



Earthquake and Tsunami Safety Tips

What to Do in an Earthquake:

DROP: Get down on your hands and knees to prevent falling.

COVER: Protect your head and neck under a sturdy table or desk.

HOLD ON: Stay where you are until the shaking stops.



What is a Tsunami?

A tsunami is a series of big ocean waves caused by an earthquake or landslide under the sea. These waves can travel very fast and do damage on land.

What to do in a Tsunami:

SAFE AREAS: Stay away from the water. Walk, bike, or drive inland, uphill and away from the water, or if in a tall building go up to the 4th or 5th floor.

STAY ALERT: Follow directions from adults and the alerts.



Tips for Grown-Ups:

Create an Emergency Plan: Make sure your family knows where to meet and what to do. <https://www.smcgov.org/dem/tsunamis-san-mateo-county>

Stay Informed: Sign up for emergency alerts and know evacuation routes. www.SMCAAlert.info

Prepare a Go-Bag: Keep water, food, and supplies ready for a quick evacuation.



Consejos de Seguridad en caso de Terremotos y Tsunamis

Qué Hacer en caso de un Terremoto

AGÁCHATE: Ponte de rodillas para que no te caigas

CÚBRATE : Protégete la cabeza y el cuello debajo de una mesa o escritorio resistente

SUJÉTESE: Quédate en donde estas hasta que pare el temblor



Qué hacer durante un Tsunami:

ÁREAS SEGURAS: Aléjate de la agua. Camine, vete en bicicleta, o en auto hacia el interior, a terreno elevado, o si esta en un edificio alto, suba al 4^{to} o 5^{to} piso.

QUÉDATE ALERTO: Siga las instrucciones de los adultos y las alertas.



¿Qué es un Tsunami?

Un tsunami es una serie de grandes olas oceánicas causadas por un terremoto o movimiento de tierra bajo el mar. Estas olas pueden viajar muy rápido y hacer daño sobre la tierra.

Consejos para Adultos:

Cree un plan de emergencia: Asegúrate de que su familia sepa dónde reunirse y qué hacer. <https://www.smcgov.org/dem/tsunamis-san-mateo-county>

Manténgate informado: Regístrese para recibir alertas de emergencia y conozca las rutas de evacuación. www.SMCAAlert.info

Prepare un bolsa "kit" de emergencia (Go Bag): Mantenga el agua, la comida y sus cosas importantes listas para una evacuación rápida.