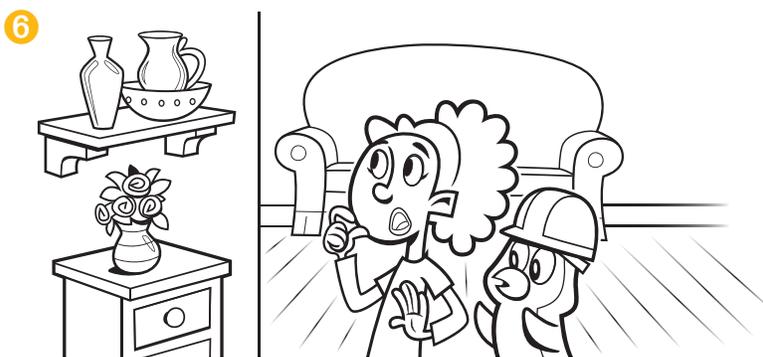
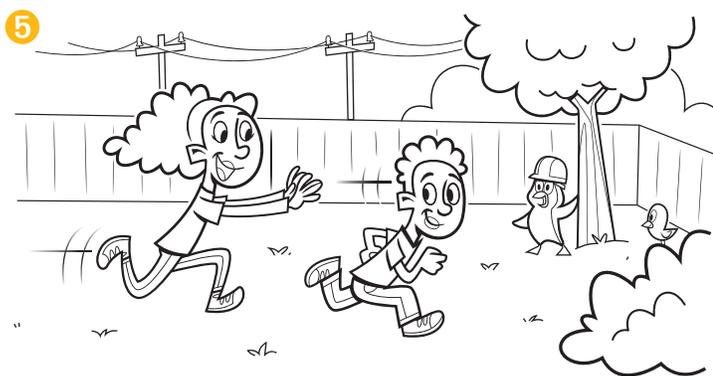
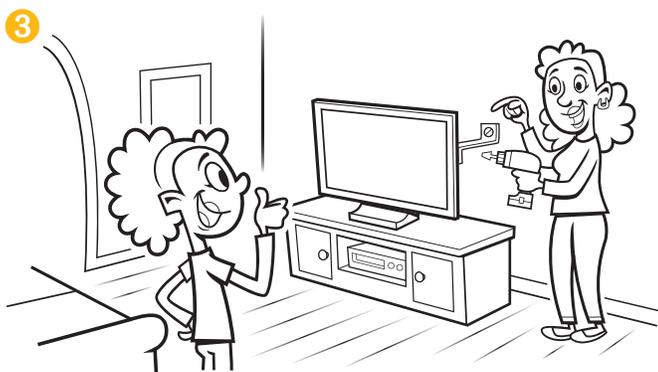
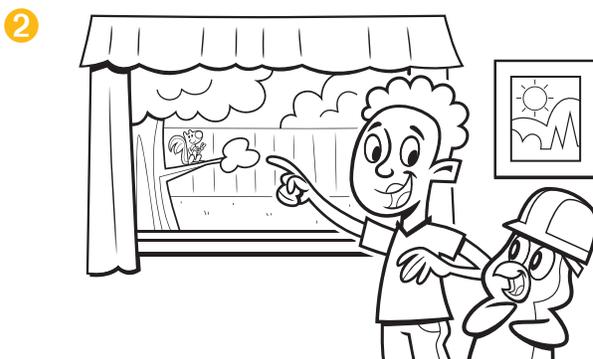
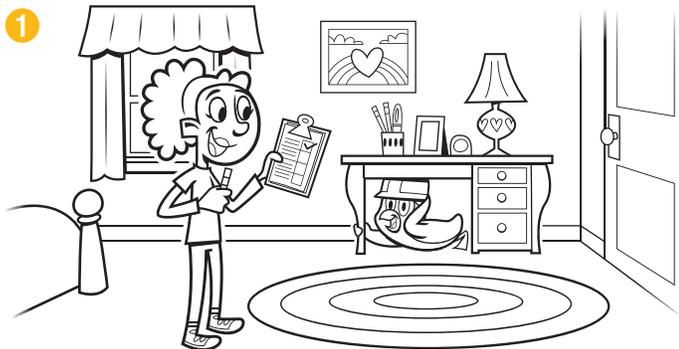


# Prepárate con Pedro!

## Terremotos

# ¡Todo se sacude!

¡Ayuda a Pedro y sus amigos Jasmine y Brandon a prepararse y practicar para un terremoto! Marca con un círculo las imágenes que muestren lo que les ayudará a mantenerse a salvo. Tacha con una cruz las imágenes que no sean formas de prepararse o tomar medidas para un terremoto. Cuando termines, colorea las imágenes seguras.



**MENSAJE PARA LOS ADULTOS:** ¡Esté preparado para un terremoto! Con su hijo, mire mapas regionales, como los que se encuentran en el sitio web del Instituto Americano de Geociencias ([americangeosciences.org/critical-issues/maps/national-seismic-hazard-map](http://americangeosciences.org/critical-issues/maps/national-seismic-hazard-map)), para conversar sobre la posibilidad de que se produzca un terremoto en su área. Anime a los niños a hablar sobre los miedos o ansiedades que puedan tener y asegúreles que, como familia, pueden estar preparados para mantenerse a salvo.

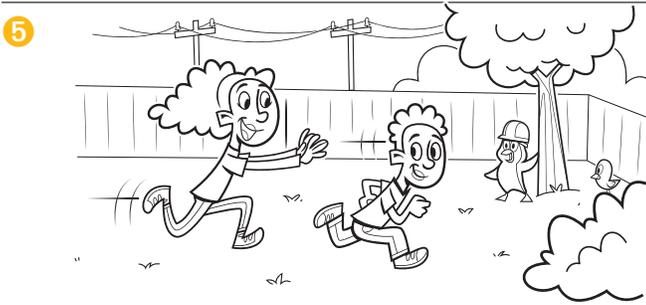
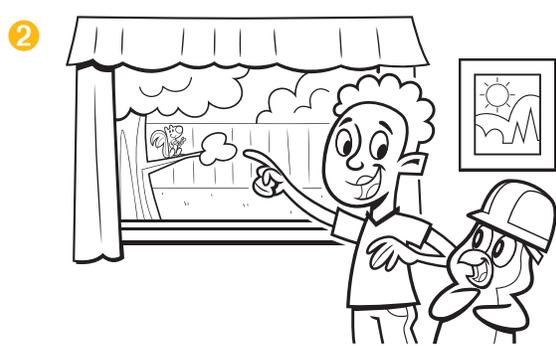


# Prepárate con Pedro!

## Terremotos

# ¡Todo se sacude!

**Parte 1:** ¡Ayuda a Pedro y sus amigos Jasmine y Brandon a prepararse y practicar para un terremoto! Marca con un círculo las imágenes que muestren lo que les ayudará a mantenerse a salvo. Tacha con una cruz las imágenes que no sean formas de prepararse o tomar medidas para un terremoto. Cuando termines, colorea las imágenes seguras.



**Parte 2:** Ahora haz coincidir cada palabra o frase de protección sobre terremotos con su definición. Escribe la letra en la línea.

- |                             |  |
|-----------------------------|--|
| 1. terremoto _____          | a. sujetar cosas pesadas a la pared o guardarlas   |
| 2. asegurar artículos _____ | b. donde vas para que las cosas no te caigan encima y te lastimen  |
| 3. suministros _____        | c. evento natural que ocurre cuando la roca bajo la superficie terrestre se mueve y hace temblar la tierra |
| 4. lugar seguro _____       | d. agua, comida, botiquín de primeros auxilios, linternas y más  |

**MENSAJE PARA LOS ADULTOS:** ¡Esté preparado para un terremoto! Con su hijo, mire mapas regionales, como los que se encuentran en el sitio web del Instituto Americano de Geociencias ([americangeosciences.org/critical-issues/maps/national-seismic-hazard-map](http://americangeosciences.org/critical-issues/maps/national-seismic-hazard-map)), para conversar sobre la posibilidad de que se produzca un terremoto en su área. Anime a los niños a hablar sobre los miedos o ansiedades que puedan tener y asegúreles que, como familia, pueden estar preparados para mantenerse a salvo.



# Prepárate con Pedro!

Terremotos

## ¡Agáchate, cúbrete y aférrate!

**Parte 1:** ¡Ayuda a Pedro y sus amigos a mantenerse a salvo durante un terremoto en tres pasos! Mira las imágenes a continuación. Etiquétalas. Escribe la palabra (o palabras) del “banco de palabras” en las líneas debajo de la imagen correcta.

**BANCO DE PALABRAS**

**¡AGÁCHATE!**

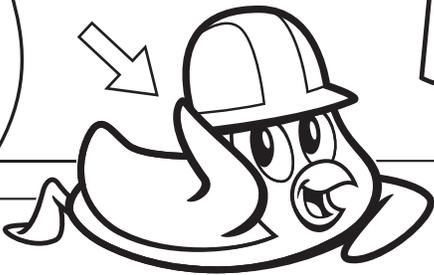
**¡CÚBRETE!**

**¡AFÉRRATE!**

1. Haz esto para que no te caigas.



2. Haz esto para protegerte de la caída de objetos.



3. Haz esto para mantenerte seguro si el temblor hace que las cosas se muevan.



**Parte 2:** En el reverso de este papel, dibújate a ti mismo en un lugar seguro de tu casa. Muestra los tres pasos en tu imagen: ¡Agáchate, cúbrete y aférrate!

**MENSAJE PARA LOS ADULTOS:** Su hijo ha aprendido a mantenerse seguro durante un terremoto. Pídale que compartan los pasos de protección contra terremotos ¡Agáchate, cúbrete y aférrate! y, como familia, practiquen estos pasos en un lugar seguro de cada habitación. ¡También pueden practicar al aire libre!

# Prepárate con Pedro!

Terremotos

## ¡Agáchate, cúbrete y aférrate!

**Parte 1:** ¡Ayuda a Pedro y sus amigos a mantenerse a salvo durante un terremoto en tres pasos! Mira las imágenes a continuación. Etiquétalas. Escribe la palabra (o palabras) del “banco de palabras” en las líneas debajo de la imagen correcta.

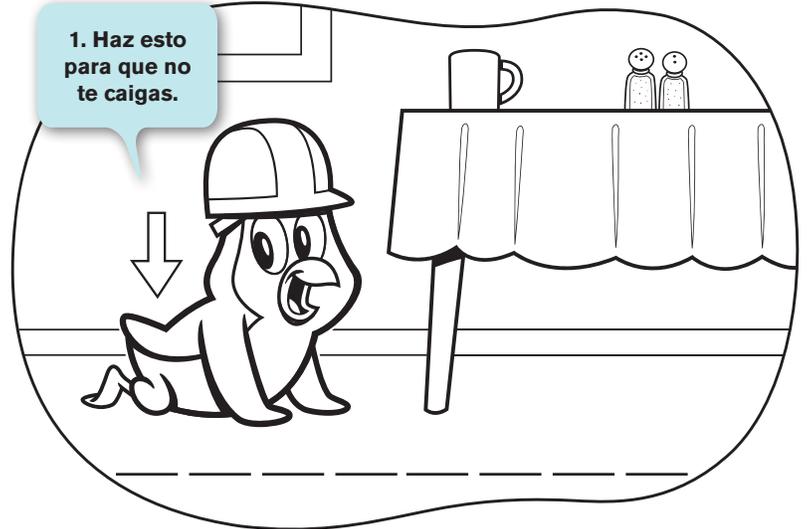
**BANCO DE PALABRAS**

**¡AGÁCHATE!**

**¡CÚBRETE!**

**¡AFÉRRATE!**

1. Haz esto para que no te caigas.



2. Haz esto para protegerte de la caída de objetos.



3. Haz esto para mantenerte seguro si el temblor hace que las cosas se muevan.



**Parte 2:** ¿Cuándo sabrá Pedro que puede salir de su lugar seguro? Descifra y escribe las palabras en las líneas para terminar la oración.

Quando un \_\_\_\_\_ que es \_\_\_\_\_  
 d l t o u a a i g d o r u g e s

**MENSAJE PARA LOS ADULTOS:** Su hijo ha aprendido a mantenerse seguro durante un terremoto. Pídale que compartan los pasos de protección contra terremotos ¡Agáchate, cúbrete y aférrate! y, como familia, practiquen estos pasos en un lugar seguro de cada habitación. ¡También pueden practicar al aire libre!

# Prepárate con Pedro!

Terremotos

## Mensaje para los adultos



Su hijo ha estado aprendiendo sobre los terremotos, incluso cómo prepararse para ellos y mantenerse a salvo cuando ocurre un terremoto. Pídale que comparta lo que aprendió. Revise la siguiente guía con su hijo y luego desarrolle un plan para ayudar a mantener a todos los miembros de su hogar lo más seguros posible durante y después de un terremoto. En una hoja de papel o cartulina separadas, cree un plan de “protección en caso de terremoto”. Enumere los suministros que su familia debe tener a mano, los consejos de protección y los números telefónicos de emergencia. Anime a su hijo a agregar ilustraciones. Asegúrele que si se corta la luz, usted pondrá en práctica el plan para que su hijo no sienta que es su trabajo. También es importante abordar cualquier temor o ansiedad que sus hijos puedan experimentar respecto de un posible terremoto. Hable sobre sus sentimientos y considere la posibilidad de practicar juntos habilidades de respuesta, como la respiración profunda.

### Esté “preparado en caso de terremoto”

- Recorra su casa con su hijo y cree un inventario de artículos sueltos o inestables y muebles o electrodomésticos pesados que no estén asegurados. ¡Luego asegure o mueva los artículos mientras su hijo los “supervisa” y los tacha de la lista!
- Mantenga una linterna y un par de zapatos resistentes junto a la cama de cada miembro del hogar.
- Considere instalar cerraduras en sus armarios, especialmente en lugares donde guarda artículos pesados o frágiles, así como instalar cerraduras en las puertas del ropero.
- Identifique lugares donde podría buscar refugio.
- Cree una “mochila para llevar” con una linterna, muda de ropa, agua embotellada y un juego o libro para cada miembro de la familia.

### Manténgase “a salvo de terremotos”

- Si se produce un terremoto, ¡agáchese, cúbrase y aférrese!
- Si está dentro, quédese dentro.
- Si está al aire libre, busque un lugar despejado y tírese al suelo. Intente alejarse lo más posible de edificios, líneas eléctricas, árboles y farolas.
- Si está en la cama, quédese allí, acomódese boca abajo y cúbrase la cabeza y la parte superior del cuerpo con una almohada.
- Si está en su automóvil durante un terremoto, deténgase en un lugar despejado, manteniendo los cinturones de seguridad puestos.

### Conciencia de réplicas

- Quédese dentro hasta que pasen los temblores y sea seguro salir.
- Las réplicas pueden ocurrir minutos, días, semanas e incluso meses después de un terremoto. Prepárese para agacharse, cubrirse y aferrarse en cualquier momento que haya una réplica.
- Abra las puertas de los armarios y roperos con cuidado, ya que el contenido puede haberse movido.
- Asegure los muebles pesados o artículos colgantes que se hayan soltado o caído.
- Cuando sea seguro, revisen juntos su lista de verificación “preparado para terremotos” y anoten si es necesario volver a asegurar o mover algún elemento.

### Más información

Para obtener más información, consulte estos recursos:

- Cruz Roja Americana: [cruzrojaamericana.org/terremoto](https://cruzrojaamericana.org/terremoto)
- Ready.gov: [ready.gov/earthquake](https://ready.gov/earthquake)
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: [cdc.gov/disasters/earthquakes/index.html](https://cdc.gov/disasters/earthquakes/index.html)

