# 最新防震减灾广播稿(大全12篇)

来源：网络 作者：寂静之音 更新时间：2024-08-17

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧防震减灾广播稿篇一甲：敬爱的老师们！乙：亲爱的同学们！甲：大家中午好！红领...*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**防震减灾广播稿篇一**

甲：敬爱的老师们！

乙：亲爱的同学们！

甲：大家中午好！红领巾广播又一次和大家见面了，欢迎您的收听，我是播音员陈祖娴。

乙：我是播音员许海霞。

甲：本期红领巾广播的主题是“防灾减灾，从我做起”。2024年的5月12日，下午14点28分，在我国四川省汶川县发生了一次8.0级大地震。

乙：2024年4月14日7时49分，在青海玉树又发生7.1级地震。2024年4月20日，四川省雅安市再次发生7.0级地震。

甲：许多中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老师失去了生命。经国务院批准，自2024年起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。

乙： 今年5月12日是全国第六个“防灾减灾日”，5月12日至16日是防灾减灾宣传周，主题是“识别灾害风险，掌握减灾技能”。 甲： 今天利用红领巾广播站，让我们一起了解一些防震小常识： 乙：1．如果正在上课，地震来了，同学们一定在要在老师的指挥下，迅速抱头，闭眼，赶快躲在自己的课桌下面。

甲：2．第一次震感过后，大概也就是在几十秒钟，还是在老师的指挥下迅速、有序的，抱头，撤离教室，在楼道里不要惊慌，不要喊叫，不要拥挤，避免踩伤，摔伤，冲出教学楼，冲向操场。

乙：3．如果正在操场上上体育课，可原地不动，蹲下或趴下，双手护着头部，注意避开高大建筑物。

甲：4．应该强调的是千万不要跳楼！不要到窗台边上去！也不要到走廊的护栏边上去，更不要尖叫，不要拥挤，迅速撤离教室、教学楼。 乙：5．如果地震来了请同学们注意两个关键词:一个是“在老师的指挥下”；一个是第一波地震来时“桌子”非常重要。

甲：由此，我们可以看到，虽然我们现在无法避免地震的发生，但我们可能通过掌握预防和减少地震灾害的知识本领使损失降至最低。 “宁可千日不震,不可一日不防”，老师们，同学们，让我们加强防灾减灾知识学习，共建平安校园！

乙：本期广播到此结束，谢谢大家的收听，下期再见。

2024年5月12日

**防震减灾广播稿篇二**

甲：敬爱的老师们！

乙：亲爱的小伙伴们！

合：大家中午好！

甲：今天是20xx年xx月xx日，星期x，大气之声小广播现在开始。

乙：本期节目主题：《防震减灾知识》

乙：我国幅员辽阔，经常受到各种自然灾害的侵袭，影响我国的自然灾害主要有：地震、洪水、台风、热带气旋、冰雹等，今天我们在这里向大家介绍一些防灾自救小知识。

甲：大地震时灾难预防和简易自救常识

自救是指被压埋人员尽可能地利用自己所处环境，创造条件及时排除险情，保存生命，等待救援。

地震时如被埋压在废墟下，周围又是一片漆黑，只有极小的空间，你一定不要惊慌，要沉着，树立生存的信心，相信会有人来救你，要千方百计保护自己，要积极采取措施，为自己生存而努力。

地震后，往往还有多次余震发生，处境可能继续恶化。为了免遭新的伤害，要克服恐惧心理，坚定生存信念，稳定下来，尽量改善自己所处环境，设法脱险。此时，如果防震包在身旁，将会为你脱险起很大作用。如一时不能脱险，不要勉强行动，应做到：

（1）有坚定的生存毅力，消除恐惧心理，相信能脱离险地。

（2）不能脱险时，应设法将手脚挣脱出来，消除压在身上的物体，尽快捂住口鼻，防止烟尘窒息，等待求援。

（3）保持头脑清醒，不可大声呼救，用石块或铁具等敲击物体来外界联系，保存体力，延长生命。

（4）想方设法支撑可能坠落的重物，若无力自救脱险时，应尽量减少体力消耗，等待救援。

乙：遇到火灾时的应急自救措施

生命是最宝贵的，假如遇到了火灾，应首先懂得如何逃生和自救。在火灾中造成人员伤亡的往往不是灾害本身，而是由于人们缺乏自救常识，错过了逃生机会。

第一、保持5秒钟的镇静

第二、防烟毒是火场逃生第一要素

第三、疏散到地面最安全

当火灾已经发生，你不要尝试着去扑灭，应该尽快选择一条切实可行的.逃生路线，如经常使用的门、窗、走廊、楼梯、太平门、安全出口等。在打开门、窗之前，必须首先摸摸门、窗是否发热，如果发热，就不能打开，应选择其它出口。如果不热，也只能小心地打开少许并迅速通过，然后立即关好。

当你熟悉的通道被烟火封锁后应该先向远离烟火的方向疏散，尽量避免向楼上疏散。同时，一旦到达一个较为安全的地方，决不要停留在原地，应迅速采取措施，向着火层以下疏散。当然，最好是能到达地面。

第四、选择最佳的自救方式

自救是在火灾现场使自身免于受害的疏散行为。在火灾发生时，可以选择利用缓降器、自救绳，建筑本身的疏散设施，以及利用自然条件进行自救。受难者应当根据当时所处的环境和条件，选择最佳自救方式。

第五、等待消防队救援。

乙：今天的红领巾小广播到此结束，我们下期再见！

**防震减灾广播稿篇三**

a：敬爱的老师们！

b：亲爱的同学们！

a：大家早上好！开始了，欢迎大家收听红领巾广播，我是播音员 。 b：我是播音员 。

a：本期主题教育栏目的主题是“防灾减灾，从我做起”。

b：生命，如流水一般，没有轮回，不可逆转；生命，如鲜花一般，都曾有过灿烂，有过辉煌；生命，如清茶一般，苦涩过后，醇厚甘美，回味悠远。 a：生命脆弱得就像一张薄薄的纸，禁不起一点点的风吹雨打。生命是短暂的， 只属于我们一次，一旦失去就永远失去了，因此我们要珍爱生命，让我们用有限的生命绘出一幅绚丽多彩的画吧！

b：2024年的5月12日，对于所有中国人来说是个难忘的日子。那天下午2点28分，在我国四川省汶川县发生了8级特大地震灾害。强大的地震波震动全川，摇撼全国。顷刻间，昔日秀美的家园变成了废墟，曾经鲜活的生命骤然消失。

a：8级大地震，强度之大，波及面之广前所未有。许多地方都被夷为平地。地震到来之时，正是学校上课的时间，有近几十所中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老师失去了生命。

b：2024年4月14日7时49分，在青海玉树又发生7.1级地震。2024年4月20日，四川省雅安市再次发生7.0级地震。

以来，全世界因地震死亡人数达260万，占全球自然灾害所造成的死亡总和的58％。从某种意义 上说，地震是群灾之首。

b：我国地震灾害频度高，强度大，成灾率高，这是造成我国地震灾害特别严重

的原因。同时，我国民众防灾意识不高，同一震级的地震，造成伤亡的人数可多达数倍。另外，我国大部分城市的基础设施，抗震性能较差。

a：当前，人类还不能阻止地震的发生，也远未达到准确预报地震的水平。但是，

人类也不能在地震灾害面前无所作为，面对地震等自然灾害，我们该怎样呢？

b：我们要学会沉着应付突发地震 。

俗语说：\"小震不用跑，大震跑不了\"。地震发生时，至关重要的是要有清醒的头脑。一般有感地震和远震不必外逃，因为这种情况震害都比较轻，对人身安全不会造成威胁。如果遇到强烈破坏性的地震时，跳楼逃跑好不好呢？事实表明这不是上策。原因是地震强烈振动时间只有一分钟左右，相当短促，从打开门窗到跳楼往往需要一段时间，特别是人站立行走困难，如果门窗被震歪变形开不动，那耗费时间就更多。有的人慌了手脚，急不可待，用手砸玻璃，结果把手也砸坏了。另外，楼房如果很高，跳楼可能会摔死或摔伤，即使安全着地，也有可能被倒塌下来的东西砸死或砸伤。

a: 所以，地震时暂时躲避在坚实的家具下或墙角处，是较为安全的。另外

也可转移到承重墙较多，空间较小的厨房、卫生间等处去暂避一时。因为这些地方跨度小而刚度大，加之有些管道支撑，抗震性能较好。

室内避震不管躲在哪里，一定要注意避开墙体的薄弱部位，如门窗附近等。躲过主震后，应迅速撤至户外。撤离时注意保护头部，最好用枕头、被子、书包等柔软物体护住头部。

a：地震时如果你被埋压在废墟下，周围又是一片漆黑，只有极小的空间，你一定不要惊慌，要沉着，要相信会有人来救你，最好能做到以下几点：

（1）有坚定的生存毅力，消除恐惧心理，相信能脱离险地。

（2）不能脱险时，应设法将手脚挣脱出来，消除压在身上的物体，尽快捂住口鼻，防止烟尘窒息，等待求援。

（3）保持头脑清醒，不可大声呼救，用石块或铁具等敲击物体来外界联系，保存体力，延长生命。

（4）想方设法支撑可能坠落的重物，若无力自救脱险时，应尽量减少体力消耗，等待救援。

虽然我们现在无法避免地震的发生，但我们可通过掌握预防和减少地震灾害的知识本领使损失降至最低。

b： 2024年3月2日，国家减灾委、民政部发布消息，经国务院批准，自2024

年起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。５月６日至１３日为“防灾减灾日”宣传周。

a： 生命因昙花盛开的一瞬间而美得绚烂；生命因飞蛾扑火的一瞬间而美得壮

接下来请大家欣赏古诗

b：时间过得真快！“红领巾”广播又要与大家说“再见”了！欢迎大家下次继续收

听。下期节目再见！

**防震减灾广播稿篇四**

甲：敬爱的老师们！

乙：亲爱的同学们！

甲：大家中午好！红领巾广播又一次和大家见面了，欢迎您的收听，我是播音员陈祖娴。

乙：我是播音员许海霞。

甲：本期红领巾广播的主题是“防灾减灾，从我做起”。2024年的`5月12日，下午14点28分，在我国四川省汶川县发生了一次8.0级大地震。

乙：2024年4月14日7时49分，在青海玉树又发生7.1级地震。2024年4月20日，四川省雅安市再次发生7.0级地震。

甲：许多中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老师失去了生命。经国务院批准，自2024年起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。

乙：今年5月12日是全国第六个“防灾减灾日”，5月12日至16日是防灾减灾宣传周，主题是“识别灾害风险，掌握减灾技能”。甲：今天利用红领巾广播站，让我们一起了解一些防震小常识：乙：1．如果正在上课，地震来了，同学们一定在要在老师的指挥下，迅速抱头，闭眼，赶快躲在自己的课桌下面。

甲：2．第一次震感过后，大概也就是在几十秒钟，还是在老师的指挥下迅速、有序的，抱头，撤离教室，在楼道里不要惊慌，不要喊叫，不要拥挤，避免踩伤，摔伤，冲出教学楼，冲向操场。

乙：3．如果正在操场上上体育课，可原地不动，蹲下或趴下，双手护着头部，注意避开高大建筑物。

甲：4．应该强调的是千万不要跳楼！不要到窗台边上去！也不要到走廊的护栏边上去，更不要尖叫，不要拥挤，迅速撤离教室、教学楼。乙：5．如果地震来了请同学们注意两个关键词:一个是“在老师的指挥下”；一个是第一波地震来时“桌子”非常重要。

甲：由此，我们可以看到，虽然我们现在无法避免地震的发生，但我们可能通过掌握预防和减少地震灾害的知识本领使损失降至最低。“宁可千日不震,不可一日不防”，老师们，同学们，让我们加强防灾减灾知识学习，共建平安校园！

乙：本期广播到此结束，谢谢大家的收听，下期再见。

2024年5月12日

**防震减灾广播稿篇五**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好!今天我为大家演讲的\'内容是防震减灾科普知识。

地震是一种使人类文明毁于瞬间的巨大天灾。它的发生是不以人的意志为转移的。目前的地震预报水平还不能准确地说出它将要发生的时间、地点和震级。但是，经过几十年的探索，我们有办法减轻地震所造成的损失，这就是“防震减灾”。为提高全校师生的防震减灾意识，掌握自救互救的技能，降低震灾损失。现将有关地震和减灾的常识介绍如下：

一、动物异常：动物行为异常大体有三种：兴奋型异常，如惊恐不安、不进圈、狂吠、如癫如狂，仓皇逃窜、惊飞、群迁等;抑制型异常，如行为变得迟缓、或发呆发痴、不知所措、不肯进食等;生活习性变化，如冬眠的蛇出洞、老鼠白天活动不怕人、大批青蛙上岸活动等。

二、地声与地光：地声多数出现在临震前或震时，但也有出现在震前几个小时甚至几天的;声音类似于机器轰鸣声、雷声、狂风呼啸声、石头相互摩擦声等。地光：一般出现在临震前或震时，也有出现于震前数小时或更早的;形状各异，有带状光、片形光、球状光、火样光、柱状光等;颜色多呈红、白、紫、橙等色。

三、地震来了怎么办?抓住时机，利用预警时间紧急避震。大地震的发生虽然十分突然，但在大地强烈震动之前，仍能出现一些人们能够感觉到的有关现象。据统计，预警时间可达十几秒，少数可达20秒以上，在20秒以内的占83%，平均预警时间为13.6秒。地震时，人们如果能抓住预警时机就会有生的希望。

1、在不同环境下紧急避震的要点：如果你住楼房，地震时不能滞留在床上，不能站在房间中央。因为这都是身体最暴露、最不安全的地方。应立即躲在牢固的桌下或床下;低矮、牢固的家具边;开间孝有支撑的房间，如卫生间;内承重墙墙角。千万不能跳-楼，不要到阳台、外墙边或窗边去，也不要到楼梯去，更不要去乘电梯。如果你住平房，地震时应立即躲在炕沿下;牢固的桌子或床下;低矮、牢固的家具边。不要躲在屋顶大梁下、窗户边;不要靠近不结实的墙体;不要破窗而逃，以免被玻璃扎伤或摔伤。如果你正在学校上课，就要在老师的指挥下，迅速抱头、闭眼，躲在各自的课桌下，震时千万不能慌乱拥挤外逃，待地震过去后再由老师带领，有组织地疏散;如果教室是楼房，一定要记住不要跳-楼，不要拥向楼梯。当你在操场或室外时，若在开阔地方，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;千万不要回到教室去;不要乱跑、乱挤，待地震过去再按老师指挥行动。

2、如果你在影剧院、体育馆等处时，就地蹲在排椅下，用书包等保护头部;避开吊灯、电扇等悬挂物。等地震过后，听从服务员指挥，有组织地撤离。在商尝书店、展览馆等处，应选择结实的柜台、商品(如低矮家具等)或柱子边，以及内墙角等处就地蹲下，用手或其他东西护头;避开玻璃的门窗、橱窗和玻璃柜台;避开高大不稳和摆放重物、易碎品的货架;避开吊灯、广告牌等悬挂物。

3、如果你在户外，注意避开高大建筑物和构筑物。如楼房，特别是玻璃幕墙的建筑、高烟囱、水塔等。注意避开危险物、高耸或悬挂物、变压器、电线杆、广告牌等。注意避开其他危险场所，危旧房屋、狭窄的街道、墙等。

4、如果你在野外，应迅速离开山边、水边等危险场地，选择开阔、稳定地方就地避震;蹲下或趴下，以防摔倒;背朝风向，以免吸进有毒气体。避开河边、湖边，以防河岸坍塌而落水。避开陡峭的山坡、山崖，变压器、高压线及生产危险品的工厂或危险品仓库，以防发生意外事故时受到伤害。地震发生后，如果被埋压不能自行脱险时，一定要沉住气。先试着把双手从压埋物中抽出来，保护自己不受新的伤害。震后，余震还会不断发生，你的环境还可能进一步恶化，这时你要保持呼吸畅通，尽量挪开脸前、胸前的杂物，清除口、鼻附近的灰土;设法避开身体上方不结实的倒塌物、悬挂物或其他危险物。如果暂时不能脱险，就要保存体力，不要大声哭喊，勉强行动，尽量闭目休息，维持生命。同时还要与外界联系，当听到人声时用石块敲击铁管、墙壁以发出呼救信号，耐心等待救援。

敬爱的老师、亲爱的同学们只要你掌握了以上知识，灾难面前，胜利永远属于我们!

**防震减灾广播稿篇六**

各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

相信各位老师、各位同学一定清晰地记得5.12这个字眼。

2024年5月12日下午2点28分，在我国四川省汶川县发生了一次特别重大的地震灾害。8级大地震，强度之大，波及面之广前所未有。许多地方都被夷为平地。地震到来之时，正是学校上课的时间，有近几十所中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老师失去了生命。

2024年3月2日，国家减灾委、民政部发布消息，经国务院批准，自2024年起，每年5月12日为全国防灾减灾日。5月6日至13日为防灾减灾日宣传周。今天利用此段时间，校园之声广播对大家作一些警醒和提示：

一、地震是群灾之首

破坏性地震会给国家经济建设和人民生命财产安全造成直接和间接的危害和损失，尤其是强烈的地震会给人类带来巨大的灾难。据联合国统计，本世纪以来，全世界因地震死亡人数达260万，占全球自然灾害所造成的死亡总和的58%。从某种意义 上说，地震是群灾之首。

二、我国地震灾害频度高，强度大，成灾率高，这是造成我国地震灾害特别严重的原因。同时，我国民众防灾意识不高，同一震级的地震，造成伤亡的人数可多达数倍。另外，我国大部分城市的基础设施，抗震性能较差。

三、减轻地震灾害的途径有哪些呢?

当前，人类还不能阻止地震的发生，也远未达到准确预报地震的水平。但是，人类也不能在地震灾害面前无所作为，预防为主、走综合防御的道路的防震减灾工作方针，走地震监测预报、震灾预防、地震应急、地震救灾与重建的综合防御道路，达到最大限度地减轻地震灾害的目的.。

四、面对地震等自然灾害，我们该怎样呢?

(一)沉着应付突发地震

1.室内应急

俗语说：小震不用跑，大震跑不了。地震发生时，至关重要的是要有清醒的头脑，镇静自若的态度。只有镇静，才有可能运用平时学到的地震知识判断地震的大小和远近，近震常以上下颠簸开始，然后才左右摇摆，远震很少有上下颠簸感觉，都以左右摇摆为主，而且地声脆，震动小。

一般有感地震和远震不必外逃，因为这种情况震害都比较轻，对人身安全不会造成威胁。如果遇到强烈破坏性的地震时，跳楼逃跑好不好呢?事实表明这不是上策。原因是地震强烈振动时间只有一分钟左右，相当短促，从打开门窗到跳楼往往需要一段时间，特别是人站立行走困难，如果门窗被震歪变形开不动，那耗费时间就更多。

有的人慌了手脚，急不可待，用手砸玻璃，结果把手也砸坏了。另外，楼房如果很高，跳楼可能会摔死或摔伤，即使安全着地，也有可能被倒塌下来的东西砸死或砸伤。

所以，地震时暂时躲避在坚实的家具下或墙角处，是较为安全的。另外也可转移到承重墙较多，开间较小的厨房、卫生间等处去暂避一时。因为这些地方跨度小而刚度大，加之有些管道支撑，抗震性能较好。

室内避震不管躲在哪里，一定要注意避开墙体的薄弱部位，如门窗附近等。躲过主震后，应迅速撤至户外。撤离时注意保护头部，最好用枕头、被子、书包等柔软物体护住头部。

如果地震时，你正在公共场所，如电影院或高层楼房的教室上课或宿舍学习、休息等，当你感到地震时，要注意避免接近玻璃窗，最好把被子、挎包或枕头顶在头上，选择落下物、倒塌物少的场所，屈身蹲在排椅、课桌或坚实的家俱下，等待地震平息后，再有秩序地撤离到空旷处，若房屋受损造成危房，不要急于返回取东西，以免接着可能发生的余震造成房屋倒塌被压埋。撤离时，最好不使用电梯，以访因停电困于电梯内或发生其他意外事故。

(二)发生险情时，如何自救：

强地震往往造成大量房屋倒塌，严重威胁人们的生命安全。地震中被埋在废墟下的人员，即使身体不受伤，也有可能被烟尘呛闷窒息的危险，因此这时应注意用手中、衣服或衣袖等捂住口鼻，避免意外事故的发生。

另外，还应想法将手与脚挣脱开来，并利用双手和可以活动的其他部位清除压在身上的各种物体。用砖块、木头等支撑住可能塌落的重物，尽量将安全空间扩大些，保持足够的空气呼吸。 无力脱险自救时，应尽量减少气力的消耗，坚持的时间越长，得救的可能性越大。

一般情况下，被压在废墟里的人听外面的人声音比较清楚，而外面的人对里面发出的声音则不容易听见。因此，要静卧，保持体力，只有听到外面有人时再呼喊，或敲击管道、墙壁等一切能使外界听到的方法，才能收到良好的效果。

(三)我们在校学生如何避震

正在上课时，要在教师指挥下用书包等保护头部或双手迅速抱头、闭眼、躲在各自的课桌下。千万不要跳楼!不要站在窗外! 不要到阳台上去!在操场或室外时，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。

不要回到教室去。

等地震过去后，听从工作人员指挥，有组织地撤离。

最后，希望同学们平时多学习一点防震减灾的知识，愿我们一生平安!

**防震减灾广播稿篇七**

各位老师，亲爱的同学们：

大家早上好!

相信各位老师、各位同学一定清晰地记得5.12这个字眼。

2024年5月12日下午2点28分，在我国四川省汶川县发生了一次特别重大的地震灾害。8级大地震，强度之大，波及面之广前所未有。许多地方都被夷为平地。地震到来之时，正是学校上课的时间，有近几十所中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老师失去了生命。

2024年3月2日，国家减灾委、民政部发布消息，经国务院批准，自2024年起，每年5月12日为全国防灾减灾日。5月6日至13日为防灾减灾日宣传周。今天利用此段时间，校园之声广播对大家作一些警醒和提示：

一、地震是群灾之首

破坏性地震会给国家经济建设和人民生命财产安全造成直接和间接的危害和损失，尤其是强烈的地震会给人类带来巨大的灾难。据联合国统计，本世纪以来，全世界因地震死亡人数达260万，占全球自然灾害所造成的死亡总和的58%。从某种意义 上说，地震是群灾之首。

二、我国地震灾害频度高，强度大，成灾率高，这是造成我国地震灾害特别严重的原因。同时，我国民众防灾意识不高，同一震级的地震，造成伤亡的人数可多达数倍。另外，我国大部分城市的基础设施，抗震性能较差。

三、减轻地震灾害的途径有哪些呢?

当前，人类还不能阻止地震的发生，也远未达到准确预报地震的水平。但是，人类也不能在地震灾害面前无所作为，预防为主、走综合防御的道路的防震减灾工作方针，走地震监测预报、震灾预防、地震应急、地震救灾与重建的综合防御道路，达到最大限度地减轻地震灾害的目的。

四、面对地震等自然灾害，我们该怎样呢?

(一)沉着应付突发地震

1.室内应急

俗语说：小震不用跑，大震跑不了。地震发生时，至关重要的是要有清醒的头脑，镇静自若的态度。只有镇静，才有可能运用平时学到的地震知识判断地震的大小和远近，近震常以上下颠簸开始，然后才左右摇摆，远震很少有上下颠簸感觉，都以左右摇摆为主，而且地声脆，震动小。

一般有感地震和远震不必外逃，因为这种情况震害都比较轻，对人身安全不会造成威胁。如果遇到强烈破坏性的地震时，跳楼逃跑好不好呢?事实表明这不是上策。原因是地震强烈振动时间只有一分钟左右，相当短促，从打开门窗到跳楼往往需要一段时间，特别是人站立行走困难，如果门窗被震歪变形开不动，那耗费时间就更多。

有的人慌了手脚，急不可待，用手砸玻璃，结果把手也砸坏了。另外，楼房如果很高，跳楼可能会摔死或摔伤，即使安全着地，也有可能被倒塌下来的东西砸死或砸伤。

所以，地震时暂时躲避在坚实的家具下或墙角处，是较为安全的。另外也可转移到承重墙较多，开间较小的厨房、卫生间等处去暂避一时。因为这些地方跨度小而刚度大，加之有些管道支撑，抗震性能较好。

室内避震不管躲在哪里，一定要注意避开墙体的薄弱部位，如门窗附近等。躲过主震后，应迅速撤至户外。撤离时注意保护头部，最好用枕头、被子、书包等柔软物体护住头部。

如果地震时，你正在公共场所，如电影院或高层楼房的教室上课或宿舍学习、休息等，当你感到地震时，要注意避免接近玻璃窗，最好把被子、挎包或枕头顶在头上，选择落下物、倒塌物少的场所，屈身蹲在排椅、课桌或坚实的家俱下，等待地震平息后，再有秩序地撤离到空旷处，若房屋受损造成危房，不要急于返回取东西，以免接着可能发生的余震造成房屋倒塌被压埋。撤离时，最好不使用电梯，以访因停电困于电梯内或发生其他意外事故。

(二)发生险情时，如何自救：

地震往往造成大量房屋倒塌，严重威胁人们的生命安全。地震中被埋在废墟下的人员，即使身体不受伤，也有可能被烟尘呛闷窒息的危险，因此这时应注意用手中、衣服或衣袖等捂住口鼻，避免意外事故的发生。

另外，还应想法将手与脚挣脱开来，并利用双手和可以活动的其他部位清除压在身上的各种物体。用砖块、木头等支撑住可能塌落的重物，尽量将安全空间扩大些，保持足够的空气呼吸。 无力脱险自救时，应尽量减少气力的消耗，坚持的时间越长，得救的可能性越大。

一般情况下，被压在废墟里的人听外面的人声音比较清楚，而外面的人对里面发出的声音则不容易听见。因此，要静卧，保持体力，只有听到外面有人时再呼喊，或敲击管道、墙壁等一切能使外界听到的方法，才能收到良好的效果。

(三)我们在校学生如何避震

正在上课时，要在教师指挥下用书包等保护头部或双手迅速抱头、闭眼、躲在各自的课桌下。千万不要跳楼!不要站在窗外! 不要到阳台上去!在操场或室外时，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。

不要回到教室去。

等地震过去后，听从工作人员指挥，有组织地撤离。

最后，希望同学们平时多学习一点防震减灾的知识，愿我们一生平安!

地震时的须知

一、躲在桌子等坚固家具的下面: 大的晃动时间约为1分钟左右。首先，在重心较低、且结实牢固的桌子下面躲避，并紧紧抓牢桌子腿。在没有桌子等可供藏身的场合，无论如何，也要用坐垫等物保护好头部。

二、摇晃时立即关火，失火时立即灭火: 大地震时，也会有不能依赖消防车来灭火的情形。因此，我们每个人关火、灭火的这种努力，是能否将地震灾害控制在最小程度的重要因素。 地震的时候，关火的机会有三次: 第1次机会:在大的晃动来临之前的小的`晃动之时：在感知小的晃动的瞬间，即刻互相招呼：地震!快关火!，关闭正在使用的取暖炉、煤气炉等。

第2次机会:在大的晃动停息的时候：在发生大的晃动时去关火，放在煤气炉、取暖炉上面的水壶等滑落下来，那是很危险的。大的晃动停息后去关火。

第3次机会:在着火之后：即便发生失火的情形，在1-2分钟之内，还是可以扑灭的。为了能够迅速灭火，请将灭火器、消防水桶经常放置在离用火场所较近的地方。

三、不要慌张地向户外跑: 地震发生后，慌慌张张地向外跑，碎玻璃、屋顶上的砖瓦、广告牌等掉下来砸在身上，是很危险的。此外，水泥预制板墙、自动售货机等也有倒塌的危险，不要靠近这些物体。

四、将门打开，确保出口: 钢筋水泥结构的房屋等，由于地震的晃动会造成门窗错位，打不开门，曾经发生有人被封闭在屋子里的事例。请将门打开，确保出口。

五、户外的场合，要保护好头部，避开危险之处: 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。

要注意用手或手提包等物保护好头部。在楼区时，根据情况，进入建筑物中躲避比较安全。

**防震减灾广播稿篇八**

a：敬爱的老师们！

b：亲爱的同学们！

a：大家早上好！红领巾广播开始了，欢迎您的收听，我是播音员xxx。

b：我是播音员xxx。

a：10月2日是国际防灾减灾日，所以本期红领巾广播的主题是“防灾减灾，从我做起”。

b：生命，如流水一般，没有轮回，不可逆转；生命，如鲜花一般，都曾有过灿烂，有过辉煌；生命，如清茶一般，苦涩过后，醇厚甘美，回味悠远。

a：生命脆弱得就像一张薄薄的纸，禁不起一点点的风吹雨打。生命是短暂的，只属于我们一次，一旦失去就永远失去了，因此我们要珍爱生命，让我们用有限的生命绘出一幅绚丽多彩的画吧！

b：20xx年的5月12日，对于所有中国人来说是个难忘的日子。那天下午2点28分，在我国四川省汶川县发生了8级特大地震灾害。强大的地震波震动全川，摇撼全国。顷刻间，昔日秀美的家园变成了废墟，曾经鲜活的生命骤然消失。

a：8级大地震，强度之大，波及面之广前所未有。许多地方都被夷为平地。地震到来之时，正是学校上课的时间，有近几十所中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老师失去了生命。

b：20xx年4月14日7时49分，在xx玉树又发生7.1级地震。2024年4月20日，四川省雅安市再次发生7.0级地震。

a：破坏性地震会给国家经济建设和人民生命财产安全造成直接和间接的危害和损失，尤其是强烈的地震会给人类带来巨大的灾难。据联合国统计，本世纪以来，全世界因地震死亡人数达260万，占全球自然灾害所造成的死亡总和的58％。从某种意义上说，地震是群灾之首。

b：我国地震灾害频度高，强度大，成灾率高，这是造成我国地震灾害特别严重的原因。同时，我国民众防灾意识不高，同一震级的地震，造成伤亡的人数可多达数倍。另外，我国大部分城市的基础设施，抗震性能较差。

b：我们要学会沉着应付突发地震。

地震发生时，至关重要的是要有清醒的头脑。一般有感地震和远震不必外逃，因为这种情况震害都比较轻，对人身安全不会造成威胁。地震时暂时躲避在坚实的家具下或墙角处，是较为安全的。 另外也可转移到承重墙较多，空间较小的厨房、卫生间等处去暂避一时。因为这些地方跨度小而刚度大，加之有些管道支撑，抗震性能较好。

室内避震不管躲在哪里，一定要注意避开墙体的薄弱部位，如门窗附近等。躲过主震后，应迅速撤至户外。撤离时注意保护头部，最好用枕头、被子、书包等柔软物体护住头部。

a：地震时如果你被埋压在废墟下，周围又是一片漆黑，只有极小的空间，你一定不要惊慌，要沉着，要相信会有人来救你，最好能做到以下几点：

（1）有坚定的生存毅力，消除恐惧心理，相信能脱离险地。

（2）不能脱险时，应设法将手脚挣脱出来，消除压在身上的物体，尽快捂住口鼻，防止烟尘窒息，等待求援。

（3）保持头脑清醒，不可大声呼救，用石块或铁具等敲击物体来外界联系，保存体力，延长生命。

（4）想方设法支撑可能坠落的重物，若无力自救脱险时，应尽量减少体力消耗，等待救援。

虽然我们现在无法避免地震的发生，但我们可通过掌握预防和减少地震灾害的知识本领使损失降至最低。

a：生命因昙花盛开的一瞬间而美得绚烂；生命因飞蛾扑火的一瞬间而美得壮烈；生命因蜡烛燃烧到最后的一息而美得灿烂生命的美丽无处不在，所以，学会在灾难面前学会保护自己，珍爱生命，你才会感到无比的充实，你才会奋发向上、不在灾难面前放弃，你的人生将会为此而更加辉煌！

**防震减灾广播稿篇九**

甲：敬爱的老师们！

乙：亲爱的同学们！

甲：大家中午好！红领巾广播又一次和大家见面了，欢迎您的收听，我是播音员陈祖娴。

乙：我是播音员许海霞。

甲：本期红领巾广播的主题是“防灾减灾，从我做起”。的5月12日，下午14点28分，在我国四川省汶川县发生了一次8.0级大地震。

乙：4月14日7时49分，在青海玉树又发生7.1级地震。4月20日，四川省雅安市再次发生7.0级地震。

甲：许多中小学校在强大的地震前瞬间倒塌、摧毁，许多学生和老师失去了生命。经国务院批准，自起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。

乙：今年5月12日是全国第六个“防灾减灾日”，5月12日至16日是防灾减灾宣传周，主题是“识别灾害风险，掌握减灾技能”。甲：今天利用红领巾广播站，让我们一起了解一些防震小常识：乙：1．如果正在上课，地震来了，同学们一定在要在老师的指挥下，迅速抱头，闭眼，赶快躲在自己的课桌下面。

甲：2．第一次震感过后，大概也就是在几十秒钟，还是在老师的指挥下迅速、有序的，抱头，撤离教室，在楼道里不要惊慌，不要喊叫，不要拥挤，避免踩伤，摔伤，冲出教学楼，冲向操场。

乙：3．如果正在操场上上体育课，可原地不动，蹲下或趴下，双手护着头部，注意避开高大建筑物。

甲：4．应该强调的是千万不要跳楼！不要到窗台边上去！也不要到走廊的护栏边上去，更不要尖叫，不要拥挤，迅速撤离教室、教学楼。乙：5．如果地震来了请同学们注意两个关键词:一个是“在老师的指挥下”；一个是第一波地震来时“桌子”非常重要。

甲：由此，我们可以看到，虽然我们现在无法避免地震的发生，但我们可能通过掌握预防和减少地震灾害的知识本领使损失降至最低。“宁可千日不震,不可一日不防”，老师们，同学们，让我们加强防灾减灾知识学习，共建平安校园！

乙：本期广播到此结束，谢谢大家的收听，下期再见。

5月12日

**防震减灾广播稿篇十**

甲：敬爱的老师们!

乙：亲爱的小伙伴们!

合：大家中午好!

甲：今天是x月x日，星期x，大气之声小广播现在开始。

乙：本期节目主题：《防震减灾知识》、

乙：我国幅员辽阔，经常受到各种自然灾害的侵袭，影响我国的自然灾害主要有：地震、洪水、台风、热带气旋、冰雹等，今天我们在这里向大家介绍一些防灾自救小知识。

甲：大地震时灾难预防和简易自救常识

b：特别提醒大家的是，千万不要手拿铅笔之类的物品奔跑，铅笔尖很尖，奔跑时如果摔跤，极容易戳到身体。

11月15日14时，上海余姚路的一栋高层公寓起火，导致多人死伤，这再次为我们敲响了安全的警钟，今天我利用班会课的时间召开我校消防安全知识广播会，希望全校师生能认真学习。

自救是指被压埋人员尽可能地利用自己所处环境，创造条件及时排除险情，保存生命，等待救援。

地震时如被埋压在废墟下，周围又是一片漆黑，只有极小的空间，你一定不要惊慌，要沉着，树立生存的信心，相信会有人来救你，要千方百计保护自己，要积极采取措施，为自己生存而努力。

地震后，往往还有多次余震发生，处境可能继续恶化。为了免遭新的伤害，要克服恐惧心理，坚定生存信念，稳定下来，尽量改善自己所处环境,设法脱险。此时，如果防震包在身旁，将会为你脱险起很大作用。如一时不能脱险，不要勉强行动，应做到：

(1)有坚定的生存毅力，消除恐惧心理，相信能脱离险地。

(2)不能脱险时，应设法将手脚挣脱出来，消除压在身上的物体，尽快捂住口鼻，防止烟尘窒息，等待求援。

(3)保持头脑清醒，不可大声呼救，用石块或铁具等敲击物体来外界联系，保存体力，延长生命。

(4)想方设法支撑可能坠落的重物，若无力自救脱险时，应尽量减少体力消耗，等待救援。

尽快显示求救信号：发生火灾，呼叫往往不易被发现，可以用竹竿撑起鲜明衣物，不断摇晃，红色最好，黄色、白色也可以，或打手电或不断向窗外掷不易伤人的衣服等软物品，或敲击面盆、锅、碗等。

乙：遇到火灾时的应急自救措施

生命是最宝贵的，假如遇到了火灾，应首先懂得如何逃生和自救。在火灾中造成人员伤亡的往往不是灾害本身，而是由于人们缺乏自救常识，错过了逃生机会。

第一、保持5秒钟的镇静

第二、防烟毒是火场逃生第一要素

预警系统建设是在监测信息采集及预报分析决策的基础上，通过确定的预警程序和方式，将预警信息及时、准确地传送到山洪灾害可能威胁区域，使接收预警区域人员根据山洪灾害防御预案，及时采取防范措施，最大限度地减少人员伤亡。

第三、疏散到地面最安全

当火灾已经发生，你不要尝试着去扑灭，应该尽快选择一条切实可行的逃生路线，如经常使用的门、窗、走廊、楼梯、太平门、安全出口等。在打开门、窗之前，必须首先摸摸门、窗是否发热，如果发热，就不能打开，应选择其它出口。如果不热，也只能小心地打开少许并迅速通过，然后立即关好。

当你熟悉的通道被烟火封锁后应该先向远离烟火的方向疏散，尽量避免向楼上疏散。同时，一旦到达一个较为安全的地方，决不要停留在原地，应迅速采取措施，向着火层以下疏散。当然，最好是能到达地面。

第四、选择最佳的自救方式

自救是在火灾现场使自身免于受害的疏散行为。在火灾发生时，可以选择利用缓降器、自救绳，建筑本身的疏散设施，以及利用自然条件进行自救。受难者应当根据当时所处的环境和条件，选择最佳自救方式。

第五、等待消防队救援。

乙：今天的红领巾小广播到此结束，我们下期再见!

教室、实验室、教研室的防火。在实验室、教研室实习或工作时，一定要严格遵守各项安全管理规定、安全操作规程和有关制度。使用仪器设备前，应认真检查电源、管线、火源、辅助仪器设备等情况，使用完毕应认真进行清理，关闭电源、火源、气源、水源等，还应清除杂物和垃圾。尤其是使用易燃易爆危险品时，更要注意防火安全规定。

**防震减灾广播稿篇十一**

甲：敬爱的老师们!

乙：亲爱的小伙伴们!

合：大家中午好!

甲：今天是x月x日，星期x，大气之声小广播现在开始，

乙：本期节目主题：《防震减灾知识》、

乙：我国幅员辽阔，经常受到各种自然灾害的侵袭，影响我国的自然灾害主要有：地震、洪水、台风、热带气旋、冰雹等，今天我们在这里向大家介绍一些防灾自救小知识。

甲：大地震时灾难预防和简易自救常识

自救是指被压埋人员尽可能地利用自己所处环境，创造条件及时排除险情，保存生命，等待救援。

地震时如被埋压在废墟下，周围又是一片漆黑，只有极小的空间，你一定不要惊慌，要沉着，树立生存的信心，相信会有人来救你，要千方百计保护自己，要积极采取措施，为自己生存而努力。

地震后，往往还有多次余震发生，处境可能继续恶化。为了免遭新的伤害，要克服恐惧心理，坚定生存信念，稳定下来，尽量改善自己所处环境,设法脱险。此时，如果防震包在身旁，将会为你脱险起很大作用。如一时不能脱险，不要勉强行动，应做到：

(1)有坚定的生存毅力，消除恐惧心理，相信能脱离险地。

(2)不能脱险时，应设法将手脚挣脱出来，消除压在身上的物体，尽快捂住口鼻，防止烟尘窒息，等待求援。

(4)想方设法支撑可能坠落的重物，若无力自救脱险时，应尽量减少体力消耗，等待救援。

乙：遇到火灾时的应急自救措施

生命是最宝贵的，假如遇到了火灾，应首先懂得如何逃生和自救。在火灾中造成人员伤亡的往往不是灾害本身，而是由于人们缺乏自救常识，错过了逃生机会。

第一、保持5秒钟的镇静

第二、防烟毒是火场逃生第一要素

第三、疏散到地面最安全

当火灾已经发生，你不要尝试着去扑灭，应该尽快选择一条切实可行的逃生路线，如经常使用的门、窗、走廊、楼梯、太平门、安全出口等。在打开门、窗之前，必须首先摸摸门、窗是否发热，如果发热，就不能打开，应选择其它出口。如果不热，也只能小心地打开少许并迅速通过，然后立即关好。

当你熟悉的通道被烟火封锁后应该先向远离烟火的方向疏散，尽量避免向楼上疏散。同时，一旦到达一个较为安全的地方，决不要停留在原地，应迅速采取措施，向着火层以下疏散。当然，最好是能到达地面。

第四、选择最佳的自救方式

自救是在火灾现场使自身免于受害的疏散行为。在火灾发生时，可以选择利用缓降器、自救绳，建筑本身的疏散设施，以及利用自然条件进行自救。受难者应当根据当时所处的环境和条件，选择最佳自救方式。

第五、等待消防队救援。

乙：今天的红领巾小广播到此结束，我们下期再见!

**防震减灾广播稿篇十二**

甲：各位老师！

乙：各位朋友！

合：大家下午好！

甲：今天是x月的x日，《大气之声》小播现在开始。

乙：这个节目的主题是：防震减灾知识，

乙：我们国家幅员辽阔，经常受到各种自然灾害的袭击。影响我国的自然灾害主要包括地震、洪水、台风、热带气旋、冰雹等。今天，我们在这里介绍一些防灾自救的小知识。

甲：大地震中的防灾常识和简单自救

自救是指被埋人员充分利用环境，创造条件及时排除险情，挽救生命，等待救援。

如果你在地震中被埋在瓦砾下，周围的区域是黑暗的，只有一个很小的空间。你一定不要惊慌，一定要冷静，一定要树立生存的信心。相信会有人来救你，想尽一切办法保护自己，采取积极措施争取自己的生存。

地震后，往往会有多次余震，情况可能会继续恶化。为了避免新的伤害，我们应该克服恐惧，增强生存信念，稳定自己，尽最大努力改善环境，尽最大努力逃离危险。这个时候如果防震包在你身边，对脱离危险会起到很大的作用。如果你一时无法逃脱，不要勉强，而是要做到：

（1）有坚强的求生意志，消除恐惧，相信自己可以逃离危险的地方。

（2）如果无法逃生，应尽量解放手脚，排除压在身上的物体，尽快捂住口鼻，防止烟雾呛到，等待救助。

（3）保持头脑清醒，不要呼救，用石头或铁工具敲击物体与外界接触，节省体力，延年益寿。

（4）尽量支撑可能坠落的重物。如果无法自救脱险，应尽量减少体力消耗，等待救援。

乙：发生火灾时的紧急自救措施

生命最宝贵。遇到火灾，首先要懂得逃生自救。火灾中造成人员伤亡的往往不是灾难本身，而是因为人们缺乏自救知识，错过了逃生的机会。

首先，保持冷静5秒钟

第二，禁烟是走火通道的第一要素

第三，疏散到地面最安全

当火灾已经发生时，不要试图灭火，而应尽快选择可行的逃生路线，如常用的.门、窗、走廊、楼梯、紧急出口等。打开门窗前，必须先摸摸门窗是否烫。如果它们是热的，就不能打开，应该选择其他出口。不热的话只能小心一点打开快速通过，然后马上关闭。

当熟悉的通道被烟花堵塞时，首先要向远离烟花的方向疏散，尽量避免疏散到楼上。同时，一旦到达更安全的地方，千万不要停留在原地，迅速采取措施撤离火层以下。当然，最好是落地。

第四，选择最好的自救方式

自救是在火灾现场保护自己不受伤害的疏散行为。发生火灾时，可以选择使用下降控制装置、自救绳索、建筑物本身的疏散设施和自然条件进行自救。受害者应根据当时的环境和条件选择最佳的自救方式。

第五，等待消防队救援。

今天的红领巾广播到此结束。下次见！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn