

Sismo

Recomendaciones

ANTES

-  Junto con su familia **organice y ejecute simulacros.**
-  **Guarde provisiones** (comida enlatada y agua hervida).
-  Tenga a mano números de **teléfonos y mochila de emergencia con elementos indispensables.**
-  **Indique los lugares seguros** de su vivienda, salidas principales y alternas.
-  **Fije a la pared** repisas, cuadros, armarios, estantes, espejos y libreros. Evite colocar objetos pesados arriba de estos.

DESPUES

-  Si es necesario **evacuar el inmueble**, hágalo con calma, cuidado y ordenadamente. Siga las instrucciones de las autoridades.
-  **Reúnase con su familia** en el lugar previamente establecido.
-  Efectúe con cuidado **una revisión completa de su casa** y mobiliarios.
-  No se desespere, **en la escuela los niños están cuidados**, dirjase calmadamente a retirarlos.

DURANTE

-  **Conserve la calma**, no entre en pánico y ejecute las acciones de su plan familiar.
-  **Dirjase a los lugares seguros** previamente establecidos, cúbrase la cabeza con ambas manos colocándola junto a las rodillas.
-  **Aléjese de los objetos** que pueden caerse, deslizarse o quebrarse.
-  **No se apresure por salir**, el sismo dura sólo unos segundos y es posible que termine antes de que usted lo haya logrado.

MOCHILA DE EMERGENCIA

