

RECOMENDACIONES EN CASO DE SISMO

Tome en cuenta las siguientes recomendaciones en su hogar

1 Antes

Tenga un plan familiar (todos los miembros deben conocerlo)

- Establezca zonas seguras en su casa, o puntos de encuentro con otros familiares, tenga a mano copias de llaves de su vehículo o de su casa.
- Prepare una mochila de emergencias
- Revise objetos o cosas que puedan caer de sus armarios y áncelos a la pared de ser posible o reubíquelos a lugares más seguros si caen para que no golpeen a nadie
- Establezca una lista con números o contactos de emergencia.



2 Durante

- Mantenga la calma y haga lo que ha preparado en su plan familiar.
- Busque sitios seguros y alejados de objetos o ventanas que puedan caer sobre usted o los miembros de su familia.
- Busque salidas en caso de ser necesario.
- No encienda su vehículo a menos que sea de extrema urgencia, ya que los carros se mueven durante un sismo y se desplazan del lugar.
- Busque su mochila de emergencias si requiere salir de su hogar.



3 Después

- Evaluar daños en la vivienda si es seguro ingresar.
- Ayudar a otras personas de su comunidad si lo requieren.
- Seguir las indicaciones de las instituciones encargadas de la emergencia



Ten lista tu MOCHILA DE EMERGENCIA



Recuerda:



VERIFICAR QUE LOS PRODUCTOS COMESTIBLES NO ESTÉN VENCIDOS



INCLUIR ALIMENTOS PARA TUS MASCOTAS E INCLUIROS EN EL PLAN FAMILIAR



AGREGUE COPIAS DE LLAVES DE SU VEHÍCULO Y CASA



NO OLVIDE SUS MEDICAMENTOS DE USO DIARIO PRESCRITOS POR SU MÉDICO