

ANTES

PREPÁRATE HOY, PROTÉGETE SIEMPRE

Estar preparados salva vidas.
La prevención comienza
antes del sismo.



INFÓRMATE Y CAPACÍTATE

Conoce los riesgos de tu zona
y aprende qué hacer.



OBSERVA Y EVALÚA

Identifica áreas seguras, salidas
de emergencia y puntos de encuentro.



TOMA PRECAUCIONES

Asegura muebles y objetos que
puedan caer. Revisa instalaciones
de gas, agua y electricidad.



PREPÁRATE

Ten listo tu kit de emergencias
y construye tu plan familiar
y comunitario.

Incluye a tus animales
de compañía.



**LA PREPARACIÓN ES NUESTRA
MEJOR HERRAMIENTA.
JUNTOS SOMOS MÁS FUERTES.**

♥ POSITIVA está contigo, hoy y siempre.

DURANTE

ACTÚA CON CALMA, PROTÉGETE Y CUIDA A LOS DEMÁS

Mantén la **calma**, cada segundo cuenta.
Tu reacción puede hacer la diferencia.



1. MANTÉN LA CALMA

Respira profundo
y evita el pánico.



2. ADOPTA UNA POSICIÓN DE SEGURIDAD

Agáchate, cúbrete
y agárrate firmemente.

3. BUSCA PROTECCIÓN

- En casa o edificio: aléjate de ventanas
y objetos que puedan caer.
- En la calle: aléjate de postes,
cables y fachadas.
- En auditorios o estadios: permanece
en tu sitio y protege tu cabeza.
- Conduciendo: detén el vehículo
en un lugar seguro, lejos de
estructuras y permanece dentro.



**TU CALMA PROTEGE TU VIDA
Y LA DE LOS DEMÁS.**

DESPUÉS

REVISA, ACTÚA Y RECUPÉRATE JUNTOS

La **seguridad** continúa después del sismo.
Cuidémonos y apoyemos a los demás.



1. VERIFICA TU ESTADO DE SALUD

Revisa si tú y los demás están bien.
Brinda primeros auxilios
si es necesario.



2. PERMANECE EN EL PUNTO DE ENCUENTRO

No regreses a los edificios.
Sigue las indicaciones
de los brigadistas.



3. ¿CÓMO SABER SI PUEDES RETORNAR A TU VIVIENDA?

Espera la evaluación de las autoridades.
Verifica daños estructurales
y fugas de gas o agua.



4. OTRAS RECOMENDACIONES

- Usa mensajes de texto y redes sociales
para comunicarte.
- Escucha información oficial.
- Ayuda a quienes lo necesitan.
- Reporta emergencias
a las autoridades.



**LA SOLIDARIDAD NOS UNE,
LA PREVENCIÓN NOS FORTALECE,
Y JUNTOS SALDREMOS ADELANTE.**

♥ POSITIVA está contigo, hoy y siempre.