



2026年全国防灾减灾日重庆市集中宣传活动在万盛石林举行 创意闯关玩嗨了 救命技能也学到了



重庆晨报
民生在线
扫码关注

难事、烦事、委屈事、不平事、新鲜事告诉我们，记者帮你办

“快躲，闪电！快蹲下，双脚并拢、双手抱膝、低头收身！”刺眼的闪电特效划破天际，震耳雷声模拟音效轰然作响，救援人员立刻大声提醒避险，现场市民快速远离孤立高树、金属围栏，齐刷刷摆出标准避雷姿势，有小朋友紧紧攥住家长衣角，眼神紧张又认真地跟着完成避险动作，沉浸式防灾减灾体验瞬间拉满……

昨天，2026年全国防灾减灾日重庆市集中宣传活动——应急“石”刻，“林”危不乱防灾减灾闯关嘉年华，在万盛经开区石林举行。

构建“1+5+12+N”宣传体系

本次活动由重庆市防灾减灾救灾委员会办公室主办，万盛经开区防灾减灾救灾委员会承办，活动紧扣“人人讲安全，个个会应急，提高防灾减灾救灾能力”主题，创新构建“1+5+12+N”应急安全宣传体系，核心目标是提升全民防灾避险自救互救能力。启动仪式上，主办方还对2025年全市32起自然灾害成功避险避灾典型案例代表进行表彰，以此弘扬科学避险风尚，带动更多社会力量参与到防灾减灾工作中。



山洪救援

活动充分利用万盛石林山石林立、溪流峡谷的独特地貌，因地制宜打造山洪袭来、山石崩塌、雷暴天气、地震逃生、水上救援五大灾害沉浸式体验区，借助声光电特效与震动平台设备，从视觉、听觉、触觉多维度还原灾害发生时的真实场景，让市民身临其境感受灾害威力，为学习避险技能打下坚实基础。除了雷暴体验区的逼真演练，其他体验区也各有看点，山体碎石滚落、地面轻微震动等场景高度还原，工作人员全程在旁讲解处置要点，手把手指导群众掌握规范避险动作。

实操体验更深入人心

活动还引入NPC角色扮演，串联起灾前预警、灾中避险、灾后处置全流程剧情，大幅提升科普互动性与感染力。在水上救援体验区，演员扮演的游客不慎失足落水，呼救声响起后，景区安全员立



地震塌方救援

刻现场指导，围观市民分工配合，精准抛投救生圈、递送竹竿完成模拟施救，随后救援队员现场演示溺水急救流程，细致讲解胸外按压操作要点，不少市民主动上前模仿练习。“这种实操体验比单纯听讲解深刻多了，学到的都是关键时刻能救命的技能。”市民王先生体验后深有感触地说。

现场还设置了12个创意应急闯关点位，“圈”力救援、“包”你满意等特色关卡，涵盖隐患识别、逃生避险、绳结打法、伤口包扎、应急呼叫等多项实用内容，兼顾专业性与趣味性，适合老人、小孩等全年龄段群众参与。“滑”险为夷关卡前，工

作人员耐心讲解地质灾害预警信号，市民们紧盯模拟裂缝变化，牢记逃生方向；“绳”乎其技关卡处，救援队员演示应急绳结打法，小朋友踮脚动手尝试，成年人仔细询问不同绳结的适用场景，现场学习氛围十分浓厚。活动还推出集章兑换福利，进一步调动群众参与热情，形成“玩中学、学中练、练中会”的科普模式。

活动期间，重庆市专业应急救援万盛经济技术开发区支队队员全程以科普员身份值守，引导群众学习应急知识、主动分享科普内容。不少市民体验后，纷纷拍摄现场科普流程转发给亲友，让避险知识得到进一步传播。“这种沉浸式活动特别直观易懂，大人小孩都能学到实用的应急技巧，在大自然里实景学习，更容易记牢、能学以致用。”市民张先生说。

深耕“应急科普+”融合发展模式

重庆市防灾减灾委员会办公室相关负责人表示，此次活动立足实景、贴近群众、聚焦实操，用群众喜闻乐见的方式普及安全知识、传播应急理念，有效拓宽了防灾宣传渠道。接下来，重庆将持续深耕“应急科普+”融合发展模式，常态化开展沉浸式、场景化科普活动，不断提升全社会防灾减灾综合能力，织密织牢全民安全防护网。

据悉，以此次活动为契机，重庆还将借助全国安全生产月，围绕“人人讲安全、个个会应急”主题，推出系列配套活动，包括安全生产月启动仪式暨全民安全开放日、应急科普微视频大赛、应急科普讲解大赛，以及美术、摄影比赛等，通过多元形式推动全民参与，持续擦亮“应急科普+”宣传品牌，为城市高质量发展筑牢安全根基。

上游财经-重庆晨报记者 杨新宇 摄影报道

七旬老人被困缙云山 无人机热成像技术助力救援

一名七旬老人独自进入深山后被困，北碚区公安分局澄江派出所、特警支队与消防救援人员联合行动，历时5小时，最终借助无人机热成像技术精准锁定老人位置，成功将其安全转移下山。

4月26日22时40分，澄江派出所接到市民汪女士报警求助：其父汪大爷今年79岁，患有轻度认知障碍，当天早上从家中独自外出后一直未归。电话中老人反复念叨要回缙云山老家，手机定位显示其身处北碚区缙云山片区。山林地域辽阔、地形复杂，家属无法自行搜寻，遂报警求助。

接警后，澄江派出所民警迅速赶赴现

场开展地面排查。此时已是深夜，山间气温持续走低、雾气浓重，老人年事已高且患病，随时可能失温或发生意外。派出所立即上报分局情指中心，申请特警无人机到场支援。23时许，特警支队无人机班组抵达。飞手操控无人机升空，依托热成像探测功能对缙云山后山开展地毯式排查。经过细致筛查，无人机在深山凹槽区域捕捉到可疑热源。飞手抵近确认，正是走失的汪大爷。此时，距离警方接到报警约5小时。

锁定位置后，救援人员发现老人被困于两山之间的凹槽，距离山脚约400米，

周边草木丛生、陡坡林立，无常规路径直达。民警与特警多次尝试徒步进入均因地势险峻失败。27日凌晨2时30分，现场指挥员联系北碚区消防救援支队增援。消防人员携带登山绳索、破障工具抵达，与民警、特警组建联合救援组，半小时后成功抵达老人被困处。此时汪大爷身体虚弱但意识清醒。

救援人员为老人递上水和食物，待其体力稍有恢复后，小心搀扶起身返程。经过1个多小时徒步，凌晨4时许，汪大爷被安全转移至山脚。一直在现场等候的汪女士热泪盈眶，连连道谢。经初步



检查，老人身体无大碍，由家属接回家中休养。

警方提醒，家中有高龄、认知障碍等特殊亲属的，应

避免其独自外出，可为老人配备智能定位设备，并在衣物上缝制家属联系方式。一旦发现走失，请第一时间报警求助。

上游财经-重庆晨报记者 郑三波

飞机上女童被糖卡喉 重庆女医生紧急施救

近日，在上海飞往重庆的川航3U8974航班上，一名4岁女童不慎被糖果卡住气道，面色青紫、呼吸困难，情况万分危急。此时，一位重庆女医生站了起来，成功为孩子解除气道梗阻，上演了一场惊心动魄的万米高空生命救援。

救人的是重庆大学附属中心医院（重庆市急救医疗中心）主任医师陈凤。陈凤回忆，5月4日她正在飞机上休息，前方座位突然传来一阵慌乱的呼喊声。她发现，一名女童不慎将糖果吸入喉咙，出现气道

梗阻症状，面色青紫、表情痛苦、呼吸困难，家长与乘务人员焦急万分。

“我是医生，让我来看看！”陈凤没有丝毫犹豫，立即起身来到孩子身边。凭借多年急救经验，陈凤迅速、规范地为女童实施海姆立克急救法。

经过紧张施救，卡在孩子气道内的糖果成功排出，孩子呼吸逐渐平复，转危为安。看到孩子恢复正常、露出笑容，现场所有人都松了一口气。

急救结束后，陈凤耐心向家长叮嘱后

续观察与护理注意事项，反复确认孩子状态平稳后，才返回座位。下飞机时，孩子家人专程赶到机舱口致谢，陈凤说道：“没什么，这是作为一名急救医生的职责和本能。”

事后，孩子爸爸张先生特意写下感谢信，送到重庆大学附属中心医院



工作中的陈凤

（重庆市急救医疗中心）。“作为急救人，救死扶伤不分场合、不分时间，只要群众有需要，我们都会第一时间冲上去。”陈凤说，这是医者的本能，也是重庆市急救医疗中心一直以来坚守的初心与使命。

上游新闻-重庆晨报记者 石亨 重庆大学附属中心医院供图