

CONTACTO: Su Nombre, Agencia
Teléfono #
Su Correo

PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

**QUINTO ANUAL "GRAN SHAKEOUT"
PARA EL XX DE OCTUBRE DE 20XX**

Todos los ciudadanos, empresas y comunidades de SU CIUDAD/ESTADO están alentados a participar

CIUDAD, Edo. - Después del "Mes Nacional de Preparación" de FEMA en septiembre, individuos y comunidades participarán en el **quinto** gran simulacro de terremotos ShakeOut.

Se celebra anualmente el tercer jueves de octubre, el Día Internacional de Acción de ShakeOut está programado para el jueves **XX de octubre de 20XX de la mañana**. Durante el ejercicio autodidacta, los participantes practican cómo "**Agacharse, Cubrirse y Sujetarse**". Apoyado por los funcionarios de emergencia y los socorristas, la respuesta segura a un terremoto es:

Si es posible

AGÁCHESE donde esté, con sus rodillas y manos en el piso. Esta posición lo protege de ser derribado y reduce las posibilidades de ser golpeado por objetos que puedan salir volando.

CÚBRASE la cabeza y el cuello con un brazo.

- Si hay una mesa o escritorio resistente cerca, gatee debajo de ella.
- Si no hay refugio cerca, gatee hacia una pared que no dé al exterior.
- Manténgase de rodillas; inclínese para proteger sus órganos vitales.

SUJÉTESE hasta que deje de temblar.

- Bajo un refugio: Sosténgase con una mano; prepárese para moverse con su refugio si éste se mueve.
- Sin refugio: Cubra su cabeza y cuello con ambos brazos y manos.

O adáptese según su situación:

Si tiene dificultades para llegar al suelo o no puede volver a levantarse sin ayuda de un cuidador, siga estas recomendaciones:

- Si está en un sillón reclinable o en una cama: cúbrase la cabeza y el cuello con los brazos o una almohada hasta que cese el temblor.
- Si usa bastón: agáchese, cúbrase y sujétese o siéntese en una silla, cama, etc. y cúbrase la cabeza y el cuello con ambas manos. Mantenga su bastón cerca para que pueda usarlo cuando deje de temblar.
- Si usa andador o silla de ruedas: Aplique los FRENOS (si aplica). Si usa andador, cuidadosamente baje al piso lo más posible. Inclínese y CUBRA su cabeza y cuello con sus brazos, un libro o una almohada. Luego, SUJÉTESE hasta que deje de temblar.

(Insertar cualquier evento de terremoto reciente o memorable aquí) El terremoto de M7.8 Nepal de abril de 2015 y el terremoto M8.3 del 16 de septiembre de 2015 cerca de Illapel, Chile sirven como

recordatorios de que grandes terremotos pueden ocurrir con poca o ninguna advertencia. Los ciudadanos de los Estados Unidos centrales no son inmunes a los terremotos. La región alberga varias zonas sísmicas activas capaces de producir terremotos dañinos, incluidas las Zonas Sísmicas del Nuevo Madrid y el Valle de Wabash.

Según el nombre/título del portavoz aquí, "Si bien los terremotos aquí pueden ser menos numerosos en comparación con otras áreas, pueden ocurrir en cualquier momento donde trabajemos, vivamos o viajemos dentro de la región y más allá. Todos, en todas partes, deben saber cómo protegerse de un terremoto".

El ShakeOut es gratuito y abierto al público, y los participantes incluyen individuos, escuelas, empresas, agencias gubernamentales locales y estatales, y muchos otros grupos. Para participar en el ShakeOut, se pide a las personas y organizaciones que se unan al ejercicio registrándose para participar www.shakeout.org. Una vez registrados, los participantes reciben información regular sobre cómo planificar su ejercicio y estar mejor preparados para terremotos y otros desastres.

Hasta la fecha, 2.4 millones de personas están registradas para participar en este evento regional, sin embargo, el sismo *Gran ShakeOut para terremotos* también se producirá en todo el país y en varios países de todo el mundo. Se espera que participen más de 45 millones de personas en todo el mundo; Y además de ejercicios de seguridad, muchos participantes toman medidas adicionales para estar más preparados para terremotos u otros desastres.

El Gran ShakeOut es coordinado por el nombre de SU ESTADO / ORGANIZACIÓN, el Consorcio Central de Estados Unidos y sus otros Estados Miembros y Asociados, la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias, el Servicio Geológico de los Estados Unidos y decenas de otros socios. ShakeOut es coordinado globalmente por el Southern California Earthquake Center en Los Angeles, California.

###