

Hola niñas y niños, soy **Panchito**, la Mascota de Protección Civil Extremadura. Vengo al cole a estar con todos vosotros y enseñaros como cuidarnos y protegernos. Ya conoces mi canción, ¿Te atreves a cantársela a todos en casa?

Quiero que me lleves para conocer a tus padres, hermanos, abuelos, amigos,... y te lleves también mi maletín, que contiene información para que puedan leer y comentar. Me gustaría que escribieseis en mi cuaderno que hacéis cada uno de vosotros para evitar riesgos en casa, el coche, en el campo. Y que me contéis aquello que os parezca interesante para hacer de Extremadura un lugar aún más seguro.



Panchito

Recuerda que no debes jugar con los enchufes porque nos podemos electrocutar.



¿Qué es electrocutar?

Provocar daño, incluso la muerte, por una corriente o descarga eléctrica.



En caso de emergencia...

Lo más importante es que si necesitamos ayuda y tenemos teléfono, llamemos al

112



Accidentes domésticos



Los consejos de

Panchito

Pequeños consejos para tu seguridad

JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Medio Ambiente y Rural, Políticas Agrarias y Territorio

¿Qué es un accidente doméstico?

Los accidentes domésticos son los que ocurren en nuestro hogar y pueden provocar daño a personas o cosas.



Aunque nuestra casa sea un lugar tranquilo y seguro, debemos tener cuidado con algunos objetos peligrosos.

¿Qué debemos tener si ocurre un accidente doméstico?

Si alguna vez nos cortamos con algo o nos hacemos una herida, debemos tener un botiquín de primeros auxilios con al menos estas cosas:

- Alcohol
- Agua Oxigenada
- Esparadrapo
- Vendas
- Gasas estériles
- Algodón
- Tijeras
- Jabón
- Termómetro



Botiquín

Precauciones

En la cocina:

- Cuidado con las ollas, sartenes o cacerolas pues podrían estar calientes y quemarnos las manos.
- Lo mismo pasa con la plancha de la ropa.
- Nunca debemos abrir la llave del gas, siempre deben de hacerlo los mayores porque podríamos provocar un fuego o inhalar gas y marearnos.
- Tampoco jugaremos con los cuchillos pues algunos están muy afilados y nos podríamos cortar.
- Cuidado con confundir los envases de comida y productos de limpieza pues se parecen mucho. Antes de beber de alguno de ellos, asegúrate preguntando a tus padres o leyendo bien la etiqueta.

Uno de los lugares más peligrosos de la casa es la cocina.

Recuerda tener especial cuidado con...



Ollas y sartenes calientes



Cuchillos afilados



Botes de productos de limpieza parecidos a los de comida

Precauciones

En casa:

- Cuidado con balcones, terrazas y ventanas, jamás debemos asomarnos ni subirnos.
- En la bañera y ducha mucha precaución, podemos caernos sobre el agua y corremos el riesgo de ahogarnos.
- Si tienes chimenea, no juegues alrededor, mantente alejado y no tires cosas al fuego.
- Es muy peligroso tocar los enchufes, sobre todo si estamos mojados, porque nos podríamos electrocutar.
- No debemos utilizar cerillas ni mecheros porque corremos el riesgo de quemarnos o provocar un incendio en casa.
- No debemos jugar con pulverizadores como desodorantes o la espuma de afeitarse, porque podrían explotar y producirnos quemaduras.
- Si vas a subir en el ascensor, no lo hagas solo, que siempre te acompañe un adulto.
- No debemos tomar medicinas sin el consentimiento de los mayores, porque podemos enfermarnos.



INCENDIOS FORESTALES

- Evitar encender hogueras al aire libre.
- Usa siempre una bolsa para almacenar los residuos (vidrios, plásticos, papel) y después llévala al contenedor. No abandones basuras en el monte.
- Si ves un fuego avisa a los mayores y al **112**
- Aléjate de él por zonas donde no hay vegetación (caminos, carreteras, pistas)

Y MUY IMPORTANTE... Recuerda a papá y a mamá:

1. Que ante cualquier urgencia hay que llamar al **112**

2. Que en casa siempre hay que tener pilas, velas y linternas; reserva de alimentos y medicamentos básicos.

3. Que si vamos a hacer un viaje para ver a los abuelos o los tíos, hay que revisar el coche, llenar el depósito de gasolina y llevar agua que nos ayude a evitar la deshidratación.

4. Que la radio y la tele nos informan sobre cómo están las carreteras y el tiempo que va a hacer.



JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Medio Ambiente y Rural, Políticas Agrarias y Territorio



CONSEJOS ESTIVALES



Panchito

Pequeños consejos para tu seguridad



CONSEJOS PARA ZONAS DE BAÑO

- Nunca te bañes solo, siempre pide permiso a tus papás o a un adulto.
- Báñate siempre con chaleco o manguitos y recuerda a tus papás o a un adulto que te los ponga antes de entrar en el agua.
- No juegues en bordillos, escaleras, toboganes, cerca de piletas o en las orillas de los arroyos, porque puedes resbalarte y hacerte mucho daño.
- Después de comer espera un buen rato para hacer la digestión.
- Entra despacio en el agua, para que no te duela la tripa.
- Recoge los juguetes del agua para que los más pequeños no se lancen a por ellos.

OLAS DE CALOR

- Una Ola de Calor son unos días con un tiempo demasiado cálido que sobretodo afecta a los niños y a los ancianos.
- Para evitar que nos de un golpe de calor debemos estar siempre en las zonas frescas de casa o en zonas de sombra.
- Tenemos que tomar abundante agua y fruta aunque no tengamos sed, para evitar deshidratarnos.
- Debemos ducharnos o bañarnos con frecuencia, usar gorra o sombrero y utilizar siempre protección solar.



VIAJES

- Nunca debemos quedarnos solos dentro del coche si hace mucho sol, ya que podría ser peligroso
- No debemos arrojar basura por la ventana, hay que guardarla y luego llevarla a un contenedor.
- Si notamos que nos estamos mareando, eso puede significar que tenemos un golpe de calor. Lo primero que debemos hacer es avisar a nuestros padres. Ellos sabrán qué hacer.



INCENDIOS

- Recuerda a papá y a mamá que revise los sistemas de calefacción que utilizáis en casa.
- Si salís, no dejéis enchufados los electrodomésticos.
- Si huele a gas, no encendáis luces, ni utilices el móvil. Di a papá que abra las ventanas para ventilar la habitación.
- Si hay un incendio, hay que cerrar las puertas. No utilices el ascensor y sal de casa agachado y pegado a la pared o al suelo.
- Lo más peligroso es el humo. Protege la nariz y la boca con un pañuelo húmedo.

Y MUY IMPORTANTE... Recuerda a papá y a mamá:

1. Que ante cualquier urgencia hay que llamar al **112**

2. Que en casa siempre hay que tener pilas, velas y linternas; reserva de alimentos y medicamentos básicos.

3. Que si vamos a hacer un viaje para ver a los abuelos o los tíos, hay que revisar el coche; llenar el depósito de gasolina y llevar cadenas si puede haber nieve.

4. Que la radio y la tele nos informan sobre cómo están las carreteras y el tiempo que va a hacer.



JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Medio Ambiente y Rural, Políticas Agrarias y Territorio



CONSEJOS DE INVIERNO

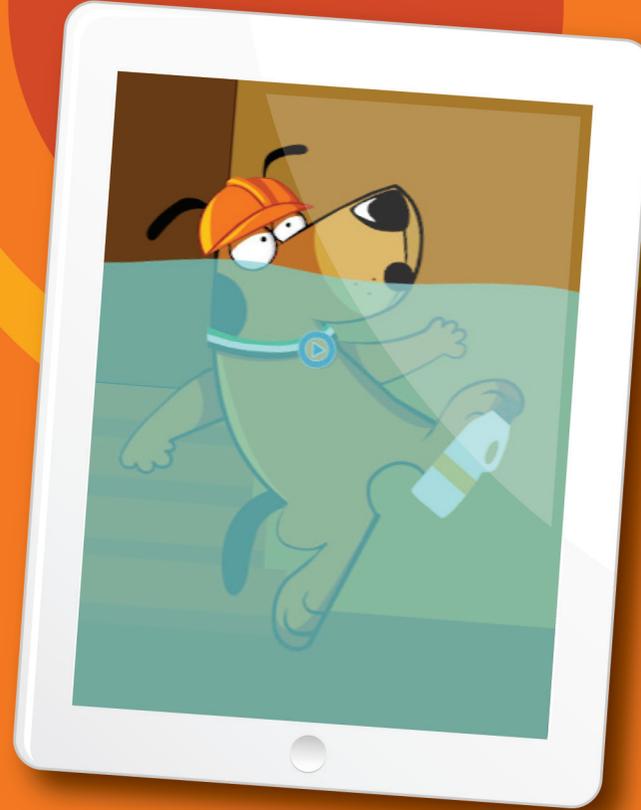


Panchito

Pequeños consejos
para tu seguridad

FRÍO, HIELO y NIEVE

- Hay que tener cuidado con los braseros de picón, carbón y leña. Pueden causar envenenamientos. Antes de ir a la cama, dile a papá que se asegure de que están apagados.
- Lo mejor es vestirnos como si fuéramos una cebolla, con muchas capas y con ropa ligera ¡pero calentita!, que no esté apretada al cuerpo.
- No hacer deportes al aire libre y evitar las excursiones al monte.



LLUVIA e INUNDACIONES

En casa:

- Hay que revisar y limpiar los desagües y bajantes.
- Subirse a lo más alto y poner en altura nuestras cosas.
- Desconectar el interruptor de la luz.

En el campo:

- Alejarnos de los ríos y no cruzar los cauces.
- No acercarnos o asomarnos a barrancos y puentes.

VIENTOS

En casa:

- Cerrar bien las ventanas y balcones.
- Bajar las persianas, recoger los toldos, las macetas y otros objetos para que no se caigan.

En la calle:

- No andar por debajo de balcones, anuncios publicitarios o cornisas de edificios.

En el campo:

- No te pongas debajo de los árboles y evita andar cerca de verjas o puertas metálicas.



Los Peligros de la Calle

A veces cuando vamos por la calle nos despistamos y podemos sufrir resbalones, pequeñas caídas o incluso un gran golpe.



Para evitarlo debemos estar atentos cuando caminamos.

En caso de
emergencia...

Lo más importante es que si necesitamos ayuda y tenemos teléfono, llamemos al

112



JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Medio Ambiente y Rural, Políticas Agrarias y Territorio



Educación Vial



Los consejos de
Panchito

Pequeños consejos para tu seguridad

¿Qué es la seguridad vial?

- La seguridad vial es un conjunto de acciones y mecanismos que garantizan el buen funcionamiento de la circulación del tráfico.
- Se encarga de proteger a las personas que transitan por la vía pública eliminando o disminuyendo los factores de riesgo.
- También de prevenir y/o minimizar los daños y efectos que provocan los accidentes viales.

¿Qué es un peatón?

Un peatón es una persona que camina a pie por una vía pública.

Precauciones

Para evitar un accidente peatonal:

- Intentaremos no andar nunca por los bordillos de la acera.
- Tendremos mucho cuidado con las puertas de garajes.

Si están abiertas significa que va a salir un vehículo. En ese caso esperaremos a que salga, facilitando la maniobra al conductor.

- No debemos molestar a otros peatones ya sea con juegos, carreras o con el uso de patines o patinetes, porque podríamos provocar una caída o un atropello.

Precauciones

A la hora de cruzar la calle...

- Lo haremos siempre usando el paso de peatones o paso de cebra.
- Antes de cruzar, sin bajar del bordillo, debemos mirar primero a la izquierda, luego a la derecha y luego otra vez a la izquierda, asegurándonos de que los vehículos estén totalmente parados.

Semáforo



Peatones



Paso de peatones

Señal de colegio cerca



Agente de tráfico



Bordillo

¿Qué hacer cuando se activa la señal de alarma?

- No debemos actuar por nuestra cuenta porque pondríamos en riesgo nuestra vida y la de los demás.
- No debemos pararnos a recoger nuestras cosas para no retrasar al grupo.
- Nunca debemos usar el ascensor en una evacuación.
- Si nos encontramos en el baño cuando salta la alarma, deberemos unirnos rápidamente a nuestro grupo o al que se encuentre más cercano.
- No debemos correr, empujar ni atropellar a otras personas aunque estemos en una situación de emergencia.



Advertencia

Recuerda, en caso de evacuación:

- Nunca actúes por tu cuenta.
- Ayuda siempre al responsable de tu grupo.
- Actúa con calma y sin atropellos.
- No te separes del grupo para nada.

¡Ya estás preparado para salir de un edificio en caso de emergencia!

En caso de
emergencia...

Lo más importante es que
si necesitamos ayuda y
tenemos teléfono,
llamemos al

112



JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Medio Ambiente y Rural, Políticas Agrarias y Territorio



Evacuación de edificios



Los consejos de
Panchito
Pequeños consejos
para tu seguridad

A veces un edificio puede convertirse en una trampa si se produce una situación de emergencia...

¿Qué es una evacuación?

Una evacuación es la manera por la que abandonamos todos un lugar cuando suena la alarma por un peligro o emergencia.



Ya sea en el colegio o en cualquier otro lugar, siempre hay un responsable que nos dará indicaciones para evacuar el edificio.

Recorrido

El lugar por donde abandonamos todos juntos el colegio es la salida



Salida

El lugar seguro fuera de peligro es el punto de encuentro

El camino que debes recorrer hasta el lugar seguro se llama recorrido

Punto de encuentro

Pasos a seguir en una evacuación

- 1 La evacuación debe hacerse en silencio, ayudándonos los unos a los otros y en orden.
- 2 Si encontramos obstáculos que el responsable no ha podido eliminar, debemos avisar a las personas que vienen detrás.

- 4 Una vez iniciada la evacuación jamás volveremos hacia atrás para buscar hermanos menores o compañeros perdidos, el grupo debe permanecer siempre unido.
- 5 Cuando llegemos a la salida no debemos pararnos, pues entorpeceríamos a los demás.



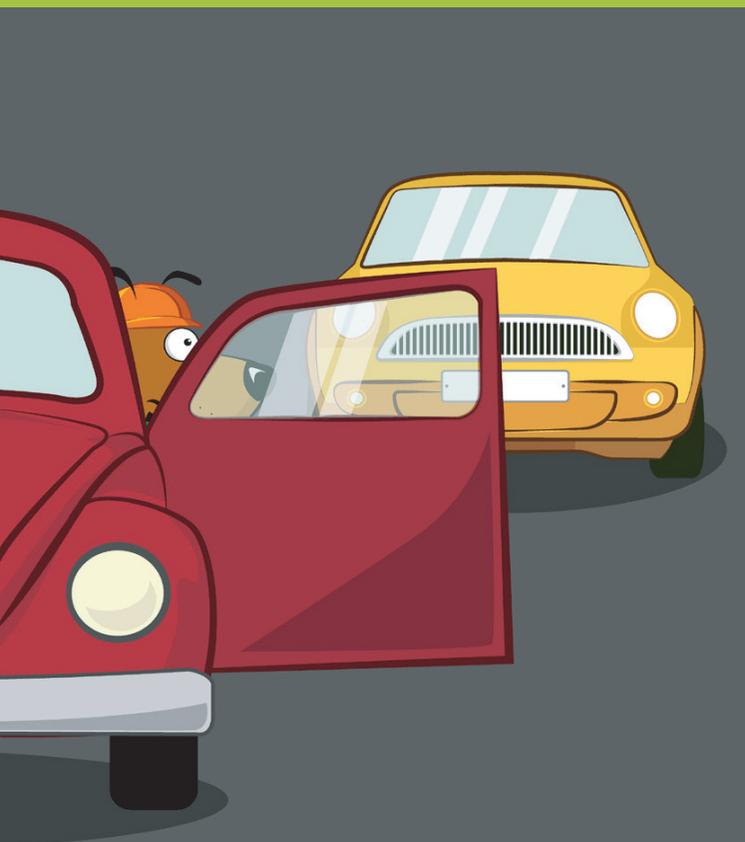
- 3 Sabremos que un aula ha quedado desalojada si vemos una silla, una papelera u otro objeto colocado delante de la puerta por los miembros de los equipos de emergencia. En cambio, si lo que hay delante de la puerta es un extintor nos indica que es el sitio donde se ha originado la emergencia.



Ahh,
y algo muy importante...

Una vez que el coche haya parado, debemos bajarnos por el lado de la acera.

Si nos bajamos por el lado de la carretera podríamos provocar un accidente.



En caso de
emergencia...

Lo más importante es que
si necesitamos ayuda y
tenemos teléfono,
Llamemos al

112



JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Medio Ambiente y Rural, Políticas Agrarias y Territorio



**Viajamos
en coche**



Los consejos de
Panchito

**Pequeños consejos
para tu seguridad**

La silla SRI

Cuando vamos en coche debemos ir siempre sentados en una sillita SRI, la cual nos protege en caso de accidente. Las siglas SRI significan Sistema de Retención Infantil.

Dependiendo de nuestro peso y estatura, utilizaremos unos u otros tipos de SRI. Si medimos 135 cm o menos, siempre debemos utilizarlos. Es muy recomendable utilizar el RSI, hasta que midamos 150 cm.



Silla SRI

Ahh y, por supuesto, debemos siempre abrocharnos el cinturón de seguridad.



Los pequeños

- Portarnos mal y molestar al conductor
- Jugar con las manillas de las puertas
- Sacar la cabeza o la mano por la ventanilla, ya que es ipeligrosísimo!

¿Qué no debemos hacer cuando vamos en coche?

Los mayores

- Usar el teléfono móvil o el GPS del coche
- Fumar dentro del vehículo si hay niños dentro
- No llevar el cinturón de seguridad abrochado



Cuida y usa bien el 112

No llames para pedir información general (carretera, tiempo)

No llames para hacer bromas telefónicas

No llames si no es una emergencia real

Cuelga si marcas por error



¿Te lo has leído todo? Sí

Ya eres un experto en el díselo a tus papás ¡enhorabuena!

112



Centro de Atención de Urgencias y Emergencias
112 Extremadura



JUNTA DE EXTREMADURA

Consejería de Medio Ambiente y Rural, Políticas Agrarias y Territorio

112

EMERGENCIAS
EXTREMADURA

Un único número para
Todas las Emergencias

JUNTA DE EXTREMADURA



Sí ves...

Un accidente enfrente de tu colegio

Si alguien está herido

Si alguien necesita un médico urgente

Si ves una casa en llamas

Si alguien está atrapado



Busca...

La ayuda de un adulto

Si no lo encuentras,
llama al **112**

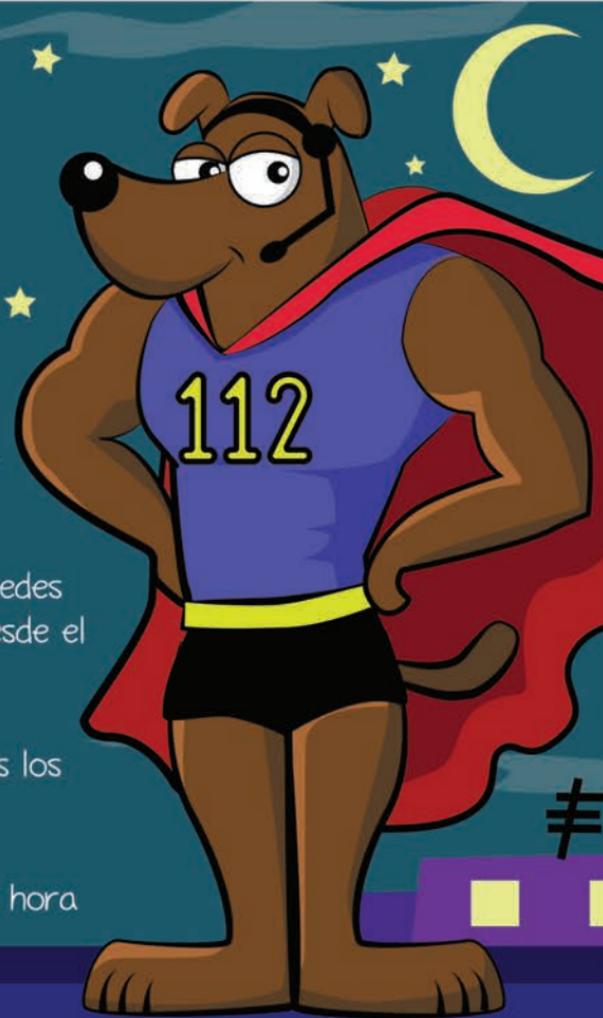
El **112** es...

Para todas las
emergencias (Ambulancia,
Policía, Bomberos)

Un teléfono gratuito... puedes
llamar desde tu casa o desde el
móvil

Puedes llamar desde todos los
países de Europa

Puedes llamar a cualquier hora

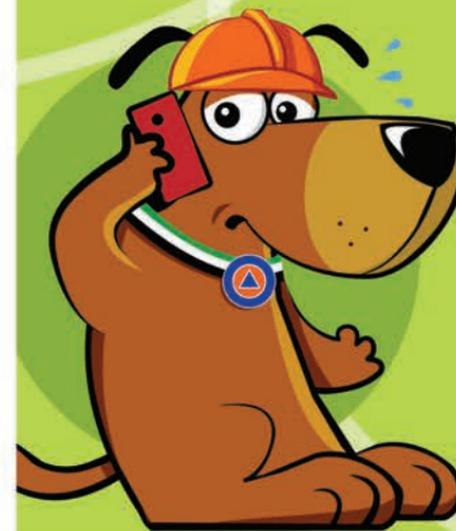


¿Qué tienes que hacer cuándo llames al **112**?

Explica qué ocurre al operador
que conteste la llamada

Dile dónde está ocurriendo

Dile al operador tu nombre,
dirección y un número de
teléfono



Entonces el **112** enviará la ayuda, Ambulancia, Bomberos, Policía...

¡Y todo gracias a tu llamada!

