

知心姐姐安全科普书·漫画版

中国少年儿童平安行动·青少年自护宝典



自然灾害分册

那些“可怕”的事 你做梦也想不到

主编 / 共青团中央维护青少年权益部

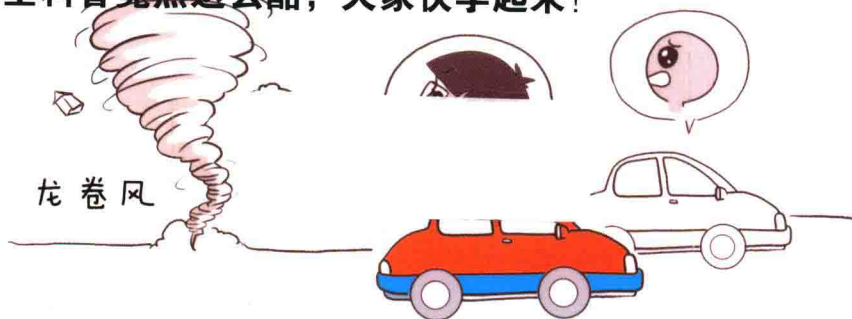
编写 / 《知心姐姐》编辑部

天了噜，知心姐姐也玩弹幕了！ 这个场景好像在哪见过，貌似是在梦里……

哇……龙卷风!!!

喂，右下你是外星人吗？你们星球有龙卷风吗？

安全科普竟然这么酷，大家快学起来！



中国少年儿童新闻出版总社
中国少年儿童出版社



那些“可怕”的事 你做梦也想不到

主编 / 共青团中央维护青少年权益部

编写 / 《知心姐姐》编辑部



中国少年儿童新闻出版总社
中国少年儿童出版社

北 京

图书在版编目 (CIP) 数据

那些“可怕”的事你做梦也想不到 / 共青团中央维护青少年权益部主编; 知心姐姐杂志社改编. —北京: 中国少年儿童出版社, 2016.1

ISBN 978-7-5148-2814-6

I. ①那… II. ①共… ②知… III. ①安全教育—小学—课外读物 IV. ①G624.103

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 315756 号

NA XIE KE PA DE SHI NI ZUO MENG YE XIANG BU DAO



出版发行: 中国少年儿童新闻出版总社

中国少年儿童出版社

出版人: 李学谦

责任编辑: 祝 薇	编 绘: 小麦冬菜
美术编辑: 李 响	责任印务: 杨顺利
责任校对: 沈大刚	知识提供: 北京市青少年法律与心理咨询服务中心

社 址: 北京市朝阳区建国门外大街丙 12 号 邮政编码: 100022

总 编 室: 010-57526071 传 真: 010-57526075

发 行 部: 010-57526568

网 址: www.ccppg.cn

电子邮箱: zhs@ccppg.com.cn

印刷: 北京中科印刷有限公司

开本: 787mm × 1092mm 1/32

印张: 4

2016 年 1 月第 1 版

2016 年 1 月北京第 1 次印刷

字数: 10 千字

印数: 12000 册

ISBN 978-7-5148-2814-6

定价: 20.00 元

图书若有印装问题, 请随时向印务部退换。(010-57526881)

目录

一 地震

- 01 教室中避震可把课桌当成“保护伞” / 18
- 02 家中避震要远离门窗、阳台和外墙 / 20
- 03 卫生间是楼房中的避难所 / 22
- 04 学校避震有序疏散最重要 / 24
- 05 撤到操场后要蹲下 / 26
- 06 震后不要立即返回教室 / 28
- 07 在公共场所遇到地震时要避开吊灯等悬挂物 / 30
- 08 被废墟掩埋后要尽量保存体力 / 32
- 09 户外避震要远离高大建筑物 / 34
- 10 地震时远离阳台，不要乘电梯 / 36
- 11 地震时不要盲目跳楼 / 38
- 12 不要相信地震谣言 / 40

二 暴雨

- 13 下雨天小心水面下的井坑 / 42
- 14 骑自行车遇积水要尽量绕行 / 44

三 泥石流

- 15 暴雨、洪水发生时要警惕泥石流 / 46
- 16 发现泥石流迹象，立即向沟谷两侧山坡跑 / 48
- 17 不在沟谷中设置营地 / 50

- 18 深谷中传来闷雷声时警惕泥石流 / 52
- 19 不要爬到树上躲避泥石流 / 54
- 20 逃离泥石流、滑坡时不要贪恋财物 / 56

四 雷击

- 21 雷雨天不能用太阳能热水器洗澡 / 58
- 22 雷雨天不要站在大树下 / 60
- 23 雷雨天不要在孤立的凉亭、棚架里久留 / 62
- 24 雷雨天感到头发竖立要马上降低身体 / 64

五 寒冷天气

- 25 寒潮时要特别注意手、脸的保暖 / 66
- 26 冬季通风, 预防煤气中毒 / 68
- 27 冬季滑冰要去正规的冰场 / 70
- 28 预防流行性感冒 / 72
- 29 接到寒潮预警后要关好门窗 / 74
- 30 冰雪天气要小心滑倒摔伤 / 76

六 台风

- 31 拨打电话“12121”了解天气情况 / 78
- 32 接到台风预警后, 家里要储备食物饮水 / 80
- 33 台风来时不要骑自行车 / 82

目录

34 遭遇龙卷风要到低洼地趴下 / 84

35 遭遇龙卷风不要躲在汽车中 / 86

七 海啸

36 发现海面后退异常应迅速撤离 / 88

37 尽力寻找漂浮物 / 90

38 保持体温勿脱衣 / 92

39 躲避水中硬物 / 94

40 尽量向其他落水者靠拢 / 96

八 暴风雪和雪崩

41 雪崩产生的气浪会让人窒息 / 98

42 走山脊不走山谷 / 100

43 北向山坡冬季容易发生雪崩 / 102

44 脚下发生雪崩应向侧方逃跑 / 104

45 遭遇暴风雪要冷静应对 / 106

46 冻伤后可用温水复温 / 108

47 禁用火烤处理冻伤部位 / 110

九 山火

48 时刻小心火种 / 112

49 把山火限制于可控范围 / 114

- 50 选择正确的逃生方向 / 116
- 51 正确判断风向和火向 / 118
- 52 合理利用所处地势 / 120
- 53 山火中寻找低洼、植被稀疏的地方逃生 / 122

十 高温天气

- 54 中暑后立即移到阴凉处 / 124

知心姐姐安全科普书·漫画版

中国少年儿童平安行动·青少年自护宝典



自然灾害分册

那些“可怕”的事 你做梦也想不到

主编 / 共青团中央维护青少年权益部

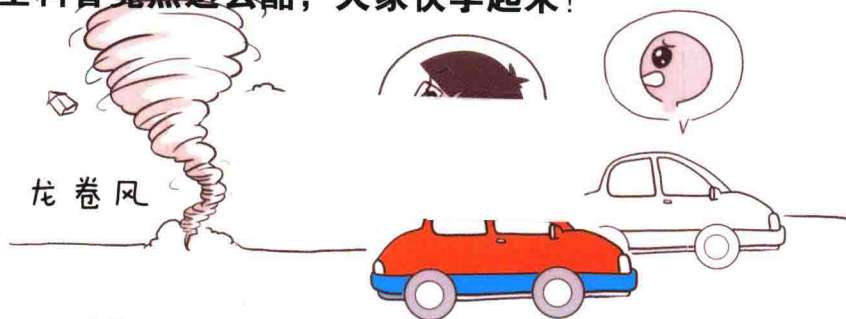
编写 / 《知心姐姐》编辑部

天了噜，知心姐姐也玩弹幕了！ 这个场景好像在哪见过，貌似是在梦里……

哇……龙卷风!!!

喂，右下你是外星人吗？你们星球有龙卷风吗？

安全科普竟然这么酷，大家快学起来！



中国少年儿童新闻出版总社
中国少年儿童出版社



把最要紧的安全知识装进孩子心里， 关键时刻用得上！

在孩子眼里，不好玩就没有意义，有意义就是要好玩，但是有一类事情，虽不好玩，却顶有意义，那就是学习灾害逃生的方法和常识。比如，地震突然发生！这一类事情也许你做梦都梦不到，但是假若真的发生地震，是钻进桌子底下，还是立即跑到空地上？哪样是正确的做法？你必须提前知道怎么做，以后万一真的发生了，你的腿肚子才不会发软，你才能快点逃跑！

这本讲自然灾害的漫画书，生动形象地教给孩子自救自护的常识和经验，让孩子们在灾难突发时能够保护自己，每个孩子都值得拥有一本！

曹乃文

中国红十字会总会训练中心应急培训部部长

卢勤

中国著名教育专家

宗春山

青少年自护教育发起人、北京市青少年法律与心理咨询服务中心主任

—— ★ 联合推荐 ★ ——

上架建议：科普 / 百科

ISBN 978-7-5148-2814-6



9 787514 828146 >

定价：20.00 元

知心姐姐

经典品牌，值得信赖

知心姐姐安全科普书·漫画版



人们常说：

天有不测风云……

风云关我啥事？

直到可怕的事情发生，
才明白有些话不是说着玩的。

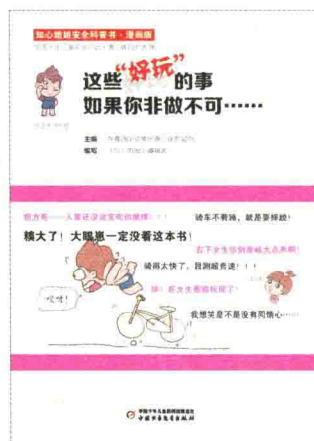
“风云”就是——

那些可怕的事，

你做梦也想不到！

看看这本书吧，

遇到不测你就能快点跑！



大人们常常说：

小心点！跑慢点！

别总在外面贪玩！

可是谁能管得住不玩？

玩着玩着就玩疯了，

然后……哎呀！！

有些好玩的事，

如果你非做不可，

最好看看这本书，

否则你就糗大了！



那些“可怕”的事 你做梦也想不到

主编 / 共青团中央维护青少年权益部

编写 / 《知心姐姐》编辑部



中国少年儿童新闻出版总社
中国少年儿童出版社

北 京

目录

一 地震

- 01 教室中避震可把课桌当成“保护伞” / 18
- 02 家中避震要远离门窗、阳台和外墙 / 20
- 03 卫生间是楼房中的避难所 / 22
- 04 学校避震有序疏散最重要 / 24
- 05 撤到操场后要蹲下 / 26
- 06 震后不要立即返回教室 / 28
- 07 在公共场所遇到地震时要避开吊灯等悬挂物 / 30
- 08 被废墟掩埋后要尽量保存体力 / 32
- 09 户外避震要远离高大建筑物 / 34
- 10 地震时远离阳台，不要乘电梯 / 36
- 11 地震时不要盲目跳楼 / 38
- 12 不要相信地震谣言 / 40

二 暴雨

- 13 下雨天小心水面下的井坑 / 42
- 14 骑自行车遇积水要尽量绕行 / 44

三 泥石流

- 15 暴雨、洪水发生时要警惕泥石流 / 46
- 16 发现泥石流迹象，立即向沟谷两侧山坡跑 / 48
- 17 不在沟谷中设置营地 / 50

- 18 深谷中传来闷雷声时警惕泥石流 / 52
- 19 不要爬到树上躲避泥石流 / 54
- 20 逃离泥石流、滑坡时不要贪恋财物 / 56

四 雷击

- 21 雷雨天不能用太阳能热水器洗澡 / 58
- 22 雷雨天不要站在大树下 / 60
- 23 雷雨天不要在孤立的凉亭、棚架里久留 / 62
- 24 雷雨天感到头发竖立要马上降低身体 / 64

五 寒冷天气

- 25 寒潮时要特别注意手、脸的保暖 / 66
- 26 冬季通风,预防煤气中毒 / 68
- 27 冬季滑冰要去正规的冰场 / 70
- 28 预防流行性感冒 / 72
- 29 接到寒潮预警后要关好门窗 / 74
- 30 冰雪天气要小心滑倒摔伤 / 76

六 台风

- 31 拨打电话“12121”了解天气情况 / 78
- 32 接到台风预警后,家里要储备食物饮水 / 80
- 33 台风来时不要骑自行车 / 82

目录

34 遭遇龙卷风要到低洼地趴下 / 84

35 遭遇龙卷风不要躲在汽车中 / 86

七 海啸

36 发现海面后退异常应迅速撤离 / 88

37 尽力寻找漂浮物 / 90

38 保持体温勿脱衣 / 92

39 躲避水中硬物 / 94

40 尽量向其他落水者靠拢 / 96

八 暴风雪和雪崩

41 雪崩产生的气浪会让人窒息 / 98

42 走山脊不走山谷 / 100

43 北向山坡冬季容易发生雪崩 / 102

44 脚下发生雪崩应向侧方逃跑 / 104

45 遭遇暴风雪要冷静应对 / 106

46 冻伤后可用温水复温 / 108

47 禁用火烤处理冻伤部位 / 110

九 山火

48 时刻小心火种 / 112

49 把山火限制于可控范围 / 114

- 50 选择正确的逃生方向 / 116
- 51 正确判断风向和火向 / 118
- 52 合理利用所处地势 / 120
- 53 山火中寻找低洼、植被稀疏的地方逃生 / 122

十 高温天气

- 54 中暑后立即移到阴凉处 / 124

序言

文 / 共青团中央维护青少年权益部

多年来，共青团中央始终重视开展青少年自护教育，在全社会营造保护青少年健康成长的氛围。从2007年开始，共青团中央维护青少年权益部、公安部宣传局每年定期联合发布“青少年暑期自我保护提示”，对青少年在娱乐、出行、心理、家庭安全等方面的注意事项进行提醒。2009年后，在文字版基础上，又增加了语音版、漫画版、游戏版等生动有趣味的形式和内容，让自护知识更有效地传递给青少年。2013年至今，每年寒暑假期间，团中央权益部都会做出开展“青春自护”教育活动的统一部署。各级团组织动员志愿者，走进学校、社区，围绕涉水、交通、涉电、消防、饮食安全以及预防人身伤害、违法犯罪行为侵害等方方面面，通过开学第一课、自护训练营、安全自护宣讲、知识竞赛、模拟演练等多种多样的活动，提高青少年的自护意识和能力，强化未成年人监护人的监护责任。

在开展这些工作的过程中，我们深深感到，有必要开发一套内容全面、通俗易懂、活泼有趣的青少年自护知识宝典。2013年底，团中央权益部联合专业机构，结合当前青少年安全领域中的薄弱环节，编写了涵盖家校场所安全、交通安全、灾难避险和其他安全等四类共366个知识点的工作手册，提供给各地团组织使用。2014年又根据这些知识点，适应孩子的成长特点，委托创作了366幅四格漫画，设计出小智、桃子、小陀