



# El Gran ShakeOut de Puerto Rico

Simulacro de Terremoto a Nivel Isla

## Guarderías/Cuido de Niños

**El 19 de octubre de 2023, a las 10:00 am**, miles de puertorriqueños van a “Agacharse, Cubrirse, y Sujetarse” en el Gran ShakeOut de Puerto Rico, ¡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. Si vive en Puerto Rico o está de visita en la Isla 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 a lo largo de los EE.UU han participado en simulacros ShakeOut desde 2008. Ahora usted también puede participar en el simulacro más grande de Puerto Rico.

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

Inscríbese hoy: [ShakeOut.org/puertorico](https://ShakeOut.org/puertorico)

## 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/puertorico/](https://ShakeOut.org/puertorico/) comoparticipar.

### Planifique su simulacro:

- Inscríbese en [ShakeOut.org/puertorico/inscribirse](https://ShakeOut.org/puertorico/inscribirse) para que sea parte del registro del simulacro ShakeOut, y así recibir la información más reciente por email.
- Descargue una emisión grabada del simulacro de ShakeOut. [org/puertorico/simulacro/emision](https://ShakeOut.org/puertorico/simulacro/emision).
- Haga un simulacro “Agáchese, Cúbrase, y Sujétese” a las 10:00 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/puertorico/recursos](https://ShakeOut.org/puertorico/recursos).
- Comparta su experiencia en [Shakeout.org/puertorico/compartir](https://Shakeout.org/puertorico/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

