**用“心”浇灌幸福花**

**——雨荷娃“五一”假期温馨小贴士**

Hello，雨荷娃们，愉快的“五一”小长假来咯~

2020年的五月，疫情还未消散，生活仍在遇见。这个特殊的“五一”小长假，我们一起用心关注安全，用心守护健康， 用“心”浇灌“平安”幸福花！

**一、防“疫”安全要用心。**

**（1）讲卫生，勤通风。**积极开展家庭环境卫生整治行动，加强通风清洁，做到每日早、中、晚打开门窗通风三次，对卫生间进行消毒消杀。
**（2）非必要，不外出。**尽量减少与外界的接触，若实在需外出，尽量不乘坐公共交通工具，请佩戴口罩，回家后做好洗手等消毒工作。
**（3）非必要，不聚集。**疫情期间避免进入人群密集场所，不去非法的校外培训机构，不参加聚会聚餐等社交活动，尤其不和存在可能传染风险的人群接触，减少接触和传播风险。
**（4）不出常，控流动。**五一假期建议以居家休息为主，避免跨区域流动，以最大程度减少被传染的可能性。如果有特殊情况必须离开常州市，要向班主任主动报备，认真填写报备表，回常州后建议居家休息14天，也可以做核酸等相关检测合格后再回校上课。
**（5）有接触，不瞒报。**主动规避与近期来自国内中高风险地区的人员和入境人员接触。若接触了可能存在传染风险的人群，如：确诊或疑似病例及无症状感染者、近期从境外回国人员、来自国内中高风险地区的人员等，及时向学校汇报，建议居家隔离14天，或者做核酸等相关检测合格后再回校上课。

截至2020年4月25日，全国新冠肺炎疫情中风险地区共计10个，高风险地区1个。具体如下：
**（一）中风险地区：**   辽宁省（1）  抚顺市：顺城区
   山东省（1）  青岛市：胶州市

 黑龙江省（8） 哈尔滨市：道外区 南岗区 道里区 呼兰区  阿城区 木兰县； 牡丹江市：西安区 绥芬河市
**（二）高风险地区：**  北京市朝阳区

1. **饮食安全要上心。**随着气温升高和季节性食品大量上市，食物中毒事件时有发生，一定要注意饮食安全，防止病从口入。要养成吃东西以前洗手的习惯；生吃瓜果需要洗干净；不吃腐烂变质、过期的食品；不饮用含有防腐剂、色素的饮料；不吃无卫生保障的街头食品，少吃油炸、烟熏、烧烤的食品。
2. **消防安全应细心。**春夏交替之际，天气多变，引发火灾的潜在因素增多，突发火灾会让人防不胜防，不管在家还是在外面都不能忽视消防安全。在家里要安全用火、用电、用气，人离开要熄灭火源，出门时要关掉电源、气源；不在室内储存易燃、易爆物品，如汽油、煤油、酒精、烟花爆竹等；使用完煤气必须关闭阀门，防止煤气泄漏以后遇到明火而引起火灾。不在家里和公共通道内燃烧纸张、织物、木制品及其他物品；不在林区玩火、烧烤等；若不慎引发火灾，要选择正确自救方式和逃生路线，及时拨打求救电话。
3. **交通安全当小心。**同学们要提高交通安全意识。自觉遵守交通规则，不闯红灯，不乱穿马路，过马路时走斑马线，注意过往车辆；不在马路上玩耍、追逐打闹，不边走路边看手机；不乘坐非法运营的黑车和超载车辆。
4. **防溺安全多走心。**溺水是中小学生意外伤亡的头号杀手，春、夏季是溺水事件的高发期，我们一定要远离危险水域。要重点做到“六不”：（1）不私自下水游泳；（2）不擅自与他人结伴游泳；（3）不在无家长或教师带领的情况下游泳；（4）不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；（5）不到不熟悉的水域游泳；（6）不熟悉水性的学生不擅自下水施救。
5. **网络安全须决心。**同学们要正确、健康地上网，严格控制用网时间。提高网络安全意识，要保护个人隐私，不泄露个人重要信息。不登录不熟悉的网站，键入网站地址时要仔细核对；不随意打开陌生人发来的链接，特别是即时通讯工具（短信、QQ、微信等）上传来的信息。

**七、心理安全多宽心。**同学们要重视自己的心理健康，遇到问题及时与家长、老师、朋友们交流，负面情绪及时排解，保持积极乐观向上的心态。也可以找学校的“知心姐姐”寻求帮助哦！

雨荷娃们，假期安全多用心，让学校放心，还家长安心，让我们一起遇见称心如意的“五一”小长假吧！

**常州市丽华新村第三小学**

 **2020年4月30日**