

¿QUE HACER EN CASO DE TORMENTA DE INVIERNO?

OBJETIVO DE APRENDIZAJE:

QUE EL ESTUDIANTE PUEDA: Narrar medidas de seguridad ante una tormenta de invierno.

Ante una advertencia de tormenta de invierno se recomienda lo siguiente:

- Use radio y televisor para mantenerse informado de las condiciones meteorológicas más recientes en su área o si se trata de una ventisca.
- Esté preparado para quedar aislado en su hogar.
- Tenga disponible equipo de calentamiento de emergencia.
- Si tiene chimenea, provisiónese de leña.
- Tenga una provisión de emergencia de alimentos, agua, medicamento (primeros auxilios) equipo de cocina de emergencia, (estufa pequeña).
- Proveerse de una lámpara y radio de baterías y pilas de repuesto.
- Vístase de acuerdo con la estación del año.
- Use una gorra para proteger su cara y cabeza.
- Cúbrase la boca para proteger los pulmones.
- Viaje únicamente si es indispensable hacerlo.
- Tenga a mano guantes gruesos para proteger sus manos.
- En caso de viajar, asegúrese que alguien sepa donde va, lo que va hacer, y aproximadamente a que hora llegará.
- Mantenga la calma.
- Si no está acostumbrado a realizar ejercicio físico, especialmente un tipo de ejercicio que no está acostumbrado como mover en exceso nieve con una pala, mover un automóvil o caminar rápido y lejos, se corre el riesgo de un ataque al corazón, apoplejía o daños en su cuerpo.
- En tormentas de invierno existe este peligro evite esforzarse demasiado.



EJERCICIO No. 6

Instrucciones: Trabajo en grupo.

Conclusiones de grupo.

Discusión en plenaria.

1. ¿De qué tiene que provisionarse para enfrentar una tormenta de invierno?
2. ¿Por qué debe cubrirse la boca ante una tormenta de invierno?
3. En caso de viajar ¿qué precauciones debe tomar?
4. ¿Por qué no debe realizar ejercicio físico en exceso durante las tormentas de invierno?
5. Haga una lista de recomendaciones a seguir, ante una tormenta de invierno.