

# APRENDE

**A PROTEGERTE EN CASO DE UN SISMO**

# JUGANDO

## Y COLOREANDO



**A colorear**



**Capitán Plin**

# Sopa de palabras

T E M B L O R X O C O F  
E D S D O S I S M O E D  
R A A I E A S A L L A F  
R N T D P S O J R D A V  
E T I A I B A R I S S A  
M N E L C D A S O G E I  
O E R I E L N T T N A G  
T G R P N E N U O R L R  
O I A H T E V A F A E I  
S R C N R R Y P R O M N  
A O I I O A I J R E R E  
M A G N I T U D A S O P

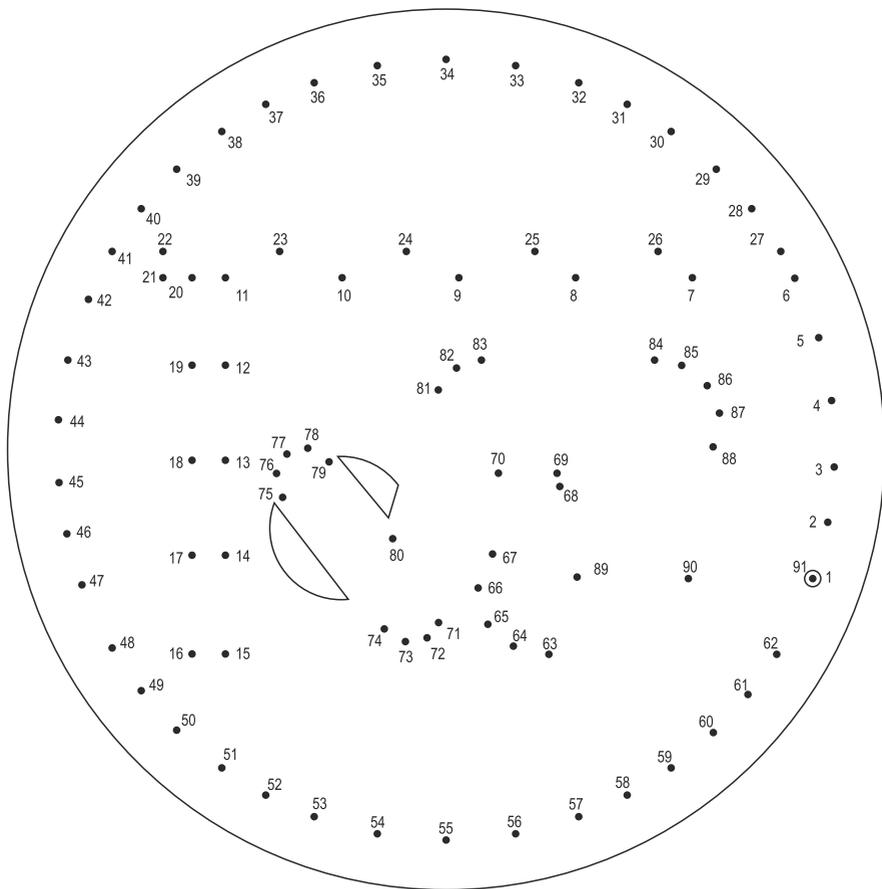
Busca las palabras subrayadas en el texto

## Fenómenos geológicos

Los sismos, temblores o terremotos son fenómenos de origen geológico pues los crea el planeta, y ocurren repentinamente en una zona del interior de la Tierra ubicada a gran profundidad llamada foco. Esto ocurre por una liberación de la energía que se va acumulando poco a poco durante muchos años. Esta liberación que ocurre de pronto a través de fallas o grandes grietas que existen en el terreno; y se ubica en un punto en la superficie de la Tierra llamado epicentro. Los sismos se miden por su magnitud e intensidad, y los más fuertes pueden generar un desastre en nuestra comunidad si no estamos preparados para enfrentarlos.



# Completa la figura y colorea

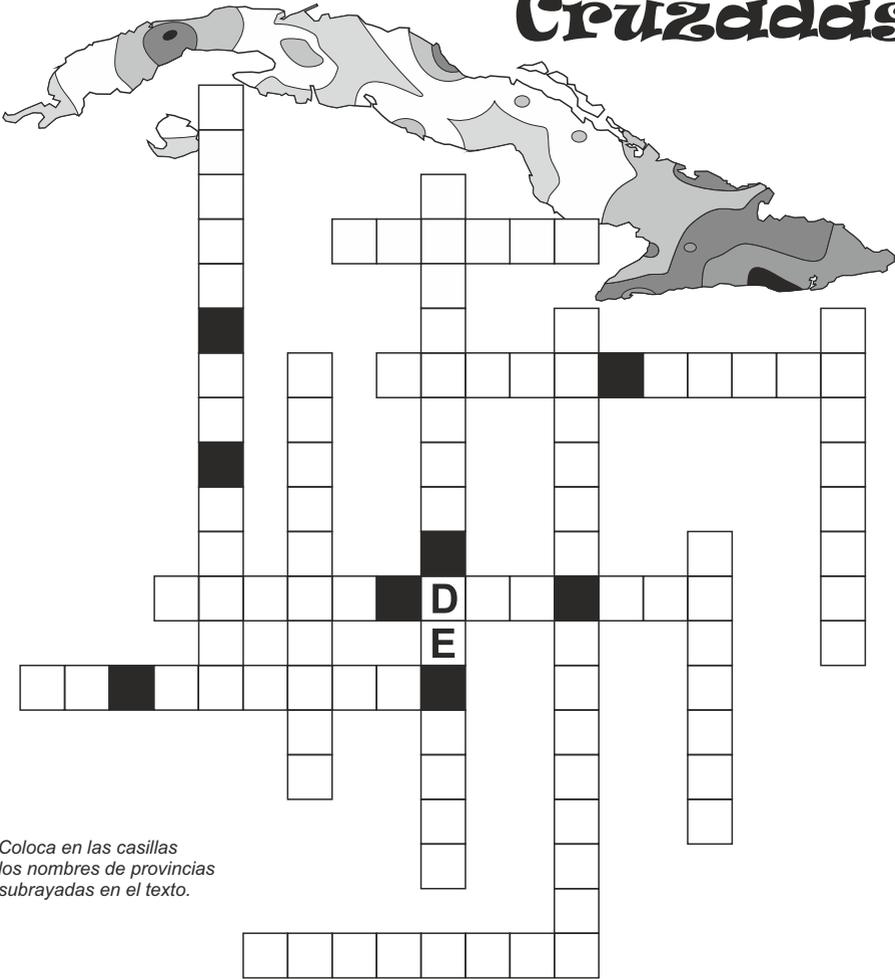


**En caso de un sismo reacciona rápidamente  
y PROTÉGETE.**



**EVITA CORRER,  
NO GRITES,  
TAMPOCO EMPUJES,  
NI USES ESCALERAS  
O ELEVADORES**

# Cruzadas



Coloca en las casillas los nombres de provincias subrayadas en el texto.

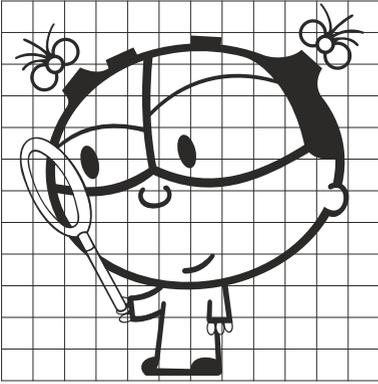


## Lugares sísmicos en Cuba

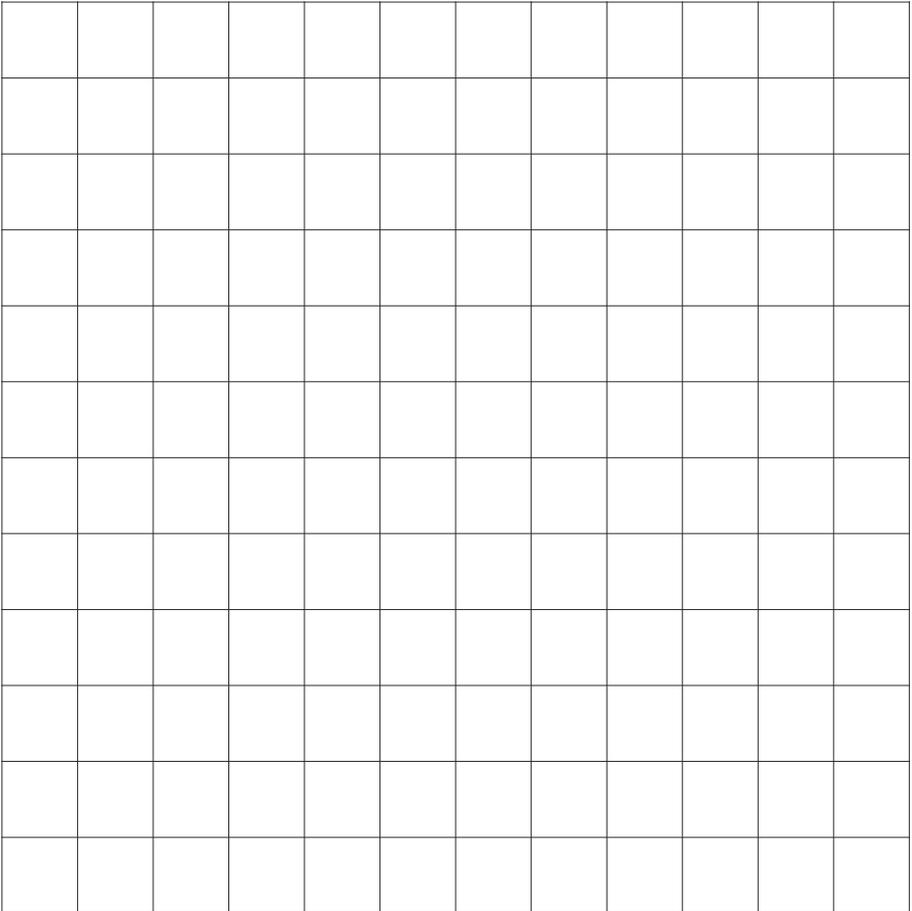
En toda nuestra isla ocurren terremotos de diversas magnitudes o tamaños, por eso se han sentido temblores en muchas provincias. La región oriental está considerada como la zona donde más sismos ocurren y por tanto ha sido la más afectada por sus efectos. En esta región oriental resultan más sísmicas las provincias

de Santiago de Cuba, Granma, Guantánamo y Holguín. Sin embargo, las provincias Pinar del Río, La Habana, Matanzas, Villa Clara, Sancti Spiritus, Ciego de Ávila y Camagüey, también tienen riesgo de afectaciones por causas de un sismo.

# Dibujar y colorear



**Fernanda**



# Cruzadas



Coloca en las casillas  
las palabras subrayadas  
en el texto.



## Registros sísmicos

Los sismos se registran en Estaciones Sismológicas de diferentes características técnicas según su ancho de banda y su período, y allí existen instrumentos llamados sismógrafo que captan la llegada de las ondas sísmicas que produce el terremoto en el terreno. Estas estaciones permiten con sus registros determinar la localización del sismo, la hora en que ocurrió, su magnitud y la profundidad de su foco. Con estos datos se confecciona un reporte ubicándose en un mapa su epicentro.

# A coloredar





# Sopa de palabras



Busca las palabras subrayadas en el texto

## Preparación en familia

Como parte de la prevención y preparación ante terremotos, confecciona junto a tus padres un plan de emergencia familiar que sea sencillo y fácil de practicar. Esto incluye fixar un punto de encuentro para toda la familia, planificar quien recoge a los niños y niñas en la escuela, conocer las vías de evacuación más fáciles, examinar en conjunto nuestra casa para ubicar los lugares más peligrosos y los más seguros, revisar las tuberías de gas y agua, así como tener a mano una lista con los contactos más importantes de la familia. Es importante ensayar este plan periódicamente y así estar preparados para enfrentar un sismo fuerte.



# Cruzadas



Crossword puzzle grid with the following words filled in:

- Vertical word: DESLIZAMIENTOS
- Vertical word: IMPACTOS
- Horizontal word: PELIGRO
- Horizontal word: AMENAZA
- Horizontal word: EFECTOS
- Horizontal word: DAÑOS
- Horizontal word: PÉRDIDAS
- Horizontal word: AFECTACIÓN
- Horizontal word: DEBILIDADES

## Desastres naturales

PELIGRO  
AMENAZA  
EFECTOS  
DAÑOS

IMPACTOS  
PÉRDIDAS  
AFECTACIÓN  
DESLIZAMIENTOS  
RIESGOS

GRIETAS  
HUNDIMIENTOS  
RUINAS  
DEBILIDADES

# Tesoros escondidos

En esta ilustración deberás encontrar algunos artículos que necesitarás en caso de ocurrir un sismo. Busca una mochila, una linterna, un silbato, dos mantas, pomos con agua, frutas, radio portátil, una vela, un cepillo de dientes y un botiquín de primeros auxilios.





# Chunchu

## A colorar



# Sopa de palabras

A R E S O R O F S O F R  
N M S C S O T A L P E A  
R A R I U A V A S O S D  
E N S S L C O A R I A I  
T T A A R B H R U S S O  
N A L L B R A I O G E D  
I S E I D L R T L N A E  
L Y V P I R N R O L L P  
I O R H N E O A A E A I  
S S C J E R Y P R P M L  
A O R I R A I J A A K A  
M X C F O Z C O A P O S

Busca las palabras subrayadas en el texto

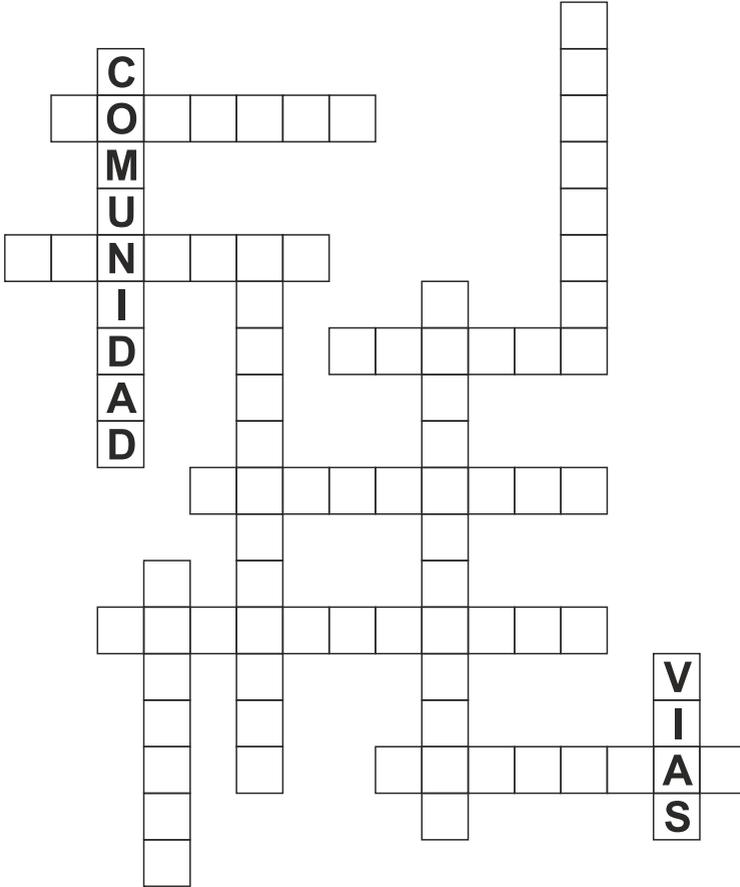


## Útiles para emergencias

Los útiles de emergencias son un grupo de artículos de primera necesidad que serían necesarios para poder sobrevivir luego de un sismo. Estas provisiones, también conocidos como suministros de emergencias deben ser preparados teniendo en cuenta todas las características de las personas que integran la familia.

Se prepara en una mochila o maletín que esté al alcance de todos para ser llevado al punto de encuentro familiar después de un sismo. No deben faltar papel y lápiz, una linterna y pilas adicionales, un radio de pilas, agua suficiente para varios días, una cuchilla multiuso, un silbato, mantas para abrigarse, ropa adicional, cubiertos, platos y vasos de plástico, dinero, velas, fósforos , documentos importantes y de identificación, así como medicamentos.

# CRUZADAS



## En la Comunidad

- |              |              |
|--------------|--------------|
| PLANES       | CONOCER      |
| FORTALEZAS   | ROTURAS      |
| DEBILIDADES  | ELECTRICIDAD |
| VECINOS      | VÍAS         |
| CAPACITACIÓN | BOMBEROS     |
| URGENCIAS    | HOSPITAL     |



*Debemos conocer las características de nuestra comunidad para poder identificar las amenazas y las vulnerabilidades existentes, e idear acciones para reducirlas. Reforzar la educación y capacitación en los temas de prevención de desastres, prestando especial atención a los grupos sociales más vulnerables dentro de nuestra comunidad: niños, niñas, ancianos, ancianas, personas con discapacidades y embarazadas, pues son los menos aptos para responder adecuadamente en situaciones críticas.*

# Sopa de palabras



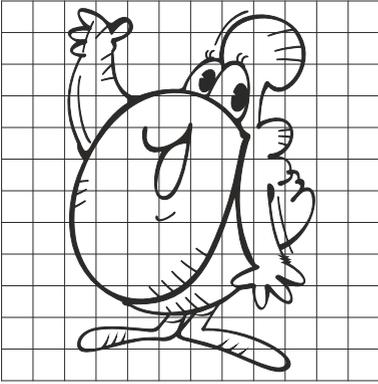
Busca las palabras subrayadas en el texto



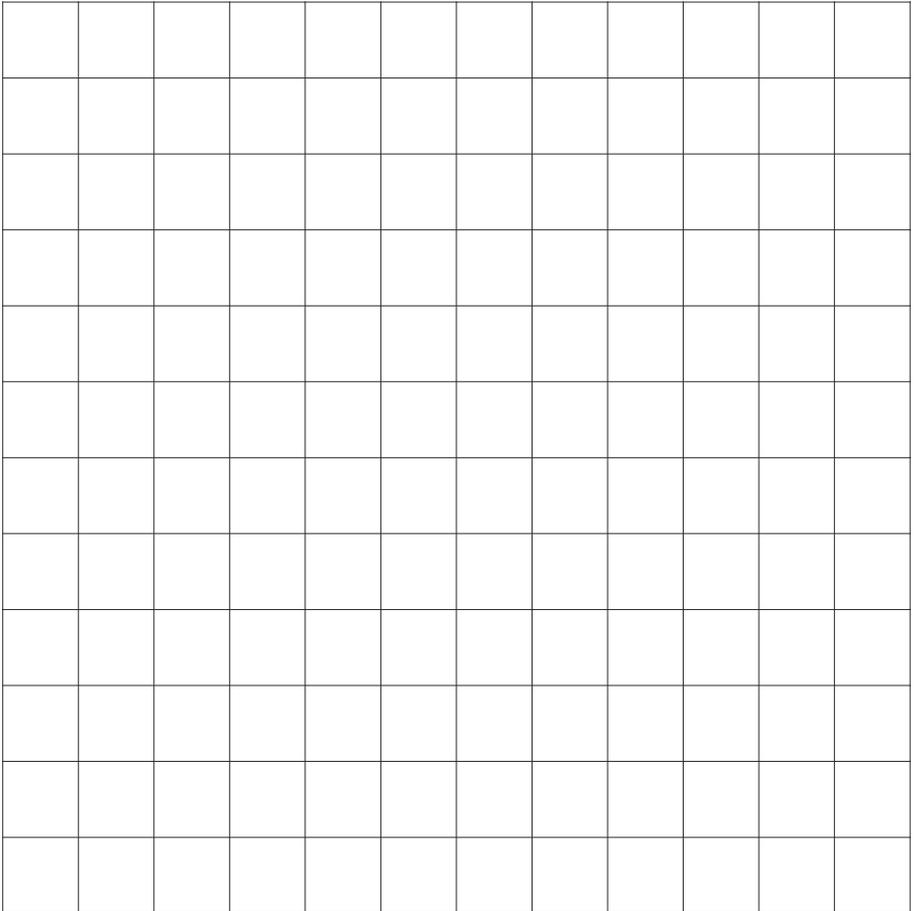
## Comportamiento durante un sismo

Al ocurrir un sismo reacciona desde los primeros instantes manteniendo la calma y la ecuanimidad. Debes protegerte al lado de un mueble resistente y coverte la cabeza con ambas manos colocándolas junto a las rodillas. No entres en pánico, mantén la disciplina y la serenidad, infundiendo valor y tranquilidad a las personas que estén a tu alrededor. No corras hacia las salidas, y si estás en un auto debes detenerte, estacionar en un lugar seguro y esperar que termine de temblar.

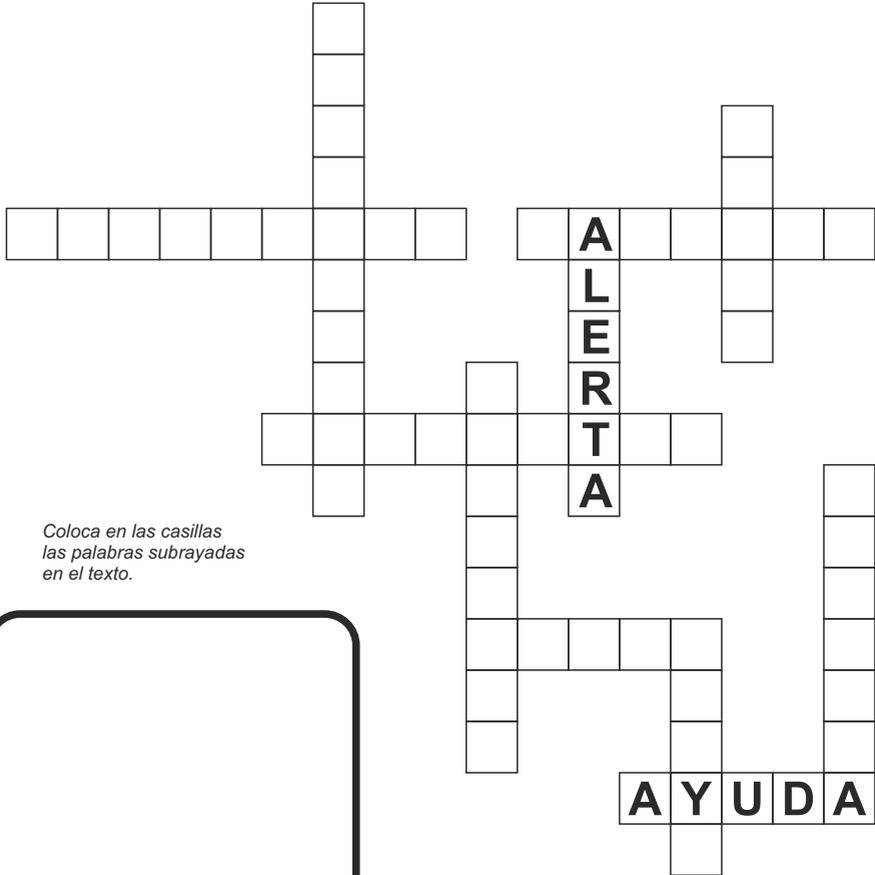
# Dibujar y colorear



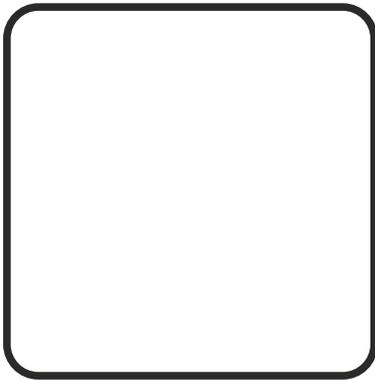
Cat



# Cruzadas



Coloca en las casillas las palabras subrayadas en el texto.



## Después de un SISMO

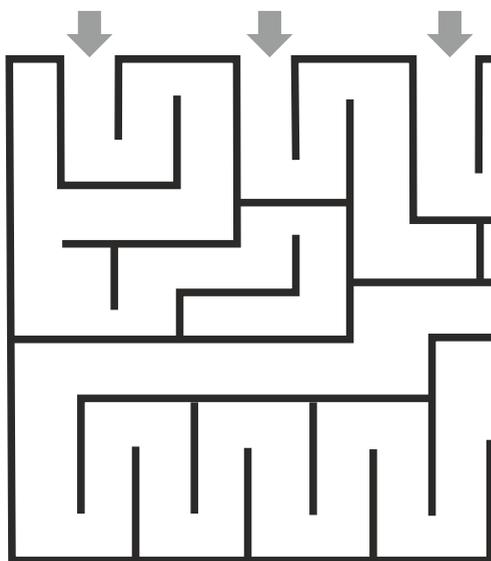
Cálmate y ayuda a mantener la calma y la disciplina entre las personas que le rodean. Luego debes salir del lugar donde te encuentras pero **NO GRITES, NO CORRAS, NI EMPUJES**. Manténte alerta, puede que ocurran otras sacudidas adicionales o réplicas. Luego que termine de temblar debes mantenerte tranquilo, apoya a los heridos, coopera con las autoridades, y ve para el punto de encuentro planificado con tú familia.



# Laberinto



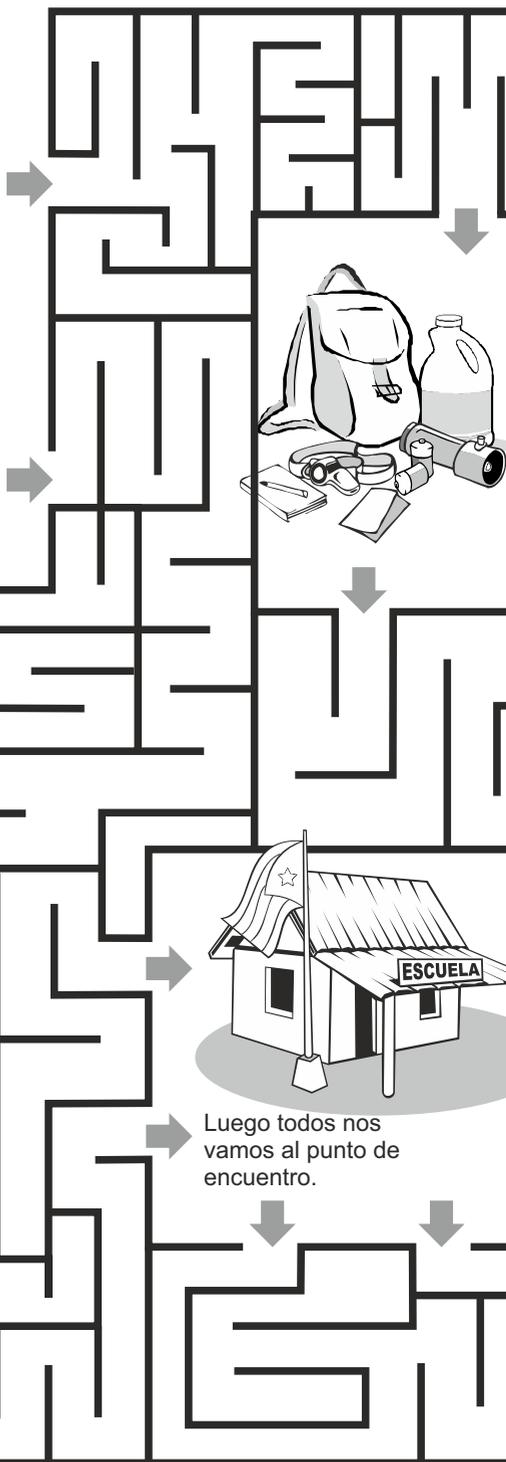
Mis padres nos recogen a mi hermanito y a mi en nuestra escuela.



## Vamos al lugar de encuentro

EL PLAN FAMILIAR DE PREVENCIÓN es una de las herramientas más útiles para estar preparados en caso de un SISMO.

Por eso en este laberinto deberás trazar los recorridos acordados por esta familia para mantenerse unidos y seguros.



Luego todos nos vamos al punto de encuentro.



**A colorar**

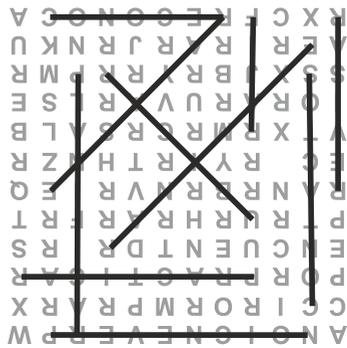


**Rui la Pestex**

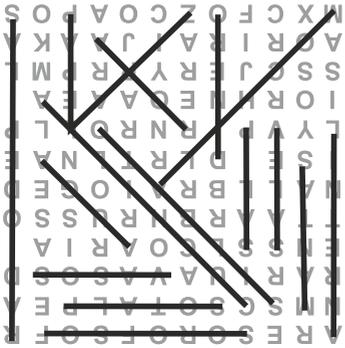


# Soluciones

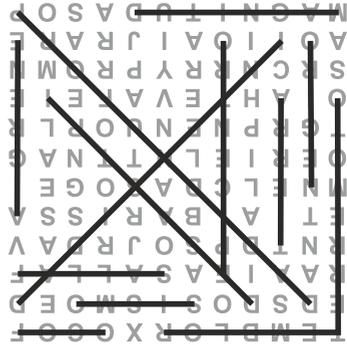
Preparación en familia



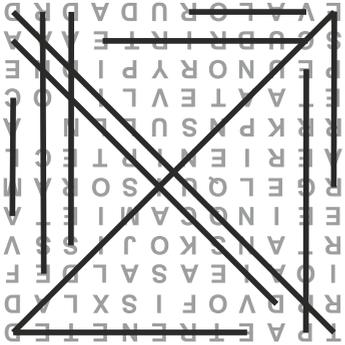
Útiles para emergencias



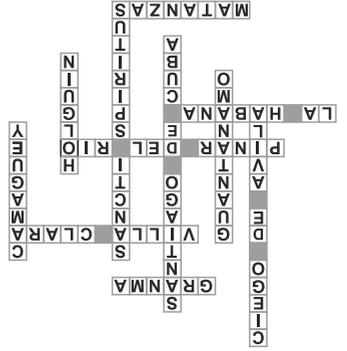
Fenómenos geológicos



Comportamiento durante un sismo



Lugares sísmicos de Cuba



Después de un temblor

