

01

¿QUÉ ES UN SISMO?

Un **sismo** es un movimiento repentino de la tierra que puede hacer que las cosas se **muevan** o **caigan**.



Un sismo no es un juego.



Debemos mantener la calma.



Siempre debemos escuchar a la maestra.



¡Escuchar, aprender y practicar nos mantiene **seguros**!



2

¿QUÉ HACER DURANTE EL SISMO?

Cuando comienza el **sismo**, debemos mantener la **calma** y protegernos.

¡Estamos seguros!



Debemos:

1 Agacharnos.



2 Proteger nuestra cabeza.



3 Alejarnos de ventanas y objetos que puedan caer.



4 Esperar indicaciones de la maestra.



No correr, no gritar y mantener la calma.



3

¿QUÉ HACER DESPUÉS DEL SISMO?

Cuando el **sismo** termina, debemos **evacuar** el salón de manera ordenada y llegar a la **zona segura**.

RUTA DE
EVACUACIÓN



¡VAMOS
A LA ZONA
SEGURA!



PASOS PARA LA EVACUACIÓN

1

Formamos la fila en orden.



2

Caminamos rápido pero sin correr.



3

Seguimos la ruta de evacuación.



4

Llegamos a la zona segura.



5

Pasamos lista y esperamos indicaciones.



¡Mantener la calma, seguir las reglas y **cuidarnos entre todos** es lo más importante!



4

¿DÓNDE NOS REUNIMOS?

Después de evacuar, debemos llegar a la **ZONA SEGURA** y permanecer allí junto a nuestra maestra. 



¿QUÉ HACEMOS EN LA ZONA SEGURA?

1



Pasamos lista para saber que todos estamos bien.

2



Revisamos si hay algún compañero que necesita ayuda.

3



Nos sentamos, mantenemos la calma y esperamos.

4



Escuchamos las indicaciones de nuestra maestra.

PUEDES SENTIR...



Miedo



Tristeza



Nervios

¡Es normal sentirlo!

Respiramos profundo, pedimos ayuda y nos sentimos mejor.

IMPORTANTE

-  No correr.
-  No empujar.
-  No gritar.
-  No regresar por objetos.
-  Cuidamos de nosotros y de nuestros amigos.



¡Juntos y en calma, estamos seguros!

5

¿QUÉ LLEVAMOS EN LA MOCHILA DE EMERGENCIA?

La mochila de emergencia nos ayuda a estar **preparados y seguros** ante cualquier situación.



ESTA MOCHILA DEBE CONTENER:

Botiquín básico



Agua



Linterna



Silbato



Lista de estudiantes



Toallitas húmedas



Mascarillas



Guantes



Bolsas plásticas



RECUERDA:



Revisar la mochila cada cierto tiempo y reponer lo que se use o esté vencido.

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

Porque tener lo necesario nos ayuda a cuidar nuestra **salud, tranquilidad y seguridad.**



¡Estar preparados nos hace más seguros!



6

NORMAS DURANTE LA EVACUACIÓN

¿QUÉ SÍ Y QUÉ NO?

SALIDA

Para estar seguros,
debemos seguir
estas normas. ☆



SÍ DEBEMOS



Caminar
sin correr.



Seguir las
indicaciones
de la maestra.



Mantener
el orden.



Ayudar a los
compañeros.



Llegar a la
zona segura.



NO DEBEMOS



Correr.



Empujar.



Gritar.



Regresar por
objetos.



Separarnos
del grupo.



RECUERDA

Siempre debemos
seguir la ruta
de evacuación.



PARA ESTAR SEGUROS:

- ★ Escuchar.
- ★ Obedecer.
- ★ Mantener la calma.
- ★ Cuidarnos entre todos.



¡Juntos somos un equipo
y la **seguridad** es lo primero!



¿QUÉ HACEMOS EN LA ZONA SEGURA?

Cuando llegamos a la zona segura, debemos mantener la calma y seguir las indicaciones de nuestra maestra.

ZONA SEGURA



¿QUÉ DEBEMOS HACER?

- 1** Llegar a la zona segura en orden.



- 2** Formarnos y sentarnos en el lugar asignado.



- 3** Pasamos lista para verificar que todos estén.



- 4** Escuchamos a la maestra y esperamos indicaciones.



- 5** Nos mantenemos tranquilos y cuidamos a nuestros amigos.



LA MAESTRA DEBE:

- ✓ Pasar lista.
- ✓ Verificar si todos están bien.
- ✓ Atender a quien lo necesite.
- ✓ Informar a las autoridades.
- ✓ Mantener al grupo tranquilo.



SÍNTOMAS QUE DEBEMOS OBSERVAR



Llanto excesivo



Mareo o dolor de cabeza



Golpes o heridas



Desorientación o confusión



Si alguien no se siente bien, avisamos a la maestra de inmediato.

RECUERDA



La zona segura es un lugar donde estamos tranquilos y a salvo mientras esperamos ayuda.



¡La calma, el orden y la unión nos mantienen seguros!

8.

IMPORTANCIA DE LOS SIMULACROS



Los simulacros nos ayudan a aprender qué hacer durante una emergencia.

1

Aprendemos a evacuar rápido.

2

Practicamos mantener la calma.

3

Conocemos la ruta de salida.

4

Ayudamos a nuestros compañeros.

5

Estamos preparados.

★ ¿POR QUÉ SON IMPORTANTES LOS SIMULACROS? ★



¡Practicar nos ayuda a estar seguros!



¡GRACIAS POR APRENDER A CUIDARTE!



AHORA SABEMOS:



✓ Mantener la calma



✓ Escuchar a la maestra



✓ Caminar en orden



✓ Cuidarnos entre todos



La prevención y la práctica nos ayudan a proteger vidas.



PUNTO DE ENCUENTRO



¡Juntos estamos
preparados
y seguros!

