



小记者走进青岛市家庭应急安全演练实训基地合影。

小记者学习食品  
药品安全知识。

# 体验“地震”学自救 拿起灭火器护安全

## 青岛晚报小记者走进青岛市家庭应急安全演练实训基地

身处火灾现场，滚滚浓烟在大楼里蔓延；突遇强烈地震，脚下的楼板晃动不停；恶劣天气来袭，狂风裹挟暴雨……面对灾难，你是否知道从容应对、安全躲避？近日，在青岛市家庭安全应急演练实训基地，青岛晚报的小记者们经历了一段难忘的学习体验之旅，解决了心中的困惑和疑问。

### // 面对自然灾害 学会自救很重要 //

青岛市家庭安全应急演练实训基地是由市政府投资2200万元建设的安全教育综合性阵地，由市妇联、市应急管理局等负责建设。实训基地设14个功能区，涵盖了公共场所逃生、家庭应急、医疗自救、地震台风自然灾害防御、人防、交通、消防等安全教育内容。基地采用VR虚拟现实、多媒体互动、模拟驾驶等先进的体验训练装置和训练模式，是目前国内功能设置较为完备的安全应急训练专业场馆。

青岛晚报小记者一行刚到实训基地，就被这里各种各样的训练装置吸引住了，他们体验的第一个项目是台风。青岛作为沿海城市，台风是一种比较常见的自然灾害，遭遇台风应该怎样做？讲解员带领小记者们先学习了风力分级知识，了解了每级风的概念以及台风的威力。接下来的体验环节，讲解员同步教授了自救避险保护动作，在台风来临时，需要冷静应对：尽量不出门，检查门窗是否坚固；高层住宅应将置于阳台外墙上、屋顶上的花盆、杂物等转移至安全地带；避雨要找对地点，如果在外面，千万不要在临时建筑物、广告牌、铁塔、大树等附近避风避雨等。

掌握了避台风知识，小记者们又体验了地震模拟。从三级到六级，伴随着震级增加，地震纵波、横波先后到达，有的小记者尖叫起来。讲解员老师告诉大家，地震来临时，如果震级较大，建议及时躲在坚固的物体下面，或者贴着承重墙通过保护动作进行自护。

### // 食品药品安全 关乎生命健康 //

在食品安全学习室，当讲解员拿起几包各式各样的“五毛钱辣条”时，小记者们眼睛突然亮起来，并私下开始议论纷纷。“同学们，你们吃过这样的辣条吗？从几岁就开始吃了？”面对讲解员的提问，小记者纷纷举起

手：“我以前吃过，不过我妈妈说这是垃圾食品，就不让我吃了。”“我第一次吃的时候，觉得味道特别香，能让人上瘾。”“我一次都没有吃过，因为我爸爸说吃辣条就长不高了。”……“同学们，像辣条和街边小吃，平时要少吃或者不吃，因为里面有太多的添加剂，科学研究表明，添加剂摄入量过多对人体危害很大。除此之外，我们还要认识四个食品安全标识，分别是质量安全标识、无公害农产品标识、绿色食品标识、有机食品标识，这可以让你们更好辨别出真正的安全食品。”讲解员指着墙上的食品安全标识，小记者们则用心默默记下。

来到药品安全学习区，讲解员说起一个真实案例：一名生病的学生为了让感冒快点好，加倍剂量吃了好几种感冒药，最后导致肝脏衰竭失去了生命。最后，讲解员给小记者普及了家庭常备药物的用途、服用剂量及注意事项。

### // 面对突发火灾 掌握逃生要领 //

“同学们，谁能告诉我，遇到火灾时应该怎么办？”在消防安全体验场馆，小记者们给出了各种各样的答案。“发生火灾后同学们应快速进行逃生，逃生到安全区域后要拨打119……”讲解员给出了标准答案，更重要的是，要弄清楚各种消防标志颜色和图案的含义。在讲解员的带领下，小记者们拿起模拟报警电话，学习如何正确报警。

模拟结束，讲解员为小记者们进行了灭火实操讲解。拿起灭火器，要掌握“四字诀”：提、拉、握、压……一番学习和实操，小记者们变身“小小消防员”，将灭火器的喷口对准前方的火焰，看着火焰被扑灭，他们兴奋地跳了起来。小记者们还体验了换装消防服，看见自己穿消防服帅气的样子，不少同学都燃起当“烈火金刚”的梦想。

丰富的安全知识、亲身体会“地震”、在实战中掌握自救避险技能……这次体验探访活动，让小记者们大开眼界，受益匪浅。在未来的生活中，小记者们将会在灾难面前，更加从容应对，既注意保护自身安全，还能够保护家人及他人的生命安全。

观海新闻/青岛晚报/掌上青岛 记者 王洋 小记者 李金爱 邵清然 王俊皓 陈昱霏 杨子航 韩淑晨 闫雨辰 段懿宸 聂凡斐 孙昊博

### ■ 小记者手记

●李金爱(市南区实验小学):“纸上得来终觉浅,绝知此事要躬行”。本次实践研学活动,带给我们一次难忘的安全学习与探索经历,让我们深刻认识到安全的重要性,在实践操作中真正做到了“知、学、会”,既开拓了视野,也学到了安全基础知识,提高了自我防护能力。

●杨子航(五十三中小学部):这次家庭安全应急沉浸式体验让我收获颇丰,我认识到了日常饮食、生活中的潜在危害,感受到了人在灾难面前的脆弱和渺小,学习应急安全知识,掌握应急安全技能,防患于未然,对于我们每个人都至关重要。

●陈昱霏(第四实验初级中学):我们通过老师讲解,以互动体验的方式,“零距离”接触了消防、地铁、地震等一系列安全知识,不仅提高了自己的安全意识,也掌握了一定的应急自救技能。让我深刻的理解与明白,危险无处不在。我们只有树立安全意识,掌握安全知识,才能在应急时做出正确的判断。

●王俊皓(新世纪学校):安全是人人心中必须紧绷的一根弦,只有将安全深入人心,才能具备日常生活中的安全知识与技能。通过这次的安全学习我收获颇丰,我会将学到的知识和技能运用到日常生活中,做到防患于未然。同时积极宣传安全知识,努力营造一个安全、美好的生活环境。

●邵清然(同安路小学):这是一场有趣味性又有探索性的安全教育学习,让我意识到了在灾难面前人的生命很脆弱,掌握应急安全技能是非常重要的。生活中会遇见很多的危险,我们有了安全的意识和自保自救的方法就会冷静很多,这堂研学课真是太重要了。

## 小记者招募中

# 奔向星辰大海,一路皆是精彩 青岛晚报小记者团队等你加入



成立于2003年的青岛晚报小记者团队,至今已超过20年,打造岛城青少年课外成长“第一品牌”,稳居岛城小记者“头把交椅”,让大批中小学生在小记者的光荣与责任。

高端活动——对话市长专访院士,汲取成长正能量。

写作培训——名师作家精心辅导,“星”辉闪耀小作家。

直升自招——资深“铁杆粉丝”,迅速打开成长格局。

超级体验——日常精彩不重样,寓教于乐口碑爆棚。

●加入晚报小记者团队

你将获得诸多高端优质、内涵丰盛的采访经历和成长体验:岛城科研院所及驻青高校实验室开放;帆船冲浪及无人机培训试飞等精彩体验……部分活动由主办方提供社会实践证书或研学证书。

●加入晚报小记者团队

你将在晚报作文课专版优先发表作文,独立署名或备注指导老师,不限投稿次数;获得在晚报小记者专版刊发活动图文报道的机会。

4月份活动预告:走进海尔世界家电博物馆、参观

新能源车体验馆、体验青岛市家庭应急安全演练实训基地……

报名条件:

面向我市中小学生在(小学生需不低于二年级),校园记者站和个人报名同步进行。遵守纪律听指挥,有良好的表达能力、团队协作能力和独立参加活动的自理能力,以及挑战和提升自我的信心。

报名费:500元(不含报纸)

报名电话:18663937997,王记者。