关注全国防灾减灾日

地震怎么防 遇到怎么办

这场发布会详细解答

今年5月12日是第17个全国防灾减灾日。地震有怎样的致灾规律？遇到地震应当如何应对？应急管理部和中国地震局于5月12日举办新闻发布会，介绍地震安全知识和防震减灾工作。

我国是世界上地震活动最强烈、地震灾害最严重的国家之一，占全球7%的国土上发生了全球33%的大陆地震，约57%的人口、51%的城市和58%的国土位于地震高风险区。

基于特殊国情，公众掌握地震防御相关知识尤为必要。

天灾无情。如果在地震中被困，怎样最大限度延长生存时间？北京市消防救援总队特勤支队高米店站站长潘照虎给出解答。

“被困废墟当中，首先要利用废弃的建筑构件、坚固的家具等，尽可能搭建安全空间。”潘照虎表示，要尽可能收集到食物和水为自己创造生存机会，新鲜尿液也可作为应急使用。

积极的心态是抵抗恐惧的屏障。“在地震被困后，要保持冷静，保持积极的求生心态，积极自我暗示，相信自己一定可以被救出去。”潘照虎说。

有效发出求救信号是获救的先决条件。潘照虎建议，被困人员等待救援时不要盲目大声呼救，要保存体力，利用砖块、钢筋等有节奏地敲击墙壁、金属管道等实体物件，以便于救援人员识别和发现。

住在高层建筑中应如何防震？中国灾害防御协会理事邹文卫说，我国高层建筑都有着严格的抗震设防标准和要求，一般在地震中完全倒塌的可能性比较低。如遇地震，要记住“伏地、遮挡、手抓牢”七字诀，尽量采用蹲伏或者跪伏的姿态，躲到坚固的物体下面（如桌子），并抓牢遮挡物（如桌腿）。

应急管理部新闻发言人申展利建议，居民平时应做好排查，及时消除家电线路、燃气管道老化等隐患，同时储备必要的食品、饮用水、急救药品、救生哨、保温毯等物品，掌握心肺复苏、止血包扎、灭火器使用等应急技能，熟悉逃生路线。

宁可十防九空，不可万一失防。据介绍，应急管理部正会同相关部门统筹推动全国应急避难场所的建设，提升地震防御能力。

不同级别和类型的应急避难场所有不同的服务半径。应急管理部地震地质司二级巡视员高玉峰介绍，紧急避难场所的服务半径为一公里以内，步行10至15分钟即可到达；短期避难场所的服务半径在2.5公里以内，步行30至40分钟可到达。

同时，每个应急避难场所至少设置2条不同方向与外界相通的通道，并考虑残疾人、老年人、幼儿、孕妇等特殊群体的需要，进行无障碍设计。场所内外及周边区域会设置明显的应急避难场所主标志、指向标志、出入口标志等指引。

高玉峰建议，居民平时要留心观察工作、生活区域的应急避难场所，对场所分布和疏散路线做到心中有数，积极参加社区和单位等组织的应急避难演练，掌握相关技能。

据新华社北京5月12日电 记者 魏弘毅 周圆

全国层面首次！

《防震减灾基本知识与技能大纲》发布

据新华社长沙5月12日电（记者 余春生）今年5月12日是第17个全国防灾减灾日。当天，中国地震局在湖南韶山举办第二届全国防震减灾科普主场活动，正式发布《防震减灾基本知识与技能大纲》，这是全国层面首次编制的防震减灾基本知识与行为技能规范，旨在系统提升公众防灾意识和应急能力，筑牢社会安全防线。

本次活动以“防震减灾共筑平安”为主题，采用线上线下联动形式，通过举办科普展演、应急演练、图书捐赠、专家讲座等活动，向公众普及科学避险知识与自救互救技能。

现场发布的《防震减灾基本知识与技能大纲》包括18条内容及其释义，分为“基本知识和理念”“基本行为和技能”两部分，涵盖地震空间分布规律、地震预警、震时应急避险技能、震后生活技能等方面内容。

活动期间，中国地震局通过网络和新媒体发布震后学校应急避险疏散典型案例，介绍了四川、青海、福建、云南、河北等地5所中学的“教科书”式避险疏散经验。

我省42处重点文化旅游景点部署地震预警终端

记者昨日从陕西省地震局获悉，我省依托1210个地震预警站点，形成了覆盖全省的震害感知网，已在大雁塔、小雁塔、西安碑林、西安钟楼、大明宫遗址、秦始皇帝陵博物院等42处重点文化旅游景点部署地震预警终端，用科技手段构筑文物保护防线。

“陕西文物数量众多、类型复杂，地震威胁带来的风险必须未雨绸缪。”5月12日，在介绍我省文博单位防震减灾工作时，陕西省地震局正高级工程师田勤虎说。

自2021年起，陕西省地震局协同秦始皇帝陵博物院、中国航空规划设计研究总院西北分公司等多家单位，组建产学研团队，启动“秦兵马俑地震灾害风险评估与预防装备研发”项目，探索“科技+文化遗产保护”的新路径。

田勤虎介绍道，在秦始皇帝陵博物院的大力支持下，团队利用三维激光扫描、材料力学测试、地震数值仿真等技术，开展有限元地震安全性分析，结合兵马俑面临的直接震灾风险和间接风险因素综合分析，完成了秦兵马俑及土遗址防震风险安全指标体系构建，以及兵马俑地震损伤破坏状态分级与分类方法，同步搭建起“感知—监测—评估”一体化智能预警平台。该成果被评为2023年全国优秀防震减灾公共服务案例，具备大规模推广条件。

陕西省近年来启动省级重点研发项目——“陕西典型文物建筑震灾风险预测及防御关键技术研究”，研究范围从兵马俑拓展至小雁塔、大秦寺塔等古建筑。

目前，项目已形成“风险评估—装备研发—平台搭建”的技术链条，研发智能监测评估系统，具备信息采集、预警触发、震后反馈等功能，为文物安全构建起立体防护网。

本报记者 朱娜娜

你知道如何排查身边灾害隐患吗

西安有应急避难场所822处

5月12日是全国防灾减灾日，今年的主题是“人人讲安全、个个会应急——排查身边灾害隐患”。记者从西安市应急管理局获悉，西安市共有应急避难场所822处，可容纳784万人避难。那么，如何排查身边灾害隐患？业内人士进行了科普。

扫码看视频

市民了解防灾减灾知识。

60余家单位科普防灾减灾知识技能

5月12日，陕西省防灾减灾救灾工作委员会、陕西省应急管理厅、西安市防灾减灾救灾工作委员会和西安市应急管理局等单位在小雁塔历史文化片区广场共同举办“全国防灾减灾日”主题宣传活动。

“地震应急包要放在便于取到之处，包里要准备手电筒、收音机、矿泉水、方便面、饼干、急救药品和哨子等。注意观察并记住周边的应急避难场所，便于地震时逃离……”在西安市地震局展位前，手持中小学防震减灾知识漫画册的市民林女士仔细阅读上面的内容后说：“很实用，带回去让女儿学习了解。”

在西安市委社会工作部的展位前，培训师正给过往市民教自制担架、单人背负、气道异物梗阻、头部包扎和心肺复苏等急救知识和技能。“他们用竹竿和毛毯自制了简易担架，我刚才躺上去体验了一下，感觉很结实。”市民孟女士说。

活动现场，省市减灾委成员单位、专业应急救援队伍等60余家单位参加活动。展位集中展出了直升机、无人机、全地形摩托车及移动应急通信系统等现代化救援设备，同步陈列了针对地震、水域、城市内涝、极端天气和电力抢修等专业抢险器材。通过“实物演示+功能讲解”直观呈现应急科技实战效能，科普防灾减灾知识技能，引导群众提升防灾减灾避险能力。

西安有各类应急避难场所822处

你知道身边有哪些应急避难场所吗？记者打开“西安应急管理”微信公众号，点击左下角“程序应用”菜单，进入“应急避难场所查询”页面，即可查询就近的应急避难场所位置信息。

在西安市未央区绿地香树花城社区通道的醒目位置，记者看到设置有避难场所指示牌及疏散示意图。“我们社区首先在小区规划的洋房区域建立临时避难场所3600平方米，可满足1800人小范围的避难需求。其次利用辖区学校资源，建立辖区10000余平方米应急避难场所，能保障5000余人的安置，从而保障人民群众生命安全。”绿地香树花城社区党支部书记、居委会主任王方介绍道。

记者从西安市应急管理局了解到，在应急避难场所建设方面，该局统筹协调相关单位，加快推进应急避难场所建设。截至目前，西安市共有各类应急避难场所822处，其中长期应急避难场所102处、短期应急避难场所210处、紧急应急避难场所510处，有效避难面积1222万平方米，可容纳784万人避难。

如何排查身边灾害隐患 这些要点请牢记

那么，普通市民如何排查身边灾害隐患？西安市未央区环保志愿者协会副秘书长张芝科介绍，我们要坚持从自身做起，做到“三清三关”。即清走道：确保楼道、楼梯间、安全出口等公共区域无杂物堆放；清阳台：及时清理纸箱、塑料等易燃物品；清厨房：重点清理油污、可燃物（如抹布、纸张），保持炉灶周围整洁，定期检查油烟机和燃气设备，同时要关火源、关电源、关气源。

需要重点提醒的是，使用天然气时要有人看管，如果燃气灶上正在煮东西，不要回房间看电视、打电话或者做任何容易沉浸其中的事情。要适时看火，避免汤水溢出导致燃气灶意外熄灭，谨记“人离、火熄、阀关严”。

让出“生命通道”，不给安全“添堵”。即不能堵塞或锁闭逃生通道；电动车不在楼道内和家里充电；安装防盗窗时不要全封闭，要留好安全门；发现防火门被损坏时，不要无视，要及时向有关单位反映。

查阅了解自己所在区域有哪些灾害风险，积极做好家庭灾害应对准备，配备家用急救箱、逃生绳、灭火器等减灾器材和救生物品。

文/图 本报记者 姬娜