



# El Gran ShakeOut

Simulacro de Terremoto

## Guarderías/Cuido de Niños

**El 19 de octubre de 2023, a las 10:19 am**, millones de personas van a “Agacharse, Cubrirse, y Sujetarse” en el Gran ShakeOut, ¡nuestro simulacro de terremoto más grande! ¡Exhortamos a todos los centros de cuidado de niños a participar en el simulacro (o planificar un ejercicio más amplio)!

Un terremoto puede ocurrir en cualquier momento. Dondequiera que viva o esté es importante estar listo y preparado para cualquier emergencia. El ShakeOut es nuestra oportunidad para practicar cómo protegernos, y para que todos estén preparados. El objetivo es evitar que un terremoto grande se convierta en una gran catástrofe para usted, su organización y su comunidad.

¿Por qué es importante practicar el método de “Agacharse, Cubrirse, y Sujetarse”? Como en muchas circunstancias, para actuar rápidamente hay que practicar frecuentemente. Puede que tenga sólo segundos para protegerse durante un terremoto antes de que los movimientos fuertes lo hagan caerse, o que algo caiga sobre usted.



Millones de personas por todo el mundo han participado en simulacros ShakeOut desde el 2008. Ahora usted también puede participar en el simulacro más grande del mundo.

**¡Todo el mundo puede participar!** Individuos, familias, negocios, escuelas, universidades, agencias del gobierno y organizaciones están invitados a registrarse.

Regístrese hoy: [ShakeOut.org/espanol](https://ShakeOut.org/espanol)

## COMO PARTICIPAR

Aquí incluimos algunas ideas simples que pueden usar los centros decuidos de niños para participar en el ShakeOut. Puede encontrar instrucciones y recursos en [ShakeOut.org/espanol/comoparticipar](https://ShakeOut.org/espanol/comoparticipar).

### Planifique su simulacro:

- Regístrese en [ShakeOut.org/espanol/registrarse](https://ShakeOut.org/espanol/registrarse) para que sea parte del registro del simulacro ShakeOut, y así recibir la información más reciente por correo electrónico.
- Descargue una emisión grabada del simulacro de ShakeOut. [org/espanol/simulacro/emision](https://ShakeOut.org/espanol/simulacro/emision).
- Haga un simulacro “Agáchese, Cúbrase, y Sujétese” a las 10:19 am el 19 de octubre. Usted puede practicar otros aspectos de su plan de emergencia también.
- Discuta lo aprendido y haga mejoras, si es necesario.

### Prepárese para los terremotos:

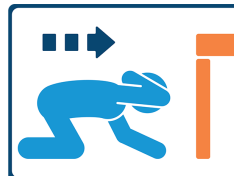
- Identifique y asegure los artículos que puedan caer y causar lesiones.
- Cree y actualice su plan de emergencia.
- Revise sus suministros de emergencia; verifique que estén accesibles y funcionales.
- Exhorte a sus empleados y a los niños que se preparen en sus casas.
- Provea capacitación de primeros auxilios y respuesta a los empleados.

### Comparta el ShakeOut:

- Exhorte a sus empleados que informen a sus amigos, familia y vecinos sobre este ejercicio y que se registren para participar.
- Pídale a sus compañeros en otras instalaciones que participen.
- Busque carteles, folletos, y otros materiales de promoción en [ShakeOut.org/espanol/recursos](https://ShakeOut.org/espanol/recursos).
- Comparta su experiencia en [Shakeout.org/espanol/compartir](https://Shakeout.org/espanol/compartir).



**¡AGÁCHESE!**



**¡CÚBRASE!**



**¡SUJÉTESE!**

## Como participante registrado, usted puede:

- Aprender lo que hay que hacer para prepararse
- Ser parte del registro de nuestro simulacro más grande realizado
- Ser un ejemplo que anime a los demás a participar
- Recibir noticias ShakeOut e información adicional sobre los terremotos

© 2023



FEMA