都市消防·上海市消防救援局

新闻晨报 联合主办

上海围绕“全民消防、生命至上——提高自防自救能力”开展集中宣传

“出真水灭真火”练“真本领”

11月6日，2026年上海市消防宣传月启动仪式暨主会场活动在上海展览中心举行，“出真水、灭真火”成为今年实操实训的关键词。

今年11月9日是第35个全国消防日，全市将围绕“全民消防、生命至上——提高自防自救能力”这一主题，开展为期1个月的消防安全集中宣传。





“真练一次心里才有底”

在主题活动现场，来自医疗、养老、建筑、化工、仓储、物流、教育、物业、党政机关、轨道交通、商业综合等行业、企业单位的重点岗位从业人员和市民群众代表，现场开展灭火器（毯）实操、消火栓出水、防烟面具佩戴、逃生避险技能和火灾隐患查改等消防安全实操实训。

在使用灭火器扑救油桶火灾时，一位来自物业行业的参训人员直言，平时看演示觉得很简单，真正上手才发现动作要领不少，“真练一次，心里才有底”。

活动现场还同步设置了模拟火场烟雾逃生、高空缓降逃生等各类特色消防互动项目，让参与者在体验中学习消防知识、在操作中掌握消防技能。

启动仪式上，本市对消防宣传月活动和全民消防安全素质提升行动作出部署。活动明确，将以消防宣传月为抓手，不断加强基层治理，压紧压实各方责任。紧盯“高低大化”等高风险场所和养老机构、医院等场所，加强隐患排查整治。依托“四百”大走访织密基层防控网络，聚焦“九小场所”和纯老家庭、行动不便人群，上门入户帮助发现和消除火灾隐患。

消防安全需要全社会共同参与，本市将广泛发动各方力量，把消防网络织得更密、基层基础夯得更实。

消防科普课堂搬进商业地标

11月10日，普陀区将“119”消防宣传月主场活动设在环球港这一商业地标，希望把消防宣传搬到群众身边，让安全科普可看、可学、可体验。

在活动现场，消防科普宣讲员李卓立以《给火焰画地为牢》为题，围绕大型商业综合体防火分隔，讲解如何科学阻隔浓烟、火焰、为逃生争取时间，收获了现场观众的阵阵掌声。

“商业综合体靠什么防火？答案是防火分区。”李卓立表示，简单来说就是利用防火墙、防火门、防火卷帘等设施，将建筑划分成相对独立的区域，最大限度控制火的蔓延。

“为什么要分隔？因为火势可能比我们想象中更加猛烈。比如说轰燃。”李卓立说，假设房间内的沙发突然起火，最初30秒，火焰可能还只集中在沙发表面。随着燃烧持续，高温烟气不断向天花板汇集。当上层烟气温度达到约600℃，地面附近热辐射强度达到每平方米约20千瓦，就可能发生轰燃。窗帘、地毯、木质家具等可燃物，几乎在瞬间全面燃烧！

“从局部起火，到整个房间陷入火海，有时只需要短短几分钟。而防火分区，就是提前给火焰划好边界。”李卓立表示，希望通过自己的科普，让更多人知道“防火卷帘、常闭式防火门不得埋压、圈占、遮挡、损坏、挪用或擅自拆除、停用”，共同守护万家平安。

全市掀起“全民学消防”热潮

宣传月期间，浦东新区各街镇举行了丰富多样的消防主题活动，全域营造浓厚消防安全氛围。期间，位于长清路2009号的东明路街道消防科普体验馆正式揭牌启用，场馆融合科普宣教、实景模拟、应急实操功能，设置了消防知识抢答系统、VR体验、室外实训等多个趣味项目，参访者可凭学习积分兑换消防文创小礼品。

黄浦消防组织街道微型消防站举行了实操项目展演，安排微站队员现场开展防盗门窗破拆切割演练，直观演示火灾中防盗窗阻碍逃生、延误救援的突出风险，讲解违规加装防盗设施的消防安全隐患，向市民群众普及逃生通道畅通的重要意义。

在大宁金茂府，静安消防举办了一场高层住宅疏散演练。演练模拟高层住宅发生火情，小区物业第一时间启动应急预案，通知楼内居民用湿毛巾捂住口鼻、低姿弯腰，沿疏散通道有序撤离至安全集结区域。消防救援力量到场后，迅速开展火情侦察、人员搜救、内攻灭火、高空救援、伤员转移等科目处置，让现场观摩人员直观感受高层火灾的危险性，学习掌握疏散逃生要点。

奉贤区消防宣传月主场日活动在庄行古镇冷江雨巷热闹开场。为了让市民真正掌握“逃生技能”，现场特别设立了沉浸式模拟火场烟雾逃生、悬垂救援体验、水枪出水体验等项目，市民群众纷纷排队上阵，通过实操体验学习灭火本领和逃生技能。

在崇明区，消防部门联合新海镇人民政府，打造了一场兼具烟火气、实操性、趣味性的消防宣传盛宴。消防宣传员立足崇明农村社区、独居老人的消防安全现状，深入剖析秋冬季节火灾多发原因，传授家庭隐患自查、初期火情处置、逃生避险和报警要领等基础知识。

晨报记者 倪 冬

（上海消防新媒体供图）

周末去哪？消防主题快闪等你来打卡！

今年11月，为吸引更多年轻人关注消防、参与消防，上海消防联合小红书开启了“习惯点亮平安——2026上海全民消防素质提升启航活动”，把消防知识搬进市中心商圈，让市民在打卡逛玩间就能轻松学习掌握安全技能。

11月7日–8日，首场启幕站活动在普陀区真如环宇城举办。活动开始前，普陀消防专门针对环宇城的商家开展了针对性的消防培训。宣传员结合商铺实际情况，细致讲解了各商户的火灾风险点及应对措施，手把手教导如何开展消防隐患排查、如何正确扑救初期火灾，以及如何科学组织人员疏散等关键技能。

活动开始后，四大体验区人气拉满，现场一度排起了长队。在“火线穿越·警示迷宫”体验区，通过情景迷宫与真实火灾案例，让市民在闯关中认识火灾风险。

在“万家灯火·平安经纬”体验区，小朋友和家长可以共同参与消防安全知识问答，拿起彩线在装置间穿引、缠绕，将一条条安全知识串联起来，汇成平安图景。



“消防九子游戏区”则将传统弄堂游戏与消防知识巧妙结合，让大人小孩玩得不亦乐乎。

因为有机会试穿消防战斗服，近距离体验消防员的日常装备，打卡展示区同样人气十足，吸引了不少市民驻足拍照。

除了线下快闪以外，上海消防还同步发起了“家庭逃生图”征集活动，只要关注上海消防小红书官方账号，画出自家逃生路线，就有机会赢得限量周边！

“习惯点亮平安——2026上海全民消防素质提升启航活动”简介：

■四站八场|11:00–16:00

11月7日、8日|普陀区 上海真如环宇城 MAX（启幕站已结束）

11月14日、15日|黄浦区 新天地时尚二期（时尚站）

11月21日、22日|徐汇区 Gate M 西岸梦中心（亲子站）

11月28日、29日|场地信息即将揭晓，敬请期待（收官站）

■现场四大体验：

火线穿越·警示迷宫：情景迷宫+真实火灾案例警示

万家灯火·平安经纬：写下安全习惯，绕线汇成平安图景

消防九子游戏区：弄堂游戏×消防知识实操

打卡展示区：小红书现场打卡领互动礼，名额有限；有机会试穿消防战斗服

晨报记者 倪 冬（上海消防新媒体供图）