

国际减灾日 这些灾害自救知识请收好

本报讯 今年10月13日是第35个国际减灾日,主题是“赋能年轻一代、共筑韧性未来”,强调通过教育赋予儿童和青少年掌握应对灾害能力,共享防灾减灾救灾知识技能。多学一些自救知识,就多一份生命保障。如何增强在灾害面前的自我保护能力?让我们带孩子一起学习这些知识。

地震

在室内

就近躲避,躲在结实、不易倾倒、能掩护身体的物体下或物体旁,也可快速跑到开间小、有支撑的房间。

趴下,使重心降到最低,脸朝下但不要压住口鼻,同时抓住身边牢固的物体。此外,也可蹲下或坐下,尽量把身体蜷曲起来。

远离窗户、镜子、炉灶、煤气管道和家用电器等。

低头,用手护住头部和后颈,或用被子、枕头等保护头部。

如果来得及,要先打开门,以保证通道畅通;关闭煤气开关、电闸。

在室外

远离烟囱、水塔、高树、立交桥、高压线、路灯、广告牌等。

被困废墟

保持冷静,保存体力。

尽量挪开脸前、胸前的杂物;清除口、鼻附近的灰土,保持呼吸通畅。

设法避开身体上方不结实的危险物,并用砖石、木棍等支撑残垣断壁。

不要随便动用室内设施,包括电源、水源等;也不要使用明火。

注意户外的动静,伺机呼救,如敲击物体等。

洪水

突遭山洪袭击时

选择就近安全的路线沿山坡横向跑开。不要顺山坡往下或沿山谷出口往下游跑。不要轻易游水转移,以防被山洪冲走。

被围困于低洼处或木结构住房时

利用通信工具向当地政府和防汛部门报告受困情况,寻求救援。

无通信条件的,来回挥动颜色鲜艳的衣物以呼救,让救援人员更容易发现。

在条件允许的情况下,可利用船只、木排、门板、木床等漂流物,在水上转移。

不要游泳逃生,不可攀爬带电的电线杆、铁塔,也不要爬到泥坯房的屋顶。

高压线铁塔歪斜、电线低垂或折断时

远离避险,不可触摸或者接近,防止触电。

火灾

公共场所

拨打119报警,按照疏散指示标志有序逃生,切忌乘坐电梯。

穿过浓烟时,用湿毛巾捂住口鼻,尽量使身体贴近地面和墙边,弯腰或匍匐前进。

逃生时随手关闭身后房门,防止浓烟尾随进入。

无法逃离时,应退至阳台或屋顶等安全区域,发出求救信号等待救援。

高层建筑

当下层楼梯已被大火封堵时,不要强行下逃,可到天台等安全地点等待救援。

如被困在高层呼救无效时,可在窗前挥动被单、毛巾等物,引起别人注意。

森林、草原

判明火势大小、风向,迅速向火已经烧过或植物稀少、地势平坦的地带转移。

穿越火线时用衣服蒙住头部,快速逆风冲过。



无法脱险时选择植物少的地方卧倒,扒开浮土直到见着湿土,把脸贴近坑底,用衣服包住头,双手放在身体下面避开火头。

不要在土质松软、土体不稳定的斜坡停留,应选择在基底稳固又较为平缓开阔的地方停留。

泥石流

泥石流多发地区

随时注意暴雨预警预报,选好躲避路线。留心周围环境,警惕远处传来的土石崩落、洪水咆哮等异常声响。

在上游地区的人若发现泥石流征兆,应设法通知可能影响的下游村庄、学校、厂矿等。

在沟谷内时

一旦遭遇大雨、暴雨,要迅速转移到安全的高地。

不要在低洼的谷底或陡峻的山坡下躲避、停留。

发现泥石流袭来时

不要顺沟方向往上游或下游跑。向与泥石流方向垂直的两边山坡上面爬,且不要停留在凹坡处。

不要在泥石流中横渡。

冰雹

在室内

应将自己置身于安全地带,尽量不外出。在室内应该尽快关好门窗,远离窗户。

在室外

突然遭遇冰雹,要迅速寻找遮挡物,如跑进室内、有封顶的公交车站等暂时躲避。

如没有遮挡物,应采取户外安全避险姿势:半蹲在地,双手抱头,全力保护头部、胸与腹部不受到袭击。可将随身携带的包、文件夹等放在头顶,降低伤害。

在开车途中遭遇冰雹,应把车靠边停下,注意不要把车停在可能有大型物体掉落

的区域。远离照明线路、高压电线和变压器,以防发生触电事故,同时注意防雷电。

(中华人民共和国应急管理部)

秋季莫打盹 安全生产应注意

本报讯 秋天气温下降,昼夜温差大,冷暖变化不规则,一些事故也因季节性因素发生概率升高。各企业要积极落实安全措施,别让安全意识“打了盹”。

加强设施设备管理

秋季温差大,设备和金属构件容易发生锈蚀、扭曲、破裂,会直接导致泄漏和爆炸事故。企业要坚持“专人专管、定时检修、良好运转、保证安全”的方针,加大设备隐患排查力度,发现隐患后及时整改。

预防静电危害

秋季干燥少雨,设备设施易产生静电而引发火灾、爆炸事故,因此企业要做好设施设备接地线路的检测和监控工作,避免产生静电或加速静电的释放。

避免发生中毒事故

秋季天气转凉,一些作业场所为了保温可能会通风不畅,有毒有害气体容易大量积聚,造成中毒事故。在专人指导下,企业可采取以下措施:改善工艺技术,严防刺激性气体跑、冒、滴、漏,做好废气的回收和综合利用工作;加强员工安全教育,要求严格遵守操作规程;定期测定空气中刺激性气体浓度,若超过最高容许浓度,应查找原因,并采取有效的隔离措施。

一旦发生刺激性气体泄漏事故,应教育群众不要围观,听从专业人员的疏导,尽快撤离危险区域。



做好防火工作

秋季气候干燥、雨水较少,是火灾事故的高发期。违规电焊、可燃物多、职责不明确等也是造成火灾的常见原因。

企业要建立健全安全防火责任制度,时刻紧绷防火这根弦;制定安全事故应急救援预案,指定专人负责停工前后的安全巡查;科学、合理地规划消防安全布局,消除火灾隐患;根据现场实际情况划分作业区,如分别设置明火作业区、可燃材料堆放区等;对所有施工人员进行消防安全教育,使其熟知基本的消防知识,学会使用消防灭火器材;加强用火管理,严格落实易燃易爆场所动火审批制度;告知员工不得在库房、宿舍等易燃易爆场所吸烟,违规者重罚;安全出口要时刻保持通畅。

警惕建筑施工事故

秋季多大风天气,易导致各种设备及建筑物发生坍塌。因此,企业必须规范编制施工方案,制定有针对性的安全技术措施;认真检查各种房屋设施,对危房及时整修;做好各种设备的安全防护工作,使用新设备、采用新技术时,一定要确保其安全可靠。技术负责人必须与作业人员进行书面安全技术交底,并明确现场施工安全负责人。楼面、屋面堆放建筑材料、模板、施工机具或其他物料时,施工单位应严格控制数量、重量,防止超载;堆放数量较多时,应进行荷载计算,并对楼面、屋面进行加固。施工时,由施工安全负责人指定专人负责监控,并加强安全检查,发现问题和隐患必须及时处理和整改。

注意交通安全

进入秋季逐渐变冷,白天时间变短,人们大多也会出现“秋乏”现象。驾驶员要集中注意力,确保交通安全。

秋季多大雾天气,如遇雾天能见度较低时应延缓出车,行驶中严控车速,与前车保持安全距离,同时开启危险信号灯。深秋部分地区地面容易结霜,车辆与地面的摩擦附着力明显下降,容易造成车辆侧滑,因此必须严格控制车速;弯道行驶中避免急打方向和紧急制动,谨防车辆侧滑引发事故。

(中华人民共和国应急管理部、区消防救援支队)

君子以仁存心,以礼存心;仁者爱人,有礼者敬人。
——《孟子·离娄下》

文明

文明是现代化国家的显著标志。要把提高社会文明程度作为建设社会主义文化强国的重大任务,坚持重在建设、以立为本,坚持久久为功、持之以恒,努力推动形成适应新时代要求的思想观念、精神面貌、文明风尚、行为规范。

我践行 我学习
社会主义核心价值
人民有信仰 国家有力量
THE CHINESE DREAM

富强 民主 自由 平等 爱国 敬业
文明 和谐 公正 法治 诚信 友善

北京 丰台
FENGTAI BEIJING