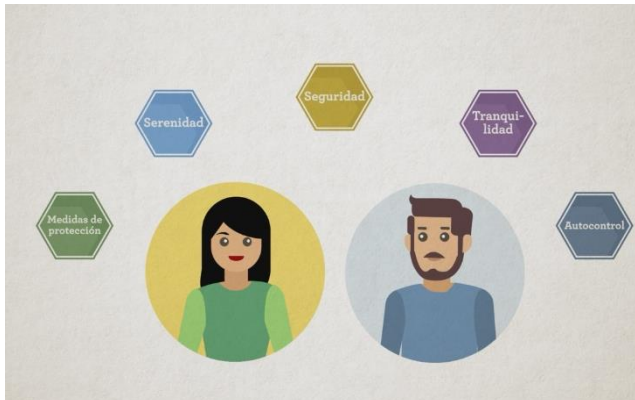


## PREVENCIÓN Y ACTUACIÓN ANTE UN TERREMOTO

- Perfil Tutoría -



Lo primero que hay que decir ante una situación real de episodio sísmico es que hay que **MANTENER LA CALMA**.

Vamos a estar lo mejor preparado posible.

### 1. PREVENIR: ANTES DE UN TERREMOTO.



En tu aula comprueba que todo está bien sujeto (lámparas, pizarras, paneles, etc)

No coloques objetos voluminosos, pesados o de cristal en sitios elevados



En caso de que encuentres algún problema pide ayuda para asegurarlos



### **¡REALIZA UN SIMULACRO!**

Di a tu alumnado que toda la información está en la web [iesalhambra](http://iesalhambra) (y enséñaselo).

Si tu tutoría es de ESO o aulaTEA, dedica una hora de tutoría a motivar, informar y realizar un simulacro en tu clase sobre cómo actuar en caso de terremoto. Sigue las indicaciones que encontrarás en la web [iesalhambra.es](http://iesalhambra.es).

Si tu tutoría es de Bachillerato o CFGS, dedica un tiempo adecuado a motivar, informar y realizar un simulacro sobre cómo actuar en caso de terremoto. Sigue las indicaciones que encontrarás en la web [iesalhambra.es](http://iesalhambra.es).



## 2. CÓMO ACTUAR DURANTE UN TERREMOTO.



Si estás en pupitre: Refúgiate bajo la mesa si puedes.  
Si estás sentado en una silla de pala o no puedes meterte bajo la mesa, adopta una postura que proteja la cabeza (agachado con las manos sobre cabeza y nuca)

Si estás de pie, busca refugio cerca de pilares, muebles sólidos, paredes maestras, o bajo dinteles.

**¡ALEJATE DE VENTANAS, CRISTALES, VITRINAS U OBJETOS INESTABLES!**

Si estás en el patio dirígete al centro de la pista. ¡No entres en el edificio!



**¡NO SALGAS DEL EDIFICIO!**

Si hubiese que evacuar se indicará siguiendo el protocolo de evacuación.



### 3. QUE HACER DESPUES DE UN TERREMOTO.



Ya sabes, no salgas del edificio. Si hay algún herido o riesgo, informa al equipo de autoprotección, quien tomará la medida más adecuada con la información obtenida.

Si huele a gas, gasóleo o se derraman productos químicos o sustancias peligrosas entonces sí, abandona el edificio siguiendo el itinerario previsto en el plan de evacuación.



Y ante todo....

**¡MANTEN LA CALMA!**

Si el episodio ha sido leve y no ha provocado daños ni situaciones de alarma, puedes intentar continuar con tu labor habitual .... si el alumnado lo permite.

