

2023年防灾减灾救灾知识宣传心得 防灾 减灾宣传学习心得体会(优秀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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮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。

防灾减灾救灾知识宣传心得篇一

灾害是人们最大的敌人，比如地震、海啸、火灾等等，发生灾害会给人们带来巨大的损失包括人的生命，因此我们要懂得防震减灾的知识，学会保护自己。

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知识，进行发生火灾时的逃生演练，当发生火灾时，用毛巾捂住嘴，站好队快速从安全通道跑到操场上。学校还请了交警叔叔给我们讲解交通安全知识，避免我们发生交通危险。

一些灾害都是可以预防的，在我们学校就有一些不安全的因素。比如学校的楼梯，每次下楼都挤成一锅粥，最容易发生踩踏的'事件。教室里的风扇，开到最大风扇就在屋顶上摇来摇去，像马上掉下来一样。教室的门每次一刮大风、使劲关门，能把门上的玻璃震碎。在楼道里追逐打闹就容易摔倒把对方误伤。这些都是我们身边的不安全因素，都是可以预防的。看以下几条：

- 1、不要在学校里追逐打闹；
- 2、下楼时要一个个下，不要挤在一起；

3、不要使劲关门，刮风时要用椅子把门顶住。

我们要保护学校的公共设施，爱护学校就是爱护自己，让我们的学校变得更加美好！

今天，老师带我们去看了防灾减灾，珍爱生命的展板，里面讲的是遇到危险该怎么办。我来介绍一下正确逃生的方法。

在我们生活中外衣遇到火灾怎么办呢？大家千万不要惊慌，要用湿布、湿毛巾捂住嘴和鼻子，并把衣服冲湿裹在身上，背向烟火，通过安全通道，冲出房间，向建筑物外跑。我们千万要注意不能乘坐电梯。如果楼层不高，可以用绳子绑住窗户，顺着绳子从窗户爬下。

512地震大家一定记忆犹新，地震给我们带来的危害很大，那么我们万一遇上地震怎么办呢？首先可以逃往空旷的地方，但是万一来不及的话，就躲在小开间的地方，并用枕头挡住自己的头。如果在高楼上，一定要记住不能乘坐电梯。万一被困在废墟里也不要急，一定要有坚强的意志，保存体力，就地取材，敲打水管墙壁等，发出声音，向外求救。

如果我们在野外不小心迷失了方向，千万不要慌张，不要乱走，可以按照太阳的方向或树来辨别东南西北，也可以原地呼救等待救援。

夏天到了，雷雨天气很多，如果在户外碰上电闪雷鸣，我们应该寻找躲避场所，进入最近的屋内，如果找不到，就原地蹲下，千万不能躲在树下，不能打手机，等雷雨过后再走。

通过这次活动，我学会了很多遇到危险正确逃生的方法，也使我明白了自救的重要性。每个人的生命只有一次，让我们防灾减灾，珍爱生命！

同学们，你们想过吗？灾难有哪些？在遇到灾难时应该怎么做？

下面就由我来为大家讲讲吧。

灾难有地震、火灾、车祸、水灾等。有些是我们自己造成的，也有的是自然灾害，自然灾害是可以预防的。

你们记得吗？德汇商贸城就是因为失火造成的。为了不发生火灾，我们应该不玩火，要把家长抽完的烟头踩灭，不然会酿成大灾。

5.12大地震，使四川的小朋友受了灾。虽然地震不是我们想不发生就不发生的，但是我国已实施“抗震安居”工程。为我们买了一份“保险”。下面我来给你们讲讲地震时的“三不要”：不要慌张，不要乱跑，不要不听指挥。

在发生水灾的时候，要镇定，听救援人员的指挥，不要乱跑，也不要为了金钱，不肯离去。生命是第一呀！

我们还可以预防旱灾。旱灾是由人类破坏臭氧层造成的。我们只要不乱扔垃圾，不随地吐痰……其实这些小事，都可以预防旱灾。

同学们，不要以为这些小事没什么，其实只要一不注意，一场灾难又要来临。只要知道在危险场合应该做什么，只要提前知道这些常识，你就一定能化险为夷。

现在的自然灾害越来越频繁，它对人类所造成的危害是触目惊心的。如水灾、火灾、地震等，它使无数人无家可归，也无情地夺去了无数人的宝贵生命。为了预防灾害的发生，我想发明一种防灾害的房屋。

这种房屋的材料很特别，它们是用高强度的钢丝，玻璃纤维和轻金属等材料建造的。现在就让我们参观未来的房屋吧！

先介绍大门，大门是隐形的和有灵感的，主人、客人可以从

房屋的任何一个地方自由出入。当灾害发生时，他们可以迅速逃离。房内设备，天花板和墙壁有多层保护膜。发生水灾时，它可以把水吸干并且使保护膜更加结实。发生火灾时，墙壁和天花可以喷水，把火灭掉。当台风来临时，墙壁的四周会和地面的泥土紧紧粘在一起，好像房子在泥土里生根一样，难以分离。当地震发生时，墙壁和天花板等物质会自动消失，整个房屋变得空荡荡。这样就没有任何材料可以伤害人类的身心。无论发生什么情况，房屋会根据情况而发生变化。

房子内一切设备可以随意放大或缩小，所以房子可以容纳很多先进的设备。最重要的是每个房间床头都安上了不同的按钮。当发生不同的灾害时，按钮会预先感应，发生警报并自动启动安全系统，把房子保护好。

有了这种高科技的房子，人们再也不用受自然灾害的危害了。

为广泛普及灾害自救互救知识，深入推进综合减灾能力建设，增强我司员工对自然灾害的防范意识，根据集团公司文件精神，我司领导高度重视，及时安排部署，认真扎实地开展了防灾减灾宣传活动，取得较好成效，现将活动开展情况汇报如下：

一、加强领导，精心组织。

成立了防灾减灾宣传活动工作领导小组，由公司总经理、工会主席汪孝东担任组长，工会副主席李远鹿为副组长，其他各科室、子公司负责人为成员，质安部统筹协调，组织实施各项工作，明确职责，落实专人。广泛发动员工积极参与，在活动中进一步增强防灾减灾意识，提高避险自救和互救的基本技能。

二、强化责任，积极自查。

结合“防灾救灾日”活动，工会办积极开展灾害风险隐患自查工作，特别对度假区垃圾收运工收集垃圾时不按规定配挂安全带的问题进行了整改，对污水管网工从事污水井、池清理时必需遵守的安全操作规程进行了培训。完善了公司应急预案的编制工作，强化了预案的可操作性。对各在建工程存在的隐患及时排除，做好各类突发性事件应对准备工作。工会还组织成员召开“防灾减灾”会议，进一步明确了应急救援的责任分工。

三、积极宣传，提高意识。

5月上旬新区公司工会办了一期防灾专栏张贴在公司办公楼外墙，通过员工观看，让员工学会了避险知识，让他们充分了解各种灾害事故的发生与自救措施，火灾的产生及火场逃生等知识。同时还召开会议，开展了“防灾减灾”安全知识讲座，提高了防灾减灾意识。

通过此次“防灾救灾日”的活动，使我们进一步提高了防灾减灾意识，落实了应付突发事件的防范措施，而且也提高我们实际应对和处置突发安全事件的能力，也初步掌握在危险中迅速逃生、自救、互救的基本方法，提高抵御和应对紧急突发事件的能力。

灾难给人们带来的损失是巨大的，它直接威胁到人们的生命财产安全。我们每一个人都要树立防灾减灾意识，力争把灾害带来的损失降到最低程度。灾害有许多种：地震、酸雨、火灾、水土流失等。

据调查，全国有许多地方发生大地震，如1976年唐山大地震，20__年汶川大地震等，均有数十万人死亡和受伤。其实，有些灾害是可以预防的。地震发生前，会有一些预兆。比如马等动物会挣脱缰绳，并疯狂地往外跑；正在冬眠的蛇会涌出洞外；蜜蜂会惊飞、逃窜……这些预兆可以让人们提前知道将要发生地震。

如果发现动物有这些反常现象，必须先辨真假，再向地震局报告，以防在先，及早撤离。灾难其实不可怕，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，共同预防灾害发生，使我们的明天更加光明灿烂。

从七十年代起，我们频频遭遇自然灾害的袭击，从唐山大地震到四川汶川特大地震，从去年的青海玉树地震到云南干旱，再到一个个数不清的大风、暴雨、水灾、泥石流……大家不难发现，当今社会上，许多人缺乏对各种自然灾害的了解，因此导致在灾害中慌乱不堪，束手无策。灾后，死亡的死亡，失踪的失踪，受伤的受伤。为了增强我们学生对自然灾害的认识及防范自救能力，今天中午，学校组织我们小记者来到古方社区防灾减灾科普活动中心参观。

刚走上二楼，映入我眼帘的便是一块巨大的展板，一个蓬头垢面的小女孩，被一块倒塌的石头紧紧地压着，她伸出右手，眼里露出无助的目光，嘴巴微微地张开，像是在呼喊妈妈，让我不由得心生怜悯之情。

进入展区，只见一块块展板相连，上面有介绍地震是怎样形成的，有洪水来了，如何采取措施的，还有雷暴轰鸣时，如何做到防雷击……墙壁上张贴着一张张介绍自然灾害的图片。最右边，摆放着两台机器。我向其中一台走去，它好像知道有人来了，突然说起了话，为我介绍了地震的知识。欣赏完之后，我又来到了另一台机器前，社区的一位叔叔走了过来，亲切地告诉我，这是仿真雷电。我仔细端详着，这台仿真雷电上盖着一个半圆形的玻璃罩，里面有一棵棵大树，大树上系上四根导线。这样，只要一按机器上的按钮，这四根导线便会释放出电流，发出“丝丝丝”的响声，像极了自然界的闪电。

这次活动对我们来说太有意义了，从一个面积不大的参观中心，我们学到了很多防灾减灾知识，真是受益匪浅。

防灾减灾救灾知识宣传心得篇二

随着全球气候变化和自然灾害频繁发生，防灾减灾日益成为各国政府和公众的重要议题。我在参加防灾减灾学习活动中，深深感觉到对防灾减灾的重要性和必要性。以下是我对此的一些体会和想法。

第一段：认识到了防灾减灾的重要性

在学习防灾减灾过程中，我意识到防灾减灾是非常重要的，它不仅要求政府和救援队伍加强对自然灾害的防范和便利救援，而且需要公众充分参与和配合。防灾减灾不能只依赖政府和救援队伍，公众也要充分参与。例如，了解天气预报，采取防范措施，提前疏散等等，这些都需要公众提前了解和积极行动。

第二段：学习到了灾害的分类和特点

在学习防灾减灾时，我学习到了灾害的分类和特点。例如热带气旋、地震、山体滑坡、洪水、暴雨等自然灾害属于常见的自然灾害类型。震源深度，时间、地点，造成灾情的严重程度与地域的关系，小到重大的细节之类，都在知识体系里考虑范围之内。掌握了不同类型的灾害的特点和原因，才能有更好的应对方法和措施。

第三段：掌握了防灾减灾的方法

在学习过程中，我还了解到了不同的防灾减灾方法。例如，在发生洪水和山体滑坡时，我们可以设置警戒线，及时疏散人员；在地震发生时，我们可以采取躲避、躲在桌子下、快速疏散等方法，从而降低人员伤亡和财产损失。因此，我们需要在平时积极学习和了解快速应对自然灾害的具体方法，确保自己安全。

第四段：了解到了防灾减灾技能的应用

在学习防灾减灾时，我们不仅仅是了解防灾减灾的方法，还需要将这些方法运用到实际生活之中。例如，我们可以通过参加模拟演习来提高我们的应对自然灾害的能力，提高我们的应急反应能力与救援意识，从而更好的应对突发事件。

第五段：个人感悟

通过这次防灾减灾学习，我认真思考并感悟到了防灾减灾的重要性；了解到了不同的灾害类型和应对措施；学习到了相关技能的应用，因此我会将所学到的知识应用到生活和工作中，注重日常生活的细节和行为习惯，预防事故和灾害的发生。

防灾减灾救灾知识宣传心得篇三

随着气候变化的不断加剧，自然灾害频发成为了人们日常生活中无法避免的事情。为了保障自己的安全，我参加了防灾减灾的学习，以下是我对此的心得体会。

第一段：认识灾害

在学习中，我意识到了灾害对人们的危害，包括人命、财产和社会稳定等方面。我对于地震、山洪、暴雨等自然灾害有了更深入的了解，我明白了困境面前我们要保护好自己。只有及时采取正确的措施，才能最大化地保障我们的生命安全。

第二段：了解自身情况

在学习中我意识到，每个人的自救能力与防灾减灾意识都有很大的差异，因此我认识到做好自身可以为自己和周围的人创造有利的环境。我们需要从自身入手，根据自己的生活环境和能力制定基本的应急预案、学会基本的急救方法，如如何正确进行心肺复苏等。

第三段：参与防灾演习

参与演习是一种非常不错的学习和实践方法，对我来说也是如此。通过参加岛上的防灾演练，我了解到自身在危急情况下的反应和处置措施的不足之处。通过这次演练，我还发现当我们面临灾害的时候，心态的平稳非常重要，这样可以让我们更好地处置事件。

第四段：制定应急预案

在防灾减灾学习之后，我制定了这样一份应急预案：先关好窗户门，因为很多次严重的地震都因为玻璃碎片碾磨造成了伤害或死亡；之后留意动静，避免在一些周围不安全的地方停留；随身携带一些重要的物品，如身份证与现金等；最后当发生洪涝灾害时，我将会尽可能快地逃离危险区域，避免逗留。

第五段：落实到实际生活

最后，学到的知识和经验更需要落实到实际的生活当中。在我将这些学习的知识应用到日常生活中的过程中，我发现我不再是当初那个缺乏防灾意识和技能的人，而是更加准备充足，能够更好地应对自然灾害的可能性，在面前的危机中也能更好地保护自己和家人。

综上所述，参加防灾减灾学习也是一项非常重要的任务，能够让我们认识到自己该如何在危急关头做出正确的判断和应对，从而最大限度地减少灾害带来的损失和影响，确保我们的人身安全。

防灾减灾救灾知识宣传心得篇四

近年来，自然灾害频发，给人们的生命财产安全带来了很大威胁，人们对防灾减灾的意识也日渐增强。在我所在的学校，

学校组织了一次研讨会，让我们学生们学习了防灾减灾的知识。通过这次学习过程，我有了更加深刻的认识和体会，以下是我的心得体会。

一、灾害防范意识的重要性

灾害是不可避免的事件，然而，我们可以采取预防措施来减少灾害对我们的影响。而这样的预防措施必须建立在灾害防范的意识之上。在我所在的研讨会上，老师给我们讲述了一些灾害案例，让我真正认识到了灾害所带来的严重后果，也让我明白了建立灾害防范意识的必要性。我们在生活中应该时刻警醒，遇到险情及时采取行动，以减少人员伤亡和财产损失。

二、正确使用安全工具

在自然灾害发生时，我们需要正确使用安全工具，以保护自己的生命财产安全。在研讨会上，老师向我们展示了一些防灾减灾的安全工具，并教给我们如何使用这些工具。例如，水枪、灭火器等防火用具，应该放置在明显位置，以便于我们在发生火灾时迅速控制火势。同时，在地震、台风等天灾情况下，我们要根据不同的灾害情况，使用不同的安全工具以保护自己 and 家人的安全。

三、紧急救援能力的提高

灾害发生时，我们面临的不仅是自身的生命危险，还有身边人的安全问题，因此，提高紧急救援能力显得尤为重要。在研讨会上，老师让我们学习了一些基本的急救知识，如人工呼吸、心肺复苏等，以便我们在需要时能够及时采取紧急救援措施。通过学习，我深刻地认识到，救援行动在灾害发生后的容错性很小，一定要在事前提前学会，成为我们安全保护的有力措施。

四、倡导社区防灾减灾

防灾减灾是所有人的责任，而社区是我们生活和工作的基础单位。参与社区防灾减灾，不仅可以提高自身的安全防范意识，还可以为社区团结互助做出贡献。在我所在的学校，老师号召我们积极参与到社区防灾减灾中，比如参与社区的演练活动、参与紧急救援队伍等，以实现社区自救互救的目标。

五、推广防灾减灾知识

防灾减灾知识，是人们建立预防灾害和减少灾害影响的基础，而宣传灾害防范知识的场合也是多样化的。在研讨会结束后，我主动到班级中去宣传防灾减灾知识，希望让更多的人能够加入到防灾减灾的行动中。在社会中，宣传防灾减灾的重要性，可以加强人们的防灾减灾意识，让越来越多的人拥有正确的应对自然灾害的方法和技巧。

综上所述，通过这次防灾减灾知识的学习，我得到了很多启示。防灾减灾不仅是一种选择，也是一种必须行动。在未来的日子里，我会将这些知识贯彻到实际行动中，一起为自然灾害的严重影响做出努力，保障自己和他人的生命安全。

防灾减灾救灾知识宣传心得篇五

拿起手中这沉重的笔，却不知道如何写起。脑海里浮现的依旧是那一张张震撼人心的画面，耳边听到的还是那声嘶力竭的呼喊，那痛彻心肺的哭泣，那悲惨的呻吟。

“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，曾经的美好家园转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！

我们要重点知晓防灾的基本要素，当灾难不约而至的时候，我们千万不能恐慌，更不能等死，那是最愚蠢的行为，我们应该对各种不同的灾难做出各种反应。例如在发生地震时，如有条件，应把软的物品放在头顶，躲在桌子一类物品下，在有时间的情况下，应马上跑到空地；在突发海啸、洪水时，尽量跑到高处或紧紧抱住一根坚固的桌子；在发生火灾时，用湿毛巾捂住口鼻，跑到空地，千万不能采取跳楼的措施。我们一定要牢记这些措施，不再为灾难的降临而慌忙的束手无策。

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！