

2023年防尘减灾心得体会 防震减灾学习 心得体会(优质5篇)

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

防尘减灾心得体会篇一

今年5月12日是我国防灾减灾日，5月9日至15日为防灾减灾宣传周。

虽然现在正直疫情期间，那也不能忘防震减灾的知识。在自然灾害面前人类是弱小的当它来临时我们是不可避免的，但是我们可以运用逃生方法，去战胜灾难让我们的生命可以得到延续展现精彩。在突发事件中要急中生智，沉着冷静。

地震是一种突发性极强、破坏力极大的严重自然灾害，其带来的危害、造成的损失居各类自然灾害之首。我国是一个多地震的国家，且地震活动频繁、强度大、范围广。据统计，全球地震的十分之一发生在我国，上个世纪以来，因地震死亡的人数，我国就占到了百分之五十以上。尽管，从地震的板块构成上看，大足属于地震少发地区，相对来说比较安全，但大足也曾多次发生过地震，从这个意义上讲，大足也不是绝对的地震安全地区，也必须进行地震设防。因此加强地震科普知识的教育和宣传，提高应对地震的意识和基本技能就显得特别重要。

- 1、一定需要的就是保持冷静的，然后就是寻找安全躲藏的空间的。
- 2、一定要注意防火、捂住口鼻，如果不幸的话，遇到了地震

的时候房间里的话也是会有明火的，一定是要立刻的是关掉的。

3、尽量的是迅速的撤离到一些的是空旷的地方。

4、如果是地震的高发的地区，需要的是熟悉紧急疏散通道和一些的自救的方法。

防尘减灾心得体会篇二

天有不测风雨，人有旦夕祸福。自然灾害包括人造灾害，都是人类的敌人。

地震是由于地球内部的力量引起部分地面快速的震动，它是一种自然现象。全世界每年发生大大小小的地震约有500万次，其中人们可以感受到的只有5万次，能够造成破坏性的强力地震每年约有十几次，破坏性特大的地震每年约有一次。

在地震时，我们须知的有十条分别是：

一、躲在桌子等坚固的家居的下面。

二、摇晃时灭火，失火时立即灭火。

三、不要慌张地向户外跑。

四、将门打开，确保出口。

五、户外的场合，要保护好头部，避开危险的地方。

六、在百货公司、剧院时，依工作人员的指示行动。

七、汽车靠路边停车，管制区禁止停车、行驶。

八、务必注意山崩、断崖落石或海啸。

九、避难时要徒步，携带物品应在最小限度。

十、不要听信谣言，不要轻举妄动。

也许有人会好奇，为什么要在地震时关火？因为如果不关火的话，可能会引起火灾、爆炸等事情，这样会使危险变得更大。

因此，我们要多多观察，注意防震减灾！

防尘减灾心得体会篇三

星期四上课的时候，张老师在黑板上写下了“防震减灾”四个大字。正当我们在想写这个是因为什么的时候，老师开始给我们慢慢地讲解起防震减灾的知识。

老师首先让我们讲一讲当地震来临时，我们应该怎么样安全逃离？我们争先恐后地说：

“地震来临时首先不要惊慌，然后尽量以最快的速度躲在各自的课桌下，等到地震结束后，举着东西保护好头部，在老师的指挥下有序地撤离教学楼等高大的建筑物，然后到达操场等空旷的地方等待救援，免得引起二次伤害。

”还有的同学说：

“地震来临时，先举着板凳离开教室到达走道，然后将板凳上举，从二楼飞下去。

”另外的同学就说：

“就算你地震时没被砸到，跳下去也会摔死或摔伤了。

”那个同学说：

“那我不会带个降落伞飞下去!”别人反驳到:

“地震时,你哪来的降落伞呢,再说也没有时间啊!”大家你一言我一语讨论得好不热闹,这时老师告诉我们,真正当地震来临时,大家首先要做的不要惊慌,要按照第一位同学说的那样先以最快的速度躲到课桌底下,等到地震结束后,举着东西保护好头部,在老师的指挥下有序地撤离教学楼等高大的建筑物,然后到达操场等空旷的地方等待救援,免得引起二次伤害。通过主题班会的讨论和老师的讲解使我们明白了和掌握了一定的防震减灾的知识,我要通过自己掌握的知识告诉大家在生活中要注意学习防震减灾知识,使我们尽量远离伤害,远离危险!

防尘减灾心得体会篇四

根据国家减灾委《关于做好“防灾减灾日”有关工作的通知》(国减电[20xx]1号)精神,自治区结合实际,在全区范围内开展了形式多样、内容丰富的防灾减灾宣传活动,并取得了良好的社会宣传效果。

种类、灾情特点,制定了各自的宣传工作方案,细化了活动内容,明确了各部门职责,形成了主要领导过问,分管领导负责,专人落实的工作格局。自治区及各地(市)、县政府共投入115.5万元用于宣传经费,为我区“防灾减灾日”各项活动的顺利开展奠定了坚实基础。

根据自治区5月7日至13日防灾减灾宣传周活动分工方案》和《“防灾减灾日”宣传一条街活动方案》,全区各地(市)减灾委、各部门紧密围绕“防灾减灾”这一主题,明确职责分工,加强协调配合,面向城乡基层,广泛发动群众积极参与,组织开展了一系列丰富多彩、群众喜闻乐见、通俗易懂的防灾减灾宣传活动。

一是开展“防灾减灾日”宣传一条街活动。全区7个地(市)

于5月12日上午分别举办了防灾减灾日宣传一条街活动。自治区及各地(市)减灾委员会各成员单位结合各自业务特点,通过在主要路段悬挂横幅,散发防灾减灾知识手册、宣传挂图、宣传单,举办图片展览,现场示范,器材展示,政策咨询,宣传车流动宣传等多种形式,广泛进行防灾减灾知识宣传,引起了社会各界对防灾减灾工作的高度关注。

自治区人大常委会副主任马如龙、自治区副主席李昭、自治区政协副主席索朗卓玛、某军区副司令员王桂生等自治区及各地(市)领导专门赴各宣传活动点检查指导并慰问了现场宣传工作人员,将宣传活动推向高潮。在5月12日集中宣传活动期间,全区共散发宣传单7.5万张,宣传手册4.25万册,宣传挂图9万张,制作防灾音像制品26个,制作宣传图片栏657幅。

二是订购、印制宣传资料。自治区减灾委订购了x套中国社会科学出版社印制出版的首个国家“5.12防灾减灾日”活动系列宣传挂图,同时经征得中国社会科学出版社同意,以藏汉文合订本形式翻印了x册《避灾自救手册》(地震、水灾、低温冷冻和雪灾、火灾、风灾、滑坡泥石流篇),统一发放到全区各地(市)、县,各多灾易灾乡(镇)及村委会,各区(中)直党政机关、企事业单位,各社区居民委员会,各大中小学校进行张贴宣传。

三是加强防灾减灾教育培训。自治区政府于5月5日专门邀请国家气象局领导进行防灾减灾专题讲座,各地、各有关部门组织了967名专业技术人员和专业志愿者,深入城乡社区、学校厂矿等基层单位宣讲防灾减灾法律法规和避险自救知识。根据不同年龄段学生特点,自治区教育厅下发了《关于印发在我区各级各类学校中开展“防灾减灾日”宣传活动方案的通知》(藏教体卫艺[20x]11号),全区各级教育主管部门在各大中专院校和中小学校开展了主题班会、专家讲座、张贴宣传海报(挂图)、制作避险自救知识学习园地等多种形式的主题教育活动,深入推进防灾减灾知识进学校、进课堂工作,切实提高了广大中小学生的安全防范意识和自我保护能力。

自治区红十字会结合5月8日“五·八世界红十字日”，于5月8日至12日，分别在x大学、拉萨火车站和拉萨市宇拓路步行街设立宣传点，开展了以“卫生救护培训、减少灾害危害”为主题的宣传培训活动。四是充分发挥新闻媒体作用。组织x□各地(市)电视台□xx日报□xx商报、拉萨晚报等有关媒体，以新闻、通讯、专题、纪念专版等形式，对我区的防灾减灾工作和避灾自救、互救知识进行广泛宣传，深入分析了我区的自然灾害形势以及做好防灾减灾工作的重要意义，全面阐述了党和政府坚持以人为本、全力保障人民群众生命财产安全，确保受灾群众基本生活的防灾减灾工作理念，详细介绍了我区加强防灾减灾体系建设、增强防范处置自然灾害和突发公共事件能力的重大政策措施。

五是文艺团体下基层。由自治区歌舞团、拉萨市民政局、当雄县格达乡政府组织文艺小分队，于5月12日在拉萨市当雄县格达乡举行了“5.12防灾减灾日”慰问演出，为当雄地震灾害中的受灾群众献上了丰富多彩、积极向上的文艺节目。

通过以上活动，在我区营造了浓郁的防灾减灾宣传氛围，进一步增强了公众的防灾减灾意识，提高了他们避险自救、互救的基本技能，从而为在灾害到来时限度地减少灾害损失奠定了宣传舆论基础和知识保障，取得了良好的社会效果。群众央宗说：“避灾自救、珍爱生命是我们的愿望，这些防灾减灾知识宣传，针对性、实用性强，通俗易懂，使我们更进一步增强了防灾避灾自救意识，当灾害来临时，我们会依靠掌握的避灾自救基本常识和技能技巧，提高避灾自救能力。感谢党和政府为我们所做的工作。”

在认真开展“防灾减灾日”各项宣传活动的同时，全区各地、各部门还以此次全国“防灾减灾日”宣传活动为契机，进一步做好当前防灾备灾的各项工作，深入查找灾害风险隐患和防灾减灾薄弱环节，制订落实整改方案，完善相关政策措施，加强救灾物资储备，推动防灾备灾工作深入开展。

一是组织开展了本地、本部门自然灾害和突发公共事件应急预案制定、落实情况检查。为切实做好自然灾害和突发公共事件的应急处置工作，自治区制定了《xx自治区突发公共事件应急预案汇编》，初步形成了较为完善、系统的自然灾害和突发公共事件应急预案体系。通过开展自然灾害和突发公共事件应急预案制定、落实情况检查，找出了预案中存在的不足与薄弱环节，并有针对性地进行修改和完善，增强了全区各级、各类自然灾害和突发公共事件应急预案的实用性和可操作性。

二是林芝等部分地(市)根据本地区多发易发灾害风险，针对监测预警、抢险救援、转移安置、应急保障、医疗防疫等重点环节，依据预案，因地制宜，注重实效，组织军区、武警、民政、地震、消防、卫生、防汛抗旱、大中专院校及中小学校等单位 and 部门参与，开展了自然灾害抢险救援、转移安置、应急保障以及卫生防疫实战演习，消防安全技能练兵等预案演练活动，切实增强了干部群众对预案的掌握和运用能力。

三是大力加强防灾备灾建设，切实增强救灾应急物资储备。为加强全区防灾备灾和救灾应急物资储备体系建设，加快形成区、地、县、乡四级救灾物资储备网络。20xx年，自治区将部分高海拔乡(镇)和多灾易灾县的救灾物资储备库建设纳入规划，投资1亿元将在全区部分地(市)、县和高海拔多灾易灾乡(镇)修建救灾物资储备仓库。同时，自治区还安排近亿元人民币救灾物资储备经费，采购了大量生存性救灾物资，使我区的救灾物资储备品种、数量达到了一定规模，大大提升了自然灾害应急救助能力。自治区、地、县和乡(镇)的救灾物资储备体系建设日趋完善。

四是加强灾害信息系统建设，提高灾害信息分析、处理能力。全区各级民政部门按照有关灾情统计标准，及时完善了灾情统计各要素，建立区、地、县灾情上报机制，形成灾情信息快报、核报工作机制，同时加强了与各涉灾部门的灾害信息沟通、会商和通报制度，提高了灾害信息的分析、处理能力。

今年自治区将投入800多万元在全区建立区、地、县三级灾害信息网络，将有力地提升灾害信息管理能力。

防尘减灾心得体会篇五

学习了地震方面的知识，我知道了地震的类型，地震分为构造地震、塌陷地震、诱发地震和人工地震。其中构造地震的破坏力最强，约占世界地震总数的90%。xxxx地震属构造地震。

我还知道了地球为什么会地震?地震是由于地球不断运动和变化，逐渐积累了巨大的能量，在地壳某些脆弱地带，造成岩石突然发生破裂，或者引发原有断层的错动。地震是一种自然现象，它同台风、暴雨、洪水、雷电一样是可以认知的。

我还学习了怎样避震呢!如果你在家里，突然地震了来不及跑，可以躲避在坚固的桌子、床等家具的下面、旁边或墙角、炕沿、卫生间、储藏室等管到多开间小的地方，因为小开间在房屋倒塌时能获得相对的支撑。

如果在学校里发生地震教室是楼房我们应迅速抱头、闭眼，躲在各自的课桌下或旁边，用书包挡在自己的头部，千万不要慌乱拥挤外逃，更不要跳楼，带地震过去后，再由老师组织迅速撤离教室，疏散到空旷场地。

如果在街上发生了地震时，我们最好将身边的皮包或柔软的物品顶在头上，没有物品时也可以用手护在头上，防止广告牌、马口铁板、霓虹灯架等掉下伤人。

如果在影剧院或体育馆里发生地震，我们可以躲在排椅下，墙角也是合适的避震处。

我今后一定读更多的课外书，了解更多的知识。