

SEÑALES DE ALARMA

ALERTA: sonido continuo de la alarma.

**La activación de la alerta sonora
NO IMPLICA LA EVACUACIÓN DEL CENTRO.**

La alerta sonora indica la activación de un pulsador manual o de alguno de los sistemas de detección. El personal del centro atenderá esos avisos e indicará, si es necesario, el recorrido más seguro para la evacuación.

EVACUACIÓN: sonido continuo de la alarma durante 2 o más minutos

**INICIE LA EVACUACIÓN ÚNICAMENTE CUANDO LA SEÑAL DE ALERTA
NO SE DETENGA O CUANDO ASÍ SE LO INDIQUE EL PERSONAL DEL
CENTRO.**

PREVENCIÓN

Electricidad:

- No sobrecargues enchufes.
- No abandones aparatos encendidos.



Tabaco:

- En aplicación de la normativa actual (Ley 28/2005 y Ley 42/2010), está prohibido fumar dentro de estos edificios, en los accesos inmediatos y aceras circundantes.



Orden y limpieza:

- Mantén limpio y ordenado el lugar de trabajo.

Otros:

- No utilices sustancias ni instalaciones sin conocerlas.
- Utiliza equipos de protección adecuados.
- No trabajes solo o sin dejar aviso del lugar en que vas a encontrarte.
- Fíjate dónde se encuentran las salidas de emergencia y los elementos de protección o aviso (extintores, pulsador) a tu alrededor.
- Mantén libres de objetos las vías de salida, las tuyas y las que utilicen otros usuarios.
- Recuerda estas normas básicas.
- Puedes dirigir tus dudas y sugerencias al Servicio Mancomunado de Prevención de Riesgos Laborales de la UC (*prevencion@unican.es* o teléfono 942 20 10 45/46).



PLAN DE AUTOPROTECCIÓN

NORMAS BÁSICAS DE ACTUACIÓN EN CASO DE EMERGENCIA

PABELLÓN POLIDEPORTIVO



Puntos de Reunión

Teléfonos de interés

	Exterior	Interior
Conserjería del Polideportivo	942 20 18 87	2 1887
Servicio de Seguridad	942 20 09 99	2 0999
Servicio Mancomunado de Prevención de R. L.	942 201045/46	2 1045/46

AL DESCUBRIR UN INCENDIO

Avisa inmediatamente al personal del centro (profesor responsable, conserjería, etc.).

- En caso de estar a solas, acciona el pulsador de alarma más cercano o si es posible avisa por teléfono al Servicio de Seguridad de la Universidad (teléfono **942 20 09 99**).
- Indica:
 - Tipo de incidente.
 - Lugar.
 - Personas afectadas.
- Si detectas humo que sale de un espacio cerrado, no abras nunca la puerta. Avisa rápidamente.
- No utilices ningún medio de extinción si desconoces el tipo de fuego, el agente extintor o su forma de utilización correcta.

EVACUACIÓN

Al recibir la señal de alerta:

- Interrumpe lo que estés haciendo.
- Si estás utilizando aparatos eléctricos (en salas de informática, laboratorios, etc.) desconéctalos si es posible.
- Atiende las instrucciones del personal del centro.
- No recojas ningún objeto personal.

Al recibir la señal de evacuación:

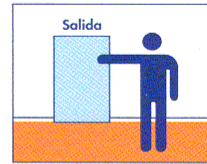
- Sigue las rutas de evacuación indicadas por el personal. Es el personal de la Universidad quien da la orden y las instrucciones para la evacuación.
- En caso de estar a solas, sigue la señalización de las vías de evacuación.
- En las aulas se evacúan primero las filas más cercanas a la puerta.
- La última persona en abandonar el local debe cerrar la puerta.
- En los pasillos y escaleras avanza rápidamente pero sin correr, en fila y junto a la pared.
- Si a tu alrededor hay personas discapacitadas o con problemas (pánico, caídas, etc.) pueden necesitar tu ayuda.
- Dirígete al punto de reunión establecido (punto azul en el plano).
- Salvo que encuentres una vía de evacuación obstruida o afectada por el fuego, no retrocedas nunca.

EN EL EXTERIOR

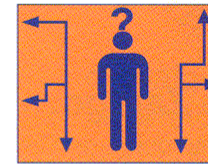
- Agrúpate junto a las personas con quienes estabas en el interior del centro.
- Notifica al personal encargado cualquier ausencia.
- No abandones el punto de reunión ni regreses al edificio hasta que el personal encargado indique que es seguro hacerlo.
- Si has acudido a la Universidad en coche, recuerda que durante una emergencia no debes moverlo ni retirarlo de los aparcamientos.

NORMAS DE PROTECCIÓN CIVIL

ADVICE ON CIVIL DEFENSE



- **Prevéngase:** Localice las salidas de urgencia.
- **Take precautions:** Make sure that you know where the emergency exits are.



- Estudie las vías para la evacuación.
- Make yourself familiar with the emergency exits.



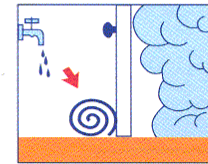
- **Si detecta humo o fuego** avise a conserjería. Evite corrientes de aire.
- **If you detect smoke or a fire,** contact reception. Do not cause draughts of air.



- Al abrir una puerta, **compruebe que no está caliente** y protéjase tras ella.
- When you open a door **first check that it is not hot** and then stay behind it as you open it.



- **Si hay humo fuera de la habitación,** no salga si no está seguro de poder cruzarlo. Cierre la puerta.
- **If there is smoke outside** do not leave the room unless you are sure you can get through it. Close the door.



- Tapone las rendijas con telas húmedas. No abra ventanas.
- **Block grids with damp cloths.** Do not open windows.



- Si ha de salir y hay humo, respire a través de un **pañuelo húmedo**.
- **If you must leave the room** and there is smoke, **breathe through a wet handkerchief.**



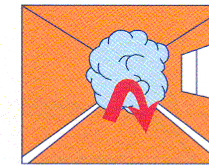
- **No utilice los ascensores;** puede haber un corte de fluido eléctrico durante el incendio.
- **Do not use the lifts;** the electrical current may be cut during the fire.



- Avance **agachado a gatas** (el humo es más denso arriba).
- **Crouch or crawl forward.** (smoke is denser higher up).



- De pie o agachado, avance pegado a la pared.
- **Walk or crawl as close as possible to the wall.**



- Si su camino está invadido por el humo, **vuelva por donde ha venido**.
- **If the exit is blocked by smoke,** go back the way you came.



- Al evacuar no recoja nada y **no vuelva atrás nunca**.
- **When leaving the building** do not waste time picking up **you things and never go back.**



- Si alguien la necesita **deberá prestarle ayuda**.
- **Provide help for anybody** who needs it.



- Una vez fuera, **reagrúpese y busque a quienes conozca** para detectar si alguien quedó dentro.
- **Once outside, regroup and check if anybody is missing.**



- Si el fuego prende sus ropas, **no corra. Tírese al suelo y ruede** sobre sí mismo.
- **If your clothes are on fire,** do not run. Lie on the floor and roll over.



- Si el fuego prende a otro, **cúbralo totalmente** con una manta.
- **If someone else is on fire,** wrap a blanket around them.

Actúe con orden y serenidad. No corra ni grite. **Recuerde que con sangre fría puede salvar su vida** y la de los demás. Demuestre que tiene sentido común y sensatez, y, si es necesario, **imponga su autoridad a los demás.**

Act calmly and orderly. Do not run or shout. **Remember that a cool head may save your own life** and that of others. Let people see that you possess common sense and, if necessary, **impose your authority on others.**