**告家长书**

各位家长：

感谢一直以来对学校工作的关心和支持！国庆假期即将来临，您的孩子将迎来7天的小长假。在这家国同庆之际，为了让您的孩子度过一个充实平安的假期，现将相关事宜告知如下，希望您和孩子一起阅读并认真落实。

根据《国务院办公厅关于2022年部分节假日安排的通知》，现将2022年国庆节放假日期安排通知如下：

放假时间：2022年10月1日（周六）至7日（周五），共7天。

返校时间：2022年10月8日（周六）。

注意事项

1. **尽量减少外出**；**师生员工非必要不要离开常州市，严禁前往疫情中高风险地区和国（境）外**；尽量减少外出逗留时间，如特殊情况需要外出，减少不必要的聚餐和聚会活动；外出前谨慎评估前往地疫情风险，了解当地防控政策，确需离开本地区的需向学校报备。尽量使用个人交通工具。
2. **做好个人健康监测；**如有出现发热、干咳、乏力、咽痛、嗅（味）觉减退、腹泻等不适症状时要及时就诊。就医途中全程佩戴口罩，避免乘坐公共交通工具。
3. **做好个人防护；**继续坚持“戴口罩、勤洗手、常通风、一米线”等文明健康好习惯，不扎堆、不聚集，保持安全社交距离。积极配合测量体温、戴口罩、查验健康码和行程卡等防控措施。
4. **尽量减少聚集聚餐；**尽量减少不必要的场所内集体性聚会聚餐，个人家庭聚集也尽量控制人数，就餐时倡导使用公勺、公筷；避免在密闭或通风条件不良的场所聚会。
5. **加强安全教育；**假期中要对孩子加强安全教育，如防火安全、用电安全、防骗防盗安全、交通安全、防溺水安全等，教育孩子学会自我保护，以防意外发生。
6. **养成良好的生活作息；**合理安排孩子假期的生活作息，早睡早起，科学用眼，避免孩子长时间使用电子产品，多参加一些有益于身心健康的实践活动。
7. **坚持体育锻炼；**秋高气爽正是锻炼身体的黄金季节，建议孩子们多开展体育运动，积极参加体育锻炼能提高人体免疫力，增强肌肉和骨骼的机能。
8. **营造温馨的亲子时光；**假期的亲子时光，幸福满满。家长们多和孩子沟通交流，让孩子充分感受家庭的温暖和父母的关爱。假期里推荐您和孩子每天亲子阅读，让阅读成为您和孩子之间交流的纽带，形成良好的家庭阅读氛围。
9. **寻名人足迹，强爱国意识；**常州风景如画，人杰地灵，有着丰厚的文化底蕴，是一块孕育红色基因，富有革命传统的热土。孩子们可以访名人故居，寻找名人成长的足迹，增强爱国意识，争做有理想、有担当、有本领的社会主义接班人。

常州市新北区新华实验小学

2022年9月28日