



SISTEMA NACIONAL DE PROTECCIÓN CIVIL

2023

AÑO DE LA CULTURA PREVENTIVA



GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DEL INTERIOR



AUTOPROTECCIÓN : Confinamiento ante accidente grave en establecimiento industrial



01

ENERO

LU MA MI JU VI SA DO



						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					



AUTOPROTECCIÓN: Si te quedas atrapado en caso de nevada



02

FEBRERO

LU MA MI JU VI SA DO

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					





AUTOPROTECCIÓN: Lluvias intensas que puedan generar trombas de agua

No atravieses ni a pie, ni con vehículos tramos inundados. La fuerza del agua puede arrastrarte y a tu vehículo también.

Localiza las zonas más altas del lugar en el que estás. Puedes necesitar dirigirte a ellos.

Sintoniza las emisoras de radio o consulta los principales canales oficiales con parte meteorológico.



03

MARZO

LU MA MI JU VI SA DO

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		





AUTOPROTECCIÓN: Vientos fuertes - Si vas a viajar

Ante la predicción de vientos fuertes procura no viajar por carretera.
Si es imprescindible, **extrema las precauciones.**



04

ABRIL

LU MA MI JU VI SA DO



					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30



AUTOPROTECCIÓN: Trombas de agua en caso de Tormentas y rayos

No atravieses
ni a pie, ni con
vehículos tramos
inundados.
La fuerza del agua
puede arrastrarte y
a tu vehículo
también.

Localiza las
zonas más altas
del lugar en el que
estás. Puedes
necesitar dirigirte a
ellos.

Sintoniza las
emisoras de radio o
consulta los principales
canales oficiales
con parte
meteorológico.



05

MAYO

LU MA MI JU VI SA DO

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				





AUTOPROTECCIÓN: Si el terremoto te sorprende en el exterior



Ve hacia un área abierta, alejándote de edificios dañados. Ten en cuenta que, después de un terremoto, siguen réplicas más pequeñas que pueden causar más destrozos.



Procura no acercarte ni entrar en edificios que han sido dañados.



Si estás conduciendo, permanece dentro del vehículo. Aléjate de puentes, postes eléctricos o zonas de posibles desprendimientos.

06

JUNIO

LU MA MI JU VI SA DO



			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		



AUTOPROTECCIÓN: En las proximidades de un incendio

112

Avisa urgentemente al 112.



Si el fuego es muy pequeño e incipiente, trata de apagarlo, priorizando siempre tu seguridad.



Si el fuego tiene más entidad, aléjate en dirección opuesta al humo. Respira por la nariz procurando cubrirlo con un trapo mojado.



No busques refugio en zonas profundas y huye siempre cuesta abajo.



No intentes cruzar las llamas, puedes quedar atrapado. Si no hay más salida, cruza donde el frente sea más débil.



Si el fuego te alcanza, sitúate en la zona ya quemada siempre a espaldas del viento dominante.



Si se prende la ropa, no corras. Echate a rodar sobre el suelo y, si tienes una manta, cábrete con ella.

07

JULIO

LU MA MI JU VI SA DO



					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						



RECOMENDACIONES: Ahorra en el uso del agua durante una sequía (I)



Evita regar las plantas y jardines. El agua es un recurso muy escaso en España y más aún durante una sequía.



La higiene y aseo personal deben cuidarse especialmente, no dejando el grifo abierto.



Es preferible ducharse a bañarse. También es conveniente que las duchas tengan poca duración y cierres el agua mientras te enjabonas.

08

AGOSTO

LU MA MI JU VI SA DO



	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			



PREVENCIÓN: Incendios en la cercanía de una casa de campo



No quemes hojas u otros restos en días de mucho calor o viento.



No quemes hojas u otros restos sin autorización.



Es conveniente contar con Plan de actuación en caso de Incendios Forestales



Mantén limpios los caminos de acceso a las viviendas de tierra o matorral.



Ten conocimiento de los posibles vías de evacuación existentes.



Mantén limpios los tejidos de materiales combustibles (hojas, ramas, etc)

09

SEPTIEMBRE

LU MA MI JU VI SA DO



				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	



AUTOPROTECCIÓN: Cómo protegerte durante una erupción



Aunque la erupción se desarrolle tranquilamente, **NO** te acerques al volcán.



Mantente atento a las instrucciones de las autoridades a través de la radio



Si te sorprende una nube de gases, protégete con una tela húmeda en la boca.



Si permaneces en zonas cercanas al volcán, protégete con cascos duros (moto, construcción, jinete...)

No utilices el teléfono móvil



En zonas más alejadas, protégete de las cenizas o lluvia. Usa gafas protectoras como las de esquí y mascarilla. No uses gafas de sol.

10

OCTUBRE

LU

MA

MI

JU

VI

SA

DO

2

3

4

5

6

7

1

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31





AUTOPROTECCIÓN: Uso de automóviles en caso de inundaciones

Evita cruzar por zonas inundadas tanto en coche como a pie.



Abandona el vehículo en cualquiera de estas situaciones.



11

NOVIEMBRE

LU MA MI JU VI SA DO

		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			





AUTOPROTECCIÓN: Qué hacer ante un maremoto o tsunami



Si vives en la costa y sientes un terremoto que sea fuerte, en los siguientes 20 minutos es posible que se produzca un maremoto.



Si eres alertado de un posible tsunami, sitúate en zonas altas de al menos 30 metros por encima del nivel del mar.



Ten previstas rutas de evacuación y posibles lugares de reunión.



Procura llevar ropa de abrigo, así como radios portátiles que te permitan estar informado. Si es posible, lleva el teléfono móvil contigo.

12

DICIEMBRE

LU MA MI JU VI SA DO



				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31



PRECAUCIÓN ALUDES: Una vez en el campo o en la montaña



Cuanto más húmeda sea la nieve, más probables son los aludes de fusión. Clava el bastón para medir el espesor de la nieve.



La mayoría de aludes se producen entre 30 y 45 grados de inclinación.

Evita estas pendientes, así como vertientes norte donde puede haber también placas de hielo.



Recuerda que en la montaña el tiempo puede cambiar con rapidez.



Circula siempre por zonas seguras: terrenos ondulados, zonas con vegetación o boscosas.