

# ShakeOut: Simulacro de Terremotos



**Museos, bibliotecas y parques:** ¡Listos para el #ShakeOut!

Únase a millones cada año al participar en un simulacro ShakeOut y practicar cómo "Agacharse, Cubrirse y Sujetarse" y otras acciones de seguridad en caso de terremotos. La mayoría de las personas participan en el Día Internacional de ShakeOut (**el tercer jueves de octubre**), ipero puede realizar su simulacro cualquier día del año!

Todos pueden participar: museos, bibliotecas, parques, centros de ciencias y otros sitios públicos; otros grupos y organizaciones pueden practicar juntos o por separado, incluso a distancia a través de videoconferencia. Obtenga más información en [ShakeOut.org/comoparticipar](https://ShakeOut.org/comoparticipar).

**¡Únete a millones!**  
**Regístrese a**  
[ShakeOut.org/espanol](https://ShakeOut.org/espanol)

## Cómo participar

### Planifique su simulacro:

- Regístrese en [ShakeOut.org/espanol](https://ShakeOut.org/espanol) para ser incluido/a.
- Únase a la asociación EPIcenter en [ShakeOut.org/epicenter](https://ShakeOut.org/epicenter).
- Aprenda seguridad contra terremotos en [ShakeOut.org/protejase](https://ShakeOut.org/protejase).
- Obtenga la presentación en [ShakeOut.org/comoparticipar](https://ShakeOut.org/comoparticipar).
- Obtenga la narración del simulacro: [ShakeOut.org/comoparticipar](https://ShakeOut.org/comoparticipar).
- Informe al personal sobre el simulacro e invite a participar.
- Decida si su simulacro incluirá visitantes: [ShakeAlert.org/epicenter](https://ShakeAlert.org/epicenter).
- Incluya en su simulacro otros planes de emergencia.
- Realice su simulacro de terremoto y discuta lo aprendido.

### Prepárese para los terremotos:

- Asegure los artículos que podrían caerse durante un terremoto.
- Cree o actualice el plan de desastre de su organización.
- Imparta formación CERT para su personal y voluntarios.
- Organice o reponga kits de suministros de emergencia.
- Anime su personal, voluntarios y visitantes a preparar su casa.
- Costa Oeste, infórmese de alertas de terremotos: [ShakeAlert.org](https://ShakeAlert.org).
- Visite [Terremotos.org](https://Terremotos.org) para más información sobre prevención.

### Comparta en ShakeOut:

- Anime a todos a registrarse y realizar simulacros en casa.
- Encuentre carteles y materiales en [ShakeOut.org/recursos](https://ShakeOut.org/recursos).
- Promocione el ShakeOut en su sitio web y redes sociales.
- Comparta fotos y videos de su simulacro usando #ShakeOut.
- Invite a sus colegas de otras organizaciones a participar.

## Si Siente Un Temblor o Recibe Una Alerta

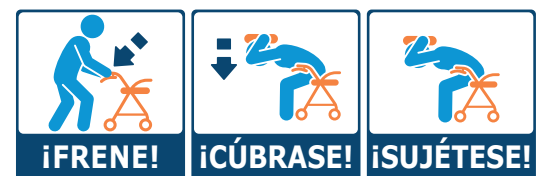
### Si Es Posible



### Si Usa Bastón



### Si Usa Andadera



### Si Usa Silla de Ruedas



[Terremotos.org/paso5](https://Terremotos.org/paso5)

