

快乐过暑假 安全不能“放假”

随着学校的期末考试陆续结束,愉快的假期即将开始。学生们在享受假期带来快乐的同时,安全意识也绝不能松懈,否则追悔莫及。假期是各类安全事故的高发期,家长一定要加强对孩子的安全监管,合理安排孩子的暑假生活,分配好学习、锻炼、游玩的时间,培养孩子健康向上的生活习惯。孩子是祖国的未来、家庭的希望。社会、学校、家庭不要放松警惕,要全力为孩子的暑假安全保驾护航,让孩子们度过一个安全、充实的假期。在此,记者为读者整理了一些暑假安全小提示,希望所有的学生们都能度过一个平安、健康、愉快的假期。



居家安全

守护孩子健康,是家长的责任,家长一定要牢记:意外伤害,预防第一。很多意外伤害的发生,原因都在于家长和孩子安全观念的缺乏。孩子在家期间,家长一定要加强看护,排查家中安全隐患,避免意外发生。家长要让孩子远离电器。孩子在家,除了开灯、开电视外,不要接触其他电器,包括洗衣机、电饭煲及其他电器。不要玩火。不管家里的煤气还是天然气,孩子都不能玩火,家长需要将火机等点火工具收起来。不要给陌生人开门,只要不认识对方,就不能打开家里房门,平常要教育孩子关好房门,外出要锁好房门。不要在阳台、窗户等危险的地方玩耍,特别是阳台没有做好防盗窗,孩子在上面玩耍容易增加高空坠落风险。双手湿哒哒的时候,不能触碰任何电器、电线、电路。下雨或暴雨时,需要关窗户、关阳台,如有打雷闪电,需要切断家里的电源。要让孩子牢记家长电话和火警、报警、救护车电话,孩子遇到危险时可以第一时间向外求助。孩子要是不会做饭,不要让孩子一个人使用厨房用具。



用电安全

漫长的假期,脱离了校园的安全监管,又缺少家长时刻在身边看守,你是不是非常担心孩子的安全问题?这些年,因为触电而导致的儿童安全事故时有发生。暑期又是儿童意外伤害事故的高发季,孩子居家一定要注意远离“咬人”的电和火。在室内,当见到脱落的电线时,对于裸露的线头,千万不能用手碰,并且躲它远远的。不要随意拆卸和安装电源线路、插座、插头等,家长要明确告诉孩子这些东西不是玩具。不要用手或导电物(如铁丝、钉子、别针等金属制品)去接触、探试电源插座内部,不要用湿手触摸电器。在室外,如果孩子们在喷泉附近玩,一定要嘱咐或看护好孩子,景观喷泉有漏电危险,千万不要进入喷泉水池内玩耍。不要攀爬电线杆、铁塔、高压线路等大电压设施。另外,不要在变压器和电力设施旁逗留,见到脱落的电线,要躲远,禁止进入变压器室、配电房。不能在架空电力线路附近垂钓,带水的渔线和碳素钓竿导电,一旦鱼线飞到电力线路上,强大的电流将危及人的生命,这种事故每年都在发生。雷雨天下,如果孩子在户外,告诉孩子不要走近和停留在高压电线杆、铁塔、避雷针的接地处和树下等,以免雷击时发生跨步电压触电。用电安全关系到生命安全问题,要让孩子从小就树立正确、安全的用电观念,养成正确、安全的用电习惯。由于自身的安全意识淡薄,儿童很容易陷入危险的境地而不自知。这就需要家长们在平时生活中,对孩子多多进行用电和防火知识的告诫、提醒和教育。



交通安全

暑假里,孩子外出的机会大大增加,在车水马龙的街道,交通安全格外让人担心。记住,在道路上行行走走要走人行道,在有过街天桥和地下通道的路段,应自觉走过街天桥和地下通道,不要翻越道路中央的安全护栏和隔离墩。不要相互追逐、打闹、嬉戏。要注意周围情况,不要东张西望、边走边看手机,避免坠入下水管道竖井。在没有交警指挥的路段,要学会避让机动车辆,不与机动车辆争道抢行。在视线不佳的天气,最好穿着色彩鲜艳的衣服,以便被机动车司机尽早发现,提前采取安全措施。在乘坐汽车时,前后排应全程规范系好安全带,不要搭乘改装怪异、玻璃窗视线不明、车号不清的车辆。若与司机交谈,勿谈个人生活信息、家中财产状况等情况。乘坐电动自行车应全程规范戴好安全头盔。在乘坐公交车时,要排队候车,按先后顺序上车,不要拥挤。上下车均应等车辆停稳以后,先下后上,不要争抢。乘车时不要把头、手等身体任何部位伸出车窗外,以免被对面来车或路边树木等刮碰,也不要向车窗外乱扔杂物,以免伤及他人。



网络安全

移动互联网时代,网络早已成为青少年生活学习的“标配”。暑假期间,学校、老师的管理少了,青少年接触网络更加便捷,时间大幅增加,再加上自律不足、缺乏社会经验,不懂得保护个人隐私,容易沉溺网络不能自拔,也极易遭受不良信息、网络诈骗等不法行为的侵害。因此,青少年在网上时一定要维护好自身的网络安全,不可泄露给他人个人账户和密码信息,不要随意点击非法链接,坚决抑制反动、暴力网站;在网吧等公共计算机上使用时,切勿开启“记住密码”选项,在下载软件和资料时应选择正规网站,不要轻易在网上交友,更不要跟陌生人说出自己的真实姓名、地址、电话号码、学校名称、密码等信息。在使用手机上网时,要关闭常用通讯软件中的一些敏感功能,不能随便晒家人及住址照片,不要随便在网上测试相关信息,不要随便接入公共WIFI,不要随意验证码给他人,软件安装过程中不要都“允许”。当然,在使用电子设备时,保护视力也是重中之重,每次在计算机屏幕前工作尽量不要超过1小时。眼睛不要离屏幕太近,坐姿要端正。屏幕设置不要太亮或太暗。要适当到户外呼吸新鲜空气。



防溺水安全

暑假来临,天气炎热,加之汛期降雨强度加大,溺水事件进入高发期。家长和孩子都务必要提高警惕。切记遵守安全标识。要在开放且有救生人员看守的水域戏水游泳。不要单独下水,须有人照顾或结伴而游。对水域环境不熟悉时,不随意下水。不要游到岸边太远,泳技差者不要到深水区,以免发生危险。勿在饭后马上游泳。不要随意跳水。不穿着牛仔褲或长裤下水。不要依赖充气式浮具,万一破裂,便无所依靠。自己遇险或抽筋时,应镇静并及早举手呼救或漂浮等待救援。如遇水流,勿逆流与急流搏斗,应顺流斜向游往岸边。体力不佳时,不要逞强下水。有疲乏、眩晕、恶心、四肢抽筋时应立即上岸。如不慎溺水,须大声呼救,不熟悉的救生技术者,不要妄自赴救。如不慎溺水,须大声呼救,不熟悉的救生技术者,不要妄自赴救。如不慎溺水,须大声呼救,不熟悉的救生技术者,不要妄自赴救。如不慎溺水,须大声呼救,不熟悉的救生技术者,不要妄自赴救。



旅游安全

旅游安全是旅游业的生命线,而学生又是一个特殊的消费群体,每年暑期学生出游人数急剧增加,加上学生是未成年人或不完善行为责任人,活泼好奇,自控能力和自我安全防范意识较弱。所以,旅游安全问题就尤为重要。旅途过程中,在乘坐公共交通、高铁火车时,不与他人拥挤上下车,避免拥挤上下车时发生意外伤害(如发生口角、物品被抢等)。乘坐大型客车,如遇事故要逃生,最容易打破的地方是车窗的四个角。乘坐出租车时如果感觉出租车有问题,给目的地某个人打电话,告诉其出租车的车牌号、车主姓名)及预计到达时间。在路口或路边等车时,注意车辆安全,及时避让车辆。旅行时,着装要轻便、舒适,不要穿新鞋、垫新鞋垫,以防脚被磨破。要注意早晚温差变化,及时增添衣服,避免着凉。不要携带过多现金,要保管好自己随身携带的物品。不要和陌生人攀谈,更不要接受陌生人的食品。听从导游指挥,不可擅自脱团。有事情要找同伴结伴而行,不得单独离队。游览期间,要谨记导游交待的集合时间、地点、所乘巴士车号,以及导游的姓名、电话号码、旅行社名称。一旦脱团,不要慌张,给导游打电话,或在集合地点等候导游返回寻找,切忌让陌生人带路。旅行中,要注意身体健康,保证必要的休息。不要暴饮暴食,更不要吃生食、生海鲜、已剥皮的水果;要及时补充身体水分,避免中暑,最好带把雨伞,有雨遮雨,无雨遮阳。



饮食安全

夏季,孩子食欲容易变差,食物也更容易变质。另外,夏季水果、饮料的种类繁多,给孩子们吃水果、喝饮料的时候也要注意选择,很多水果并不适合孩子,如荔枝、芒果、菠萝等,不要让孩子吃太多。三餐吃饱,食物搭配多样化,粗细粮交替,荤素菜搭配,少让孩子们吃零食,少吃油炸、烟熏、烧烤等食品,这类食品如果制作不当会产生有毒物质。吃饭要餐餐净,尽量不留剩饭,孩子夏季饮食宜七分饱,不要吃不新鲜的食物和变质食物。要注意食品保质期和保质方法。不要让孩子接触“三无”食品(即无生产厂名、无生产厂址,以及无生产卫生许可证编码的产品)。不吃发芽、发霉的土豆和花生。生熟食品分开存放。处理食品前先洗手。购买盖有卫生检疫部门检疫图章的生肉。做好食具、炊具的清洗消毒工作,生熟炊具分开使用。肉类食品应10℃以下低温贮藏,以控制细菌繁殖。海产品附着菌类可低温存活,故须沸水煮烫后食用。加热可杀灭病原体及破坏毒素。肉类食品必须煮熟、煮透,熟食应及时食用。