

Guía rápida para expresarse de manera segura

-Cuando hablamos de seguridad no estamos hablando de procedimientos sofisticados y complejos, tampoco acerca de procedimientos militares y policíacos.

-Cuando hablamos de seguridad nos referimos a todas las acciones que cualquier persona puede emprender para mejorar las condiciones de su seguridad y la de su círculo más cercano.

Tu derecho a la libertad de expresión incluye el derecho a buscar y recibir información.

-Cada situación demanda tomar medidas necesarias para mejorar nuestras condiciones de seguridad, toma el tiempo necesario para planear. Considera los peores escenarios posibles, para identificar los riesgos más altos.

Algunas consideraciones que te pueden ayudar a evaluar y hacer tu planeación son:

-¿Qué riesgos o emergencias puedes enfrentar en cada situación en la que te encuentras?

-¿Qué tan preparado estas para una emergencia?

-¿Qué tan rápido puedes salir de ese lugar en caso de que sea necesario?

-Trata de entender los posibles riesgos

-Asigna una acción concreta para contrarrestar los efectos de una emergencia o riesgo.

-Recuerda la adrenalina y la ignorancia son muy malas consejeras en casos de emergencia. Prevenir te permite saber cómo reaccionar ante diversas adversidades.