# 全国防灾减灾日主题的征文

作者：逝水流年 更新时间：2025-01-25

*全国防灾减灾日主题的征文7篇全国防灾减灾日，需要大家学习掌握必要的基本的防灾知识，培养防灾能力和意识。下面是小编给大家带来的全国防灾减灾日主题的征文7篇，欢迎大家阅读转发!全国防灾减灾日主题的征文精选篇1跨年的这一刻，医院显得太过平静，听不...*

全国防灾减灾日主题的征文7篇

全国防灾减灾日，需要大家学习掌握必要的基本的防灾知识，培养防灾能力和意识。下面是小编给大家带来的全国防灾减灾日主题的征文7篇，欢迎大家阅读转发!

**全国防灾减灾日主题的征文精选篇1**

跨年的这一刻，医院显得太过平静，听不见爆竹声。

虽然每个人都笑着，看起来这个家没有半点阴霾，然而她却觉得内心空空的。家长只不过希望她能快乐一点，忘记那一场烟花事故。我最好的朋友，现在因为一点小烟花，而在医院里渺远了未来。

艳丽得近乎妖冶的烟花在夜空中不断绽放。这一天晚上，她站在露台上，看着楼下像口滚着沸水的锅，溢出新年的笑闹声。短信都附和着祝福一起传到女生手中的手机，忙不迭地一个个回复，整张脸笑开了花。猛然间，只听一片鞭炮声，笑着收发短信的女生才惊醒过来，是倾斜过来的烟花！迎面砸向露台，措手不及。女生下意识地蒙住脸，一阵急促的呼吸声。鞭炮一阵一阵，向女生白皙的脸直愣愣的摆去。女生怔了一下，慌张的用手使劲的摆开灼眼的红色，却还是难逃一劫。她立马冲向卫生间，颤颤巍巍的打开水龙头，水直往脸上肆意的淌过，手不停地发抖，狠命地揉着脸，火辣辣的疼。然而她还是昏了过去。醒来已是冷清清的医院，刺鼻的药水。

她的座位一直空着，当我探望她的时候，才明白她为什么对最好的朋友避而不见。

贯穿半张脸的那道触目惊心的伤疤足以摧毁一个女孩子所有的信心—无论是对自己还是对未来。除了表面的烧伤痕迹之外，还有一只眼睛视力降到零点几，只能看见模糊的影子。整个探望过程对话出奇的少，气氛极度压抑，仿佛有什么一直堵在胸口阻碍呼吸。即使是离开医院回家的一路，我的心还在剧烈地颤抖。

再度听到”烟花”两个字时，我只能长吁一口气，除夕夜站在露台上收短信时被楼下因质量出问题而倾斜的烟花烧伤，绝不能用“一点意外”轻描淡写去陈述的事故。一个小小的质量的出问题，引出一个大大的灾害。

从这事件中，我看到了减灾防灾的重要性。孟子说过“生于忧患，死于安乐。”我们应该时时忧患安全，注意安全。也许所有人都谨记买正规鞭炮，安全就多了一点；也许当时不再露台走神发短信，安全应该在身边；也许当时正确的处理伤口哦，不揉炸伤部位，医院里就不会多一位长住病人。

这些应该注意的小细节，都是防灾减灾的重要一步。吸取教训。首先，烟花烧伤，应迅速控制伤情。脱掉着火的衣服，尽快用冷水冲洗，防止烧伤面积扩大，然后用消毒纱布轻轻盖在伤口上，千万不要涂酱油之类的外用药，到医院还要在进行清洗。其次，眼睛被炸伤千万不要揉。不能用手去揉搓，可用清水冲洗创面减轻进一步损害。最后，一定及时往医院急救。

就如同海浪不断反复拍打岩石，只为使它坚强，一个个鲜活的事迹，只为警示你步步减灾铺未来。

**全国防灾减灾日主题的征文精选篇2**

自然灾害和人造灾害都是人类的天敌。面对海啸、地震、台风和洪水，以及人为引起的火灾、虹桥倒塌等等。灾难的来临，人总是脆弱无助，眼睁睁看着鲜活的生命从身边离去。是坐以待毙，还是努力求生，幸运永远属于坚强不屈的人们。

很久以前，我们的祖先在无法预知灾难的时候，只好祈求神灵的保佑。随着科技的发展，许多未知的事物被赋予科学的解释，灾难不再是那么可怕。比如台风的到来，我们可以提前预警，船只靠岸，行人躲避到安全的区域。

平常学习一些自救知识，当灾难来临时不至于惊慌失措。其实，地震就算发生了，也不是必死无疑。爸爸说地震了你先做什么？我开玩笑的说说抱上电脑。其实人的生命最重要，要学会保护自己。大地震时不要急，人多先找藏身处，有序撤离不拥挤；远离危险的区域，被埋要保存好体力。如果在学校发生地震，应用书包挡住头，躲到桌子下面。听从老师的指挥不盲目行动，迅速撤离到安全区域应依序。如不幸被埋压在废墟下，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。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，要尽量改善自己所处环境。

此时，如果应急包在身旁，将会为你脱险起很大作用。在没有听到挖掘声及寻呼声时，不大呼大叫或无谓地翻滚折腾，惊慌失措、乱喊乱叫会加速新陈代谢，增加耗氧量，还会吸入大量烟尘而致窒息。由此可见，地震，虽然目前人类还不能完全避免和控制，但是只要能掌握自救互救技能，就能使灾害降到最低限度。

保持良好的心境，做个像5.12大地震中的“可乐”男孩一样，笑对人生。

**全国防灾减灾日主题的征文精选篇3**

今天，妈妈带我去科技馆参观“防震减灾”科普展。通过模型、图片、文字等，让我知道了什么是地震，以及为什么会发生地震?地震主要是由于地下深处岩石破裂、错动把长期积累起来的能量急剧地释放出来，以地震波的形式向四面八方传播出去，引起房摇地动的现象。

还使我了解了地震前会有些预兆的，如鱼儿惊慌地往水面上跳起来，还有井水会冒起了大大小小的气泡，有时还会变颜色，变味道。

当地震发生时，在室外要原地不动蹲下，双手保护头部，注意避开高大的建筑物或路灯、广告牌等危险物。如果在室内千万不要跳楼逃生，也不要到阳台上去，应迅速用书包保护头部，抱头、闭眼，躲在各自的课桌旁，等地震过后，在老师的指挥上向教室外面转移。

参观了“防震减灾”科普展后，我觉得要坚强乐观地面对困难，不要被困难吓倒。平时，我们要多学习关于地震和救护的知识，还要做好应对地震的准备，这样，发生地震了才不会惊慌失措。

**全国防灾减灾日主题的征文精选篇4**

5.12汶川大地震，时间再次将我们的目光引向那让人流泪、让人牵挂的四川，在大灾面前，灾区人民以坚韧顽强的生命意志，在废墟中坚强挺立，全国人民众志成城，八方支援，帮助着灾区人民重建家园，地震后，灾区人民的生产生活逐渐步入正轨，再婚、重组家庭、新生儿降生喜悦、快乐让曾经破碎的心得到安慰，得到温暖。

在全球气候变化和中国经济社会快速发展的背景下，中国面临的自然灾害形势严峻复杂、灾害风险进一步加剧、灾害损失日趋严重， “加强防震减灾 关注生命安全”，提供给大家防灾减灾的科普知识，用知识武装自己，提高自救及救他人的能力，提高自我保护及保护他人的能力。所以，2-年3月2日，国家减灾委、民政部发布消息，经国务院批准，自-9年起，每年5月12日为全国“防灾减灾日”。

其实，有些灾害是可以预防的。地震发生前，会有些预兆。比如马等牲畜会挣脱缰绳，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;狗会狂吠，还有一些家畜会出圈，到处窜跑;老鼠成群结队搬家这些预兆可以让人们提前知道将发生地震，如果发现这些动物有这些反常现象，须先辨别真假，再向地震局报告，以防在先，及早撤离。

地震发生了并不是就必死无疑，其实，还有很多自救的方法。例如：地震了，你被压在废墟的底下，这时候，你不要盲目乱动，要冷静，先把手抽出来，慢慢地挪动废墟，先保持呼吸顺畅，再想办法呼吸，喊人员来救你。如果发生地震时你在家里，必须马上钻到坚硬、并且没有倒塌的小房间中躲避，以免砸伤。还有，要贴着坚固的墙壁或在门口蹲着，在房子倒塌后，再求生，要避免被弄伤。如果在野外，一定要避开陡崖，防止掉下山。还有要预防山体滑坡，以免滑下去。如果在学校，一定要听从老师的指挥，躲到课桌下，注意保护头部，如果在上体育课，要避免高大的建筑物，不要被砸伤。如果在电影院，要躲在观看椅底下避震，要避开挂在天花板上的.灯、空调的悬挂物，用东西保护头部，听从指挥人员指挥撤离现场。在商场发生了地震，要避开玻璃柜，避开货物、广告牌、灯等物品。如果在公共汽车内，要躲在椅子底下或蹲下，要稳住重心，扶好扶手。

同学们，生命的美丽无处不在，所以，我们要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!

**全国防灾减灾日主题的征文精选篇5**

四川汶川发生了8级特大地震，导致数万人失去了宝贵的生命，财产受到极大损失。我们除了震惊之外，更多的是要反省：如果我们人人都会一点防震常识，又怎会面对死亡而束手无策?

是呀，地震的威力是多么大啊，它能把美丽的城市瞬间变成废墟;能让亲人们阴阳两隔;能使幸福的家庭支离破碎;能地球只是打了个哈欠，却让无辜的人类承受着巨大灾难!作为小学生，我们应该从小学习有关地震知识，学会如何保护自己。所以，我提倡“防震减灾，从我做起”。

大家都知道，地震发生在一瞬间，那么，地震来临时，我们应该怎样预防呢?为此，我们中山街学校组织了地震演练活动。比如，在地震来临时，我们以最快的速度井然有序地跑到操场上，来不及跑的同学就钻到课桌下面训练中，我们都及时避免了“地震”。另外，老师还给我们讲了许多关于预防地震的知识：如果是在家里，就应该躲到桌子下面或者卫生间里、墙角内，依靠上下水管道和煤气管道支撑，会减少伤亡;地震时，门会因变形而打不开，所以我们不要关门;如果是在夜间地震，要争分夺秒地向安全地方转移，避开水塔、烟囱等高大建筑物，转移到空旷场地。另外，我认为，要想了解更多的防震知识，我们要多到网上查询或多看有关防震的书籍，把我们知道的.知识告诉身边每一个人，告诉他们，地震来了要镇定，不要慌张，更不要传播谣言。只要我们平时多向人们宣传地震知识，在地震来临的时候，大家才能做到不慌张、不恐惧，知道如何保护自己和家人，这样才能减少地震所带来的损失和伤害，才能有效的保护生命和财产。

“防震减灾，从我做起”。我们从小就要学习地震知识，学会预防地震，珍爱生命，共创美好明天!

**全国防灾减灾日主题的征文精选篇6**

说起防灾减灾，你们一定再熟悉不过了吧。教师、家长都一遍又一遍地在我们的耳边唠叨。可是防震减震却怎么也防不了，减不了。所以，我们只能做一些防震演习，避免被砸到。

记得有一次，我们学校举行了一次“防震减震”的逃生演习。到了大课间，孙教师赶紧来到教室。组织我们班的同学们“逃跑”。只见同学们抓起课桌上的书籍、本子挡在头上就冲出了危险地带—教室。在楼道里，我听到到处有教师敲锣打鼓，仿佛大地真的在猛烈地颤动。我边跑边想：现在只是逃生演习呀！防震演习就这么可怕。那要是真的地震来了可怎么办呢？在“逃”着“逃”着，我突然看到有人嬉皮笑脸，脸上竟然洋溢着无所谓的笑。我不禁又想：这些人笑什么笑啊！看来没有看过《唐山大地震》，不知道地震的严重性。地震是多么可怕呀！还笑！在不知不觉中，我就来到了安全地带—小广场。我看到人还不多，就和我的好朋友吕皓月聊了起来。我对吕皓月说了我刚才的经历。吕皓月听了，对我说：“是啊，亏他们还笑得出来！万一地震真来了，他们逃也逃不出来了啊！”我们聊了半天，孙教师来了，对我们说：“刚才有的同学竟然在收拾作业本和书籍。比如曹洪亮、李知谦等等，他们这样做犯了很严重的错误。万一真的地震来了，就应该第一时间跑出去，不应该在教室里逗留。”

同学们，让我们一起做到“防灾减灾，防震减震”，共同学习防震意识吧！

**全国防灾减灾日主题的征文精选篇7**

我们在一生中，可能会遇到许多的天灾人祸，如果没有亲身经历过，那么在电视或广播里也应该早有耳闻了吧。如：地震、洪水、台风、火灾……在面对这些灾难时，难道我们只能做任宰的羔羊，坐以待毙吗？答案是：不！就算不能阻止灾情发生，但是在它来临时，我们却可以凭借有效的预防、冷静的头脑和科学、合理的方法，来减少灾情对我们造成的损失，甚至能保住性命！

例如，在地震来临时，我们不是混乱，要冷静思考该怎么办。要是在学校，如果没能及时路到篮球场或操场等较空旷的地方时，要赶快蹲到桌子底下，用书包或比较软的东西护住头部，背对首窗户。要尽量提早把门打开，以便宜于有人来救时方便些。如果家是楼房的人，要及时跑去安全通道，没来的及的话，就躲在厨房、卫生间等结构比较复杂的房间，也要打开门。当然，家住楼房的人也不是不可以跳，楼但要选择好的位置。比如：要在二、三楼内，下面是草坪或水塘的，还可以用绵被裹住身体，减小下落时的冲击力。

再例如，碰到火灾时，如果是小火，要及时扑来，但如果是大火，要立刻弯下腰，用手或手绢捂住口鼻，跑进卫生间，用水浇满整个卫生间，以防“闪火”。还要用水把身上浇湿。如果家是楼房，要立刻跑到阳台，用比较鲜明的东西，如手绢、盆子等向下面的人呼救。当然，不发生火灾是最好的，可是怎么预防呢？要注意，在用完煤气灶时，一定要关住煤气闸门，不然，在煤气泄漏时，很容易起火，也很难扑灭。而且，家里只有小孩时，一定要把打火机等物口放在孩子所接触不到的地方。一航身处楼房的同学一楼都会有消防栓，平时尽量不要到那儿玩，这样可以在灭火时节省许多宝贵的时间。

防灾减灾，从我做起！从每个人做起！

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找