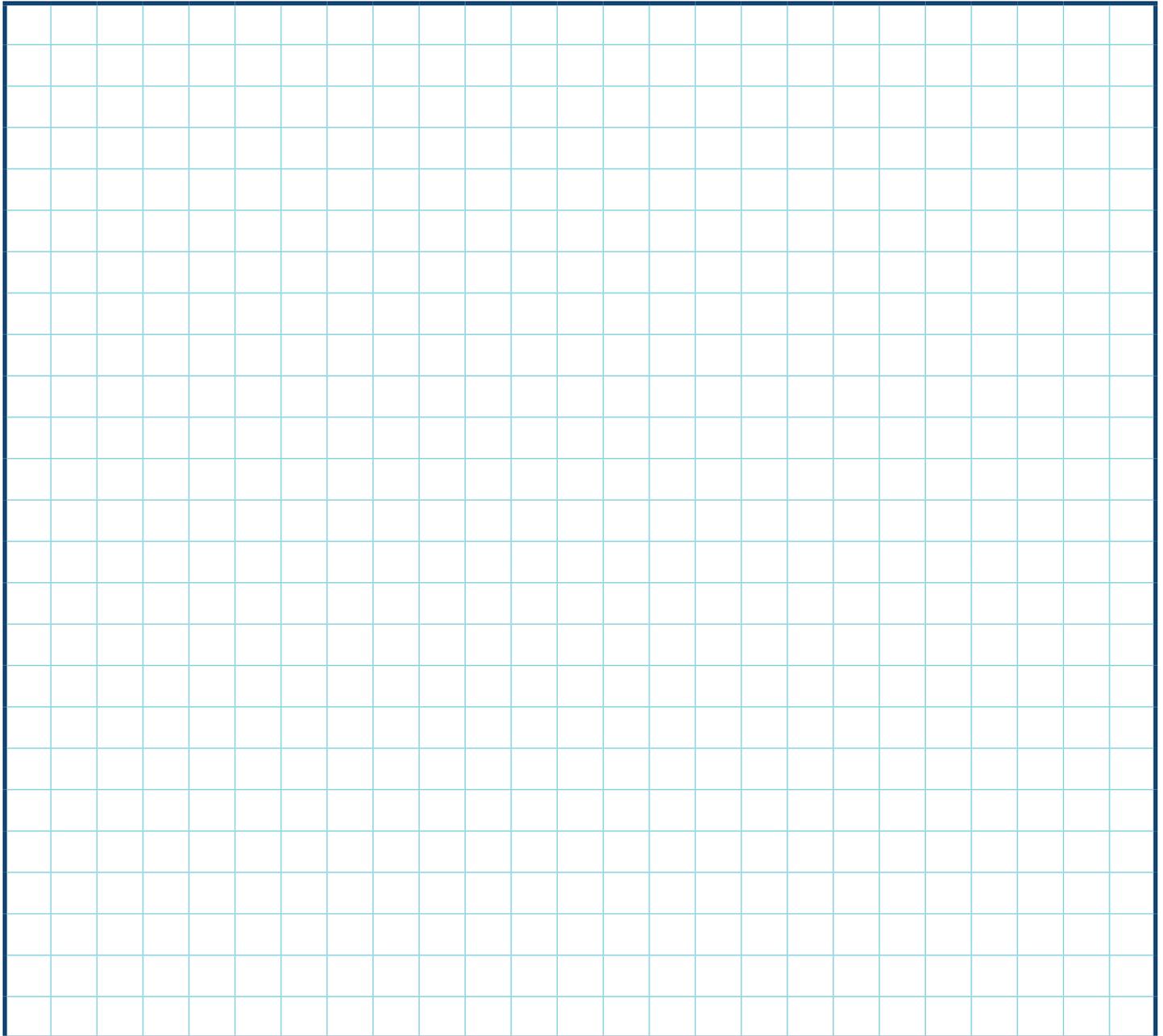
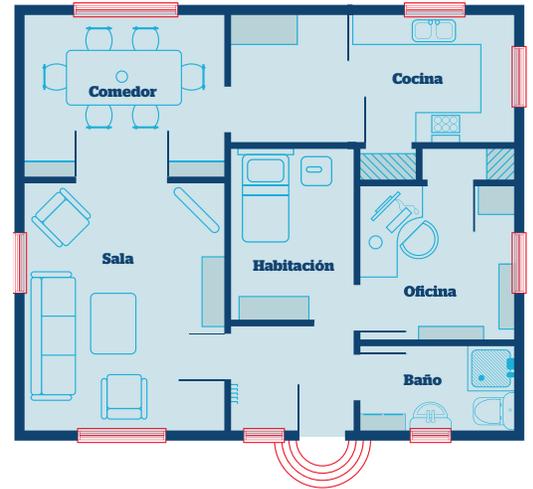
Incluyan agua, comida no perecedera, linternas con baterías, mantas, un radio, un botiquín de primeros auxilios, actividades para niños, objetos reconfortantes, etc. Almacenen el kit en un área de fácil acceso, renueven su contenido con regularidad y explíqueles a los niños cuándo y cómo se debe usar el kit.

Ubicación del kit de suministros para emergencias: _____



NUESTRO PLAN DE EMERGENCIA FAMILIAR

Usa la cuadrícula a continuación para dibujar el mapa de emergencia para tu hogar. Dibuja un plano de tu hogar con rutas de salida para cada piso. Resalta dónde se encuentran la habitación segura y el kit de suministros.



PASO DE PREPARACIÓN 3: EMPACAR UN BOLSO DE EMERGENCIA

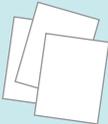


OBJETIVOS DE LA SESIÓN

La sesión del paso de preparación 3 ayudará a los niños a:

- Entender la importancia de tener suministros listos en caso de una emergencia.
- Saber cuáles suministros clave colocar en sus bolsos de emergencia.
- Hablar con sus familias sobre suministros para emergencias.

Tiempo: 30 minutos

<p>Discusión</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Introducción• Discusión sobre suministros para desastres
<p>Actividades</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Gritos de ánimo• Baile de los Pasos de preparación• Carrera de relevo de suministros para desastres
<p>Folletos</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Hoja de trabajo Bolso de emergencia• Hoja de trabajo Lista de cosas para empacar
<p>Enviar a casa</p> 	<ul style="list-style-type: none">• Lista de verificación de suministros para desastres
<p>Materiales</p>	<ul style="list-style-type: none">• Copias• Audiovisuales e Internet para video• Lápices/creyones para cada niño• Suministros de carrera de relevo 2 bolsos o mochilas llenos (kit de emergencia, objeto reconfortante, cuaderno, creyones, ECC)<ul style="list-style-type: none">– Distractores (suministros que no son para emergencias p. ej., bola de boliche, corona de princesa, secadora eléctrica para cabello, libros pesados etc.)

Introducción

Hoy vamos a hablar un poco sobre qué podrían necesitar para mantenerse seguros y tranquilos durante una emergencia.

SI NO SE CUBRIÓ PREVIAMENTE/RECORDATORIO:

¿Saben lo que es una emergencia?

Una **emergencia** es algo que puede causar lesiones o daños. Puede que no sepan que iba a suceder y puede que necesiten ayuda para responder a la misma. Algunas emergencias pueden suceder debido a accidentes, tal como un incendio o una caída. Otras emergencias pueden suceder debido a las condiciones climáticas o al movimiento de la superficie terrestre, tales como tormentas o terremotos.



Grito de ánimo

Primero, practiquemos nuestro grito de ánimo.

Cuando yo diga "¡Prepárense!", ustedes dicen "¡Protéjense!".

Practiquemos.

Practique un par de veces, cambiando el ritmo y los tonos de su voz para mantener a los niños animados.

¡Excelente trabajo!



Hagan el baile de los Pasos de preparación

¿Recuerdan el baile de los Pasos de preparación? ¿Recuerdan cuáles eran los pasos de preparación?

Revisión:

1. Conocer los contactos de la ECC
2. Tener un plan para la familia
3. Empacar un bolso de emergencia

Hagamos el baile de nuevo y veamos cómo hemos mejorado.

Reparta la **hoja Letra de la canción de los Pasos de preparación** (página 61) y reproduzca el **video del baile Pasos de preparación** (www.SavetheChildren.org/PrepStep). Si es necesario, reproduzca el **video de instrucciones del baile de los Pasos de preparación** de nuevo para ayudar a los niños a aprender los movimientos. Recoja **la hoja Letra de la canción de los Pasos de preparación** para usarla durante la próxima sesión.

***Hoy vamos a hablar sobre el paso de preparación 3: Empacar un bolso de emergencia
¿Están listos?***



Discusión sobre el bolso de suministros

Puede que no sepamos cuándo va a ocurrir una emergencia. Por eso es importante que tengamos todas las cosas que necesitamos preparadas de antemano. Podemos hacer nuestro propio bolso de emergencia lleno de suministros importantes y mantenerlo en un lugar seguro para que podamos agarrarlo cuando lo necesitemos.

1. ¿Han evacuado alguna vez (recuerden que evacuar significa salir de un sitio o edificio para mantenerse seguros durante una emergencia)?
2. ¿Qué llevaron con ustedes si han evacuado antes?
3. ¿Olvidaron algo que hubieran deseado haber tomado?
4. ¿Qué llevarían con ustedes si los evacuaran mañana?
5. ¿Cuáles son algunas cosas que podrían necesitar durante una emergencia?
 - Para mantenernos calientes Ropa adicional, chaqueta y manta
 - ¿Para mantenernos seguros ECC (Tarjeta de contactos para emergencias) y silbato
 - Para mantenernos saludables Refrigerios preempacados y agua
 - Para mantenernos ocupados Juegos, libros y actividades
 - Para sentirnos seguros Animal de peluche y manta
 - Para mantenernos limpios Jabón, toalla, peine, cepillo de dientes y pasta de dientes
 - Si se va la luz Linterna y baterías
 - Para saber qué está sucediendo Radio



Debemos tener estas cosas empacadas y listas en caso de que ocurra una emergencia. Necesitamos empacar suministros que no sean demasiado pesados porque vamos a tener que cargarlos; suministros que puedan durar un buen tiempo porque no sabemos cuánto tiempo los necesitaremos; y suministros que no requieran electricidad porque puede que haya un corte de electricidad.

¿Dónde podrían guardar su bolso de emergencia?

Recuerden, si necesitan evacuar rápidamente, puede que no tengan tiempo para agarrar sus bolsos de emergencia si no están a la mano. Nunca regresen a un lugar inseguro solo para agarrar sus bolsos de emergencia.



Carrera de relevo de suministros para desastres

Ahora vamos a jugar un juego para practicar lo que hemos aprendido.

Preparación:

1. Este es un juego de relevo, así que tiene que haber una línea de partida y una línea de giro (marque líneas o coloque conos u otra cosa similar).

2. Divida a los participantes (niños y adultos) en dos equipos. Cada equipo debe tener una mochila o contenedor para colocar los objetos recuperados.
3. Cada equipo se ubica detrás de la línea de partida; en frente de cada equipo, justo detrás de la línea de giro, debe haber una pila de suministros para desastres (consulte el cuadro Suministros en la siguiente página) con algunos distractores incluidos.

Instrucciones:

1. Explique a los niños que van a empacar bolsos de emergencia por equipo. Cuando sea su turno, deben intentar escoger un objeto que podrían necesitar en sus bolsos en caso de una emergencia.
2. Cuando usted diga "Prepárense, protéjanse, adelante!", el primer niño de cada equipo correrá hacia la pila correspondiente, escogerá un objeto y luego lo traerá de vuelta a la línea donde él o ella pondrán el objeto en una mochila del equipo y tocarán al próximo jugador, quien debe correr.
3. Cada jugador correrá una vez.
4. Cuando todos los equipos estén listos, el líder del programa repasa cada suministro y le pregunta a todo el grupo si lo necesitan en sus bolsos y por qué es importante incluirlo en sus kits.
5. Felicite a ambos equipos por un trabajo bien hecho.

SUMINISTROS PARA EMERGENCIAS*

**Esta no es una lista completa*

- Linterna
- Oso de peluche
- Lata de comida, refrigerios
- Botella de agua
- Manta
- Cuaderno
- Lápices
- Jabón
- Cepillo de dientes
- Toalla de mano
- Botiquín de primeros auxilios (o artículos como vendajes)
- ECC (Tarjeta de contactos para emergencias)
- Radio
- Silbato

DISTRACTORES (ejemplos)

- Corona de princesa
- Libro de texto pesado
- Cucharón para ensaladas
- Bola de boliche
- Pompones
- Secador de pelo con cable eléctrico

Empacar tu bolso de emergencia

Reparta la **hoja de trabajo Qué va en un bolso de emergencia** que ayuda a los niños a decidir qué debe ir en un bolso de emergencia. Reparta también la **hoja de trabajo Lista de cosas para empacar** para que los niños puedan comenzar a anotar los suministros que les gustaría poner en sus propios bolsos de emergencia.

Pida a los niños que hablen con sus familias sobre hacer un kit de suministros para emergencias y aliéntelos a empacar sus propios bolsos.

Cierre

Antes de terminar la sesión, asegúrese de repetir los puntos clave de aprendizaje.

PUNTOS CLAVE:

- Una manera en que podemos estar seguros durante emergencias es tener los suministros correctos.
- Podemos empacar nuestros propios bolsos de emergencia para que estén listos para usar en una emergencia.
- Mantener los kits en un lugar seguro al que se pueda llegar con facilidad.

Agradezca a los niños por su atención y participación.

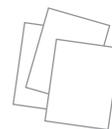
¿Recuerdan nuestro grito de ánimo?

¡Prepárense! ¡Protéjanse!

Materiales

ENLACES: Video de baile Pasos de preparación: [SavetheChildren.org/PrepStep](https://www.savethechildren.org/PrepStep)

REPARTIR: Hoja de trabajo Qué va en un bolso de emergencia
Hoja de trabajo Lista de cosas para empacar

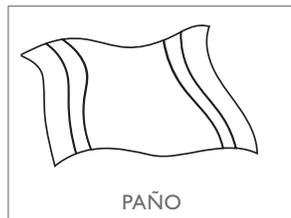
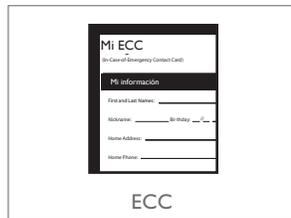
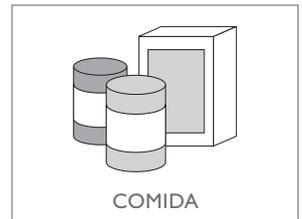
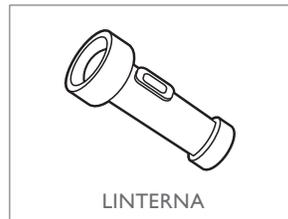
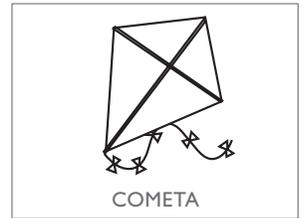
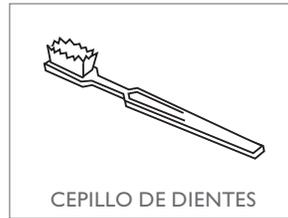
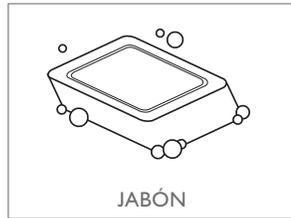


ENVIAR A CASA: Lista de verificación de suministros para desastres



¿QUÉ VA EN UN BOLSO DE EMERGENCIA?

Practica cómo empacar un bolso de emergencia.
Encierra en un círculo los suministros que podrías necesitar en caso de una emergencia.
Coloca una X en los objetos que no necesitarías.



Escoge cinco objetos que hayas encerrado con un círculo y escribe una oración sobre por qué escogiste cada suministro. (Ejemplo: necesitas jabón para estar limpio).



LISTA DE VERIFICACIÓN DE SUMINISTROS PARA DESASTRES

Cada familia necesita un kit de suministros para desastres lleno con artículos necesarios para ayudar a mantener seguros y saludables a los miembros de la familia durante una emergencia. Almacene suficiente de cada artículo para que dure al menos siete días. Asegúrese de que todos los miembros de la familia sepan dónde está ubicado el kit y cuándo se debe usar. Renueve sus kits de suministros para desastres con regularidad para reemplazar comida o medicamentos vencidos o prendas de vestir que ya no les queden. Involucre a los niños cuando empaquen sus propios bolsos de emergencia para que puedan aprender la importancia de estar preparados.

KIT DE SUMINISTROS PARA DESASTRES

- Linternas y baterías adicionales
- Radio (con baterías o accionado con manivela)
- Alimentos no perecederos
- Agua (un galón por persona por día)
- Un cambio completo de ropa para cada persona, incluyendo chaquetas/abrigos
- Manta
- Efectivo y monedas
- Mapa del área marcado con lugares a los que podrían ir
- Conjunto de herramientas
- Juego extra de llaves del carro y la casa
- Rollo de cinta aislante
- Revestimiento de plástico cortado previamente para tapar las aberturas del refugio en sitio
- Suministros para mascotas
- Extintor pequeño
- Fósforos en un contenedor impermeable
- Objetos especiales como dentaduras, lentes de contacto
- Artículos para personas mayores o personas con discapacidades

SUMINISTROS MÉDICOS

- Medicamentos con receta y de venta libre, incluyendo medicamentos pediátricos
- Kit de primeros auxilios
- Medicamento contra la fiebre
- Pomada antibacteriana
- Pomada para sarpullidos

ARTÍCULOS DE HIGIENE

- Toallitas para bebé
- Pañales
- Almohadilla para lactancia
- Toallitas sanitarias
- Papel higiénico
- Jabón
- Cloro



LISTA DE VERIFICACIÓN DE SUMINISTROS PARA DESASTRES

INFORMACIÓN

- Información médica, incluyendo copias de recetas médicas
- Copias de pasaportes y partidas de nacimiento
- Copias de identificación personal, tal como la licencia para conducir
- Fotos recientes de cada niño

OBJETOS RECONFORTANTES

- Alimentos y refrigerios reconfortantes
- Objetos con actividades como libros, rompecabezas y juegos
- Animal de peluche o manta para los niños

ALIMENTOS PARA NIÑOS

- Suministros para lactancia
- Fórmula
- Alimentos preenvasados para bebés
- Contenedores de jugo
- Leche en polvo

BOLSO DE EMERGENCIA DE LOS NIÑOS

Pedir a los niños que creen sus propios bolsos de emergencia puede ayudarlos a sentirse parte del plan de emergencia familiar y enseñarles responsabilidades personales. Los bolsos se deben guardar en casa en un área de fácil acceso y se deben renovar a medida que los niños crecen y sus intereses cambian.

Ponga estos objetos en una mochila o bolso portátil para usar durante una emergencia:

- Un oso de peluche u otro animal preferido (para seguridad y confort)
- Creyones y bolígrafo (para mantenernos ocupados)
- Jabón y contenedor (para limpiarnos)
- Cepillo y pasta de dientes (para limpiarnos los dientes todos los días)
- Peine (para peinarnos)
- Toalla pequeña (para limpiarnos o mantenernos frescos)
- Una ECC o brazalete (para identificar quiénes somos y la información de contacto de los padres)
- Una linterna con baterías (para ayudarnos cuando no haya electricidad)
- Un cuaderno (para anotar información importante o mantenernos ocupados)
- Un silbato (para usar si necesitas ayuda o te pierdes)
- Pregunte a los niños qué más es importante para ellos (es decir, libros preferidos, fotos, juguetes, ropa extra, etc.)



REVISIÓN DE LOS PASOS DE PREPARACIÓN: QUÉ APRENDIMOS

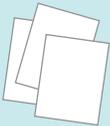
OBJETIVOS DE LA SESIÓN



La sesión de revisión de los pasos de preparación ayudará a los niños a:

- Recuerden los pasos de preparación: Conocer los contactos de la ECC, hacer un plan de emergencia y y empacar un bolso de emergencia.
- Entender la importancia de hablar sobre un plan de emergencia con sus familias y practicarlo.
- Entender que durante las emergencias los adultos atentos estarán trabajando para mantenerlos seguros.

Tiempo: 30 minutos

<p>Discusión</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Introducción • Qué hemos aprendido durante desastres
<p>Actividades</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Gritos de ánimo • Baile de los Pasos de preparación • Juego de baile para fiestas
<p>Folletos</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Certificado de Prep Rally • Hoja con la letra de la canción de los Pasos de preparación
<p>Enviar a casa</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • 10 consejos para afrontar desastres
<p>Materiales</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Copias • Lápices/creyones para cada niño • Música y reproductor con altavoces • Internet para video

Introducción

Hoy vamos a hablar sobre qué hemos aprendido durante nuestras sesiones de pasos de preparación y cómo hacer un plan puede ayudarlos y a sus familias a mantenerse seguros durante una emergencia.

SI NO SE CUBRIÓ PREVIAMENTE/RECORDATORIO:

¿Saben lo que es una emergencia?

Una **emergencia** es algo que puede causar lesiones o daños. Puede que no sepan que iba a suceder y puede que necesiten ayuda para responder a la misma. Algunas emergencias pueden suceder debido a accidentes, tal como un incendio o una caída. Otras emergencias pueden suceder debido al tiempo o al movimiento de la superficie terrestre, tales como tormentas o terremotos.



Grito de ánimo

Comencemos con nuestro grito de ánimo.

Cuando yo diga "¡Prepárense!", ustedes dicen "¡Protéjense!".

¡Excelente trabajo!



Hagan el baile de los Pasos de preparación

En este momento, espero que recuerden el baile de los Pasos de preparación. ¿Cuáles son los pasos de preparación?

Revisión:

1. Conocer los contactos de la ECC
2. Hacer un plan familiar
3. Empacar un bolso de emergencia

Hagamos el baile una última vez.

Reparta la **hoja Letra de la canción de los Pasos de preparación** (página 59) y reproduzca el **video del baile Pasos de preparación** (www.SavetheChildren.org/PrepStep). Tome fotos y considere compartirlas en las redes sociales con #PrepStep (asegúrese de que tenga el permiso de los padres antes de publicarlas). Envíe a casa con los niños la **hoja con la letra de la canción de los Pasos de preparación**.



Discusión sobre qué hemos aprendido

Hoy vamos a revisar qué hemos aprendido durante nuestras sesiones de los pasos de preparación.

- 1. ¿Qué es algo que han aprendido sobre prepararse para una emergencia?**
- 2. ¿Cuáles fueron sus partes favoritas de las sesiones?**
- 3. ¿Qué son los contactos de la ECC? ¿Por qué es importante conocer los contactos de la ECC?**

Respuesta: los contactos de la ECC son nombres y números telefónicos en tu Tarjeta de contactos para emergencias, lo que significa que son personas a las que podemos llamar si necesitamos ayuda en una emergencia. Necesitamos conocer tres contactos de la ECC: uno de los padres/tutor, un amigo o familiar que viva en el área, y un contacto que viva fuera de la ciudad. Es importante memorizar los números telefónicos de la ECC o escribirlos en una ECC para que tengamos una manera de contactar a las personas que amamos durante una emergencia.

- 4. ¿Qué significa evacuar? ¿Cuáles son las dos rutas de salida de tu casa?**

Respuesta: evacuar significa dejar el sitio o salir. Necesitamos saber al menos dos maneras diferentes salir de nuestro hogar en caso de que haya una emergencia, como un incendio, adentro. Algunas rutas de salida pueden ser la puerta principal, la puerta trasera, una ventana, el sótano, etc.

- 5. Podríamos necesitar refugiarnos en nuestro hogar si hay mal tiempo afuera. ¿Cuál espacio o habitación en nuestro hogar podría ser un lugar seguro?**

Respuesta: un lugar seguro en un hogar es una habitación o espacio que no tenga puertas ni ventanas hacia el exterior. Está en el piso más bajo o sótano, y cerca del centro del hogar. Algunos ejemplos de una habitación segura puede ser un sótano, un refugio, un armario, un baño o un espacio debajo de las escaleras.

- 6. ¿Cuáles son algunos suministros que necesitamos poner en nuestros bolsos de emergencia?**

Respuesta: los suministros que podemos poner en nuestros bolsos de emergencia incluyen: toalla, jabón, pasta de dientes, ropa extra, manta, refrigerios, agua, cuaderno, bolígrafo, creyones, objeto reconfortante (como un oso de peluche o juguete preferido), juegos, silbato y ECC.

- 7. ¿Qué es algo que has aprendido y que puedas compartir con otros (amigos y familia)?**
- 8. ¿Cómo podemos compartir lo que hemos aprendido con otros?**



Juego de baile para fiestas

Hemos aprendido los elementos básicos de un plan de emergencia. Ahora haremos un tipo diferente de plan, ¡un plan de baile!

INSTRUCCIONES:

1. Consiga tres voluntarios para que se unan a usted [LÍDER] delante de la clase.
2. Explique a todo el grupo que jugarán un juego de baile para fiestas y que necesitará la ayuda de los voluntarios para pensar en los movimientos.
3. Pida a 1 voluntario que demuestre un paso de baile sencillo que le gustaría usar en el juego (esto podría ser algo como el baile disco con el dedo o un salto). Diga a los niños que, cuando usted diga "rojo" durante el juego, ellos deben hacer el movimiento del voluntario 1.
4. Pida al voluntario 2 que demuestre un paso de baile sencillo que le gustaría usar en el juego. Diga a los niños que, cuando usted diga "azul" durante el juego, ellos deben hacer el movimiento del voluntario 2.
5. Pida al voluntario 3 que demuestre un paso de baile sencillo que le gustaría usar en el juego. Diga a los niños que, cuando usted diga "amarillo" durante el juego, ellos deben hacer el movimiento del voluntario 3.
6. Diga a los niños que, ahora tienen un plan de baile, deben prestar atención a medida que dice los colores rápidamente o sin orden, y ellos deben seguir los movimientos.
7. Reproduzca la música de fondo con un ritmo animado.
8. Guíe al grupo a través de diferentes movimientos de baile diciendo rojo por 15 segundos, luego azul por 15 segundos y luego amarillo por 15 segundos.
9. Después de que hayan comprendido, empiece a cambiar de número a su propio ritmo. Por ejemplo, azul por 5 segundos, rojo por 20 segundos, azul por 5 segundos y luego amarillo, y así en adelante.
10. A la larga, diga un color para el cual usted no dio instrucciones (p. ej., morado) y haga un movimiento de baile completamente diferente a los asignados al inicio del juego. Vea si los niños continúan siguiendo lo que usted dice y hace.
11. Use de nuevo los colores rojo, azul, amarillo en un patrón aleatorio.
12. Agregue unos cuantos colores más para los cuales ellos no tienen instrucciones. Vea cuánto tiempo les toma captarlo.
13. Juegue tanto tiempo como desee.

14. Al final, pregunte a los niños: ¿En algún momento se sintieron confundidos o frustrados durante la actividad? Si es así, ¿por qué? ¿Qué hicieron cuando estaban confundidos? ¿Por qué?

Explique que, durante las emergencias, las cosas no siempre salen de acuerdo con el plan y, cuando esto sucede, es importante mirar y seguir al líder adulto (p. ej., uno de los padres, el maestro o el entrenador). Hable sobre la actividad de baile y cómo era importante estar tranquilo, callado y concentrado en el líder cuando no estaban seguros de qué hacer. En una emergencia necesitan intentar estar tranquilos, quietos y concentrados para que puedan escuchar las instrucciones y mantenerse seguros.

Cierre

Antes de terminar la sesión, asegúrese de repetir los puntos clave de aprendizaje.

PUNTOS CLAVE:

- Completa los pasos de preparación con tu familia
 - Conoce los contactos de la ECC y hacer una ECC
 - Haz un plan de emergencia para el hogar
 - Reúne suministros de emergencia y empaca bolsos de emergencia
- Habla sobre tu plan de emergencia y practícalo con tu familia.
- Durante una emergencia, intenta mantenerte tranquilo y callado, y seguir las instrucciones de los padres o líder.
- Habrá adultos atentos trabajando para mantenernos seguros durante una emergencia.

Agradezca a los niños por su atención y participación. Reparta **Certificados de Prep Rally** (página 55) para felicitarlos por haber completado las sesiones.

¿Recuerdan nuestro grito de ánimo?

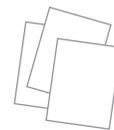
¡Prepárense! ¡Protéjanse!

Materiales

ENLACES: Video de baile Pasos de preparación: [SavetheChildren.org/PrepStep](https://www.savethechildren.org/PrepStep)

REPARTIR: Certificado de Prep Rally
• Letra de la canción de los Pasos de preparación

ENVIAR A CASA: 10 consejos para ayudar a niños a afrontar una crisis





FELICITACIONES,

por haber completado exitosamente el Campamento Prep Rally

Prepárate y mantente a salvo y por preparar a tu familia para los desastres.

FECHA

FIRMA



Save the Children®
Get Ready. Get Safe.

CÓMO AYUDAR A LOS NIÑOS A AFRONTAR UN DESASTRE

Muchos padres, maestros, abuelos y cuidadores se preocupan por cómo las imágenes dramáticas de los desastres pueden afectar el bienestar emocional de sus niños y buscan consejos al respecto. Para ayudar a brindar orientación, Save the Children ha preparado los siguientes 10 consejos. Lo pueden usar los adultos para apoyar a los niños durante cualquier desastre. Estos consejos se basan en los años de experiencia nacional e internacional en el apoyo a niños durante un desastre de Save the Children.

10 consejos de Save the Children

Save the Children recomienda a los padres, maestros, abuelos y cuidadores:

1. Limite el tiempo frente al televisor Si bien puede ser importante que los adultos se mantengan informados sobre el desastre, las imágenes y los reportajes en la televisión pueden ser confusos y aterradores para los niños. Ver demasiados reportajes del desastre en la televisión puede abrumar a los niños e incluso a los adultos. Por tanto, limite el número de reportajes de televisión que tanto los niños como usted ven sobre el desastre.

2. Escuche con atención a los niños Intente averiguar qué sabe y entiende su hijo sobre el desastre antes de responder a sus preguntas. Los niños pueden estresarse cuando no entienden las experiencias peligrosas. Averigüe qué sabe su hijo sobre el desastre. Luego, hable con su hijo para ayudarlo a entender la situación y calmar sus preocupaciones.

3. Deles seguridad a los niños Dígalos a los niños que los adultos están haciendo todo lo posible por proteger y ayudar a los niños que se han visto afectados por el desastre. Además, hágalos saber que, si ocurre una emergencia, su preocupación principal sería la seguridad de ellos. Asegúrese de que sepan que los están protegiendo.

4. Manténgase alerta a los cambios significativos en el comportamiento Los cuidadores deben estar alerta ante cualquier cambio significativo en los patrones de sueño, los hábitos alimenticios y los niveles de concentración de los niños. Asimismo, busque cambios emocionales importantes o quejas físicas frecuentes. Si sucede alguno de estos, lo más probable es que disminuyan en poco tiempo. Sin embargo, si continúan, debe buscar

ayuda profesional y orientación para el niño.

Save the Children insta a los adultos a buscar y seguir la orientación de los funcionarios de gestión de emergencias y salud pública para ayudar a garantizar la seguridad de los niños.

5. Comprenda las necesidades únicas de los niños No todos los niños experimentan un desastre de la misma manera. A medida que los niños se desarrollan, sus capacidades intelectuales, físicas y emocionales cambian. Los niños más pequeños dependerán en gran parte de sus padres para interpretar los eventos; los niños más grandes y los adolescentes obtendrán información de diversas fuentes, tal como amigos y medios de comunicación. Recuerde que los niños de cualquier edad pueden verse afectados por un desastre. Dé a todos amor, comprensión y apoyo.

6. Brinde tiempo y atención adicional a los niños Los niños necesitan atención personal y cercana para saber que están seguros. Juegue y, principalmente, escúchelos. Encuentre tiempo para participar en actividades especiales con niños de todas las edades.

7. Sea un modelo para sus hijos Sus niños aprenderán a cómo lidiar con estos eventos al ver cómo usted responde. Cuánto debe decir a los niños sobre cómo se siente debe depender de la edad y la madurez del niño. Podría revelarles más a los niños más grandes o más maduros, pero recuerde hacerlo con calma.

8. Observe su propio comportamiento Insista en ser sensibles con aquellos afectados por el desastre. Esta es una oportunidad para enseñarles a los niños que necesitamos ayudarnos entre todos.

9. Ayude a los niños a regresar a una rutina normal Por lo general, los niños se benefician de actividades rutinarias como horas fijas para comer, dormir y jugar con otros. Los padres deben asegurarse de que la escuela de sus hijos también regrese a patrones normales y no pase mucho tiempo discutiendo sobre el desastre.

10. Invite a sus hijos a trabajar como voluntarios Ayudar a otros puede dar a los niños un sentido de control y seguridad, además de promover el comportamiento servicial. Durante un desastre, los niños y adolescentes pueden generar un cambio positivo al ayudar a las personas en necesidad.



PASOS DE PREPARACIÓN

Música y letra de Save the Children - SavetheChildren.org/PrepStep

Coro



Do the Prep Step
Do-oooh the Prep Step
Do the Prep Step
Get Ready!
Get Safe!



Estrofa 1

In case of emergency
I know who to call
My ECC contacts, near and far
We can try them all

CORO

Estrofa 3

In case of emergency
Supplies should last a while
I'll have my own Go-Bag
With things that make me smile

CORO

Estrofa 2

In case of emergency
I know what to do
My family will have a plan
And practice it, too

CORO

Estrofa 4

Ahhhhh!
Bring it down low
Now put it up high
Do your own steps
Now reach for the sky!

CORO

Interludio

Now stop!
Stay calm!
And do the Prep Step

CORO x 2



Lista de libros para estar listos

Ayude a los niños a aprender sobre desastres y a prepararse para ellos a través de la lectura. Escoger libros sobre desastres que pueden afectar su área ayuda a desarrollar la resiliencia de los niños y su capacidad de enfrentarse a las crisis. Seleccione uno o más de los libros sobre desastres a continuación y lean juntos. Mientras lee, haga preguntas sobre los personajes, los entornos y sus reacciones. Luego, tenga una discusión sobre qué les enseñó el libro a los niños acerca de prepararse y responder ante un desastre.

DESARROLLO DE RESILIENCIA EMOCIONAL — APRENDER A SUPERAR LOS MIEDOS			
<i>Alfie Is Not Afraid</i>	de Patricia Carlin	Con la ayuda de su perro fiel, un niño pequeño sobrevive a su primer campamento.	Grados Pre-K–1°
<i>Babies in the Bayou</i>	de Jim Arnosky	Demuestra cómo los padres y los cuidadores protegerán a los niños de cualquier daño.	Grados K–1°
<i>The Dark</i>	de Lemony Snicket, ilustrado por Jon Klassen	La oscuridad se vuelve un personaje y enseña a un niño pequeño cómo dejar de tener miedo.	Grados K–1°
<i>First Snow</i>	de Peter McCarty	Pedro no está seguro de que le guste el frío y la nieve, pero su familia y amigos lo alientan.	Grados Pre-K–1°
<i>Go Away, Big Green Monster!</i>	de Ed Emberley	Ayuda a los niños pequeños a aprender cómo afrontar y controlar sus miedos.	Grados Pre-K–1°
<i>I'll Know What to Do, A Kid's Guide to Natural Disasters</i>	de Bonnie S. Mark y Aviva Layton	Ayuda a los niños a comprender los hechos, sus sentimientos y cómo afrontar los desastres naturales.	Grados 2°–5°
<i>I'm Not Scared Book</i>	de Todd Parr	A través de ilustraciones brillantes y llamativas, y un texto simple, muestra a los niños cómo conquistar una amplia variedad de miedos.	Grados Pre-K–1°
<i>Scaredy Squirrel</i>	de Melanie Watt	La ardilla asustadiza no quiere dejar su árbol por temor a las abejas asesinas, los gérmenes y otros desastres, pero da el salto y aprende que puede planear.	Grados K–3°
<i>Stormy Night</i>	de Salina Yoon	Un oso encuentra varias maneras de aliviar su miedo cuando una tormenta lo despierta durante la noche.	Grados Pre-K–K
<i>The Big Bad Blackout</i>	de Megan McDonald	Cuando un huracán hace que se vaya la electricidad, Judy, Stink y su familia encuentran una manera de pasar el tiempo.	Grados 2°–4°
<i>Two Bobbies: A True Story of Hurricane Katrina, Friendship and Survival (Dos Bobbies: Una historia real sobre el huracán Katrina, la amistad y la supervivencia)</i>	de Kirby Larson	Esta historia real e impresionante recuenta cómo los mejores amigos Bob Cat y Bobbi, un gato y un perro, sobreviven al huracán Katrina al mantenerse juntos.	Grados K–3°
<i>What to Do When You're Scared and Worried</i>	de James J. Crist	Los niños tienen preocupaciones al igual que los adultos. Este libro ayuda a explicar de dónde vienen las preocupaciones y la ansiedad, y aconseja a los niños sobre cómo manejar sus preocupaciones.	Grados 3°–5°
<i>Who Feels Scared?</i>	de Sue Graves	Jack, Ravi y Kevin hablan sobre cosas que dan miedo y cómo lidiar con ellas durante su pijamada en esta historia que incluye una sección especial para adultos sobre cómo hablar a los niños acerca de lidiar con los miedos. (De la serie Our Emotions and Behaviors)	Grados K–3°

ENTENDER CÓMO PREPARARSE PARA EMERGENCIAS

<i>Back-to-School Safety</i>	de Lisa M. Herrington	Un libro sencillo que ayuda a los niños a comenzar a aprender y desarrollar su propia conciencia de la seguridad en una variedad de situaciones.	Grados K–2°
<i>Be Careful and Stay Safe</i>	de Cheri J. Meiners	Este libro ayuda a los niños a mantenerse seguros en situaciones diarias y a prepararse para emergencias. También se incluyen preguntas de discusión, actividades y juegos para practicar. (De la serie Learning to Get Along)	Grados K–3°
<i>Blizzard</i>	de Joyce Markovics	Aprenda cómo mantenerse seguro de la ráfaga fría del invierno. (De la serie It's a Disaster)	Grados K–3°
<i>Fireboy to the Rescue: a Fire Safety Book</i>	de Edward Miller	El superhéroe Fireboy explica qué hacer en caso de un incendio en el hogar.	Grados 2°–4°
<i>How Do Dinosaurs Stay Safe?</i>	de Jane Yolen	Los dinosaurios demuestran qué hacer y qué no hacer para evitar sufrir daños.	Grados Pre-K–K
<i>No Dragons for Tea</i>	de Jean Pendziwol	Cuando una cita para el té con un dragón se ve interrumpida por el fuego, una niña consciente de la seguridad muestra qué hacer para extinguir la llama.	Grados Pre-K–2°
<i>Ready, Set... Wait! What Animals Do Before a Hurricane</i>	de Patti R. Zelch, ilustrado por Connie McLennan	Un vistazo a cómo las personas y los animales se preparan para un huracán.	Grados K–3°
<i>Terrorists, Tornadoes and Tsunamis: How to Prepare for Life's Danger Zones</i>	de John Christian Orndorff	Una lista de herramientas y consejos para prepararse y sobrevivir a una variedad de desastres.	Grados 3°–5°
<i>Watch Out! Around Town</i>	de Claire Llewellyn	Los niños reciben consejos sobre cómo mantenerse seguros fuera del hogar y en la ciudad. (De la serie Watch Out!)	Grados Pre-K–2°
<i>What If You Need to Call 911?</i>	de Anara Guard, ilustrado por Mike Laughead	Historias cortas para ayudar a los lectores a aprender cuándo y cómo llamar al 911.	Grados Pre-K–2°

APRENDER SOBRE MONITOREAR EL CLIMA Y TIPOS ESPECÍFICOS DE DESASTRES, INCLUSO CÓMO RESPONDERA A LOS MISMOS

<i>Clifford and the Big Storm</i>	de Norman Bridwell	Una historia sobre evacuar y regresar a casa.	Grados K–3°
<i>Clifford the Firehouse Dog</i>	de Norman Bridwell	Se enfoca en estar preparados y evacuar en una emergencia por incendio.	Grados K–3°
<i>Earthquakes!</i>	de Renee Gray-Wilburn	Una novela gráfica que se enfoca en los terremotos y la seguridad.	Grados 2°–3°
<i>Extreme Weather: Surviving Tornadoes, Sandstorms, Hailstorms, Blizzards, Hurricanes and More!</i>	de Thomas M. Kostigen	Incluye consejos sobre qué hacer antes, durante y después del mal tiempo.	Grados 3°–5°

APRENDER SOBRE MONITOREAR EL CLIMA Y TIPOS ESPECÍFICOS DE DESASTRES, INCLUSO CÓMO ACTUAR

<i>Flood</i>	de Alvaro F.Villa	Un libro de ilustraciones, sin texto, que muestra las preparaciones para y la recuperación luego de una inundación importante.	Grados K–3°
<i>Franklin and the Thunderstorm</i>	de Paulette Bourgeois	Explica cómo conocer los hechos sobre algo puede ayudar a aliviar los miedos.	Grados K–2°
<i>Hurricane & Tornado</i>	de Jack Challoner	Describe condiciones climáticas peligrosas y destructivas alrededor del mundo.	Grados 3°–5°
<i>I Survived Hurricane Katrina, 2005</i>	de Lauren Tarshis	Libro por capítulos sobre un niño que supera sus miedos durante el huracán Katrina.	Grados 3°–6°
<i>Kenta and the Big Wave</i>	de Ruth Ohi	Kenta y su familia deben evacuar su hogar en un pequeño pueblo japonés, ya que se aproxima un tsunami. Inspirado por eventos reales.	Grados K–3°
<i>Louie the Buoy: A Hurricane Story</i>	de Allain C. Andry, III	Una historia de supervivencia sobre una boya durante el huracán Camille.	Grados 3°–6°
<i>National Geographic Kids Everything Weather: Facts, Photos and Fun that Will Blow You Away</i>	de Kathy Furgang	Lleno de información relacionada con el tiempo, desde climas extremos tal como el calor y las tormentas, hasta la predicción del tiempo y la preparación.	Grados 3°–6°
<i>Surviving a Fire</i>	de Heather Adamson	Aprenda qué hacer cuando se enfrenta a un desastre. (De la serie Be Prepared)	Grados 2°–4°
<i>Tornadoes</i>	de Gail Gibbons	Enseña todo sobre los tornados: formación, clasificación y cómo responder.	Grados 3°–6°
<i>Tornadoes: Be Aware and Prepare</i>	de Martha Rustad	Describe qué es cada desastre y qué hacer en caso de que te veas atrapado en uno. (De la serie A Plus Books: Weather Aware)	Grados K–2°

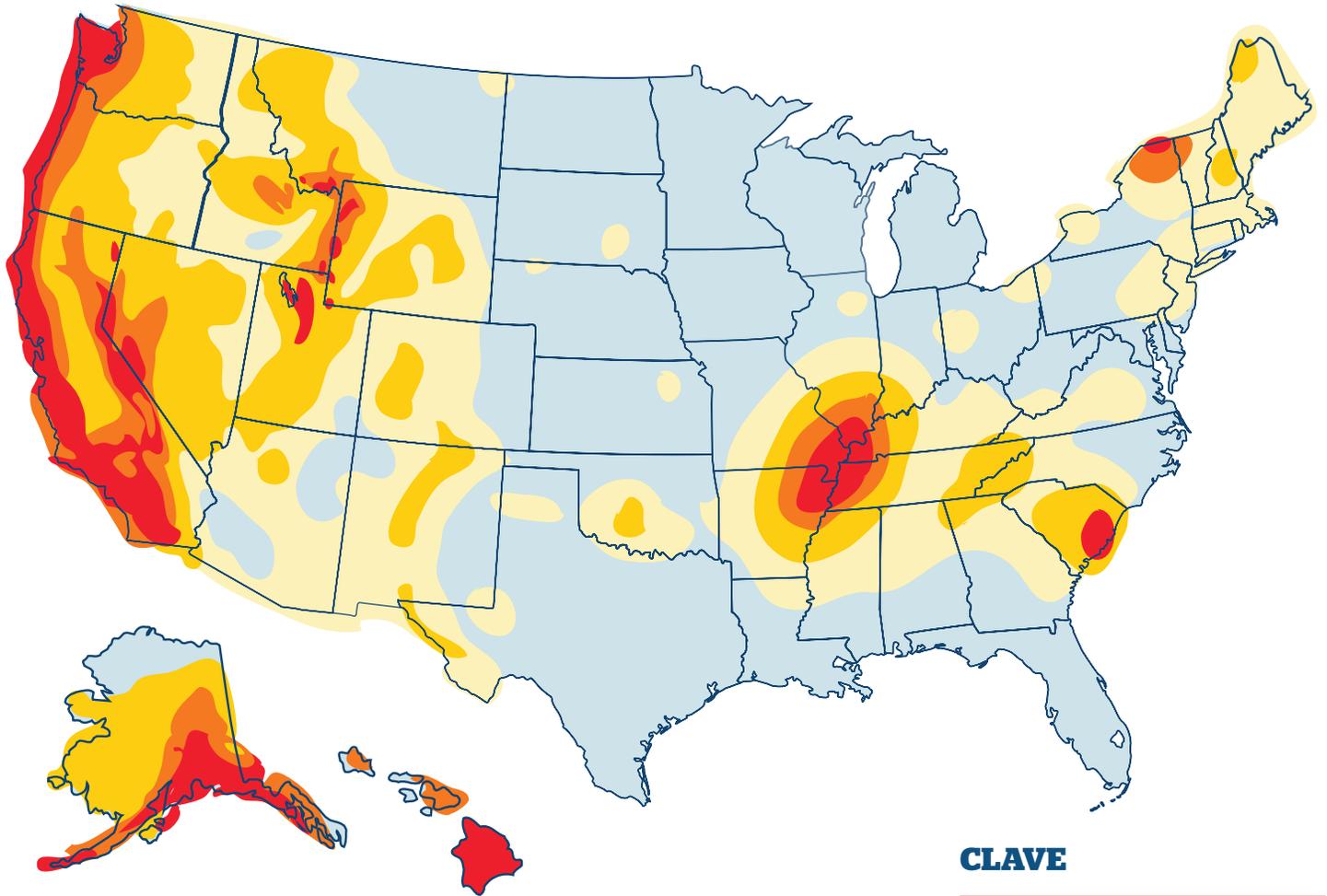
Esta lista fue creada por el Comité de Asesoría de Listas Rápidas (Quicklists Consulting Committee) de la Asociación de Servicios de Bibliotecas para Niños Association for Library Service to Children, ALSC), una división de la Asociación Estadounidense de Bibliotecas.

Compilado por ALSC Quicklists

Copresidentes del Comité: Krista Britton y Mary R. Voors

MAPAS DE DESASTRES

Mapa #1



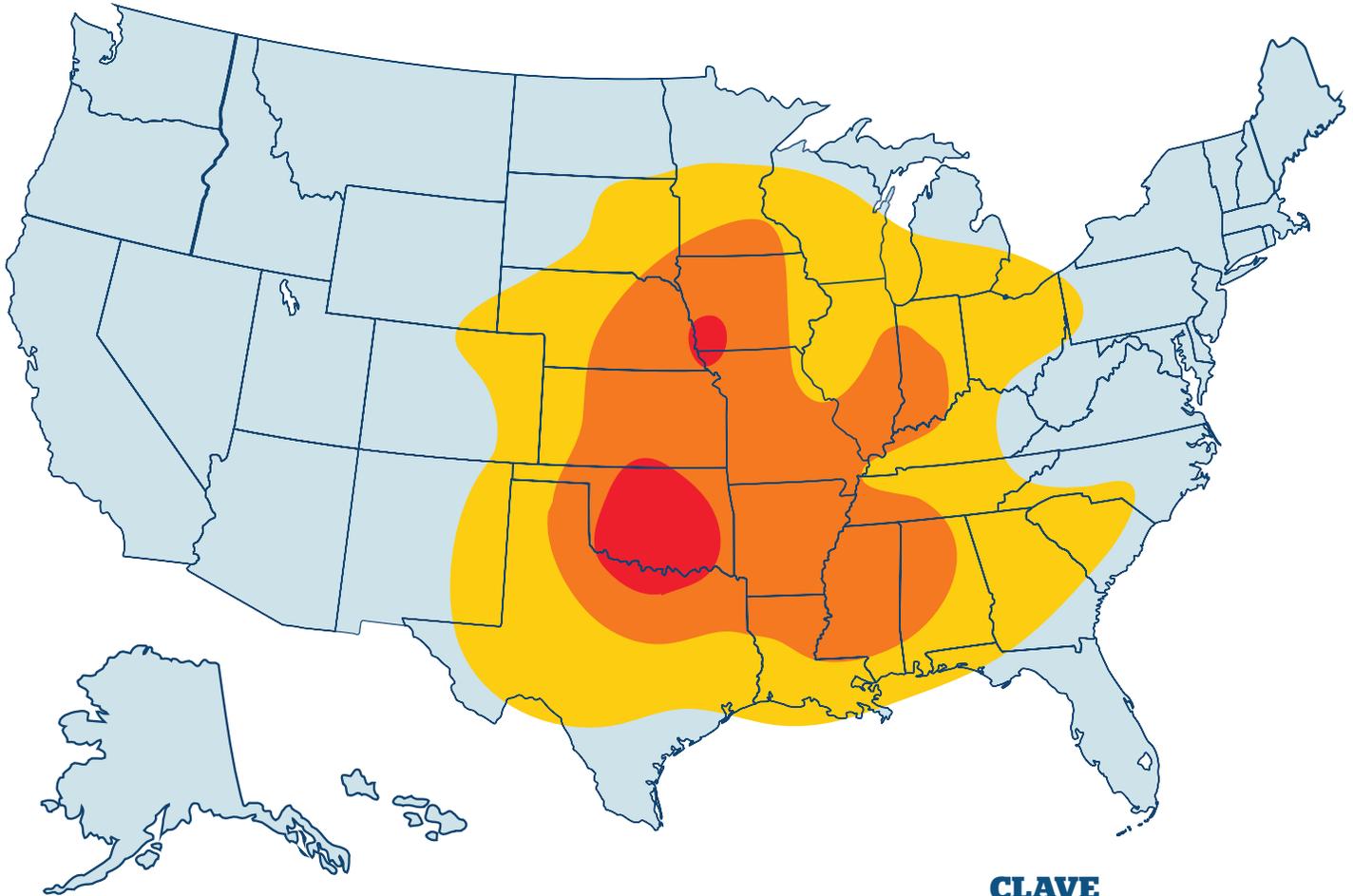
CLAVE



*Basado en los datos del Servicio Geológico de los Estados Unidos
Fuente: NOAA

MAPAS DE DESASTRES

Mapa #2



CLAVE

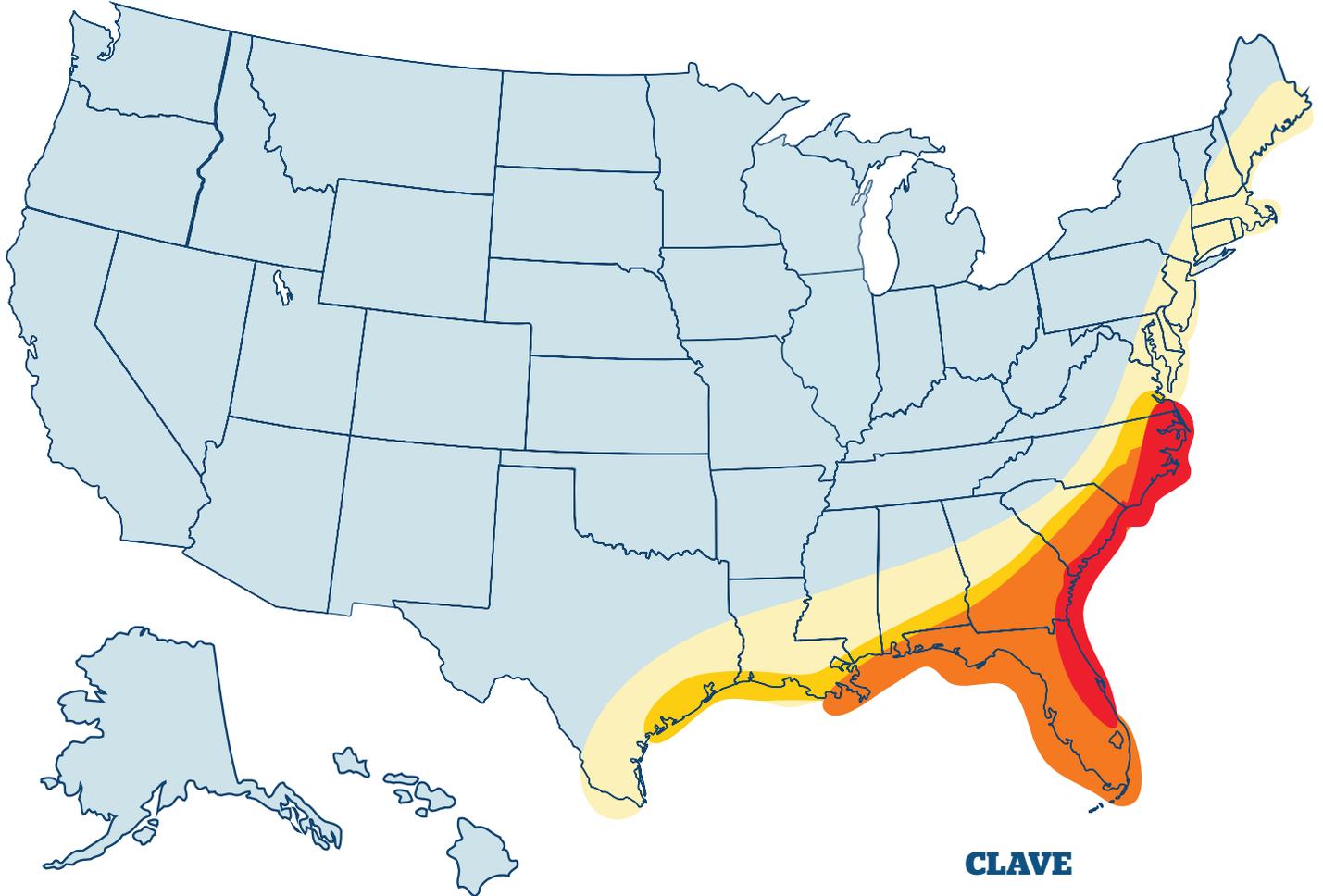


*Basado en los datos proporcionados por Administración Nacional Oceánica y Atmosférica. Fuente: Administración Nacional Oceánica y Atmosférica (National Oceanic and Atmospheric Administration, NOAA)



MAPAS DE DESASTRES

Mapa #3



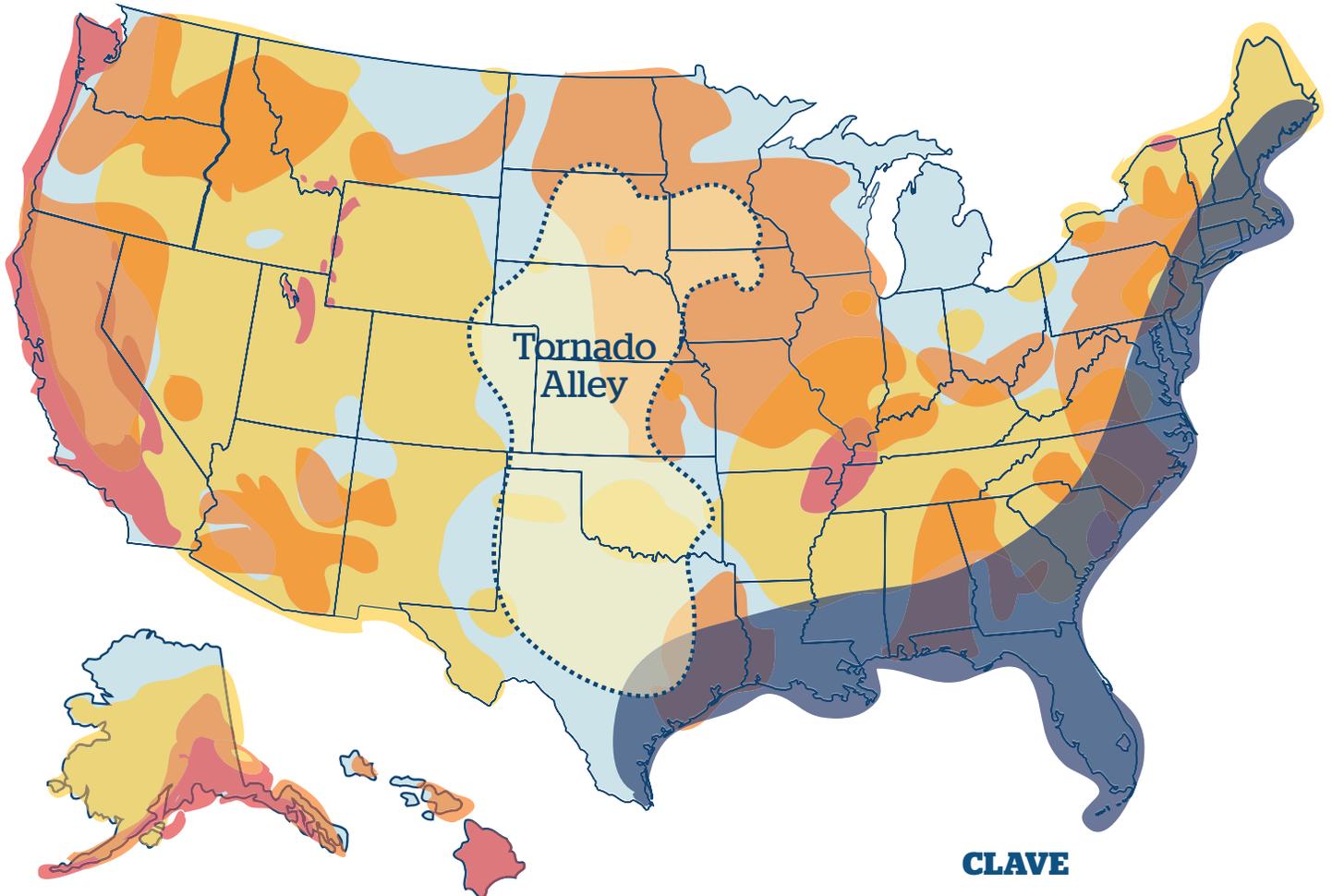
CLAVE



*Basado en los datos proporcionados por la Universidad de Miami
Fuente: NOAA

MAPAS DE DESASTRES

Todos los tipos de desastres



CLAVE

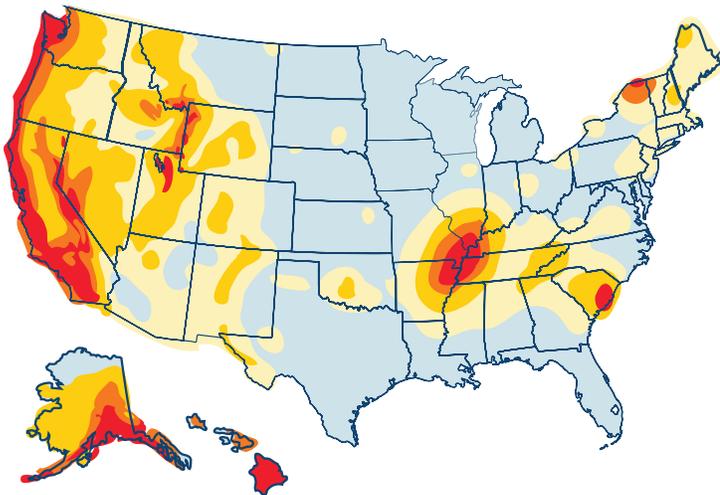


Fuente: NOAA

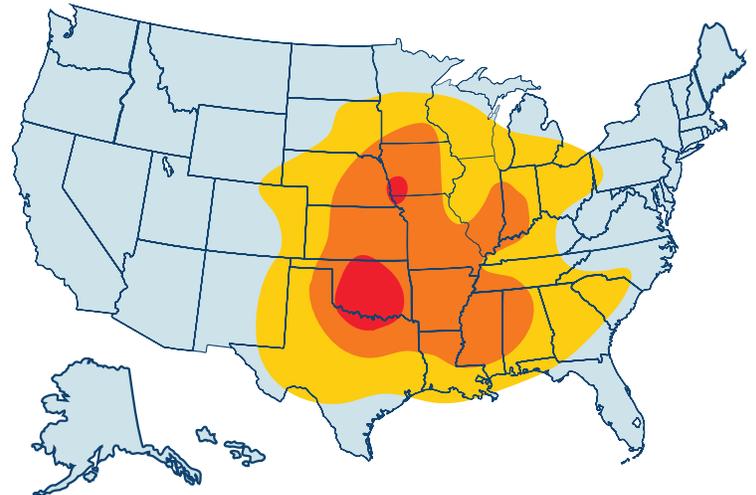


MAPAS DE DESASTRES: RESPUESTAS:

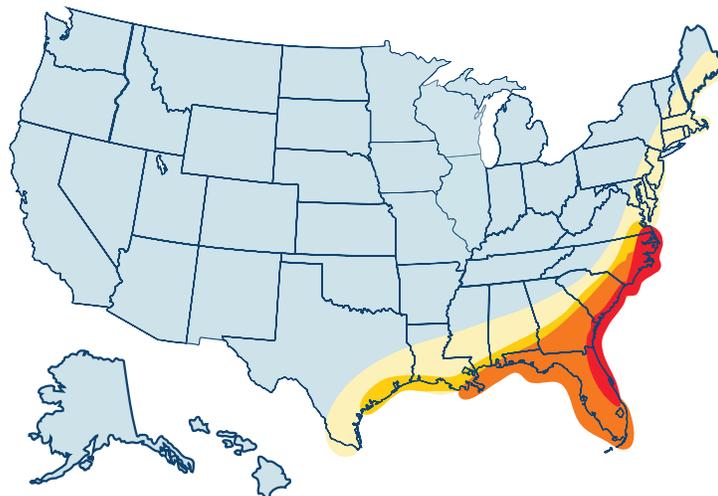
Mapa 1: Terremoto



Mapa 2: Tornado



Mapa 3: Huracán





Save the Children®

Save the Children
899 N. Capitol Street, NE, Suite 900
Washington, DC 20002

SavetheChildren.org
SavetheChildren.org/GetReady