



# TERREMOTO

## 7 PASOS DE SEGURIDAD

Prepararacion | Sovrevivencia | Recuperaracion

1



### Espacio Seguro

Identifique peligros y asegure los objetos móviles.



### Agachase. Cubrase. Sujetarse.

Practique estas acciones de seguridad sísmica para estar listo cuando llegue el momento.

5

2



### Planificar la seguridad

Cree un plan de emergencia y prevea cómo se comunicará con sus seres queridos.



### Mejore la seguridad

Manténgase alerta después de un sismo: evalúe lesiones, ayude a otros y reduzca riesgos ante cualquier peligro.

6

3



### Organize suministros de emergencia

Asegúrese de que los kits estén en lugares convenientes.

\* Ejemplos de kit de emergencia la reverso



### Reconecte y Restaure

Reúnanse, reparen y recuperen—juntos.

7

4



### Minimice las dificultades financieras

Mantenga los documentos vitales bien protegidos, considere obtener un seguro y proteger sus bienes contra daños.





## Recursos

- [Advertencia Sismica de California](#)
- [Ready.acgov.org](#)
- [Agencia de Servicios Sociales del Condado de Alameda, Programa DPEM: Preparacion ante Desastres y Gestión de Emergencias](#)

## Alertas

- [Listos CA/Alerts](#)
- [MyShake \(aplicación móvil\):](#)
  - [Apple Store](#) or [Google Play Store \(Android\)](#)
- [AC Alert](#)
- Nixle - Envía tu código postal por mensaje de texto al 888777



## Kit de Emergencia

Prepare su kit de emergencia antes de que ocurra un desastre. En una emergencia, necesitamos artículos específicos, como dinero en efectivo y ciertos suministros. Su kit de emergencia es específico a sus necesidades. Considere artículos que su familia pueda necesitar, como equipos médicos duraderos, medicamentos y suministros para bebés. ¡No olvide empacar suministros para su mascota!

\* Asegúrese de tener suficientes artículos para varios días

- |                                                          |                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Agua                            | <input type="checkbox"/> Máscara de polvo para ayudar a filtrar el aire contaminado             |
| <input type="checkbox"/> Alimentos que no perecen rápido | <input type="checkbox"/> Toallitas húedas, bolsas de basura y amarres o sujetadores de plástico |
| <input type="checkbox"/> Dinero en efectivo              | <input type="checkbox"/> Herramienta o alicates para cerrar la llave central del agua           |
| <input type="checkbox"/> Radio de batería o de mano      | <input type="checkbox"/> Artículos necesarios para mascotas                                     |
| <input type="checkbox"/> Linternas o baterías extras     | <input type="checkbox"/> -----                                                                  |
| <input type="checkbox"/> Abridor de latas de mano        | <input type="checkbox"/> -----                                                                  |
| <input type="checkbox"/> Silbato                         |                                                                                                 |
| <input type="checkbox"/> Medicamentos con receta médica  |                                                                                                 |
| <input type="checkbox"/> Artículos de higiene            |                                                                                                 |



### Contactos de Emergencia (Ejemplo):

**EN CASO DE EMERGENCIA, LLAME AL:**  
**911 - POLICIA / BOMBEROS/SERVICIOS MEDICOS**

Nombre:  
Teléfono principal:  
Dirección:

Familiar/Amigo  
Nombre:  
Teléfono

#### Local (si no es una emergencia)

Policía :  
Bomberos:  
Servicios Médicos:

Contacto fuera del área  
Nombre:  
Teléfono

Otro contacto vital  
Nombre:  
Teléfono :

