

各位小记者——

这些暑期安全提示 请你查收

暑假生活即将来临，相信每一位同学都希望度过一个快乐充实的假期。你们可以有充裕的时间做自己喜欢的事，读书、旅行、与同学相约游玩。在尽情享受快乐假日的同时，也要提高个人安全防范意识和能力，现将相关安全注意事项提示如下：



严防溺水 不可大意

- 1.关注气象信息，提升孩子的防汛意识，严防汛期导致的溺水事故。
- 2.让孩子牢记防溺水“六不”，远离野外水域。
- 3.告诫孩子不私自或结伴去野外水域玩水或捉鱼虾等。
- 4.孩子外出时，家长务必知去向、知同伴、知内容、知归时。
- 5.不带孩子到无安全设施、

- 无救援人员的游泳馆游泳。
- 6.未成年人参与水上游乐项目，必须有成年人带领。
- 7.乘坐观赏船、游船等，务必要穿好救生衣，遵守相关规定。
- 8.教育孩子观看龙舟比赛时，要在安全区域看，严防溺水。
- 9.告诉孩子如果遇到同伴溺水，要智慧救援，不要盲目下水救人及手拉手施救，要及时大声呼救并拨打110。

居家安全 不可忽视

- 1.家长要监护到位，不要把孩子单独留在家中。
- 2.教育孩子不给陌生人开门，注意防骗、防盗、防抢。
- 3.加强家中电源、燃气、热水器等用品的安全防范，教会孩子正确的使用方法，最大程度防范触电、中毒、烫伤等事故发生。
- 4.做好家庭阳台、窗台、楼顶平台等区域的安全防范措施，

- 教育孩子不攀爬，谨防摔伤、坠落，教育孩子不向楼下抛扔物品。
- 5.将易燃易爆、锋利、有毒或其他对孩子有危害的物品，如利器、药品、洗涤剂放置好。
- 6.告诉孩子不要随意把东西放进口、耳、鼻中，不随意把东西往头和脖子上套。
- 7.与孩子约定每天使用电子设备的时间，让孩子养成良好的上网习惯，严防孩子网络沉迷。

交通安全 牢记心中

- 1.出行前应提前了解天气信息，留意交通广播、道路电子显示屏的提示信息，根据天气情况合理安排出行。
- 2.教育孩子外出时要严格遵守交通法规，不闯红灯，不翻越隔离栏，在人行道上行走；过马路要走斑马线、过街天桥或地下通道，同时要特别注意过往车辆，做到“一慢二看三通过”。
- 3.骑车或步行要靠右侧通行，不在公路上追逐打闹和玩耍，不得并排骑车、勾肩搭背或赛车。
- 4.告诉孩子未满12周岁不能骑自行车上路，未满16周岁不能骑电动自行车上路；骑乘电动自行车，要戴好安全头盔。
- 5.乘坐公共交通工具时，自觉

- 遵守地铁、公交车、长途大巴车等乘车规范，待车停稳后，有序上下车，在车上时，要坐稳扶好，了解车上的紧急装置及逃生出口的位置；不得擅自将胳膊、头等部位伸出窗外。
- 6.教育孩子不乘坐超员超载车，不乘坐无牌无证机动车辆，特别是寄宿学生假期往返注意乘车安全。
- 7.4岁以下孩子必须使用儿童安全座椅，并且大人不要抱着孩子坐副驾。
- 8.家长驾车要时时记得谨慎驾驶，避免疲劳驾驶、酒后驾驶、路怒驾驶。
- 9.天气炎热，家长不要把孩子独自留在车内。

外出游玩 安全第一

- 1.夏季气温渐高，外出时做好防晒准备，谨防中暑，备好常用药品，防止蚊虫叮咬等。
- 2.不带火种进景区，尤其是在山区等植被茂盛场所游玩时，家长不要抽烟，也不要乱扔烟头，并教育孩子不玩火。
- 3.家长带孩子玩游乐设施时，要先认真阅读游戏说明，根据孩子的年龄、身高等要求去选择适合的游乐设备。
- 4.不得违规进入未开发、未

- 对公众开放的保护区、水库、峡谷、无人岛、海滩、网红景点等不明区域开展游览、探险、戏水、露营等活动。
- 5.在山区、河谷等区域要防范山体滑坡、落石、泥石流、山洪暴发等安全风险。
- 6.不得违规进入未开发、未对公众开放的保护区、水库、峡谷、无人岛、海滩、网红景点等不明区域开展游览、探险、戏水、露营等活动。

网络安全 务必牢记

- 1.与孩子约定每天使用电子设备的时间，让孩子养成良好的上网习惯，严防孩子网络沉迷。
- 2.告诉孩子不随意浏览或下载不良网站或软件，不点击来源不明的链接或附件，谨防诈骗。
- 3.不在网上透露个人或家庭信息，慎交网友，不与陌生网友见面。

- 4.不在网上发表或转发有害、虚假、侮辱、诽谤等不良言论，不在网上欺凌、辱骂、威胁他人，不在网上造谣、传谣、信谣。
- 5.注意劳逸结合，合理安排假期学习和生活，多参加有益身心的户外活动和体育锻炼，增强体质和免疫力。

饮食安全 必须重视

- 1.吃粽子要适量，不宜多吃；冷藏或冷冻过的粽子，要彻底加热；吃剩的粽子不要反复加热，不要食用馅料已经发酸、发苦或口味不正的粽子。此外，由于天气炎热，家长要叮嘱孩子不能暴饮暴食，尽量不吃生冷食物，不吃路边不卫生的食品，少吃油炸食品，谨防病从口入。

- 2.少吃辛辣、油炸食品。
- 3.食用水果、蔬菜时，要清洗干净。
- 4.不喝生水或不洁净的水，最好喝白开水；幼儿吃冷饮要适量，特别是不要在饭前吃，以免引起小儿消化紊乱和营养失调。
- 5.勤洗手，养成良好的卫生习惯，如做到饭前便后洗手。

