



PLAN DE SEGURIDAD FRS FILIPINAS

Enero 2021

Plan de Seguridad Filipinas

Versión Enero 2021

Fundación de Religiosos para la Salud

Sede Fundación de Religiosos para la Salud
C/ Hacienda de Pavones nº 5
28030 Madrid – ESPAÑA

Tlfno: (+34) 91 333 92 78

Movil: (+34) 677 890 604

E-mail: info@fundacionfrs.es

Web: www.fundacionfrs.es



PLAN DE SEGURIDAD FRS FILIPINAS

Enero 2021

Índice

I. Conceptos	5
II. Introducción.....	6
III. Alcance	6
IV. Contexto del país	6
1. República de Filipinas.....	5
2. Camarines Sur	8
3. Mindanao.....	6
V. Normas de obligado cumplimiento	9
1. Normas de régimen interior de obligado cumplimiento:.....	9
A. Directrices de comportamiento sobre el terreno	9
VI. Indicaciones generales de seguridad en Filipinas	10
1. Seguridad en los desplazamientos:	10
A. Consideraciones generales.....	10
2. Desplazamientos	11
A. Uso del vehículo oficial:	11
B. Transporte público:.....	12
3. Protocolos de seguridad en terreno.....	13
4. Protocolos de seguridad en oficina.....	14
5. Condiciones sanitarias a tener en cuenta en la zona	15
6. Protocolo de actuación ante agresiones sexuales	16
7. Plan de evacuación y emergencia	17
A. FICHA DE SEGURIDAD EN EL PROPIO DOMICILIO.....	18
B. FICHA DE SEGURIDAD ADICIONAL EN LOS DESPLAZAMIENTOS	20
C. FICHA DE ACTUACIÓN ANTE TERREMOTOS	22
D. FICHA DE ACTUACIÓN ANTE ERUPCIÓN VOLCÁNICA	23
E. FICHA DE ACTUACIÓN ANTE FUERTES LLUVIAS E INUNDACIONES.....	25
F. FICHA DE ACTUACIÓN ANTE TIFONES O VIENTOS FUERTES.....	26
G. FICHA DE ACTUACIÓN ANTE ENFRENTAMIENTOS ARMADOS	27
VII. Responsabilidades e informes.....	28
VIII. TELÉFONOS Y CONTACTOS DE INTERÉS.....	28
IX. Fecha, lugar de elaboración del Plan de Seguridad	29
X. Bibliografía.....	27

I. Conceptos

- Amenaza: un peligro para las personas, para la organización y/o para sus bienes.
- Deber de Cuidado: principio que se inspira de la misión, visión, valores y principios de FRS y que establece las responsabilidades y derechos de protección, tanto de la organización hacia las personas incluidas en el alcance de esta política, como viceversa.
- Plan de Seguridad: un manual que contiene la metodología y los protocolos genéricos de seguridad que deben conocer y aplicar todas las personas incluidas en el alcance de la Política. Este documento especifica los riesgos naturales y sociales y que contiene los protocolos de protección específicos para el país y centro de trabajo.
- Riesgo: la probabilidad de ocurrencia de una amenaza y las repercusiones de enfrentarse a ella.
- Seguridad: estado y sentimiento de confianza y protección frente a posibles amenazas.
- Situaciones de violencia interna¹: El Derecho Internacional Humanitario NO se aplica formalmente a las situaciones de violencia interna que no alcanzan la intensidad, duración y participación de un conflicto armado. Sin embargo, en el marco de su desarrollo se ha visto inducido a distinguir dos situaciones en las que, fuera del conflicto armado, se evidencia la necesidad de proteger a las víctimas y de respetar normas y principios humanitarios de base. De hecho, esas dos situaciones, que difieren entre sí, más en el sentido de su intensidad que por su naturaleza misma, se caracterizan ambas porque originan violencia interna con gran número de víctimas. Estas situaciones son los “disturbios interiores” y las “tensiones internas”.
- Los disturbios interiores se caracterizan por una profunda perturbación del orden establecido debido a actos de violencia que no tienen las particularidades de un conflicto armado (por ejemplo: motines, lucha de facciones entre ellas o contra las autoridades en el poder). Estos actos pueden revestir formas variadas, desde actos espontáneos de rebelión hasta la lucha entre sí de grupos más o menos organizados, o contra las autoridades que están en el poder. En tales situaciones que no necesariamente degeneran en una lucha abierta en la que se enfrentan dos partes bien identificadas, las autoridades en el poder recurren a menudo a cuantiosas fuerzas policiales incluso a las Fuerzas Armadas para restablecer el orden, ocasionando con ello muchas víctimas y haciendo necesario la aplicación de un mínimo de reglas humanitarias.
- Tensiones internas: A diferencia de los disturbios internos, en las tensiones internas no se registran enfrentamientos armados. Según el CICR “es toda situación de grave tensión en un Estado, de origen político, religioso, racial, social, económico, etc.; las secuelas de un conflicto armado o de disturbios interiores que afectan al territorio de un Estado”. Las tensiones internas se encuentran en un nivel inferior con respecto a los disturbios internos, dado que no implican enfrentamientos violentos.
- Situaciones de desastre: Se definen como “las alteraciones intensas en las personas, los bienes, servicios y medio ambiente causadas por sucesos o fenómenos naturales o provocados por el ser humano, que desbordan la capacidad de responder de las comunidades, las instituciones y el estado”. Tipos de desastres: Ciclones (Huracanes, Tormentas Tropicales, entre otros), Sequía, Terremotos, Maremotos o Tsunamis, Epidemias, Hambruna e inseguridad alimentaria, Inundaciones, Desastres antropogénicos, Movimientos de población, Erupciones volcánicas, Desastres tecnológicos.

¹ Federación Internacional de la Cruz Roja y la Media Luna Roja

II. Introducción

Presentamos este manual con el fin de exponer y analizar las medidas de seguridad a observar por parte de todo el personal de FRS en el desarrollo de su trabajo en misiones sobre el terreno, tanto del personal en sede que viaje como del personal expatriado y personal local. Así como el deber de cuidado (duty of care) de la organización adoptando las medidas pertinentes para fomentar la protección del personal contratado, voluntario y en prácticas. Se ha de tener en cuenta en todo momento como sus acciones y conducta pueden afectar su seguridad personal, del equipo de trabajo y la reputación de FRS.

La principal finalidad de este documento es facilitar una herramienta de consulta en la que podamos reconocer claramente los riesgos a los que nos podamos ver sometidos/os y facilitar medidas preventivas.

Todas las actuaciones estarán basadas en los principios de neutralidad, imparcialidad, independencia, humanidad y universalidad; con un enfoque de Derechos Humanos, igualdad de género y respeto por el medio ambiente.

III. Alcance

Esta política es de aplicación a:

- Todo el equipo humano de FRS: Personal de plantilla, personal voluntario, personal becario o en prácticas, en todos los países en los que realizamos una actividad
- Personal consultor investigador
- Personal externo desplazado a terreno
- Personas realizando visitas a los proyectos y programas en terreno

IV. Contexto del país

Uno de los aspectos clave para la seguridad del personal de FRS es el conocimiento del contexto geográfico, político, social, religioso, cultural, económico, sanitario y medioambiental en el que se opera, tanto en el área donde se ubican las viviendas del personal y la sede de la delegación, como en las áreas de los proyectos. Para realizar un adecuado diagnóstico del contexto el personal de FRS deberá identificar factores clave como:

- Aspectos culturales, sociológicos, sociales, políticos y religiosos.
- Análisis del pormenorizado del conflicto armado (historia, descripción, actores, conectores con población civil, etc.).
- Infraestructuras y vulnerabilidades ante el riesgo de desastres naturales.
- Salud (morbilidad, atención sanitaria, etc.).
- Geografía, población y clima.
- Medios de comunicación relevantes.

Resulta necesario disponer de un mapa de amenazas por zona geográfica. En caso de que no exista deberá ser elaborado por el personal en terreno conjuntamente con las contrapartes locales, y siempre en estrecha colaboración con informaciones dadas por los referentes humanitarios en la zona de actuación. Este mapa deberá ser actualizado en base a los informes emitidos por los actores clave.

1. República de Filipinas

Filipinas es un archipiélago de más de 7000 islas en el sudeste asiático. Se sitúa en el Cinturón o Anillo de Fuego del Pacífico, que reposa sobre varias placas tectónicas en permanente fricción y es, por tanto, la zona de mayor intensidad sísmica y volcánica del planeta. Según la Constitución vigente de 1987, Filipinas es un territorio unitario, una república democrática con un sistema presidencial. Su capital es Manila, el idioma oficial es el tagalo e inglés aunque cuenta con una gran variedad de idiomas locales, la moneda es el peso filipino (Ph). Es un Estado no confesional, un 80% de la población es católica, un 5% musulmana, un 3% evangélica. Otro 3% pertenece a la iglesia filipina Iglesia ni Cristo.

La situación política de Mindanao se debe tener en cuenta debido a la escalada de la violencia del conflicto armado en la zona. Se decretó la Ley Marcial en la isla el 23 de mayo de 2017, motivada por el deterioro de la situación de seguridad en la zona causado, según explican las autoridades filipinas, por el enfrentamiento armado directo entre extremistas islámicos y el ejército filipino en la ciudad de Marawi, capital de la provincia de Lanao del Sur, Mindanao Central. Esta medida contemplada para supuestos de rebelión o invasión, permite al Gobierno instaurar el toque de queda, reforzar



los controles de seguridad y la suspensión provisional de algunos derechos fundamentales como reunión o asociación. El Consulado General de España en Manila reitera la **recomendación de no viajar a Mindanao**, incluyendo su capital, la ciudad de Davao y, en particular, desaconseja rotundamente los desplazamientos a la zona de conflicto actual y zonas de tradicional actividad violenta que abarcan las regiones de Zamboanga, Cotabato, Agusán, Dinagat Island y Surigao².

Con carácter general en todo el país, se desaconseja participar en eventos de masas, se recomienda prestar especial atención y alerta en lugares públicos con altas concentraciones de personas como centros comerciales, estadios, aeropuertos y terminales marítimas, organizar los desplazamientos e itinerarios en transportes seguros, recabar información con antelación sobre el terreno y permanecer vigilantes.

La atención sanitaria es adecuada en las grandes ciudades. Sin embargo, en provincias y zonas alejadas, es limitada. De ahí que, en caso de necesitar tratamiento, se debe acudir a los hospitales de las grandes urbes acreditados internacionalmente.

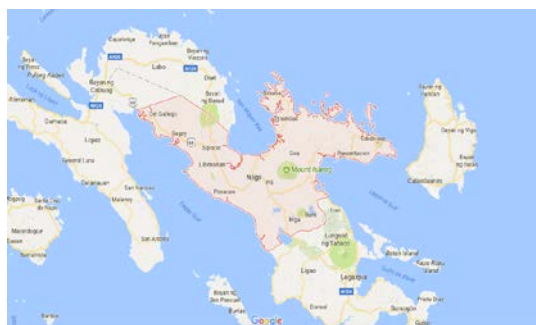
Si se precisa entrar en el país con medicamentos que requieran receta médica, es preciso disponer de dicho documento, en el que se indicará la dosis necesaria y la condición del paciente. Sólo se podrá viajar con la cantidad adecuada para el tiempo de su visita a Filipinas. En caso de seguir viaje hacia un tercer país, se deberán declarar los medicamentos en la frontera para ser sellados y declarados nuevamente al salir de Filipinas.

Si se viaja por el país es necesario consultar los partes meteorológicos y posibles desastres naturales según a la zona que se planee visitar. En Filipinas existe riesgo de ciclones, inundaciones, terremotos, tsunamis y erupciones volcánicas.

² http://www.exteriores.gob.es/Consulados/MANILA/es/Consulado/Paginas/Articulos/20170525_NOT1.aspx

2. Camarines Sur

FRS se encuentra en la provincia de Camarines Sur, específicamente en las municipalidades de Lagonoy, San José y Presentación, Naga, Tinambac y Siruma en Camarines Sur es una provincia de las Filipinas situada en la región de Bicol en Luzon. Camarines Sur es el corazón de Bicol. Su capital es Pili y la provincia limita Camarines Norte y Quezon al norte, y Albay al sur. Al este se encuentra la provincia insular de Catanduanes a través del Canal Maqueda. Camarines Sur es la más grande de las seis provincias de la región de Bicol, tanto en términos de población como de superficie. Su territorio abarca dos ciudades: Naga City, la única ciudad fletada, es la provincia y el centro comercial, educativo, financiero y cultural de la región, mientras que Iriga City, una ciudad componente, es el centro de la zona de Rinconada.



Hay que tener en cuenta que, en las municipalidades en la que se va a intervenir, la policía local durante los últimos meses está muy pendiente al grupo terrorista –denominado por la UE- New People’s Army (NPA) que se encuentran en zonas de montaña. La presencia de militares en la zona es frecuente, aunque la violencia armada no se presencia en la población.

La zona en la que trabaja FRS es vulnerable a sufrir ciclones y terremotos, el último registrado que afectó a la zona fue el durante el mes de noviembre de 2020 donde dos tifones azotaron las zonas en la que FRS está presente; Goni, Vamco. La época de tifones se da de julio a noviembre-diciembre en la región de Camarines Sur.

3. Mindanao

La isla de Mindanao se encuentra en la zona más oriental de las islas Filipinas. El trabajo de FRS se localiza en la provincia de Lanao del Norte, mas concretamente en el municipio de Iligan. Lanao del Norte se encuentra limítrofe con Misamis Oriental y la Bahía de Iligan por el norte, Bukidnon y Lanao del Sur por el este, la Bahía de Pagadian por el sur, y Zamboanga y la Bahía de Panguil por el oeste. Lanao del Norte se compone a su vez de cinco distritos municipales, siendo Tubod su capital. Aunque la ciudad de Iligan ha conservado su independencia administrativa, se la sigue considerando dentro de Lanao del Norte.



La zona de Iriga es la que más población y extensión geográfica presenta en Lanao del Norte, la agricultura es la fuente de ingresos más común. En el área del proyecto hay una total carencia de servicios sociales debido a la lejanía en sus comunidades del gobierno central.

Se trata de un área muy sensible a sufrir desastres naturales, especialmente tifones (tal y como sucedió con el tifón Sendong) e inundaciones, al encontrarse cerca del río Mandulog.

Es importante tener en cuenta que en la región se encuentra el considerado grupo terrorista Grupo Maute o Estado Islamico de Lanao, el cual ha llevado al Gobierno a imponer la ley marcial en Mindanao hasta finales del 2018. Se debe tener en cuenta que en la zona de Iriga el toque de queda esta entre las 11pm y las 4am. Aunque su principal área de conflicto se ha visto acentuada en Marawi donde ya hay miles de civiles filipinos desplazados, su extensión geográfica alcanza un área mucho mas extensa.

V. Normas de obligado cumplimiento

1. Normas de régimen interior de obligado cumplimiento:

Las normas expuestas a continuación deben de considerarse además de por su marcado carácter ético, como normas de seguridad, ya que su no cumplimiento, supone exponer a riesgo innecesario al/a propio/a expatriado/a y al resto del equipo.

Hay que tener en cuenta que el personal expatriado tiene un status de Agente de Cooperación Internacional de forma permanente por lo que no cesa durante los días o tiempo libre. Por ello su comportamiento debe ser reflejo de la ética que se supone a toda persona empleada de FRS.

Las conductas que se exponen a continuación quedan terminantemente prohibidas, por lo que serán sancionadas como falta muy grave y pueden suponer la finalización del contratado y su repatriación:

- El consumo de cualquier tipo de droga, así como su transporte o almacenamiento en vehículos o locales de la Fundación, independientemente de su cantidad y tipo.
- El consumo o tenencia de pornografía infantil, ya sea en formato de papel o informático.
- Transportar o alojar a personas ajenas a la Fundación que porten, drogas, armas o pornografía infantil.
- Respeto al uso de los vehículos de la Fundación según la normativa específica detallada en el presente manual.
- Infracciones a la normativa de seguridad ya sea con carácter general o específico para la zona.
- La ruptura de la confidencialidad de aquellos asuntos señalados como tales.
- Vulneración de la normativa vigente del país.
- Utilización de los recursos materiales o económicos del proyecto y delegación para cualquier tipo de actividad que no sea para la que fueran destinados.
- Cambio de dinero de la Fundación en el mercado negro.
- El uso de cualquier tipo de prostitución.

A. Directrices de comportamiento sobre el terreno

Con respecto a la relación con la población local:

- Debemos promover siempre los principios de neutralidad, imparcialidad, independencia, humanidad y universalidad de la Organización, con un enfoque de Derechos Humanos, igualdad de género y respeto por el medio ambiente. Sin favorecer a determinadas personas o grupos.
- Intentaremos ser neutrales y muy prudentes con nuestras expresiones y opiniones respecto a los acontecimientos que puedan ocurrir.
- No debemos imponer nuestra cultura, debemos actuar con educación.
- Vestiremos de una manera acorde con la situación
- Practicaremos la humildad, debemos evitar no hacer más evidente la separación entre la población local y el equipo expatriado.
- Deberemos ser discretas/os en los consumos (comida, refrescos, dulces...)
- No prometeremos lo que no podamos cumplir.
- Intentaremos utilizar las expresiones de saludo, despedida, cortesía que se utilicen en el país.
- No realizaremos fotografías sin autorización previa.
- Nos informaremos de las zonas que no son accesibles bien por la dificultad de acceder a ellas o bien por ser lugares hostiles para las personas extranjeras o ser peligrosas por su criminalidad.

- Seremos muy cautelosas/os con nuestras relaciones afectivas y/o sexuales con la población local, al poderse ver comprometida nuestra labor en el terreno. Bajo ningún concepto se aceptarán relaciones sexuales con menores.
- Si un integrante de FRS presencia una violación de Derechos Humanos o del Derecho Internacional Humanitario, cualquiera que sea la parte que la cometa, se limitará a informar a las autoridades locales, sin realizar actos de denuncia o protesta, que pueden poner en peligro a las personas, la seguridad de la misión o de la Organización.
- En las regiones donde se efectúen actividades de tipo ilícito, el personal de FRS no manifestará interés alguno por estas acciones y no hará referencia alguna al respecto.

Con respecto a nuestra actitud:

- Nos mantendremos siempre alerta.
- Evitaremos la rutina siempre que nuestra seguridad esté comprometida,
- Cumpliremos las normas de seguridad, aunque nos represente un esfuerzo.
- Pensaremos nuestras actuaciones detenidamente antes de realizarlas.
- Reconoceremos nuestras propias fortalezas y limitaciones emocionales.
- Siempre que sea posible en caso de emergencias actuaremos según los protocolos, de no ser posible utilizaremos el sentido común.
- Solamente en una situación de emergencia donde haya una amenaza directa para la seguridad del personal podrá una persona empleada de FRS entrar en una zona considerada de alto riesgo o con restricciones de acceso.

VI. Indicaciones generales de seguridad en Filipinas

En las grandes aglomeraciones urbanas, y principalmente en Manila, conviene moverse con precaución, particularmente de noche debido a la incidencia de robos, atracos y delitos violentos. Se recomienda evitar la ostentación de joyas y otros objetos de valor y no exhibir en cantidad dinero en metálico, en particular en barrios populares, dada la situación de pobreza de un porcentaje importante de la población. El acceso y la tenencia de armas están extendidos. En ningún caso deben aceptarse bebidas o comidas ofrecidas por desconocidos, pues se han dado casos de turistas drogados/as y desvalijados/as por ese procedimiento.

En esas mismas aglomeraciones hay que recordar que existe cierto riesgo de atentados terroristas en zonas tales como centros comerciales, estaciones de metro y, en general, en las zonas turísticas frecuentadas por extranjeros. Varios grupos armados operan en Filipinas, particularmente en Mindanao y tienen capacidad de perpetrar atentados en cualquier zona del país. Los ataques son indiscriminados y pueden afectar tanto a personas extranjeras como a nacionales filipinas.

En caso de grandes manifestaciones de índole política, se aconseja evitar los desplazamientos por las zonas afectadas. Así mismo conviene también evitar en todo el país, los complejos turísticos aislados y ubicados en pequeñas islas desprotegidas. En cualquier desplazamiento a núcleos turísticos, han de evitarse las excursiones a regiones montañosas o rurales remotas y a islotes deshabitados y es recomendable permanecer en el núcleo principal.

1. Seguridad en los desplazamientos:

A. Consideraciones generales

1. Lleve siempre un teléfono móvil, con carga completa de batería, desde que sale de su domicilio y con un directorio de teléfonos de emergencia (Embajada, OTC, Policía, oficina, sede...)

2. Control de desplazamiento: alguien de su máxima confianza (familia, compañera/o de trabajo o amiga/o) debería saber adónde se dirige y cuándo se supone debe llegar a ese lugar, debiendo avisar si detecta un retraso y su teléfono móvil no responde.

3. Se deben considerar como momentos críticos: la salida y llegada al domicilio y lugar de trabajo, así como las paradas obligadas cercanas a estos lugares.

4. Varíe constantemente los horarios, tanto en el trabajo como fuera de él. Elija los itinerarios con irregularidad.

La rutina es el medio principal para facilitar a los delincuentes toda la información que precisan y lo que nos convierte en un objetivo potencial y fácil para secuestros, agresiones u otras modalidades delictivas.

Así pues, no repita a menudo sitios de recreo como restaurantes, centros comerciales, mercadillos, lugares de alterne, clubes deportivos, lugares de culto religioso, etc..... Evite el trato diario con la/os misma/os vendedora/es ambulantes.

No se acostumbre a coger taxis, jeepnes, trycicles o pedicups en el mismo lugar y a la misma hora. Igual recomendación en cuanto a transportes públicos masivos.

5. Mantenga la máxima discreción sobre su labor profesional e identidad. No inserte su número de teléfono en la guía telefónica, ni divulgue innecesariamente información sobre el trabajo que realiza, ni la dirección y teléfono de su hogar ni de su lugar de trabajo.

6. Si detecta cualquier indicio de estar siendo observada/o o seguida/o, avise inmediatamente a la Oficina de Seguridad de Embajada en Manila, mientras se desplaza a un lugar seguro (concurrido, Policía Nacional Civil, sucursal bancaria en horario de atención al público, establecimiento comercial, etc.). Preste especial atención a ser fotografiada/o.

7. Si es detenida/o o abordada/o por policías no uniformados que le ordenan mostrar documentos o su efectivo en moneda extranjera para comprobar su autenticidad, solicite inmediatamente la presencia de Policía Uniformada y llame inmediatamente por teléfono a la Oficina de Seguridad de la Embajada en Manila.

2. Desplazamientos

A. Uso del vehículo oficial:

- Es recomendable que el coche lo conduzca un/a conductor/a local durante las visitas a terreno. En ningún caso se podrá conducir el vehículo por persona no autorizada por FRS o sin contar con los requisitos legales de posesión del permiso de conducir internacional o de Filipinas o sin contar con el perfil de usuario/o habitual contemplado en la póliza de seguros. Está prohibido prestar o alquilar el vehículo a personal ajeno a FRS.
- En los laterales del coche deben estar bien visibles los logos de la Cooperación Española y de FRS. Está prohibido llevar armas y uniformes en el coche.
- Evitar viajar por la noche, es extremadamente peligroso.
- Mantener el depósito de gasolina lleno. Durante los desplazamientos, repostar antes de que el depósito de gasolina baje de una cuarta parte de su capacidad.
- Mientras esté en circulación todas/os las/os pasajeras/os del vehículo deben utilizar el cinturón de seguridad.
- El coche deberá ser conducido con precaución, y se tienen que respetar las normativas de tráfico y muy especialmente las que regulan los límites de velocidad. Si no existiera limitación de velocidad, el vehículo no circulará más rápido nunca a mayor velocidad de 120 km/h en carreteras asfaltadas o 60 km/h en carreteras o caminos sin asfaltar.
- Cualquier mal funcionamiento del coche será comunicado inmediatamente al/a responsable de FRS en Filipinas y a la sede para su inmediata reparación.
- Está prohibida la conducción temeraria y bajo los efectos del alcohol o drogas, y la utilización del vehículo en actividades políticas. No está permitido fumar en el coche.

- Al entrar en el vehículo asegurar las puertas, arrancar e iniciar el movimiento inmediatamente. Cuanto más tiempo se esté estacionado mayor es el riesgo de abordaje. Mantener siempre las puertas y ventanas cerradas o abiertas lo imprescindible (que no entre una mano, un destornillador largo, un machete, etc.).
- Evitar estacionar bajo Cocoteros.
- No está permitido ocupar el vehículo excediendo el máximo de capacidad que indique el fabricante. El máximo de capacidad del coche de FRS es de 7 personas.
- Bajo ningún concepto se debe recoger a personas desconocidas que hagan autostop.
- En caso de tener un accidente en una ciudad, es preferible no mover el vehículo y esperar a que intervenga la policía de tránsito. En caso contrario, se le podrá inculpar del accidente, aunque no haya sido en absoluto culpa suya. Así mismo se deberá informar a la compañía de seguros lo antes posible, y siempre siguiendo los mecanismos establecidos por la compañía aseguradora.
- En caso de atropello de personas en lugares remotos, no detener el vehículo, ni tratar de auxiliar al accidentado. Dirigirse inmediatamente al puesto de policía más cercano, e informar de la situación. Se han dado casos de apaleamiento y asesinatos de personal expatriado tras verse involucrados en accidentes.
- No parar a ayudar a personas extrañas. Comunicar el lugar donde se requiere ayuda, pero no parar ni abrir las puertas, continuar circulando hasta cerciorarse de que no es una trampa. Comunicar inmediatamente el hecho y la situación antes de atender a una persona extraña. Los asaltos a vehículos solo son posibles si está detenido. Un delincuente no abordará un vehículo en movimiento: evitar detenerse.
- En caso de ser víctima de una emboscadas o paro forzoso por grupos armados (ejército, NPA, etc.), quédese quieta/o, asegúrese de mantener sus manos en un lugar claramente visible, no sea agresiva/o ni trate de escapar. Demuestre compostura personal y calma. Si le preguntan identifíquese, diga que trabaja para una ONG y trate de informar sobre los fines de los proyectos y la neutralidad de la organización. Es preferible que la interlocución la lidere personal de la contraparte o personal local de FRS antes que personal expatriado.
- Conduzca a una velocidad segura, incluso si les disparan. No conduzca en zigzag. Pida a todas/os las/os pasajeros que se tumben.
- En caso de tener sospechas de estar siendo seguida/o por cualquier vehículo, comunicar inmediatamente la sospecha y su situación/ruta, cambiar de itinerario y dirigirse a la estación de policía más próxima.
- No fiarse de los pequeños golpes en la carrocería. Puede tratarse de una estrategia para hacerle bajar del vehículo y apoderarse del mismo.
- Jamás pare si el vehículo ha sido alcanzado por piedras o cualquier objeto en calles desconocidas o por la noche. No parar hasta cerciorarse de que existe seguridad (nunca en el mismo lugar en el que se produjo el incidente).
- En caso de pinchazo en una carretera aislada, y siempre que la rueda y la llanta no están dañadas, es preferible seguir circulando lentamente hasta poder detener el vehículo en un lugar transitado e iluminado. En ocasiones los criminales tratan de pinchar las ruedas del vehículo para poder robarlo.
- No se debe dejar el vehículo en la calle sin vigilancia. Aunque suele haber vigilantes informales en muchas partes, se recomienda utilizar aparcamientos públicos vigilados.
- No aproximarse al vehículo si sorprende a alguien dentro, buscar ayuda, seguridad privada o policía.
- No dejar ningún objeto de valor, llaves del domicilio u oficina dentro del vehículo.
- Si se realizan recorridos transfronterizos, independientemente de la distancia y finalidad, hay que comunicarlo previamente a la Sede por escrito y obtener de esta la oportuna confirmación/autorización.

B. Transporte público:

Ferris

El transporte entre islas que realizan los ferris no siempre es seguro, por lo que conviene comprobar previamente la calidad de la embarcación y del equipo de salvamento, el número de personas que viajan y otras características relativas a la seguridad. Las tormentas son frecuentes y de intensidad. La piratería marítima afecta a ciertas zonas del país particularmente al archipiélago de Sulu y Tawi Tawi

así como al resto de las costas de Mindanao. Se desaconseja la navegación en el Mar de Sulu y en el Norte del Mar de las Célebes. La utilización de ferris es desaconsejable en periodo de lluvias, de julio a diciembre.

Autobús y furgonetas

- Siempre planifique su viaje entre las 6 am y las 6 pm.
- Intente no dormir durante el viaje, manténgase despierta/o y alerta.
- Informe en la delegación y/o sede cuándo va a viajar y por qué ruta.
- Reporte a personal de FRS el momento de la salida y los datos del autobús que está abordando.
- Evite conversaciones largas con personas extrañas.
- Siempre que sea posible, viaje acompañada/o.

Taxi

- En Manila se recomienda extremar las precauciones a las/os ciudadanas/os que utilicen taxis y se aconseja sólo vehículos de compañías autorizadas, que tienen la matrícula amarilla y negra, llevan el número de matrícula pintado a cada lado, en la puerta o parte trasera y el número de teléfono de la compañía también pintado en la puerta del maletero o en uno de los laterales, evitando, en todo caso, el uso de taxis piratas.
- Trate de pedir taxis sólo a través de un servicio telefónico de taxi, anotando el número de matrícula y de taxi. Verifique estos datos antes de subir al taxi. Evite tomar taxi en la calle a altas horas de la noche.
- Al Tomar el Taxi. Verifique que los seguros de las puertas funcionen, y bloquee las puertas. En la medida de lo posible utilice el cinturón de seguridad del taxi.
- Durante el recorrido. Indíquelo al taxista la ruta por la cual quiere que lo lleven, no deje que el taxista la escoja. Esté atento a desvíos intencionales de la ruta programada. Fíjese en el recorrido por donde lo lleva el taxista, no se quede dormido. Si le ofrecen tomar un atajo, rehúse cortésmente y pida que sólo se utilicen las calles principales.
- Evite hablar temas reservados o hablar dentro del taxi sobre información personal o empresarial.
- Esté listo para salir del vehículo ante un indicio de peligro como comunicación por radio o teléfono del taxista con personas diferentes a la central de taxis.
- Debe evitar tomar taxis cuyos conductores le vean salir de la Embajada en Manila, salvo que dicho taxi se solicite desde la misma.
- No permita que se recojan a otras/os pasajeras/os una vez iniciado el viaje. Evite compartir el taxi con personas desconocidas. Si ya hay alguna otra persona en el taxi aparte del conductor, no se suba.
- Si tiene teléfono móvil llame e informe a un/a familiar o amigo/a las placas del taxi, el número del móvil y el lugar hacia donde se dirige. Esto disuade a delincuentes potenciales.

2. Protocolos de seguridad en terreno

- Las visitas a los barangays tienen que estar siempre coordinadas con las contrapartes locales y se recomienda estar acompañadas por al menos una persona del equipo local (coordinador de proyecto, organizador comunitario, etc.). En caso de alerta de seguridad por razones de conflicto armado en la zona o riesgos meteorológicos las visitas se pospondrán hasta nueva orden.
- Todas las visitas programadas a barangays deben ser comunicadas al personal local, indicando las fechas e itinerarios previstos.
- En caso de visitas a zonas aisladas o con antecedentes recientes de conflicto, estipular con personal de la delegación la realización de llamadas o sms de verificación durante la visita, y el protocolo a seguir en caso de que las llamadas no se produzcan según lo acordado. En cualquier situación de alto riesgo, al llegar al sitio del proyecto hay que establecer una línea de comunicación continua.
- Si por alguna razón se retrasa en su regreso, deberá notificarlo a la oficina. Al regresar a la oficina registre su regreso.

- En caso de desaparición o retraso significativo en la llegada del personal, llamar al conductor o pasajeras/os y averiguar la razón del retraso; si no se puede establecer contacto, haga indagaciones en el lugar de destino, policía local u otras fuentes locales; si aún así no puede establecer contacto, denuncie la desaparición a las autoridades, informe a embajada, OTC, y a la sede de FRS.
- Durante las visitas hay que intentar pernoctar en cabeceras municipales o poblaciones bien comunicadas, evitando en lo posible pernoctar en las comunidades, especialmente si están aisladas. Si esto no fuese posible, alojarse en edificios públicos (escuelas, centro de salud), domicilios de personajes relevantes de la comunidad (curas, matrona/agentes de salud comunitaria, profesoras/s, autoridades locales, etc.).
- Posponer visitas a comunidades con presencia militar o de grupos rebeldes. En caso de presencia de grupos armados durante la visita, evitar diálogos directos con ellos salvo si se es requerido. Delegar la interlocución con grupos armados a las autoridades locales o el personal local de FRS o la contraparte.
- Asegúrese de llevar el equipo de seguridad adecuado y documentación que le identifique como personal de FRS antes de salir de la oficina. Toda persona que visita un proyecto debe llevar consigo el teléfono móvil con la carga completa.
- En una situación volátil o de alto riesgo el personal de campo debe trabajar siempre en parejas.
- En lo posible, el personal de campo debe mantenerse en contacto visual con el vehículo.
- En cualquier momento que un miembro del equipo se sienta inquieto o ha recibido una amenaza verbal o física, todo el equipo deberá retirarse de inmediato del sitio de proyecto e informar a la oficina.
- El personal de FRS nunca debe entrar en discusiones con la comunidad. Si es necesario tratar un tema delicado, esto se debe hacer con representantes elegidos en el sitio y no con una multitud en un foro abierto.

3. Protocolos de seguridad en oficina

No está permitido:

- Alojar a personal ajeno a FRS en locales de la misma sin autorización expresa de la Sede.
- Utilizar los locales de FRS para fines diferentes de los derivados de las actividades de ésta.
- Permitir el acceso a personal ajeno a FRS a las zonas que se hayan determinado previamente como de uso exclusivo interno.
- Obstruir las vías de evacuación de emergencia del local.
- Beber alcohol en la zona abierta al público y en horario de servicio.

Se recomienda:

- No vaya a la oficina a las horas que no hay nadie.
- No instale la mesa de su despacho junto a ventanas directamente orientadas hacia algún edificio o azotea demasiado cercanos.
- No deje a la vista documentos importantes o relacionados con planes de viajes, en particular durante la noche y el fin de semana.
- No permita que nadie llegue a su despacho sin antes haber comprobado
- Trate de que todas sus visitas están previstas en la agenda, evitando visitas sorpresas. En caso de no conocer a la persona anunciada se exigirá la identificación completa de la misma.
- Los portátiles, se deben guardar en un sitio seguro, a menos que la oficina tenga rejas en las ventanas.
- La última persona que sale de la oficina es responsable de apagar el aire acondicionado, las luces y cerrar con llave al salir. Apagar todos los ordenadores antes de cerrar la oficina.
- Cada oficina debe llevar un registro actualizado de las personas que tienen llaves.

- Al final de la jornada laboral, todos los archivos y documentos se deben devolver a su sitio original o deben ser guardados en los escritorios bajo llave.
- La caja chica y los documentos restringidos y confidenciales deben mantenerse en todo momento bajo llave, excepto cuando están en uso. En ningún momento se podrán dejar expuestos.

Planes contra incendio y simulacro

- Las oficinas de FRS deben contar con un plan de incendios, el cual se debe revisar y actualizar anualmente.
- Se debe contar con equipos contra incendios como extintores, señales foto luminiscentes de las salidas de emergencia y protocolos contra incendios; también alarmas y detectores de humo si es posible.
- Durante su inducción, las/os nuevas/os empleadas/os deben ser informadas/os sobre los simulacros de incendio.
- Deben realizarse simulacros de incendio por lo menos una vez cada tres meses.
- Al sonar la alarma de incendio todos los miembros del personal deben evacuar por la zona demarcada.
- Ningún empleado de FRS, debe tratar de apagar un incendio grande, a no ser que haya sido entrenada/o para hacerlo, ni tratar de entrar a la oficina en llamas para rescatar a otras/os empleadas/os, activos o artículos personales.

Recepción de amenazas

- Tome nota y registre todos los detalles de la amenaza lo más pronto posible.
- Guarde cualquier evidencia sustancial (cartas, notas, etc.) en una bolsa plástica transparente y restrinja su manipulación para conservar las pruebas

4. Condiciones sanitarias a tener en cuenta en la zona

Dengue: Se transmite por picadura de mosquito, tanto de día como de noche. Es endémica en Filipinas, incluso en zonas de Manila, por lo que conviene extremar la precaución adoptando medidas de prevención (evitar zonas de aguas estancadas y utilizar repelentes). Se registra una mayor incidencia en la época de lluvias, de junio a diciembre. Se transmite en las zonas urbanas y se manifiesta con síntomas gripales (fiebre, dolores musculares, erupción cutánea). No existe vacuna contra esta enfermedad ni tratamiento.

Malaria: Se transmite por picadura de mosquito. Endémica en algunas zonas del país si bien no en Metro Manila. No existe vacuna contra esta enfermedad, aunque si la profilaxis con Malarone en caso de sufrir los síntomas de la enfermedad.

Encefalitis japonesa: Se transmite a través de picaduras de mosquito, y está estrechamente relacionada con el medio rural, sobre todo en las granjas de cerdos y en cultivos de arroz. Dadas las zonas de intervención de los proyectos de FRS en Filipinas, se aconseja la vacunación del personal.

Rabia: Se transmite por mordedura principalmente perros, gatos, monos y murciélagos. Conviene evitar el contacto con los animales abandonados y acudir al médico inmediatamente en caso de mordedura o a centros de tratamiento específicos. La vacunación previa no exime del tratamiento posterior a la mordedura.

Tifus y cólera: Se desaconseja encarecidamente beber agua del grifo, hielos sin filtrar o sin hervir, así como verduras frescas y otros alimentos no cocinados, por riesgo de contracción de enfermedades tifoideas y cólera.

Otras enfermedades transmitidas por parásitos e infecciosas son también prevalentes (**tuberculosis, meningitis y hepatitis**). Conviene evitar bañarse en aguas dulces o estancadas por el riesgo de leptospirosis.

Salud mental y bienestar psicosocial: Las personas que trabajan en situaciones de emergencia y cooperación internacional suelen estar muchas horas bajo presión y en ocasiones con amenazas a su seguridad. Muchas/os trabajadoras/es disponen de un insuficiente apoyo organizativo, y suelen manifestar que ése es al final el mayor factor de estrés. Además, el contacto con la miseria, el horror y los peligros a que están sometidos otros seres humanos es emocionalmente desgastante y puede acabar afectando la salud mental y el equilibrio de las/os trabajadoras/es en tareas de asistencia, remuneradas/os o voluntarias/os, tanto en el caso del personal local como en el de las/os expatriadas/os. Por ello debe prestarse especial atención al descanso personal, al ejercicio físico y a los horarios de comida.

5. Protocolo de actuación ante agresiones sexuales

Tanto el personal local como expatriado debe conocer el protocolo de actuación ante una agresión sexual. Si se produjera esta situación, la víctima está bajo un estrés emocional muy grave por lo que es necesario un acompañamiento consistente con el conocimiento del protocolo a seguir. Se recomienda seguir las instrucciones del PEP³ (Post Exposure Preventive Treatment Starter Kits) elaborado por Naciones Unidas.

Toda la información y documentación relativa a una agresión sexual o accidente de trabajo es confidencial y deben ser tratados como tales, ya sea dentro de las oficinas o en la transmisión del incidente a Sede, el servicio médico, policía u otras oficinas e instalaciones.

Como prevención, si presiente el riesgo de una agresión sexual inminente y no hay posibilidad de huida no ofrezca resistencia, podría estar en peligro su vida. Una estrategia de disuasión es comunicarle al agresor que está infectada/o de VIH.

Protocolo de actuación ante una agresión sexual:

- Pida ayuda a la persona más cercana, y llame por teléfono a una persona de confianza.
- No debe quitarse la ropa, ni ducharse. Podría borrar pruebas del/os agresor/es.
- Diríjase al hospital más cercano. Deben realizarle las pruebas médicas de VIH, enfermedades venéreas, test de embarazo, así como proporcionarle un parte de lesiones.
- Con el parte de lesiones del/a médico/a diríjase a la policía a realizar la denuncia. Si la víctima no puede, debe ir su acompañante.
- Comuníquelo a sede en la mayor brevedad de tiempo.

DIRECTRICES PARA EL/LA MÉDICO/A ASISTENTE

- Ofrecer al/a paciente la posibilidad de ser acompañado/a durante el examen médico por un miembro del personal, amiga/o o consejera/o.
- Tranquilizar al/a paciente de privacidad y confidencialidad.
- Registre el tiempo preciso del incidente y de las circunstancias.
- En el caso de agresión sexual, explique al/a paciente el riesgo de haber estado expuesto/a a ETS, VIH y posibilidad de embarazo; Cuando no se conoce la condición de VIH del perpetrador, las decisiones deben tomarse Como si el perpetrador fuera VIH positivo.
- Explicar la posibilidad de reducir el riesgo de transmisión del VIH mediante la toma de un tratamiento preventivo post-exposición (PEP); aunque la eficacia de tomar el tratamiento para prevenir la transmisión del VIH no está garantizada, los estudios de investigación sugieren que este medicamento, tomado pocas horas después de una posible exposición al VIH, puede ser beneficioso para prevenir la infección por VIH.
- Entregue al/a paciente un folleto que contenga las "Pautas para el paciente", describiendo las modalidades de este PEP y sus implicaciones, incluida la urgencia de que el paciente tome una

³ http://apps.who.int/disasters/repo/13849_files/r/PEPkit.pdf

decisión sobre esta cuestión (Ya que el régimen PEP se debe comenzar idealmente dentro de las dos primeras horas de exposición y no más tarde de setenta y dos horas después de la exposición), así como la necesidad de evacuación médica por un período de cuatro a cuatro semanas, con el fin de completar las evaluaciones médicas y psicológicas y tratamientos.

- Si el/la paciente está de acuerdo en iniciar el tratamiento y después de firmar el formulario de consentimiento por el/la paciente, entregar inmediatamente el "kit de post exposición":
 - (sólo para mujeres) Prueba de embarazo, para excluir un embarazo ya existente que sería una contraindicación para dar el tratamiento PEP;
 - (para paciente femenino o masculino) Las primeras dosis del régimen de PEP: un comprimido de Combivir dos veces al día. Combivir es un medicamento combinado de AZT: Zidovudina 300mg y 3TC: Lamivudine 150mg. Las contraindicaciones para Combivir son las mismas que para AZT y 3TC⁴.
- Escribir un informe médico.

DIRECTRICES PARA LA/EL PACIENTE

- Cuando usted ha sido asaltada/o sexualmente, es natural experimentar sentimientos de miedo, dolor, ira, vergüenza y confusión. Además, usted puede hacerse preguntas como: ¿Cuáles son las probabilidades de que estuviera expuesta/o a enfermedades de transmisión sexual? ¿Cuáles son las probabilidades de que estuviera expuesto al virus del VIH? Y si es mujer, ¿cuáles son las probabilidades de quedar embarazada? Todas estas preocupaciones son legítimas.
- Es importante que la/el médica/o que la atiende sea informado de cualquier condición médica crónica / aguda que pueda tener, y de cualquier tratamiento que pueda estar tomando en el momento de esta evaluación inicial. El embarazo siempre es un riesgo en las mujeres premenopáusicas. La infección por una enfermedad de transmisión sexual también es una posibilidad. Afortunadamente, estas enfermedades son fáciles de diagnosticar y tratar.
- La/el médico que le asista, ya sea en el lugar de su evacuación, o a nivel local, se hará cargo de estas pruebas. No sabemos el riesgo exacto de infección por el VIH después de una agresión sexual, pero se estima que es bajo, probablemente en el rango de menos del 1%. Sin embargo, las posibilidades de estar expuestos al virus del VIH aumentan:
 - Si más de un hombre le atacó sexualmente;
 - Si tiene alguna piel desgarrada o dañada;
 - Si el tipo de agresión fue un asalto anal;
 - Si sabe que la persona que lo agredió es VIH positiva;
 - Si sabe que la persona que lo agredió es un usuario de drogas inyectables; o
 - Si no conoce el estado de VIH del agresor, debe asumirse la positividad del VIH.

6. Plan de evacuación y emergencia

Se deberá preparar plan de evacuación de la oficina de FRS y de la vivienda del personal expatriado en previsión de conflicto armado, inestabilidad social y/o desastres naturales:

Para ello se ha elaborado un mapeo de la zona en el que se identifiquen los lugares elevados protegidos de inundaciones o tsunamis, edificios sólidos y seguros en caso de terremotos o tifones, y edificios gubernamentales (policía, gobiernos locales, ejército, iglesia, etc.) en donde refugiarse en caso de conflicto armados o levantamientos sociales.

Se recomienda tener preparado un kit de emergencia con dinero, pasaporte y otra documentación importante, linterna, agua y alimentos envasados.

⁴ Ver contraindicaciones del medicamento en el manual del PEP

Ante una necesaria evacuación primero se comunicará con la OTC y Embajada de España en Manila para coordinar los pasos a seguir. Si la evacuación no pudiera ser aérea se priorizará la evacuación por carretera con el vehículo oficial de FRS, cuyo depósito de combustible deberá estar siempre lleno. Se deberá trazar un mapa de la ruta principal a utilizar y de otras posibles rutas alternativas.

Protocolos de preparación y actuación ante desastres naturales:

A. FICHA DE SEGURIDAD EN EL PROPIO DOMICILIO

Elección de la Residencia:

El domicilio constituye un lugar donde permanecemos gran número de horas, por lo que se hace necesario adecuarlo para constituir un lugar seguro para el personal de FRS y sus familias. Por lo general, son más seguros los pisos que las casas de planta baja. En cualquier caso, ya sea piso o casa baja, deberá tener en cuenta lo siguiente:

Casa baja (tipo chalet):

- Si fuese posible, compre o alquile una vivienda que no tenga edificios más altos que su casa para evitar ser observada/o desde ellos. Si esto no fuese así, procure tener las cortinas cerradas mientras usted permanezca en el interior de la vivienda, sobre todo por la noche.
- Es deseable contar con vigilancia durante las veinticuatro horas, o al menos, durante la noche si no se dispone de vigilancia permanente.
- La zona donde esté ubicada esté bien iluminada. En cualquier caso, la parte dónde esté la puerta principal debe estar bien iluminada, ya sea por el alumbrado público, ya sea por luz de la propia casa (se recomiendan los denominados “detectores de presencia” que se accionan) ante la presencia de personas.
- Las paredes del perímetro exterior deben ser suficientemente altas como para impedir que una persona pueda escalarla fácilmente y, además, estén coronadas por alambre de espino.
- Las ventanas deberán contar con rejas y con mosquiteras.
- Las puertas de entrada deberán ser blindadas o, al menos, sólidas, instale además una cadena de seguridad interior.
- Si el aparcamiento de su casa comunica directamente con la vivienda, proteja también esta puerta de acceso.
- Contar con la presencia de un perro es aconsejable.
- Aunque no muy comunes en algunos lugares de Filipinas, es aconsejable instalar un sistema de alarma que podrá activar tanto para cuando se ausencia del domicilio como para cuando se retira a dormir. También que cuente con video-portero y/o “mirilla panorámica” en la puerta de entrada que permita ver el cuerpo entero de las personas. Incluso existen dispositivos como los detectores volumétricos o el denominado “botón de pánico”.
- Estos elementos de seguridad permiten, por un lado, retardar la acción de los delincuentes y, por otro, contar con una alerta temprana y por lo tanto con una adecuada repuesta.

Piso o apartamento:

Procure aplicar en este tipo de vivienda aquellas recomendaciones que se hacen para las casas bajas. Además, es recomendable:

- Que cuente con vigilante o conserje.
- Si el bloque de vivienda es muy alto, que esté ubicado aproximadamente en la mitad de la altura del edificio.
- Que cuente con una sola entrada para todo el personal.
- Que cuente con cámaras de circuito cerrado de televisión con sistema de grabación tanto en la entrada del edificio, como los ascensores y parking.
- Si cuando va a entrar en el ascensor también lo hiciese otra persona que le resulta sospechosa, no dude en bajarse en ese momento del elevador.
- Si ello es posible, elija un edificio que esté dotado de generador eléctrico autónomo.

Otras consideraciones a tener en cuenta:

- En caso de ausencias prolongadas se puede instalar un temporizador que encienda y apague las luces de su vivienda en horarios habituales de permanencia en la casa para dar la impresión de que la casa está habitada.
- Si al llegar a su domicilio se encuentra la puerta forzada y/o abierta, no entre. Avise a la Policía.
- Los representantes de empresas de electricidad, agua, cable de televisión, etc. deben anunciar su llegada con antelación. Si se presenta un trabajador de dichas compañías sin previo aviso, compruébelo llamando a la respectiva empresa, pero no acepte llamar al teléfono de la tarjeta de visita que le entregue el visitante.
- No ponga su nombre y apellidos en el buzón de la correspondencia. Mejor escriba sólo las iniciales o el número de su piso.
- Mantenga su puerta principal cerrada con llave, aun cuando esté dentro de ella, instale una cadena de seguridad interior.
- La selección del personal doméstico, pilotos y escoltas, debe realizarla con sumo interés, pida referencias y antecedentes penales. Compruebe que sus documentos de identificación personal son auténticos y saque fotocopias de ellos.
- Es recomendable tener los teléfonos móviles y fijos de estas/os empleadas/os y, por supuesto, comprobar mediante llamadas -sobre todo al fijo- que realmente están a su nombre o de sus familiares.
- También es aconsejable realizar una visita a la casa de su/s empleada/o/s con cualquier motivo para poder comprobar así su verdadero domicilio. A veces no coincide el lugar donde vive con el que aparece en sus documentos de identificación.
- Disponga de un teléfono con pantalla para que pueda ver el número de su interlocutor. Si recibiese llamadas sin identificar, simplemente no descuelgue. Instruya al servicio doméstico para que actúe de la misma forma.
- Instruya al servicio doméstico para que no facilite ningún dato personal a extraños, tal y como nombre, direcciones, institución donde trabaja, vehículos de su propiedad, horarios de llegada, salida, personas que viven en el domicilio, etc.
- Cuando estacione su vehículo en el parking de su domicilio; bien sea casa o piso, cierre las puertas y deje conectada la alarma. Si la apertura de la puerta es manual y debe bajar del coche para abrir/cerrar la puerta, apague el vehículo y lleve las llaves encima durante el proceso de apertura cierre de la puerta.
- Compruebe y refuerce, si fuese necesario, los cierres de las ventanas.
- Mantenga las persianas y cortinas echadas cuando las luces de su vivienda estén encendidas para evitar ser observada/o desde el exterior.
- Es conveniente que al salir o llegar a su residencia se habitúe a inspeccionar visualmente el área, y que tome nota de cosas excepcionales que llamen su atención (coches o personas sospechosas en los alrededores). Es recomendable mantener una actitud de alerta hasta que verifique que la situación es normal.
- Una vez que le hagan entrega de las llaves, deberá cambiar las cerraduras de las puertas que dan la exterior (calle y jardines), o, al menos, cambien los “bombines” de estas puertas. Lo mismo debería hacer cuando despide o se marcha voluntariamente alguno de los empleados de la casa al que se le dieron las llaves para su entrada o tuvieron la oportunidad de haber podido sacar copias.
- Si no tuviese más remedio que entregar la llave a su/s empleado/s, puede optar por poner en las puertas exteriores otra segunda cerradura de la que no les entregará copia, que usted podrá utilizar tanto en sus ausencias prolongadas como por la noche.
- En su listín de teléfonos, tenga los teléfonos de emergencia en la primera hoja a mano y a la vista.
- Tenga un inventario actualizado – mucho mejor con fotografías- de sus objetos de valor, especialmente platería y joyería. Para los equipos electrónicos conviene tener apuntado el número de serie. Esta precaución será muy útil si se produce un robo y más aún si se dispone de una póliza de seguro.
- Si es posible, a la hora de comprar o alquilar una vivienda procure que en su entorno no haya bares, restaurante o tiendas, pues desde ellos se pueden controlar sus entradas y salidas.

- Todo tipo de información que usted considere importante tal como documentación tipo pasaporte, tarjetas de crédito, extractos bancarios, etc. mantengamos bajo llave y en un lugar de difícil acceso o localización, nunca anote claves de tarjetas o similares, memorícelas.

Un intruso en su domicilio:

Si se enfrenta con un intruso en el interior de su domicilio, actúe de alguna de las siguientes formas:

- Si antes de entrar en su domicilio advierte que alguien pudiera estar dentro. No entre, salga a la calle y llame a la Policía o a su lugar de trabajo para que le presten el auxilio necesario.
- Si estuviese frente al intruso dentro del propio domicilio mantenga la calma, no realice movimientos inesperados que puedan ser interpretados como reacciones agresivas, especialmente aquellas que puedan hacer creer al intruso que usted porta algún tipo de arma de fuego.
- Al menos que su vida o la de alguno de sus familiares esté en peligro no haga resistencia. Es la forma más segura de actuar.
- No se oponga a la huida del intruso con el objetivo de que no se lleve aquello que haya robado. Su vida vale más que cualquier objeto del que se haya apropiado.
- Una vez que el intruso se haya marchado avise a la Policía y facilítele todos aquellos datos que recuerde sobre él. Si ya ha salido de la vivienda, cierre la puerta para evitar que pueda entrar de nuevo por cualquier motivo.
- En todo momento mantenga la calma y observe al intruso/s con detenimiento para posteriormente dar una descripción detallada del mismo/s a la policía, para ello fíjese especialmente en los rasgos faciales, pelo (color, tamaño), vestimenta, tatuajes singulares, cicatrices, complexión, estatura (para ello ubique al intruso al lado de cualquier objeto de la casa, posteriormente se puede medir y conseguir un dato exacto).

Debido a la ubicación del domicilio del personal expatriado de FRS en Filipinas, los cortes de luz y paso de tifones son habituales, por lo que en el domicilio se debe contar con un minigenerador de energía de carga solar para evitar incomunicaciones a largo plazo ante un desastre natural.

B. FICHA DE SEGURIDAD ADICIONAL EN LOS DESPLAZAMIENTOS

Seguridad en los hoteles.

- Pida una habitación que esté situada entre el segundo y séptimo piso. Los primeros pisos tienen un acceso fácil para los delincuentes y los situados por encima del 6ª pudieran, por ejemplo, quedar fuera del alcance de los bomberos.
- Pida una habitación situada cerca del ascensor para evitar tener que recorrer un largo pasillo vacío.
- A su ingreso en el hotel, pida que un empleado del hotel le acompañe hasta la habitación y solicítele que le revise los armarios y cuarto de baño
- Puede adquirir un tope de goma para ponerlo bajo la puerta mientras duerme o está en la ducha. Esto dificultará su apertura por parte de un intruso
- Controle dónde están situadas las salidas de emergencia.
- Si va a dar propina a los empleados no enseñe el dinero que lleve consigo, sino que sólo saque el justo que pensaba entregar.
- No cuelgue en la puerta el letrero solicitando que le limpien la habitación. Con ello está delatando que la misma está vacía.

Seguridad en restaurantes y cafeterías.

- En restaurantes elija mesas que queden lejos de las ventanas, pero no muy cerca de los baños, esta es una zona de paso y pueden sustraerle el bolso etc. sin que usted se percate.
- Verifique si el establecimiento tiene salida de emergencia y analice las vías de huida ante una hipotética emergencia.
- Si es imposible localizar al dueño de un paquete, bolso o maletín u otro objeto en un restaurante o cafetería, salga rápido.
- Si lleva bolso o maletín póngalo entre los pies con sujeción de la correa.

- Nunca descuide su comida ni bebida para evitar intoxicaciones por droga.
- En el momento de pagar no descuide su tarjeta de crédito ni la pérdida de vista, que no se la pasen por distintos lectores, pues muchas veces es la metodología para clonar la tarjeta; conserve siempre los tickets de pago para una posible posterior reclamación a Visa, Master Card, etc.
- Si detecta comensales armados no permanezca más allá de lo necesario en el interior, abandonando el lugar ante la más mínima discusión, puede ser usted víctima de una bala perdida.

Seguridad en las compras

- No lleve muchas tarjetas de crédito, mucho dinero o cheques. Programe su compra y lleve sólo lo necesario.
- No abra la cartera frente al cajero dejando ver las tarjetas o el efectivo. Los cajeros pueden marcarle como interesante para los asaltantes (con señales pre-establecidas, celular, etc.).
- Observe contactos con personas si ocurren más de una vez en los alrededores o dentro de tiendas. Si se cruza con la misma persona más de una o dos veces, o aprecia que la están observando, puede tratarse de un proceso selectivo de víctimas. En estos casos busque a un Agente de Seguridad del centro y explique la situación, comuníquese con la oficina de seguridad del incidente y la situación del centro. A la hora de abandonar el centro, si tiene sospechas fundadas de haber sido seleccionado para ser asaltado solicite ser acompañado por Seguridad del centro Comercial. Ante esta reacción, el delincuente desistirá de la acción contra usted.
- Los delincuentes observan durante las compras, siguen hasta el estacionamiento, identifican el auto y aguardan la mejor oportunidad para el asalto.

Retirar dinero en oficinas bancarias o cajeros

- Nunca retire grandes cantidades en efectivo. A veces han sido los propios empleados del banco los que han pasado la información a los delincuentes.
- En otras ocasiones, y cuando las cantidades a retirar son grandes, los bancos nos piden que les solicitemos este retiro con 24 horas de antelación. Este requisito pudiera ser aprovechado por algún empleado del banco para pasar aviso a los delincuentes.
- En lo posible tenga sus cuentas bancarias y realice sus operaciones en aquellas oficinas que estén ubicadas en zonas consideradas seguras.
- En lo posible haga sus pagos a través de transferencias y evite, en lo posible, hacerlo con dinero en efectivo.
- Cuando tengamos que retirar dinero en cajeros automáticos, es recomendable hacerlo en aquellos que están dentro de las propias oficinas bancarias, hoteles y supermercados ya que las cámaras de estos lugares graban a todos los visitantes. Evitemos, en lo posible, los que están ubicados en las vías públicas o gasolineras porque carecen de este medio de grabación. Por último, si no quedase más remedio que retirar el dinero en éstos, observemos sus alrededores previamente, por si hubiese personas o vehículos que nos infundan sospechas. Una vez retirado el dinero, aléjese en vehículo y permanezca atento para comprobar que no le siguen con otro vehículo.
- Tenga en cuenta que las tarjetas de crédito/debito son muy codiciadas por los delincuentes para realizar compras con las mismas no se suele solicitar ni comprobar de modo adecuado la identidad del titular; para evitar hechos desagradables actúe del siguiente modo:
 1. No anote su clave secreta, memorícela.
 2. Cuando firme el ticket hágalo con su firma habitual y de modo claro, con ello si tiene que reclamar al banco tendrá menos problemas
 3. Conserve los tickets de compra para posteriores reclamaciones
 4. Si puede, compruebe los movimientos de su cuenta a través de internet o personalmente en su banco para comprobar si existen movimientos o cargos indebidos
 5. Jamás facilite sus datos o claves a personas que se lo solicitan telefónicamente o a personal de establecimientos de compra
 6. Tenga siempre a mano o memorice el número de su entidad bancaria para realizar el bloqueo o anulación inmediata de la tarjeta ante extravió o robo.

- En los asaltos entreguemos a los delincuentes todas aquellas pertenencias que nos soliciten. Nunca discutamos u opongamos resistencia. los delincuentes están tan nerviosos como nosotros, pero suelen ir armados y no dudaran en hacer uso de la violencia.

Caminando por la calle

- Camine por el centro de la acera, de cara al tráfico: algunos ladrones operan desde moto o vehículo para retirar el bolso o el celular (cuando se está usando distraídamente).
- Observe lo que acontece en su entorno. Si detecta una situación sospechosa, trate de evitarla alejándose o cambiando de dirección. El agresor tiene como inconveniente la distancia, por eso precisa cerrar el espacio con la víctima, aproximándose para realizar el ataque.
- Para no permitir el acercamiento del sospechoso busque un lugar para resguardarse: local con muchas personas (tiendas, gimnasios, centros administrativos, bancos, etc.), guardias de seguridad o policías. Si no lo hubiere, cambie el sentido de dirección, cruce la vía, etc.
- Acelere su paso para observar cómo reacciona el sospechoso. Inicie la llamada de emergencia al teléfono de la Embajada o a la policía local.
- Si observa algún altercado, accidente no se aproxime a curiosear, en ocasiones el incidente está en fase crítica y usted puede ser víctima de una bala perdida, etc.

C. FICHA DE ACTUACIÓN ANTE TERREMOTOS

Puesto que hasta ahora no existe ninguna manera de saber cuándo ocurrirá un sismo, lo mejor que podemos hacer es informarnos y prepararnos para actuar de la mejor manera cuando se produzca. Instituciones internacionales como la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias de Estados Unidos (FEMA), la Agencia Meteorológica de Japón, la Campaña “Bogotá, con los pies en la tierra”, la Agencia para el Manejo de Emergencias de California y otras aconsejan las siguientes medidas para prevenir y disminuir los daños causados por un sismo.

Precauciones:

a) Antes del terremoto:

- En su hogar, determine los objetos que puedan convertirse en un peligro durante un terremoto, como, por ejemplo, cuadros, espejos, lámparas, macetas colgantes, etc. y reubíquelos o asegúrelos de manera que no puedan caerle encima de ocurrir un sismo.
- Practique simulacros de terremoto. Con anticipación, cada miembro de su familia, oficina o escuela debería saber dónde colocarse en caso de sismo; por ejemplo, debajo de un escritorio o una mesa fuerte.
- Conozca dónde y cómo cerrar el paso de la electricidad, el gas y el agua en los interruptores y tomas principales.
- Acuerde un teléfono de contacto fuera de la ciudad al cual los miembros de su familia puedan llamar para hacerles saber a los demás que están bien.
- Mantenga una reserva de alimentos no perecederos y agua potable para al menos 3 días.
- Kit de emergencia: Acostúmbrese a tener a mano una mochila con:
 - Radio portátil
 - Linterna con pilas
 - Botiquín de primeros auxilios
 - Agua embotellada
 - Alimentos enlatados y granos secos
 - Abrelatas - Una copia de sus documentos personales
 - Pito o silbato
 - Lista de teléfonos de emergencia

b) Durante el terremoto:

- En lo posible manténgase tranquila/o y permanezca en el interior mientras dure el terremoto.
- ¡Échese al suelo, cúbrase y agárrese! Dé solo los pasos que le permitan colocarse debajo de un lugar seguro, como un escritorio o una mesa resistente. Una vez allí agárrese con ambas manos de una pata.

- Manténgase alejado de ventanas, vidrios, espejos, puertas exteriores o paredes y de todo lo que pueda caerle como lámparas y muebles.
- Si no hay una mesa o escritorio cerca de usted, cúbrase la cara y la cabeza con sus brazos y agáchese lejos de ventanas y estanterías.
- Si usted está en...
 - La calle: aléjese los postes y los cables eléctricos.
 - Un edificio: Métase debajo de una mesa o escritorio, alejado de ventanas y paredes exteriores. Permanezca allí hasta que haya pasado el movimiento. NO use los ascensores.
 - El interior de un lugar concurrido como un restaurante o un cine: Quédese donde esté. No corra hacia las puertas. Aléjese de las repisas que contengan objetos que puedan caerle.
 - Un vehículo en movimiento: Pare tan rápido como sea posible y quédese dentro del vehículo hasta que pase el temblor. Evite detenerse cerca o debajo de edificios, árboles, puentes o cables eléctricos. Luego, proceda cautelosamente, observando la carretera y los puentes para ver si tienen daños. Si tiene que salir, esté pendiente de objetos que caigan, cables eléctricos caídos y paredes, puentes, etc.

c) Después del terremoto:

- Si queda atrapada/o en los escombros:
 - No encienda fuego.
 - Trate de no moverse ni levantar polvo.
 - Cúbrase la boca con un pañuelo o con su ropa.
 - Dé golpes en un tubo o la pared para que los rescatadores puedan encontrarlo. Use un pito, si tiene uno. Grite sólo como último recurso, ya que al hacerlo podría tragar cantidades peligrosas de polvo.
- Sepa que después de un terremoto, vendrán réplicas. Si el lugar donde se encontraba fue afectado por el primer temblor, evite volver a él. Estas réplicas por lo general son menos violentas que el terremoto principal, pero suficientemente fuertes para causar daños adicionales a estructuras debilitadas.
- Verifique si hay lesiones. No intente mover a las personas que estén seriamente lesionadas, a menos que estén en peligro inmediato de muerte o nuevas lesiones. Si tiene que mover a una persona inconsciente, estabilice primero el cuello y la espalda, y luego pida ayuda inmediatamente. Si la víctima no está respirando, coloque cuidadosamente a la víctima en posición para administrarle resucitación de boca a boca.
- Mantenga la temperatura del cuerpo de la persona lesionada con una manta, pero asegúrese de que no se caliente demasiado.
- Nunca dé líquidos a una persona inconsciente.
- Si la luz se corta, use linternas de batería. No use velas ni fósforos en el interior después de un terremoto, ya que puede haber fugas de gas.
- Inspeccione su hogar para ver si hay daños estructurales. Si tiene dudas acerca de la seguridad, haga que un ingeniero civil inspeccione su casa antes de regresar.
- Limpie el suelo de medicinas, blanqueadores, gasolina y otros líquidos inflamables derramados. Si se detectan vapores de gasolina y el edificio no está bien ventilado, salga inmediatamente. Si siente olor a gas o escucha un sonido de silbido o soplido, abra una ventana y salga.
- Corte la corriente eléctrica, si sabe o sospecha que hay daños. Cierre el suministro de agua en la toma principal si las tuberías de agua están dañadas. No baje el agua de los inodoros hasta que sepa que el alcantarillado está en buenas condiciones.
- Abra las puertas con cuidado, ya que los objetos pueden caer de los estantes.

D. FICHA DE ACTUACIÓN ANTE ERUPCIÓN VOLCÁNICA

Filipinas está situada en una zona de actividad sísmica. Actualmente, existen tres volcanes activos en el país con posibilidad de entrar en erupción: Taal, Mayon y Bulusan. Los tres se encuentran en la isla de Luzón. El volcán Mayon, de 2.642 metros de altura se encuentra en la ciudad de Legazpi (provincia de Albay) a unos 300 kilómetros de Manila. El volcán Taal, de 400 metros de altura, situado en la provincia de Batangas, está a 50 kilómetros de Manila. Y el volcán Bulusan, de 1.565 metros de altura, se encuentra situado en la parte central sur de la provincia de Sorsogon, a 390 kilómetros al sudeste de Manila. En los tres volcanes se han observado varios terremotos volcánicos y emisiones moderadas

de vapor, por lo que el Instituto de Vulcanología y Sismología de Filipinas (PHIVOLCS) ha declarado el nivel de Alerta nº 1 en las zonas de alrededor de los volcanes. Esto significa que no se prevé ninguna erupción inminente. No obstante, se prohíbe el acceso a la zona de peligro permanente de seis kilómetros (cuatro kilómetros en el caso del volcán Bulusan, y en el caso de Taal, toda la isla donde se encuentra el volcán), debido a la acumulación de gases tóxicos. Es posible que puedan producirse emisiones de rocas volcánicas y explosiones pequeñas por las laderas de los volcanes. Para más información, se recomienda visitar la página web del Instituto de Vulcanología y Sismología de Filipinas (PHIVOLCS): <http://www.phivolcs.dost.gov.ph/>.

Una emergencia por erupción volcánica puede resultar muy diferente del caso de un terremoto por una razón fundamental: **una erupción es un proceso progresivo y puede ser anticipada si el volcán está correctamente vigilado y monitoreado**. Manejada adecuadamente, la información proveniente del monitoreo puede ayudarnos de forma muy significativa a minimizar los impactos de una erupción.

Así, las reacciones y actitudes que debemos adoptar frente a una erupción volcánica se dividen en tres períodos de tiempo diferentes: ANTES, DURANTE y DESPUÉS.

a) Antes de la erupción volcánica:

El periodo que precede a la reactivación de un volcán puede ser relativamente largo. Si el diagnóstico de los volcanólogos indica que el volcán se encuentra en estado de tranquilidad, es posible que todavía queden muchos años antes de que ocurra la próxima erupción. Es muy importante aprovechar este valioso tiempo para realizar las siguientes tareas:

- **Infórmate** si tu vivienda, el sitio donde trabajas/estudias o tus sitios preferidos de recreación se encuentran en alguna zona de peligro potencial en caso de erupción. Puedes hacer esto mirando detalladamente los mapas de peligros volcánicos editados por el Instituto Geofísico. Fíjate bien en cuáles son los diferentes peligros a los que tú o tu familia podrían estar expuestos.
- Discute con tu familia, tus amigas/os y tus vecinas/os sobre lo que podrían hacer frente a los diferentes peligros volcánicos. Imagínate diferentes escenarios, ya que tus reacciones no serán las mismas si la erupción ocurre en el día o en la noche. Esto se llama preparar un **plan de contingencia**.
- Participa en **los simulacros** programados por las autoridades para poner a prueba tu plan de contingencia, y así mejorarlo si fuera necesario.
- Si tienes cualquier duda sobre los peligros volcánicos, pide ayuda o explicaciones a los expertos del Instituto Geofísico: parte de su trabajo es informarte y ayudarte cuando necesites información científica certera sobre los volcanes.
- Si no sabes cómo preparar tu plan de contingencia, pide ayuda a las autoridades locales (municipios) y nacionales (Secretaría Nacional de Gestión de Riesgos). Ellos te ayudarán a preparar un plan para hacer frente a una erupción.
- Si el diagnóstico de los volcanólogos indica que el volcán ha incrementado su actividad y que es posible que una erupción se acerque, entonces debes:
 - Revisar el plan de contingencia.
 - Estar atento a las informaciones que serán entregadas por las autoridades a cargo de manejar la crisis y seguir en lo posible sus recomendaciones. No te fíes de rumores o de información proporcionada por gente no autorizada, porque esto podría provocarte serias confusiones y ponerte en mayor peligro.
 - Preparar una mochila o un kit de emergencia que contenga cosas básicas como: radio portátil, linterna con pilas, botiquín, agua embotellada, alimentos que puedan consumirse sin cocinar, abrelatas/cuchillo, copias de tus documentos, lista de teléfonos importantes, etc.
 - Tratar de mantenerte cerca de personas de confianza.
 - Una erupción es un proceso que puede durar desde pocos minutos hasta varios días. Sin embargo, las erupciones raramente se presentan como un episodio único, sino que se producen en grupos durante periodos eruptivos, que pueden durar algunas horas hasta varios años.

b) Durante la erupción volcánica:

- Ante todo conserva la calma; el pánico puede producir más víctimas que el fenómeno natural.
- Reúne rápidamente a tu familia, especialmente a los niños y ancianos, quienes son las personas más vulnerables en estos momentos.
- Lo más importante es tu vida, toma únicamente tus objetos personales.
- Cierra las llaves de agua y gas, desconecta la luz y asegúrate de cerrar bien puertas y ventanas.

- Cumple con los planes de emergencia acordados.
- Mantén la radio encendida para recibir la información que transmitan las autoridades correspondientes.
- Si estás fuera de casa no intentes ingresar a la zona de riesgo, desplázate hacia lugares alejados del volcán.
- Aléjate de los valles y ríos por donde puedan bajar flujos de ceniza y rocas calientes, lava, lodo y emanaciones de gases. Procura no estar cerca de terrenos que hayan sufrido derrumbes.
- Si la **ceniza volcánica** comienza a caer pon en práctica las siguientes recomendaciones:
 - Busca refugio bajo techo y permanece allí hasta que el fenómeno haya pasado.
 - Respira a través de una tela humedecida en agua o vinagre, esto evitará el paso de los gases y el polvo volcánico.
 - Protege tus ojos cerrándolos tanto como sea posible.
 - Cúbrete con un sombrero y ropas gruesas.
 - En caso de una fuerte lluvia de ceniza no utilices el vehículo.
 - La única protección contra la lluvia de ceniza y material volcánico de tamaño considerable son los refugios y techos reforzados.
- Debido a que las explosiones del volcán pueden causar ondas de aire o de choque que pueden romper los vidrios de las ventanas, coloca cintas adhesivas en forma de X, o en último caso pon tablas que impidan la caída violenta de los mismos.
- Si fuiste evacuada/o y te encuentras en un albergue, mantén la calma, recibirás alimentos, atención médica, etc. Además, podrás participar en las labores de mantenimiento del mismo

c) Después de la erupción volcánica:

Después de una erupción o de un periodo eruptivo de un volcán, es importante que se realicen las siguientes actividades:

- Permanece en el sitio seguro hasta las autoridades te informen que ha vuelto la normalidad. ¡No trates de regresar antes a tu hogar!
- Mantente atento a la información que serán entregadas por las autoridades a cargo de manejar la crisis y sigue en lo posible sus recomendaciones. No te fíes de rumores o de información proporcionada por gente no autorizada, porque esto podría provocarte serias confusiones y ponerte en peligro.
- Antes de entrar a tu casa revisa que no ha quedado debilitada por la erupción.
- Evita hacer uso de líneas telefónicas, caminos, transportes, servicios médicos y hospitalarios si no es estrictamente necesario. Muchas personas pueden necesitarlos con real urgencia.
- Elimina la acumulación del material volcánico caído sobre los techos ya que por el peso éstos pueden derrumbarse. Este riesgo crece si se presentan lluvias porque el agua aumenta el peso de los materiales sobre los techos (un metro cúbico de ceniza húmeda puede llegar a pesar más de una tonelada).
- Colabora con las tareas propias de la atención y recuperación de la emergencia. Ayuda a los miembros de tu comunidad que hayan sido los más afectados por los fenómenos volcánicos. No obstaculices el trabajo del personal de emergencia o rescate.
- No comas ni bebas ningún alimento que sospeches se encuentre contaminado.
- Evalúa el funcionamiento de tus planes de contingencia.

E. FICHA DE ACTUACIÓN ANTE FUERTES LLUVIAS E INUNDACIONES

La estación de lluvias o monzón transcurre de junio a noviembre con alto riesgo de tifones o tormentas tropicales por lo que conviene extremar precauciones en dichos meses, consultar las previsiones de la meteorología y las recomendaciones de las autoridades locales para lo que se recomiendan las siguientes páginas web:

- <http://www.pagasa.dost.gov.ph/>
- <http://www.typhoon2000.ph>

En caso de fuertes lluvias la población debe estar al tanto de las noticias en cuanto a las previsiones de fuertes lluvias.

Prevención:

- Preparar la casa para las fuertes lluvias: reparando tejados, desatascando bajantes y desagües, haciendo provisión de alimentos (duraderos y no refrigerados), linternas y baterías.
- Preparar el jardín, bajos y especialmente sótanos.
- Resulta especialmente útil una pequeña radio a pilas, por si se va la electricidad seguir informadas/os.
- No dejar solas a personas con diversidad funcional.
- Aparcar los coches en zonas altas (no inundables).
- Guardar todos los documentos valiosos en una caja cerrada, hermética y en alto (si es posible en el piso superior).
- No realice viajes si no son estrictamente necesarios. Quizás a la vuelta las carreteras estén cortadas.

Actuación:

- Si la situación se torna realmente complicada recuerde siempre que su vida y la de los/as suyos/as es lo más importante.
- Considere la posibilidad de abandonar voluntariamente su casa si sabe que está en una zona de alto riesgo, acudiendo a casa de un/a amigo/a. Estará más tranquilo/a.
- Siga las instrucciones de las autoridades con rapidez, pero sin perder los nervios.
- Utilice los teléfonos con brevedad y en llamadas estrictamente necesarias para no colapsar las líneas dificultando la actuación de las autoridades.

Evacuación:

- Si se da orden de evacuación no lo dude. Asegúrese de reunir a los suyos y salgan rápidamente. Desconecte los fusibles de la luz, y cierre la llave de agua (lo mismo que si se fuera de viaje por largo tiempo). Si no cuentan con medios propios las autoridades les proveerán de refugio y asistencia durante todo el periodo de emergencia.
- Si va a pie, suba a un lugar elevado y permanezca ahí. No camine a través de agua en movimiento si le llega más arriba de su tobillo. Son suficientes 15 cm de agua en movimiento rápido para hacerle caer
- Si va en coche y empieza a perder el agarre y a flotar, evítelo abriendo las puertas para que entre agua y con el peso el vehículo descienda. Son suficientes 60 cm de agua para hacer flotar a la mayoría de coches. Conduzca con la velocidad suficiente para crear una pequeña ola delante del vehículo. Conduzca con las ventanas abiertas (para poder escapar rápidamente si es necesario). Si el coche se cala, abandónelo de inmediato y suba a un lugar más elevado.

Después de las lluvias o inundaciones:

- Aplica insecticida en su domicilio
- Protégete de las picaduras de mosquitos usando repelente o ropa que cubra la mayor parte del cuerpo como pantalones largos y blusas o camisas de manga larga

F. FICHA DE ACTUACIÓN ANTE TIFONES O VIENTOS FUERTES

Los tifones son fenómenos hidrometeorológicos que se caracterizan por la aparición de vientos fuertes con trayectoria circular y con velocidades superiores a los 118 Km/hora que contiene bastante humedad y calor, y su anillo tiene entre 100 y 200 kilómetros de diámetro; se desplazan a velocidades promedio de 20 a 35 Km/hora. En el centro tiene una zona de calma conocida como "Ojo". El poder destructor de los tifones se manifiesta por:

- Marejadas u olas altas, las cuales pueden arrasar construcciones débiles, carreteras, etc. Hasta una distancia de 500 metros de la playa debido a la potencia de las olas.
- Vientos fuertes superiores a los 118 Km/hora que destruyen plantaciones y viviendas.
- Lluvias intensas e inundaciones, porque la rápida concentración de agua hace que se desborden ríos, quebradas, canales, etc. Durante el paso de un tifón puede llover la cantidad de agua esperada en un mes, inclusive en zonas donde aparentemente el tifón no producirá efectos.

¿Qué hacer antes?

- Revise la resistencia de su casa, principalmente la fortaleza y anclaje de las vigas y los muros que soportan los pisos y el techo.
- Si su casa está ubicada cerca de playas o ríos procure desocuparla con la debida anticipación al paso del tifón, e ir a un lugar distante, alto, resistente y cubierto.
- Si su casa es un buen resguardo asegure el techo (tejas de lámina y zinc).
- Debe conocer los mecanismos para desconectar la luz, el agua y el gas.
- Tenga a la mano un transistor y una linterna con pilas en buen estado.
- Esté enterado de las noticias que proporcionará por radio el Comité de Emergencias. Así se informará sobre la cercanía del tifón.
- Tenga a mano un botiquín de primeros auxilios, una caja de herramientas y un silbato para dar aviso de un peligro cercano o si se queda atrapado bajo escombros.
- Almacene agua potable con tiempo. Puede haber escasez.
- Coloque tablas y/o cintas adhesivas sobre las ventanas para evitar que se rompan violentamente.
- Si tiene animales, ubíquelos en un lugar seguro.
- Guarde o deje en el suelo todos los objetos que se puedan caer.
- Con la colaboración de las autoridades evite que árboles o postes de la luz se puedan caer sobre su vivienda.
- Ayude a sus vecinas/os para que realicen todos los preparativos necesarios para la emergencia.
- Desconecte y guarde las antenas de radio y televisión que pueda tumbar el tifón.

G. FICHA DE ACTUACIÓN ANTE ENFRENTAMIENTOS ARMADOS

- No se deberá salir durante enfrentamientos armados o tiroteos. Se hará primero una evaluación detenida de la situación y de nuestras posibilidades. Luego se verificará con los responsables (Policía o ejército) de la zona, las condiciones de seguridad.
- No emprenda acción alguna, sin previa concertación, autorización y cumplimiento pleno de las normas de acceso seguro.
- De preferencia se trabajará durante el día (de las 06:00 a las 18:00 horas). Si existe urgente necesidad de hacerlo en horas nocturnas, se deberán pedir garantías al responsable del operativo en la zona, encender luces internas y externas de los vehículos, viajar a velocidad moderada, no utilizar la sirena y atender cualquier orden de parada.
- En caso que un miembro del equipo de FRS en particular sea objeto de actos hostiles de una parte del conflicto (amenazas, secuestro, extorsiones), se deberá comunicar inmediatamente a la contraparte, Sede y la policía local.

Situaciones específicas de enfrentamiento armado:

a) Disturbios y tensiones interiores

- No emprenda acción alguna, sin previa concertación, autorización y cumplimiento pleno de las normas de seguridad.
- FRS debe abstenerse de participar, cuando se le solicite realizar acciones fuera de su misión.
- FRS no solicitará ni aceptará escolta militar o policial, a no ser que esté en peligro y se apruebe desde Sede.
- Si se ve cerca o en medio de un enfrentamiento armado siempre debe prevalecer la seguridad de usted y de su equipo.
 - De ser posible, se debe retirar del lugar
 - Buscar protección
 - Realice la señalización del lugar
 - El grupo de trabajo debe permanecer unido.

- Informe de la situación inmediatamente al superior
- **En un vehículo en marcha:** 1. Detenga la marcha, 2. Encienda las luces (tanto las interiores como las exteriores), 3. Salga del vehículo, 4. Protéjase, 5. Informe de la situación

En ningún caso el personal de FRS portará armas, solamente llevará consigo el equipo logístico estrictamente necesario para la misión a desempeñar.

Cualquier incidente de este tipo debe comunicarse a la OTC en Manila y a la sede de FRS en Madrid para tomar las medidas oportunas y si fuera necesaria la evacuación del personal expatriado.

VII. Responsabilidades e informes.

El deber de cuidado establece las responsabilidades y derechos de protección tanto de FRS hacia su equipo de trabajo como viceversa. FRS se compromete a promover la protección de las personas y recursos que utiliza para realizar su trabajo, además toda persona incluida en este plan de seguridad se compromete a cumplir las normas y protocolos establecidos. FRS no pretende que nadie asuma riesgos innecesarios, por lo que hace hincapié en que la seguridad es lo primero.

La responsabilidad individual es clave para el buen desarrollo del trabajo, por lo que toda persona que trabaje para FRS tiene como máxima responsabilidad su propia seguridad y la del equipo.

Toda persona tiene derecho a decidir retirarse de un área insegura o abandonar el proyecto siempre que la decisión esté justificada en función de los riesgos existentes. La decisión de retirada debe ser comunicada al/a responsable directa tan pronto como sea posible. Por otro lado, también existe para el equipo de trabajo la obligación de abandonar un área insegura tan pronto como reciban esa orden de su responsable directo/a o de un cargo superior.

Si sucediera un incidente siempre se ha de elaborar un resgistro e informe. El protocolo a seguir responde a la cadena de responsabilidades:

- Comunicárselo a la coordinadora en terreno (responsable en Filipinas de su seguridad y el equipo local) por teléfono lo antes posible
- Comunicárselo a la contraparte local si fuera necesaria su ayuda o colaboración
- Comunicárselo a la OTC en Manila
- Comunicárselo a la sede de FRS en Madrid (responsable de la seguridad de la persona expatriada y el equipo local)
- Escribir un informe sobre el incidente con los siguientes datos para su debido registro
 - Tipo de incidente
 - Fecha y hora
 - Descripción del suceso
 - Personas involucradas, con su firma e identificación.
 - Informes médicos y/o policiales si los hubiera

VIII. TELÉFONOS Y CONTACTOS DE INTERÉS.

La persona expatriada debe registrarse en las siguientes agencias de alertas ante desastres naturales para recibir alertas vía correo electrónico y SMS:

- Global Disaster Alert and Coordination System: <http://www.gdacs.org/alerts/>
- Registrar su teléfono en el sistema de alertas municipal de la agencia MDRRM en Naga

Teléfonos de interés:

Coordinadora de FRS en Naga, Filipinas:

Leticia Dávora: +63 967 270 6311 / +63 949 787 4248

Siervas de Jesús en Iriga:

Madre Teresa: 09399515315

Sor Rafaela: 09772010392

Policía de Naga: Police Provincial Office (Operations Section)

Tlf. 0998 598 5968

Sede FRS en Madrid:

Oficina: 0034 913339278

Contacto de emergencia: Sandra: 0034 654550383

OTC en Filipinas - AECID:

27th Flor, BDO Equitable Bank Tower, 8751 Paseo de Roxas, 1226 Makati City, Metro Manila, Philippines. Tel: (63-2) 88489906/07/08 | Fax: (63-2) 8489909 | aecid@aecid.ph

EMBAJADA EN MANILA

Cancillería: 27th Flor, Equitable Bank Tower, 8751 Paseo de Roxas, 1226 Makati City, Metro Manila, Philippines, P.O Box 114, Makati Central Post Office, Metro Manila, Philippines Teléfono/s: (+ 63 2) 817 6676 (+ 63 2) 817 6266 (+63 2) 817 9997 Fax/es: (+63 2) 817 4892 Dirección de correo: emb.manila@maec.es Página Web: <http://www.exteriores.gob.es/Embajadas/Manila>

CONSULADO GENERAL EN MANILA 5th floor, A.C.T. Tower. 135 Sen. Gil J. Puyat Avenue.1227. Makati City, Metro Manila. P.O. BOX: 1114, Makati Central Post Office. 1251 Makati City, Metro Manila Teléfono/s: (+632) 818 35 61, (+632) 818 35 81, (+632) 818 55 26 y (+632) 759 29 70 y (+632) 7592971 Teléfono de Emergencia Consular: +63 91 782 66 046 Fax/es: (+632) 810 28 85. Dirección de correo: con.manila@maec.es Página Web: <http://www.exteriores.gob.es/Consulados/Manila>

Además de los asuntos consulares corrientes, puede usted solicitar asistencia del Consulado General de España en Manila en casos de:

- Accidente o enfermedad grave
- Detención o encarcelamiento
- Robo, secuestro u otros actos de violencia

Emergencia consular, que es el +639178266046, al que se puede llamar fuera de horas de oficina y en días festivos.

IX. Fecha, lugar de elaboración del Plan de Seguridad

Este plan se actualizado en junio 2021 en Naga, Camarines Sur. Filipinas; con la participación de FRS (sede y expatriada), equipo local y contraparte.

- **La oficina de FRS en Naga se encuentra en la siguiente dirección:**

Zone 1, Cadlan, Pili - Camarines Sur (Sede de Caritas Cáceres)

X. Bibliografía

Informe de Buena Práctica 8, Edición revisada. Humanitarian Practice Network. Overseas Development Institute. 2010

Guía de seguridad en terreno. Centro Regional de Referencia en Preparación para Desastres (CREPD) de la Federación Internacional de Sociedades de la Cruz Roja y de la Media Luna Roja. 2007