



DECÁLOGO DE RECOMENDACIONES

1. No pierdas la calma ni deambules por las calles.
2. Resguárdate bajo una mesa, en el marco de una puerta o en las escaleras.
3. No utilices el ascensor.
4. No uses el teléfono.
5. No enciendas cerillas ni mecheros.
6. No propagues rumores.
7. No andes descalzo.
8. No muevas a los heridos, límitate a calmarles.
9. Bebe agua embotellada o hervida.
10. No olvides que el terremoto solo dura unos segundos.



MEDIDAS DE PROTECCION FRENTE A TERREMOTOS



APRENDAMOS QUE HACER EN CASO DE UN TERREMOTO

TELEFONOS DE EMERGENCIAS

Emergencias.....	112
Bomberos	085
Protección Civil	112
Policía Local	092
Policía Nacional.....	091
Ambulancia	061
Guardia Civil.....	062



Ayuntamiento de Antequera

MEDIDAS DE PROTECCION FRENTE A TERREMOTOS

ANTES DEL TERREMOTO

- Tenga preparados: botiquín de primeros auxilios, radio, linterna, pilas...
- Prevea un plan de actuación en caso de emergencia y asegure el reagrupamiento de la familia en un lugar seguro.
- Confeccione y tenga a mano un listín telefónico con los teléfonos de interés.
- No coloque objetos pesados en las baldas superiores ni encima de muebles altos.
- Fije bien a las paredes los muebles y objetos que puedan provocar daños al caerse cuadros, espejos...)
- Revise la estructura de la vivienda y la fijación de; aleros, balcones...
- Sepa como desconectar la luz, el gas y el agua.
- Almacene agua en recipientes de plástico y alimentos no perecederos.

DURANTE EL TERREMOTO

- Si **no es fuerte**, tranquilícese, acabará pronto
- Si **es fuerte**, mantenga la calma y trasmita serenidad.
- Si está **dentro de un edificio**:
 - - Busque estructuras fuertes, no salga al exterior.
 - - Manténgase alejado de las ventanas, tabiques y objetos que puedan caerse.
 - - En caso de evacuación, no utilice el ascensor.
 - - Apague el fuego. No utilice ningún tipo de llama.
- Si está **fuera de un edificio**:
 - - No se acerque ni penetre a los edificios.
 - - Vaya hacia lugares abiertos.
 - - Si va en coche, parelo donde le permita, alejado de edificios, puentes. Y permanezca dentro del vehículo.

DESPUES DEL TERREMOTO

- Guarde la calma y evite una situación de pánico.
- Compruebe a los heridos: si son leves, préstele auxilio. Si son graves, recuerde que no debemos moverlos. En caso de que haya posibilidad de incendio o derrumbamiento hágalo con precaución.
- No utilice el teléfono salvo en caso de extrema urgencia.
- Tenga precaución al abrir armarios (algunos objetos pueden haber quedado en posición inestable).
- Utilice calzado con suela gruesa.
- No repare inmediatamente los desperfectos, excepto si hay vidrios o sustancias tóxicas.
- Apague cualquier incendio, si no pudiera dominarlo, contacte inmediatamente con los bomberos.
- Aléjese de las construcciones dañadas. Vaya hacia áreas abiertas.
- Beba agua embotellada o hervida (puede estar contaminada).

