

防震减灾手抄报内容文字清楚 防震减灾的手抄报内容(大全5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

防震减灾手抄报内容文字清楚篇一

防震减灾是我每一个都不得不重视的安全,在此，小编为你提供防震减灾手抄报图片、防震减灾手抄报内容、防震减灾科普知识、防震减灾手抄报资料等，仅供大家参考学习。

防震减灾的手抄报1

防震减灾的手抄报2

防震减灾的手抄报3

根据调查，全国发生过许多发生大地震，如1514年云南大理大地震年辽宁海城大地震年海南琼州大地震年四川康定南地震年唐山大地震……如此多灾害，损伤惨重，特别是唐山大地震，有20多万人死亡和受伤。可见，地震是多么可怕呀！

其实地震发生前，是有预兆的。我国地震区群众根据地震前动物异常反应就编写了预报地震的歌谣：

震前动物有预兆，群测群防很重要。

牛羊骡马不进圈，猪不吃食狗乱咬。

鸭不下水岸上闹，鸡飞树上高声叫。

冰天雪地蛇出洞，大猫衔着小猫跑。

兔子竖耳蹦又撞，鱼朝水面乱跳跃。

蜜蜂群迁闹轰轰，鸽子惊飞不回巢。

家家户户都观察，综合异常作预报。

其实地震发生了并不是就必死无疑，其实，还有很多自救的方法，户外的场合，要避开高大建筑物等危险之处，护住头，迅速跑到空旷场地蹲下，当大地剧烈摇晃，站立不稳的时候，人们都会有扶靠、抓住什么的心理，身边的门柱、墙壁大多会成为扶靠的对象，但是，这些看上去挺结实牢固的东西，实际上却是危险的，务必不要靠近水泥预制板墙、门柱等躲避，在繁华街、楼区，最危险的是玻璃窗、广告牌等物掉落下来砸伤人，因此，要注意用手或手提包等物保护好头部。

一位亲身经历过1920年海原8.5级大地震的老人，曾向人们详细介绍了“伏而待定”的具体方法：“在屋内感觉地震时，要迅速趴在炕沿下，脸朝下，头靠山墙，两只胳膊在胸前相交，右手正握左臂，正手反握右臂，鼻梁上方凹部枕在臂上，闭上眼睛、嘴，用鼻子呼吸”

有些灾害都是人类自己砍伐树木而造成的不必要的损失，所以在日常生活中我们要做到小心用火，不乱丢烟头；节约用水，珍惜每一滴水；保护森林，种植树木，保护水土；要多用取之不尽的太阳能；多学习一些防震防灾方面的知识，树立防范意识。

灾难其实并不可怕，只要人们增强防范意识，就能减少灾害带来的损失，让我们行动起来，共同预防灾害的发生，使我们的明天更加光明灿烂。

防震减灾手抄报内容文字清楚篇二

破坏性地震从人感觉振动到建筑物被破坏平均只有12秒钟，在这短短的时间内你千万不要惊慌，应根据所处环境迅速作出保障安全的抉择。如果住的是平房，那么你可以迅速跑到门外。如果住的是楼房，千万不要跳楼，应立即切断电闸，关掉煤气，暂避到洗手间等跨度小的地方，或是桌子，床铺等下面，震后迅速撤离，以防强余震。

学校，商店，影剧院等人群聚集的场所如遇到地震，最忌慌乱，应立即躲在课桌，椅子或坚固物品下面，待地震过后再有序地撤离。教师等现场工作人员必须冷静地指挥人们就地避震，决不可带头乱跑。

如在街道上遇到地震，应用手护住头部，迅速远离楼房，到街心一带。如在郊外遇到地震，要注意远离山崖，陡坡，河岸及高压线等。正在行驶的汽车和火车要立即停车。

如果震后不幸被废墟埋压，要尽量保持冷静，设法自救。无法脱险时，要保存体力，尽力寻找水和食物，创造生存条件，耐心等待救援人员。

防震减灾手抄报内容文字清楚篇三

人人都要有防震减灾意识，要注意身边每一个可能成为安全隐患的细微之处。下面是小编为大家带来的防震减灾手抄报模板内容 简单，欢迎大家阅读转发！

一、地震前单位应做好哪些准备？

地震前对单位来说，应结合本单位的具体情况制定地震应急措施，并普查房屋的抗震性能，拆除危房和危险建筑，维修加固抗震性能差的房屋，检查加固重要部门和容易产生次生

灾害的工程及设施，建立一个详尽的疏散计划。

二、家庭如何做好室内防震准备？

对家庭来说，应事先确定好地震时在家中躲避的地方、撤离路线、外出避震地点和联络方法。住在高层楼房的人要熟悉安全通道、安全门以及楼梯状况，随时做好脱险准备。地震时千万不能乘坐电梯。

同时应注意以下几点：

- 1、固定高大家具，防止倾倒砸人。家具物品摆放要重在下、轻在上。在高的家具上方不要堆放笨重物品。
- 2、将灯具、挂钟等悬挂物取下或系牢，防止掉下伤人。
- 3、清理杂物，使门口、庭院通道畅通，震时便于人员逃离。
- 4、将床放在内墙(承重墙)附近，要远离屋梁和悬挂的灯具。
- 5、组织开展家庭一分钟紧急避险、撤离与疏散演练活动。
- 6、为能渡过震后初期的生活难关，准备一定数量的食物和日用品，并准备好随身携带的防震应急包，配齐应急物品(如药物、食品、饮料、电筒、口罩等)，把它放在随手可以拿到的地方，以便地震发生时能够随身携带。
- 7、家庭每个成员的衣袋里最好装上一个小小的急救卡片，注明姓名、住址、单位、电话、血型、联系人等各项内容，便于他人营救时参考。

三、地震时在户外如何紧急避险？

地震发生时如果正在户外，应马上离开狭窄的街巷、高大建筑物、电线杆、变压器、高大烟囱等危险地带，并用身边的

物品或手护住头部，就地选择开阔地蹲下或趴下，以防摔倒。待地震过后朝比较开阔的地方转移到安全地带和疏散区去，以防震坏但尚未倒塌的建筑物在余震时倒塌伤人或高空坠物伤人。

正在野外的人，要迅速离开河边、水坝或桥梁，防止地震时河岸坍塌、堤坝跨塌要避开山脚、陡崖，以防山崩、滚石、滑坡、泥石流等，如遇山崩、滑坡，要迅速向滚石两侧躲避，切不可顺着滚石方向往山下跑；不能到桥下、隧道里避震，以免塌方造成伤亡。

正在行驶火车、汽车要紧急减速停车防止倾倒，坐在车上的乘客应抓牢扶手或坐椅，以免摔倒或碰伤，并注意防止行李从行李架上掉下伤人。面朝行车方向的人，要将胳膊靠在前坐席的椅垫上，身体倾向通道，两手护住头部；背朝行车方向的人，要两手护住后脑部，并抬膝护腹，紧缩身体，做好防御姿势。如果车正在桥上，应尽快离开。

四、学校如何防震避震？

大量震例表明，地震中学校最容易遭受灾难。要做好学校的防震准备，首先搞好防震减灾知识的学习和宣传，开办地震知识讲座、组织师生观看有关防震的影视和录象，安排好学生转移、撤离的路线和场地；第二，在老师带领下进行防震练习，例如室内“一分钟紧急避险”、震后撤离教室的练习、自救互救练习等。

地震时教师要保持镇静，指挥学生采取正确的避震措施。正在上课的学生，应双手抱头迅速躲在课桌下、讲台旁边；在教学楼内的学生，可以到开间小、有管道支撑的房间里暂避。在操场的学生，可原地不动蹲下，双手保护头部。注意避开高大建筑物或危险物。

绝不可让学生到处乱跑或蜂拥挤向楼梯，切忌跳楼，以免造

成非震伤亡。震后应在教师指挥下有序地撤离。

五、公共场所如何避震？

在大型商场、宾馆、酒店等公共场所遇到地震时，千万不要慌乱而到处乱跑、乱挤、拥向出口，要保持镇静，就地择物躲藏。应尽量避开商品陈列橱柜、避开高大不稳或摆放重物和易碎品的货架，躲在近处的柱子、大件商品旁边或桌椅下面，然后曲身蹲下，用手或其他物品保护好头部。待地震过后有序地沿安全通道撤离。

在影剧院、体育馆内遇到地震，千万不要蜂拥向门外跑，否则会因互相踩踏而造成严重伤亡。应迅速躲在座椅旁，待地震过后有序地沿安全出口撤离。

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

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

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

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

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

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

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

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

逃生原则1：“蹲下、掩护、抓牢”

无数次地震救援案例表明，地震中最危险的时刻，是在晃动最为强烈时，试图强行逃出房屋，或返回房屋试图抢救同伴及某些物品，这些举动会加大被坠落物体砸死、砸伤的几率。

因此，国际通行的地震逃生原则“蹲下、掩护、抓牢”，至少时至今日仍然是有效的。

逃生原则2：最佳路线“停—跑—停”

地震其实是有规律的，一次震动袭来，先是纵波上下动，后是横波左右晃，短的一二十秒，长的持续一两分钟，之后便会有短暂的平静期。间隔时间越长，说明震源离你越远。

当房子晃动的时候，你可以躲在安全的地方思考，不晃的时候往下一个地点转移，在下一波震动来袭之前，躲在新的可藏身的安全之处。

总之，逃离的最佳路线便是“停—跑—停”，直至从屋内转移到屋外，从不安全的地带转移到安全的地带。

逃生原则3：次生灾害要避开

防震减灾手抄报内容文字清楚篇四

在各种无法预料的灾难面前，生命是柔弱的，我们要学习防震减灾知识，安全从自身做起！下面是小编给大家带来的防震减灾为题手抄报文字内容，欢迎大家阅读转发！

科学避震

地震发生时沉着应震，立即采取行动避震。假如你的行为镇定自若，就会获得安全，躲过灾难，否则，就会造成不必要的损失。

只要掌握一定的避震知识，事先有了一定准备，震时又能利用预警现象，抓住预警时机，选择正确的避震方式和避震空间，就有生存的希望。

震时是跑还是躲？

震时就近躲避，震后迅速撤离到安全地方是应急避震较好的办法。这是因为震时预警现象很短，由于剧烈地动，人们行动往往无法自主；如果是在楼里，跑出来几乎是不可能的。但若住在平房，发现预警现象较早，则应力争跑出室外到开阔、安全的地方避震。所谓就近避震，是根据不同情况采取不同对策。

躲在什么地方避震？

室内应寻找“救命三角”，选择室内结实、能掩护身体的物体旁、易于形成三角空间的地方，开间小、有支撑的地方；室外应选择远离建筑物，开阔、安全的地方避震。

泥石流是山地沟谷中由洪水引发的携带大量泥沙、石块的洪流，泥石流来势凶猛，而且经常与山体崩塌相伴随，对农作物和道路桥梁、房屋等建筑物破坏性极大。

应急措施：

(1) 如观察到河(沟)床中正常流水突然断流或洪水突然增大并伴有较多的柴草树木，听到深谷或沟内传来类似火车轰鸣或闷雷声，可确定上游已形成山洪泥石流。

(2) 不要留恋财物，迅速撤离危险区。

(3) 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。

(4) 不要躲避在有滚石和大量堆积物的下方。

(5) 千万不要顺沟方向往上游或下游跑，应该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。

洪水是指由于暴雨或者水库溃坝等引起江河水量迅猛增加及水位急剧上涨的自然现象。

应急措施：

(1) 留意天气预报，提高警惕，在洪水到来前撤离。

(2) 若来不及撤离，就近迅速向山坡、高地、楼房、避洪台等地转移，或爬上屋顶、楼房高层、大树、高墙等高地暂避。

(3)如暂避地已不安全，迅速找一些门板、桌椅、木床、箱子、大块的泡沫塑料等能在水上漂浮的材料扎成筏逃生。如已被卷入洪水中，一定要尽可能抓住固定或能漂浮的东西。

(4)逃生时要向行洪道两侧快速躲避。千万不可攀爬带电的电线杆、铁塔。发现高压线铁塔倾斜或者电线断头下垂时，一定要迅速远离，防止触电。

(5)如果已被洪水包围，要设法尽快与防汛部门取得联系，报告自己的方位和险情。用手电筒、哨子、旗帜、鲜艳的床单、衣服等工具发出求救信号。

(6)洪水过后往往伴随疫情发生，应注意做好防疫工作。

防震减灾手抄报内容文字清楚篇五

无论是在学校还是在社会中，大家或多或少都接触过一些经典的手抄报吧，手抄报版面编排和美化设计也要围绕着主题，根据主题和文章内容决定形式的严肃与活泼，做到形式与内容的统一。那什么样的手抄报才是大家都称赞的呢？以下是小编为大家收集的关于防震减灾手抄报的内容，仅供参考，欢迎大家阅读。

我们生活在这个地球，每天都会遇到各种各样的灾难，这是我们无法避免的。

听外婆说：1970年1月5日凌晨，通海发生了7.8级大地震，当时，恰逢半夜，人们在睡梦中惊醒，只听山崩地裂，房屋倒塌，到处是断壁残垣、哭声、呻吟声和呼救声掺和在一起，在夜空里显得特别凄厉。事后，根据有关部门统计这次地震共造成了一万多人死亡，三万多人受伤，二万多头大牲畜死亡，三十多万房屋倒塌，被称为20世纪云南地震之最。我外

婆的妈妈也在地震中被倒塌的梁柱砸中后背，经过抢救，虽然保住了老命，但却从此落下了病根，成了一个“驼背”的残疾人。沉痛的瞬间，心痛的数字，死去的乡亲、受伤的肢体，久久萦绕在我心中……。

那个年代，我们国家还不富裕，还不可能做到像现在这样普及防震减灾知识，所以每遇到自然灾害，损失总是很惨重。如今，国家富强了，我们的生活很幸福，但我们也要做好防震减灾的准备，为此，学校组织了很多活动，让我们学习防震减灾的知识，比如请消防大队的叔叔给我们讲解发生火灾的逃生细节；请交警叔叔给我们讲解交通法规，让我们文明出行，安全回家；请地震局叔叔给我们讲解防震减灾的知识，学会在地震时如何自救，减少伤亡，做到有备无患。

就拿地震来说吧，通过学习，我懂得了和掌握许多防震避险的方法。比如我们正在上课，突然发生地震，那一定不要惊慌失措，不要往教室外头跑，要抱头、闭眼、躲在各自的课桌下，待地震过后。在老师的指导下，向教室外面转移；如果在操场室外时，应原地不动蹲下，双手保护头部，注意避开高大建筑物；如果在家里发生地震了，首先应尽快伏在床下，桌下和小跨间如卫生间、厨房等安全角落，待震后迅速撤离，千万不能跳*和乘电梯。

总之，我们要珍爱生命，热爱生活只要我们平时掌握了基本的自救常识，就能在灾难来临时，避免不必要的伤亡。自然灾害的突如其来，无法阻挡，但只要我们有信心、有勇气、有准备，就能战胜一切困难。

防震减灾，众志成城，一切困难、灾难，都将被我们踩在脚下。

“灾难”，多么可怕的两个字啊！生命，在这场突然的浩劫面前显得如此地渺小，如此地不堪一击，就算是全力地反抗和斗争，能唤回几许年轻的生命，又能否使倒下的生命重新

站起？人类在自然灾害前是多么的渺小，地震、海啸、洪水、火灾……各种各样的灾难频频发生，就在灾难来临的那一刹那，顿时，乌云密布，就在那接下来的一刹那，美丽的一切都变得不堪一击。只是短短的几分钟，曾经繁华的城市刹那间化为一片废墟，曾经的美好家园瞬间变为死亡的坟墓，曾经的欢歌笑语、和平安宁顷刻间荡然无存。到处人心惶惶，新闻里反复的报道死亡人数以及失踪人数……既然，我们不能控制自然灾害，那我们就应该从本身做起！

曾经的世界多么美好，可惜的就是，那些美好都只属于曾经……现在，环境因人类的作为而变得越来越糟糕，变得不堪一击，于是，大自然开始报复人类，这是我们破坏环境后的代价！值得吗？回答：不值得！

呵，只要我们每一个人都改变一点，我相信，世界一定会恢复曾经的容貌！

让我们记住这个口号：关爱生命，防灾减灾！

那伤痛挥之不去…

1976年7月28日的凌晨，正当人们都在睡梦中时，河北省唐山市发生了里氏7.8级的地震，造成人死亡！那场地震中毗邻唐山市的宁河县、汉沽区受灾最为严重，总体房屋破损达到60%，全市死亡人数达余人，仅中心城区和塘沽区就有4000多人因灾死亡。

2008年5月12日，我们永远也不会忘记。那是一个令多少人悲痛欲绝的日子啊！汶川大地震，它带走了多少生命，拆散了多少家庭？多少个孩子要因此成为孤儿，多少人要因此孤单一生。

在地震中，有多少英雄为了其他人而牺牲自己啊！

废墟中，龙居小学女教师向倩一手搂住一个学生，把他们紧紧地拥在自己身下，就像母亲护卫着自己的孩子。她的身体已经断为三段，人们却怎么也无法掰开她那紧紧搂住学生的双手！在场所参与救助的人员均被向倩老师这种舍身就义、保护学生的英雄之举感动得泪流满面，自发朝向倩老师鞠躬致敬。

袁文婷，一个普普通通女孩的名字，如果不是这场灾难，没有多少人知道她是谁，一位来自于汶川震灾地区什邡市师古镇民主中心小学一年级的一位教师。

汶川震灾发生时，袁文婷所在的民主中心小学的校舍也遭遇了严重的破坏，灾难发生时，教室里的很多孩子都吓得呆坐着，不知所措。为了最大限度的减少孩子们的伤亡，袁文婷一次又一次冲进教室，用她柔弱的双手抱出了一个又一个孩子。当她最后一次冲进去后，三层的教学楼轰然倒塌……媒体用这样的语言美丽地记录了袁文婷最后的时光——“青春定格在26岁”。

面对如此巨大的天灾，袁文婷老师能够如此镇定，救护孩子，不亚于那些战场上堵枪眼、炸碉堡的英雄，袁文婷老师完全可以作为人道主义精神的崇高楷模。

灾难，是我们改变不了的，但我们可以使它伤害的人减少。

地震来临时，千万不能惊慌。破坏性地震从人感觉振动到建筑物被破坏平均只有12秒钟，在这短短的时间内你千万不要惊慌，应根据所处环境迅速作出保障安全的抉择。如果住的是平房，那么你可以迅速跑到门外。如果住的是楼房，千万不要跳*，应立即切断电闸，关掉煤气，暂避到洗手间等跨度小的地方，或是桌子，床铺等下面，震后迅速撤离，以防强余震。

同学们，让我们携起手来，防震减灾吧。我相信，不久后，

我们的家园一定会更加美好！