

# 防灾减灾常识宣传资料全(通用 8 篇)

## 防灾减灾常识宣传资料全 1

5 月 7 日至 13 日为“防灾减灾宣传周”。我校积极开展丰富多彩的“防灾减灾宣传周”系列教育活动。突出了安全工作为学校工作的重中之重，形成了家庭、学校、社会合力，狠抓了学生安全防范，提高了学生安全自护能力。现将“防灾减灾宣传周”活动总结如下：

### 一、提高认识，加强领导管理

学校组织全体教师认真学习上级文件精神。建立以校长为组长的学校“应急避险大演练”和“防灾减灾宣传周”活动领导小组；制定了“应急避险大演练”和“防灾减灾宣传周”活动方案。

### 二、广泛宣传，开展系列活动

1、4 月 29 日班主任会议，宣传布置活动安排，确保了各项活动的正常开展。

2、5 月 1 日前由消防设备设施检查组、教学设施设备检

查组对校内一切设施设备进行全面检查，对存在的安全隐患立即整治。

3、5月7日每班发放一份《小学生自护自救安全常识》由班主任对学生开展自救自护的培训，重点加强学生的逃生意识和技能训练。

4、5月8日前每班出了一期防震减灾的黑板报，由政教处进行评比，这次的黑板报从版面的设计到内容的选择都是由学生自己完成，出的都非常的棒，因此政教处决定班班有奖，不仅提高了学生的积极性，更是在过程中学到了很多防震救灾的知识。

5、5月11日利用国旗下讲话对全校师生进行安全教育。

6、5月12日开展自救自护的主题班会，重点防溺水教育。

7、5月13日开展自救自护三字经背诵比赛。

8、5月12日结合市区教育局“全省万校师生应急避险大演练活动”相关活动，开展演练。5月12日上午9点40分，广播室内突然传出警报声，政教处主任朱老师紧急通报学校教学楼发生火灾，请同学和老师马上撤离。朱老师话音

刚落，同学们已在老师的组织下，用毛巾、红领巾等物品捂住嘴巴，有序地从楼梯上下来，迅速到达操场集合。此次火场逃生演习，进一步提高了师生火场中自救、自护的能力，提高了师生应对紧急突发事件的能力。

9、全校每名学生写一篇自救自护案例，其中每班选出三篇优秀学生习作上交政教处，并由政教处进行评比。

10、每位老师上交了一份安全教育成功的典型案例。

### 三、取得效果

1、学生安全知识面更广了，安全意识更强了，对注意安全的理解更深了。

2、通过对各种灾害避险知识的学习，学生的自我保护能力和意识更高了。

3、管理机制更加完善，教育责任到人，落实到位了。

4、创建了安全的教学环境，形成了“安全工作重于泰山”的良好氛围。

总之，通过“防灾减灾”宣传周，特别是逃生演练这一

契机，大大加强了对学生的安全教育，建立起了一个安全的学习环境。在今后的工作中，我校将继续往开来，与时俱进，进一步做好学校的一切安全工作。

## 防灾减灾常识宣传资料全 2

### 一、家庭安全用电常识

(1) 每个家庭必须具备一些必要的电工器具，如验电笔、螺丝刀、胶钳等，还必须具备有适合家用电器使用权用的各种规格的保险丝具和保险丝。

(2) 每户家用电表前必须装有总保险，电表后应装有总刀闸和漏电保护开关。

(3) 任何情况下严禁使用铜、铁丝代替保险丝。保险丝的大小一定要与用电容量匹配。更换保险丝时要拔下瓷盒盖更换，不得直接在瓷盒内搭接保险丝，不得在带电情况下(未拉开刀闸)更换保险丝。

(4) 烧断保险丝或漏电开关动作后，必须查明原因才能再合上开关电源。任何情况下不得用导线将保险短接或者压住漏电开关跳闸机构强行送电。

(5) 购买家用电器时应认真查看产品说明书的技术参数(如频率、电压等)是否符合本地用电要求。要清楚耗电功率多少、家庭已有的供电能力是否满足要求,特别是配线容量、插头、插座、保险丝具、电表是否满足要求。

(6) 当家用配电设备不能满足家用电器容量要求时,应予以更换改造,严禁凑合使用。否则超负荷运行会损坏电气设备,还可能引起电气火灾。

(7) 购买家用电器还应了解其绝缘性能:是一般绝缘、加强绝缘还是双重绝缘。如果是靠接地作漏电保护的,则接地线必不可少。即使是加强绝缘或双重绝缘的电气设备,作保护接地或保护接零亦有好处。

(8) 带有电动机类的家用电器(如电风扇等),还应了解耐热水平,是否长时间连续运行。要注意家用电器的散热条件。

(9) 安装家用电器前应查看产品说明书对安装环境的要求,特别注意在可能的条件下,不要把家用电器安装在湿热、灰尘多或有易燃、易爆、腐蚀性气体的环境中。

(10) 在敷设室内配线时,相线、零线应标志明晰,并与家用电器接线保持一致,不得互相接错。

(11) 家用电器与电源连接，必须采用可开断的开关或插头，禁止将导线直接插入插座孔。

(12) 凡要求有保护接地或保安接零的家用电器的，都应采用三脚插头和三眼插座，不得用双脚插头和双眼插座代用，造成接地(或接零)线空档。

(13) 家庭配线中间最好没有接头。必须有接头时应接触牢固并用绝缘胶布缠绕，或者用瓷接线盒。禁止用医用胶布代替电工胶布包扎接头。

(14) 导线与开关、刀闸、保险盒、灯头等的连接应牢固可靠，接触良好。多股软铜线接头应绞合后再放到接头螺丝垫片下，防止细股线散开碰另一接头上造成短路。

(15) 家庭配线不得直接敷设在易燃的建筑材料上面，如需在木料上布线必须使用瓷珠或瓷夹子；穿越木板必须使用瓷套管理工作。不得使用易燃塑料或其他易燃材料作为装饰用料。

(16) 接地或接零线虽然正常时不带电，但断线后如遇漏电会使权电器外壳带电；如遇短路，接地线亦通过大电流。为其安全，接地(接零)线规格应不小于相导线，在其上不得

装开关或保险丝，也不得有接头。

(17) 接地线不得接在自来水管上(因为现在自来水管接头堵漏用的都是绝缘带，没有接地效果);不得接在煤气管上(以防电火花引起煤气爆炸);不得接在电话线的地线上(以防强电容弱电);也不得接在避雷线的引下线上(以防雷电时反击)。

(18) 所有的开关、刀闸、保险盒都必须有盖。胶木盖板老化、残缺不全者必须更换。脏污受潮者必须停电擦抹干净后才能使用。

(19) 电源线不要拖放在地面上，以防电源线绊人，并防止损坏绝缘。

(20) 家用电器试用前应对照说明书，将所有开关、按钮都置于原始停机位置，然后按照说明书要求的开停操作顺序操作。如果有运动部件如摇头风扇，应事先考虑足够的运动空间。

(21) 家用电器通电后发现冒火花、冒烟或有烧焦味等异常情况时，应立即停机并切断电源，进行检查。

(22) 移动家用电器时一定要切断电源，以防触电。

(23) 发热电器周围必须远离易燃物料。电炉子、取暖炉、电熨斗等发热电器不得直接搁在木板上，以免引起火灾。

(24) 禁止用湿手接触带电的开关；禁止用湿手拔、插电源插头；拔、插电源插头时手指不得接触触头的金属部分，也不能用湿手更换电气元件或灯泡。

(25) 对于经常手拿使用的家用电器（如电吹风、电烙铁等），切忌将电线缠绕在手上使用。

(26) 对于接触人体的家用电器，如电热毯、电油帽、电热足鞋等，使用前应通是试验检查，确无漏电后才接触人体。

(27) 禁止用拖导线的方法来移动家用电器；禁止用拖导线的方法来拔插头。

(28) 使用家用电器时，先插上不带电侧的插座，最后才合上刀闸或插上带电侧插座；停用家用电器则相反，先拉开带电侧刀闸或拔出带电侧插座，然后才拔出不带电侧的插座（如果需要拔出话）。

(29) 紧急情况需要切断电源导线时，必须用绝缘电工钳或带绝缘手柄的刀具。

(30) 抢救触电人员时，首先要断开电源或用木板、纺绝缘杆挑开电源线，千万不要用手直接拖拉人触电人员，以免连环触电。

(31) 家用电器除电冰箱这类电器外，都要随手关掉电源特别是电热类电器，要防止长时间发热造成火灾。

(32) 严禁使用床开关。除电热毯外，不要把带电的电气设备引上床，靠近睡眠的人体。即使使用电热毯，如果没有必要整夜通电保暖，也建议发热后断电使用，以保安全。

(33) 家用电器烧焦、冒烟、着火，必须立即断开电源，切不可用水或泡沫灭火器浇喷。

(34) 对室内配线和电气设备要定期进行绝缘检查，发现破损要及时用电胶布包缠。

(35) 在雨季前或长时间不用又重新使用的家用电器，用500V摇表测量其绝缘电阻应不低于1M $\Omega$ 方可认为绝缘良好，可正常使用，如无摇表，至少也应用验电笔经常检查有无漏电现象。

(36) 对经常使用的家用电器，应保持其干燥和清洁，不

抹家用电器表面。

(37)家用电器损坏后要请专业人员或送修理店修理；严禁非专业人员在带电情况下打开家用电器外壳。

## 二、洪水爆发时怎样紧急自救

一个地区短期内连降暴雨，河水会猛烈上涨，漫过堤坝，淹没农田、村庄、冲毁道路、桥梁、房屋，这就是洪水灾害，发生了洪水，如何自救呢？

、受到洪水威胁，如果时间充裕，应按照预定路线，有组织地向山坡、高地等处转移；在措手不及，已经受到洪水包围的情况下，要尽可能地利用船只、木排、门板、木床等，做水上转移。

、洪水来得太快，已经来不及转移时，要立即爬上屋顶、楼房高屋、大树、高墙，做暂时避险，等待援救。不要单身游水转移。

、在山区，如果连降大雨，很容易暴发山洪。遇到这种情况，应该注意避免渡河，以防止被山洪冲走，还要注意防止山体滑坡、滚石、泥石流的伤害。

、发现高压线铁塔倾倒、电线低垂或断折，要远离避险，不可触摸或接近，防止触电

### 防灾减灾常识宣传资料全 3

1、地震：遇地震，先躲避，桌子床下找空隙，靠在墙角曲身体，抓住机会逃出去，远离所有建筑物，余震蹲在开阔地，

2、火灾：火灾起，怕烟熏，鼻口捂住湿毛巾，身上起火地上滚，不乘电梯往下奔，阳台滑下捆绳索，盲目跳楼会伤身。

3、洪水：洪水猛，高处行，土房顶上待不成，睡床桌子扎木筏，大树能拴救命绳，准备食物手电筒，穿暖衣服度险情。

4、台风：台风来，听预报，加固堤坝通水道，煤气电路检修好，临时建筑整牢靠，船进港口深抛锚，减少出行看信号。

5、泥石流：下暴雨，泥石流，危险处地是下游，逃离别顺沟底走，横向快爬上山头，野外宿营不选沟，进山一定

6、雷击：阴雨天，生雷电，避雨别在树下站，铁塔线杆要离远，打雷家中也防患，关好门窗切电源，避免雷火屋里窜。

7、暴雪：暴雪天，人慢跑，背着风向别停脚，身体冻僵无知觉，千万不能用火烤，冰雪搓洗血循环，慢慢温暖才见好。

8、龙卷风：龙卷风，强风暴，一旦袭来进地窖，室内躲避离门窗，电源水源全关掉，室外趴在低洼地，汽车里面不可靠。

9、疫情：对疫情，别麻痹，预防传染做仔细，发现患者即隔离，通风消毒餐用具，人受感染早就医，公共场所要少去。

10、防化：化学品，有危险，遗弃物品不要捡，预防烟火燃毒气，报警说明出事点，运输泄漏别围观，人在风头要离远。

## 一、《守护生命十大黄金法则》

人生命，要守护，十条法则要记住，一旦灾害发生时，及时应用心有数。

1、地震：遇地震，先躲避，桌子床下找空隙，靠在墙角曲身体，抓住机会逃出去，远离所有建筑物，余震蹲在开阔地。

2、火灾：火灾起，怕烟熏，鼻口捂住湿毛巾，身上起火地上滚，不乘电梯往下奔，阳台滑下捆绳索，盲目跳楼会伤身。

3、洪水：洪水猛，高处行，土房顶上待不成，睡床桌子扎木筏，大树能拴救命绳，准备食物手电筒，穿暖衣服度险情。

4、台风：台风来，听预报，加固堤坝通水道，煤气电路检修好，临时建筑整牢靠，船进港口深抛锚，减少出行看信号。

5、泥石流：下暴雨，泥石流，危险处地是下游，逃离别顺沟底走，横向快爬上山头，野外宿营不选沟，进山一定看气候。

6、雷击：阴雨天，生雷电，避雨别在树下站，铁塔线杆要离远，打雷家中也防患，关好门窗切电源，避免雷火屋里窜。

7、暴雪：暴雪天，人慢跑，背着风向别停脚，身体冻僵无知觉，千万不能用火烤，冰雪搓洗血循环，慢慢温暖才见好。

8、龙卷风：龙卷风，强风暴，一旦袭来进地窖，室内躲避离门窗，电源水源全关掉，室外趴在低洼地，汽车里面不可靠。

9、疫情：对疫情，别麻痹，预防传染做仔细，发现患者即隔离，通风消毒餐用具，人受感染早就医，公共场所要少去。

10、防化：化学品，有危险，遗弃物品不要捡，预防烟火燃毒气，报警说明出事点，运输泄漏别围观，人在风头要离远。

人生命，重于山，防灾避险于未然，掌握技能常演练，祝愿人人保平安，祝愿人人保平安!!

## [防灾减灾]震后健康小常识

### 一、震后严防重大传染病蔓延各类病自救小常识

地震发生后，大量房屋倒塌，下水道堵塞，垃圾遍地，污水横流，饮用水被大面积污染，蚊蝇孳生，生态遭受严重破坏，腐烂变臭的畜禽尸体更成为各种病菌生长繁殖的理想场所。大批灾区群众集中在临时住所，居住拥挤，人口密度大，极易引发一些传染病并迅速蔓延。

另外，灾区群众普遍惊慌失措，身心交瘁，肌体对疾病的抵抗力明显下降，也成为传染病流行的诱发因素。因此，自古就有“大灾之后防大疫”的警示。

“灾害对于人群健康的威胁具有一定的持续性和滞后性，灾后的卫生防病工作丝毫不能掉以轻心。”传染病防治专家、解放军 302 医院杂病科副主任医师姜天俊接受记者采访时表示，灾区的传染病是完全可以预防的，对灾区群众和救援人员而言，认真了解并掌握必要的传染病自身防护知识至关重要，甚至生命攸关。

姜天俊指出，大灾之后可能出现大疫绝不是危言耸听，必须严密关注，加大防范力度，采取积极有效措施，杜绝灾区传染病的蔓延和传播。现将灾区可能发生的主要传染病及

其预防措施介绍如下。

## 二、饮食、饮水不干净引起的肠道传染病

如果灾区饮水和饮食卫生得不到保证，肠道传染病就会是大灾过后的最常见传染病，比如感染性腹泻、伤寒、霍乱、食物中毒、甲型肝炎等。

预防措施：

1. 保证水源卫生：取水点周围 50 米内禁止大小便和乱丢垃圾，保证饮用水的安全；2. 管好粪便：大小便应定点用漂消毒处理，临时搭建厕所应征求防疫人员的同意和指导；3. 饮食、饮水卫生：不喝生水和不明来历的水，不吃腐烂变质的食品；4. 灭苍蝇：灾区目前的自然环境正适合苍蝇的生长繁殖，而苍蝇是传播肠道传染病的主要元凶，必须坚决杀灭；5. 勤洗手：饭前便后一定要彻底洗手，最好用流动水洗手，时间至少在半分钟以上，尤其注意对手背、指甲缝、手指指间等有皱褶部位的清洗，那是最容易藏污纳垢的地方，有条件者擦以肥皂的洗手液，

自救小常识：

在没有医生指导的情况下，尽量因地制宜喝开水和经过

消毒处理的水，饮食中可加上大蒜、醋消毒肠道。万一出现腹泻、口干等脱水症状，可自己用“白开水 500 毫升、一啤酒瓶盖食盐、糖 10 克”配置液体服用，不能单喝开水。

### 三、蚊虫传播的传染病

目前灾区正值夏季，天气潮湿，污水较多，正是蚊虫滋生的理想场所，蚊虫能传播许多严重的传染病，比如让人寒颤高热的疟疾、致人昏迷痴呆的乙脑、使人一瘸一拐的登革热等。

#### 预防措施：

1. 防蚊、灭蚊、驱蚊：注意引流居住地附近的污水，喷洒消灭躲藏在倒塌建筑物下面、瓦罐、树洞等隐蔽部位的蚊虫；睡觉地方最好有蚊帐，周围喷洒驱蚊药剂；饮用水加盖、勤换水；野外救援时尽量穿吸汗的长袖服装，裤腿要包扎严实，必要时戴防蚊面罩。2. 有条件者在夏季来临之前注射乙脑疫苗。

随身携带风油精备用，睡觉时在身体暴露部位喷洒。万一出现寒冷、高热、举动异常及时与医生联系，寻求帮助。

### 四、呼吸道传染病

灾区气候变化快，早晚温差大，灾区群众和救援人员身心疲惫，抵抗力下降，很容易发生感冒、麻疹、风疹、流脑等呼吸道传染病，而且呼吸道传染病在灾区人群聚集地、救援人员驻地一旦流行，后果严重。

#### 预防措施：

1. 注意防寒保暖，尤其夜间露宿，防受凉、淋雨。人多地方戴口罩；2. 室内空气流通、清洁；3. 消除过分紧张情绪，保持充足睡眠；4. 足够营养摄入饮食结构合理平衡；5. 老人、有慢支肺气肿糖尿病尿毒症等易发肺炎者，可注肺炎链球菌疫苗 1 次；6. 预测有麻疹、风疹疫情时，注射麻疹减毒活疫苗和风疹疫苗；7. 一旦出现发热、咽痛、咳嗽等症状，要多休息和饮大量开水，服解热止咳化痰药，必要时用抗生素。

#### 自救小常识：

干活流汗时不要立即脱、减衣服，可先解开几粒纽扣，等汗退去后在逐渐脱衣。轮番作业，劳逸结合，避免长时间透支体力，多饮开水，出汗较多时饮用加有少量糖和盐的开水，不要长时间喝纯净水。

#### 五、老鼠等动物传播的传染病

灾区的老鼠等动物也处在极度恐慌之中，已经死亡和从洞中跑出来并混进人群的老鼠明显增多。老鼠能传播不少疾病，比如鼠疫、肾综合征出血热、钩体病等。

预防措施：

防鼠、灭鼠，圈养动物；动物粪尿消毒后集中处理；临时居所建在地势较高、干燥、向阳地带，四周挖防鼠沟，保持一定坡度。床铺距离地面 2 尺以上，尽量不睡地铺。

自救小常识：

接触粪便、污物最好戴手套和口罩，救援作业地方有污水的或雨中救援应穿长统胶靴。食品要放置在安全部位，避免老鼠触及。

## 六、外伤后引起的传染病

抗震救灾难免皮肤被划破、受伤，厌氧菌等可能会从伤口侵入身体，导致严重的破伤风、气性坏疽等传染病。

预防措施：

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/987031164013006156>