

# ¿QUE HACER EN CASO DE UN SISMO O DESASTRE NATURAL?



1. MANTENGA LA CALMA. NO ENTRE EN PÁNICO.

## 2. ENCUENTRA UN TRIÁNGULO DE LA VIDA

DETENTE, AGÁCHATE, CÚBRETE Y ESPERA.



## 3. PREPÁRATE CON LA MOCHILA DE EMERGENCIAS



- agua
- alimentos no perecederos
- linterna
- silbato
- radio a pilas
- baterías adicionales
- botiquin primeros auxilios
- medicamentos pre- inscritos.
- herramientas multiusos
- Artículos de higiene personal

## TEN UN PLAN DE EMERGENCIAS FAMILIAR

Hable acerca de los terremotos con su familia. Haga un plan de emergencias familiar sobre que hacer en caso de una emergencia.

Hablar con anticipación ayuda a reducir el miedo.

