

# ¡HAY QUE ESTAR PREPARADO!

## RECOMENDACIONES BÁSICAS DE PREPARACIÓN PARA SITUACIONES DE CRISIS

### Inscríbase



Inscríbase en su embajada o consulado y actualice sus datos cuando abandone el país o cada vez que cambie su lugar de residencia o de trabajo o su información de contacto.

### Comuniqué sus contactos de emergencia



Entregue a la embajada o consulado de su país los datos de las personas con las que habría que ponerse en contacto en caso de emergencia (por ejemplo, su empleador, familiares): dirección, correo electrónico y teléfono.

### Pida información sobre la eventualidad de situaciones de crisis



Cuando llegue a su destino, infórmese sobre las crisis que podrían afectar a la zona, las medidas de preparación y de respuesta recomendadas y los comportamientos que comporten riesgo o estén prohibidos en el país.

### Suscriba una póliza de seguro



Averigüe las posibilidades de acogerse, en forma privada o con el patrocinio del Estado o su lugar de trabajo, a un seguro contra los gastos que podría ocasionar una crisis (por ejemplo, atención médica de emergencia, repatriación).

### Comuniqué los detalles de sus viajes



Cuando se proponga visitar zonas especialmente riesgosas o aisladas, facilite a su embajada o consulado los datos de contacto, el itinerario y los paraderos. De ser posible, comuniqué también esta información a las instituciones locales pertinentes.

### Conozca a sus vecinos



Póngase en comunicación con otros miembros de su comunidad, sus dirigentes, representantes y asociaciones. Conozca los principales lugares de reunión de su comunidad.

### Participe



Participe en los ejercicios de simulacro y adiestramiento locales (organizados, por ejemplo, por las entidades locales de gestión de situaciones de emergencia, el lugar de trabajo, la escuela o el consulado), en particular los eventos organizados especialmente para extranjeros.

### Entérese de las opciones de evacuación



Infórmese de las rutas de evacuación, las opciones de transporte, los puntos de encuentro, los refugios oficiales y otros lugares seguros en su zona.

### Conozca sus derechos



Solicite a su embajada o consulado información sobre los servicios que tiene derecho a recibir (de entidades locales y representantes de su país) en caso de crisis.

### Mantenga copias de sus documentos



Haga copias digitales y en papel de su pasaporte y cédulas de identidad, visados y permisos, tarjeta de seguridad social o de servicio médico, testamento, certificación de propiedad, residencia y empleo, y diplomas de educación y profesionales en el país. Conserve los originales en un lugar seguro.

### Establezca una lista de contactos útiles



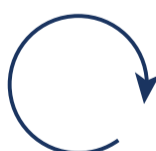
Prepare una lista de los contactos que podrían serle útiles en caso de emergencia, por ejemplo, la embajada o el consulado de su país, los coordinadores de la comunidad y los agentes de respuesta a situaciones de emergencia y proveedores de servicios locales.

### Prepare una bolsa de emergencia



con agua, comida, ropa, dinero, una radio de manivela, un teléfono y pilas de reposición, artículos básicos de primeros auxilios, datos de contacto con los proveedores de servicios, mapas y documentos personales. Guárdela en un lugar seguro pero accesible en su domicilio o lugar de trabajo.

### Actualice la información sobre su situación



En caso de crisis, comuníquese regularmente con su familia, consulado o embajada o con la línea telefónica de emergencia, describiendo cómo se encuentra e indicando si necesita ayuda.

### Manténgase al tanto



Determine qué medios y fuentes de información pueden ser de utilidad en una situación de crisis (por ejemplo, sitios web, páginas de los medios sociales, aplicaciones web de instituciones locales y de su país de origen) y manténgase al día.