

湖湘义士,想助雅安快来报名

非专业义工请暂缓入川 我省募集专业志愿者待命赴川,符合条件者请拨96258

四川雅安地震灾情紧急。湖南省志愿服务工作委员会、省志愿服务组织联合会、省志愿服务基金会联合发布通告,募集专业的志愿者待命,进行雅安的灾后重建救援。 ■记者 李琪

【国办要求】 尽量不要自行前往灾区

雅安市芦山县发生7.0级地震,面对不断涌入灾区的救援人员,国务院办公厅于4月21日发出《关于有序做好支援四川芦山地震灾区抗震救灾工作的通知》,要求非紧急救援人员、志愿者、游客等在现阶段尽量不要自行前往灾区。

《通知》内容称,由于此次地震灾区处于河谷地带,空间有限,道路狭窄,加之余震不断,大量人员前往灾区,将给救灾和安置工作带来新的困难。要求各地区、各有关部门、各单位和社会团体,未经批准近期原则上暂不自行安排工作组和工作人员前往灾区。对社会各界有捐赠意愿的,建议以捐赠资金为主,重点满足灾区重建和受灾群众

! 互动

如果您具有相关的救援经验,或者具备救援的专业设备,可拨打本报热线96258,或加入“三湘华声小善团”QQ群(297498799),我们将和湖南省志愿服务工作委员会、省志愿服务组织联合会联动,募集志愿者待命,随时参与雅安地区的灾后重建。我们将适时刊登您的现场日记,以及邀请您成为我们的强力后盾。

! 提醒

不要轻易说“我了解你的感受”

如何对遭遇重创的灾民进行心理安慰?心理援助工作者刘灿认为,最重要的是“安慰”,而是“鼓励”。

心理救援可分为四个步骤。

第一步:直面死亡。惊恐是一种本能保护。让灾民接受现实,接纳暂时的恐惧,会比较容易摆脱惊恐感。心理救援者需要引导他们:死亡虽然可怕,但是不能被死亡吓倒。

第二步:在灾难面前,是选择软弱还是选择勇气?心理救援者要激发灾民的勇气。积极学会自救的谋生手段,有信心迎接现状。

第三步:亲人伤亡、家园毁损……灾民难免缺乏归属感。心理救援者需要默默陪伴,让他们知道自己仍被牵挂,可以让人忘却暂时的伤痛,重新树立归属感。

第四步:当灾民的心渐渐安抚,就需要重建控制感。心理救援者可为灾民传递信心,讲授自救互救的科学方法,让他们开始自己控制情绪,重建信心。

湖南行动 想去雅安救灾先申请

4月20日,由省红十字会蓝天救援队和新化救援队志愿者组成的湖南省首批救援人员前往雅安灾区。他们配备2台救护车、搜救仪对讲机及常规医疗救助用品等。

据了解,地震救援需要专业队伍、专业志愿者;具备这些专业技能的志愿者,可报名参与灾后重建的行动。要求:有爱心有毅力能吃苦耐劳、年龄在18至45岁之间、男性、身体健康、心理状态良好、服从组织安排、有特长、受过相关培训和有救援经验的优先。

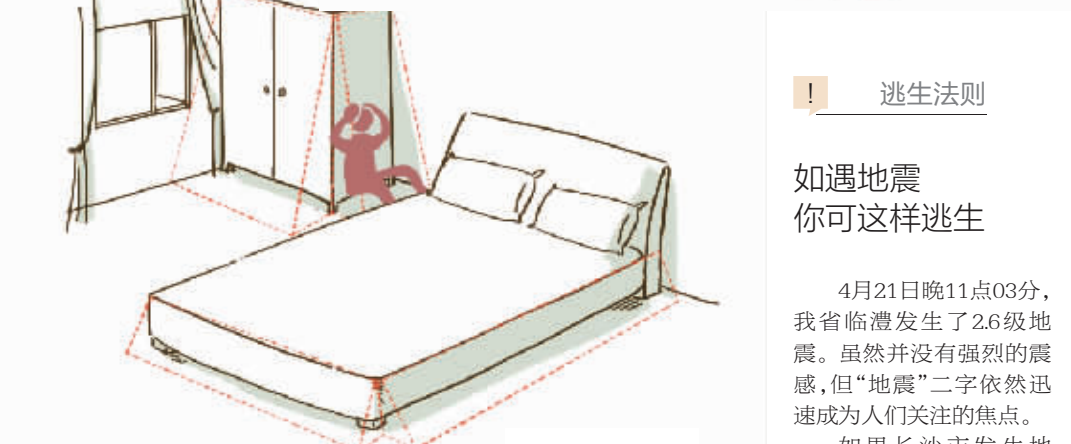


1

如果地震时你在户外 就地选择开阔地蹲下或趴下

当大地震剧烈摇晃、站立不稳的时候,正确的做法是就地选择开阔地蹲下或趴下,不要随便返回室内,避开人多的地方、避开高大建筑物、避开立交桥等结构复杂的构筑物。

在繁华街道、楼区,最危险的是玻璃窗、广告牌等物体掉落下来砸伤人,要注意保护好头部;远离高压线及石化、化学、煤气等有毒工厂或设施;过桥时应紧紧抓住栏杆。



! 逃生法则

如遇地震 你可这样逃生

4月21日晚11点03分,我省临澧发生了2.6级地震。虽然并没有强烈的震感,但“地震”二字依然迅速成为人们关注的焦点。

如果长沙市发生地震,除已有的王陵公园、烈士公园两个市级应急避难场所外,去年新建了44处应急避难疏散场所,可供150万人紧急逃生,救援力量在3小时内实施救援。

省地震局副局长燕为民详细介绍了地震发生时的避险逃生之法。

■记者 刘璋景 实习生 刘佳

2

如果地震时你在房中 学会利用“生命三角”

应迅速远离外墙及门窗,可选择厨房、浴室、厕所等空间小、不易塌落的空间避震,千万不要跳楼,也不能使用电梯。

当建筑物倒塌时,屋顶落下的重力会撞击物体或家具,使得靠近它们的地方留下一个空间,这就是“生命三角”,利用这个空间的人免于受伤的可能性大。如果是在晚上发生地震,而你在床上,你只有简单地滚落床,顺手拿起枕头来保护头部。若正在用火,应顺手关掉煤气或电源,迅速躲避。



雅安加油



4

如果地震时你正在车里 避开十字路口靠边停车离开

避开十字路口将车靠边停下,为了不妨碍他人避难疏散,要让出道路的中间部分。

地震时应离开车辆,靠近车辆坐下或躺在车边,不要钻到车底下,垂直落下的巨大物体会压扁车体导致伤亡;如果你正在公交车上,车体可能会晃动,不要惊慌,等司机停稳车后大家再各自逃生。

避震时携带物品应在最少限度。

如果地震时你正在公共场所 保持镇静就地择物躲藏,伏而待定

例如在车站、剧院、教室、商店、地铁等场所,要保持镇静,就地择物躲藏,伏而待定,然后听从指挥,有序撤离。

选择小空间、坚固家具旁就地躲藏;教室里正在上课的学生,要听从教师的指挥,迅速抱头、闭眼,躲在各自的课桌旁;在操场或室外,可原地不动蹲下,双手保护头部;注意避开教学楼及附近高大建筑物;不要马上回到教室去。

对饥饿、受伤、窒息较严重、埋压时间又较长的人员,救出后要用深色布料蒙上眼睛,避免强光刺激,对伤者,根据受伤轻重,采取包扎或送医疗点抢救治疗。

... 爱心驰援

我省“熊猫血” 志愿者出发

本报4月22日讯 昨晚,我省首批中华稀有血型公益联盟的3名“熊猫血”志愿者一行12人启程赶赴雅安。“熊猫血”志愿者、中华稀有血型公益联盟发起人许国栋告诉记者,目前我省还有十多名“熊猫血”志愿者正积极准备,一旦有需要将立即前往灾区捐献热血。 ■记者 徐焰 刘晓波 实习生 蔡平

长沙南湖医院 为灾区募捐

本报4月22日讯 20日上午9时,长沙南湖医院全体职工、患者通过省红十字会向四川雅安地震灾区捐款57750元。据悉,这是省红十字会收到的首家自发社会集体募捐善款。 长沙南湖医院院长陈玉伟介绍,医院后续还将根据灾区的需要,捐献药品、物资,甚至是派遣医疗队直接参与救

常德首支爱心车队入川

本报4月22日讯 昨晚9时许,常德市民间慈善组织——周信爱心援助中心的负责人周文华带领四名志愿者和两名司机,驾驶两辆货车和一辆小汽车,从常德鼎城出发前往四川。当天上午,该组织在常德募集到衣物、棉被数百件,并采购价值5万元的物资集中装箱送往灾区。 ■记者 聂诗简

10吨养生水调雅安

本报4月22日讯 四川雅安芦山县地震,缺水、缺帐篷、缺食品!昨天,怀化麻阳的颐家养生泉负责人得知这一消息后,立即把10吨即将发往长沙销售的矿泉水“扣下”,紧急调赴雅安。 ■记者 胡信锋 通讯员 彭滔

! 支招

地震时如何救人

假如你成为了一名志愿者,救人时需要注意以下四点。

1、使用的工具(如铁棒、锄头、棍棒等)不要伤及埋压人员;

2、不要破坏了埋压人员所处空间周围的支撑条件,引起新的坍塌;

3、应尽快与埋压人员的封闭空间沟通,使新鲜空气流入,挖掘中如尘土大应喷水降尘,以免埋压者窒息;

4、埋压时间较长,一时又难以救出,可设法向埋压者输送饮用水、食品和药品,以维持其生命。

先将被埋压人员的头部从废墟中暴露出来,清除口鼻内的尘土,以保证其呼吸畅通,对于伤害严重、不能自行离开埋压处的人员,应清除其身上和周围的埋压物,再将埋压人员抬出废墟,切忌强拉硬拖。

对饥饿、受伤、窒息较严重、埋压时间又较长的人员,救出后要用深色布料蒙上眼睛,避免强光刺激,对伤者,根据受伤轻重,采取包扎或送医疗点抢救治疗。

... 小问答

地球进入 地震活跃期了吗

Q:地震活跃期来了吗? A:2004年印尼9.0级地震、2010年智利8.8级地震、2011年日本9.0级地震……近年来国际上多次发生大地震,这些是否表明地球进入了地震活跃期? 大多数专家对“地震活跃期”的说法持谨慎态度。美国航天局地球物理学家汤姆·帕森斯推荐了一篇发表在《美国地震学会通报》上的论文,其结论是,大地震发生的时间点接近于随机分布,这篇文章颇能代表科学界的主流意见。 Q:地震有可能预报吗? A:科学界承认,在地震预报上能力有限,我们常说的“地震预测”其实存在用词的细微差别。虽然把一次地震的时间、地点和震级诸要素全部准确预先报出还无法实现,但根据地球板块构造等特点,预测某地在某段较长的时间内发生地震的可能性还是可以尝试的。中国地震局地震预测研究所就在自身任务描述中说得很清楚:承担地震中期和长期预测任务。 ■据新华社

FM93.8 潇湘之声 公益大行动

为您家的爱车做免费空气检测

预约热线: 0731-8888 3938

活动时间: 4月20日至6月20日

恶心? 头晕? 咳嗽?

敬请关注FM93.8 潇湘之声每周一到周五9:00-10:00的《为民热线》,以及17:30-19:00的新闻晚高峰之《铁齿战铜牙》,为您深度解析车内空气检测报告!

News 938 潇湘之声

被信任是一种快乐 · 信

五一低价超强音

4月28日 奥克斯广场店 火爆开业

和府店·周年庆 大华店·正式开业

满1000元送500

存10元 变600 套购满8888元 送32寸液晶

伊莱克斯 1.25P空调 1799

三菱 46寸网络3DLED 3999

上菱 301升三门冰箱 2599

iPhone 5 4388

爱心驰援

我省“熊猫血” 志愿者出发

长沙南湖医院 为灾区募捐

常德首支爱心车队入川

10吨养生水调雅安