尊敬的家长朋友：

您好！金秋送爽，丹桂飘香，我们即将迎来伟大祖国的生日——国庆节。在这个举国同庆、普天欢腾的时刻，向您及家人致以最热烈的节日祝福，愿您节日快乐，身体健康，阖家幸福！

为了确保孩子们能够度过一个平安、充实、快乐的国庆假期，我们特别整理了一份假期安全指南，请家长在享受假期之余，不忘加强对孩子的监护与教育，与孩子一同学习安全知识，提高安全意识，共同营造一个安全、和谐的假期环境。

**严防溺水**

溺水是造成青少年意外死亡的“第一杀手”，时下虽已是秋天，但溺水事件仍处于多发期，家长和孩子都务必要提高警惕！

**请孩子一定做到：**

1. 不在江河湖塘等水边、亲水平台、工地水坑等区域玩耍、嬉闹。不捡拾掉入河道等水域的物品，不在江河湖塘边洗手、洗东西、抓鱼虾、抓青蛙等；

2. 不私自下水游泳，不擅自与他人结伴游泳，不在无家长或教师带领的情况下游泳，不到无安全设施、无救援人员的水域游泳，不到不熟悉的水域游泳；

3. 发现同伴溺水，立即寻求大人帮助，不盲目下水或手拉手施救。

**请家长一定做到：**

1. 孩子外出时，家长要做到“四知”——知去向、知同伴、知内容、知归时；

2. 有效看护的核心是要做到专心、不间断和近距离，无论孩子在澡盆、泳池，还是海边，家长都应全程陪同，专心看护，不要分心做其他事情。且要与孩子保持一臂之内的距离，确保危险来临时能迅速反应；

3. 家长要以身作则，不带孩子去江河湖海等危险水域游泳玩耍。如需游泳，请带孩子到正规的游泳场所游泳，且家长必须全程陪同。

**交通安全**

1. 教育孩子严格遵守交通规则，走路要走人行道，过马路要走斑马线，并且左右观察，确定安全后再通过。不在马路上嬉戏打闹、不闯红灯、不翻越交通隔离栏；

2. 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；不在道路上使用滑板、旱冰鞋等滑行工具；

3. 警惕汽车盲区，教育孩子认识车辆盲区，并提醒孩子无论是玩耍还是走路都要远离车辆，尤其是远离停车场、小区出入口等车辆来往频繁的位置；

4. 教育孩子乘坐公共交通工具时，自觉遵守乘车规范，待车停稳后，有序上下车；上车后坐稳扶好，不要在车上吃东西或喝饮料；

5. 提醒孩子不乘坐超员超载车，不乘坐无牌无照无证机动车辆，特别是寄宿学生假期往返注意乘车安全；

6. 开私家车出行，要提前检修车辆，确保车子状况良好；不要让孩子坐副驾驶位，4岁以下儿童须坐儿童安全座椅；家长也要做到开车时系好安全带、不看手机、不酒驾、不疲劳驾驶，安全出行；

7. 在高速公路行驶时，驾驶人要自觉遵守高速公路通行规则，按车型、分车道，文明安全驾驶，请勿随意变道。遇事故时沉着冷静，正确处理：车靠边、人撤离、即报警。

**出游安全**

1. 外出时提前了解途经地、目的地天气、道路交通及旅游景区开放情况，关注出行安全提示信息，合理规划旅游线路和时间，避开大风、暴雨等恶劣天气；

2. 在公共场所要第一时间关注安全出口，讲秩序、不拥挤，服从指挥，避免踩踏；

3. 家长应为儿童选择正规、安全的活动场所和娱乐设施，了解活动场所的安全设施配备情况、安全标识和必需的救护设备和器材等；

4. 漂流、乘船等水上活动，本身具有一定的危险性，家长一定不能缺席。除了帮助孩子按照相关要求，做好穿救生衣等防护措施，还要注意看好孩子，以防发生突发事故；

5. 对于人流量较大的场所，尽量避免前往。如果要去，做好应对措施，比如可以使用牵引绳、给孩子佩戴有定位功能的电话手表等，同时，最好给孩子穿上颜色鲜艳的衣服，这样在人群中容易辨别；

6. 不擅自进入未开发、未对社会公众开放的自然保护区、无人岛、海滩等地玩耍，不尝试陌生偏僻路线；

7. 入住宾馆时，不躺卧在沙发上、床上吸烟，主动了解和掌握应急疏散路线和应急避险知识，遇突发、紧急情况听从现场工作人员引导和指挥。

**居家安全**

1. 做好家庭阳台、平台等区域的安全防护。教育孩子不向楼下抛东西，不攀爬阳台、门窗或其他高处，谨防摔伤、坠落；

2. 及时排查家中电线、燃气管道、电器、刀具及其他器械安全，防止触电、煤气中毒、器械伤害等事故；

3. 勿让孩子独自在家，并教育孩子不要给陌生人开门，注意防骗、防盗、防抢；

4. 对于药品、消毒剂、农药等危险品，要对孩子进行安全教育并安全保管，防止孩子误用、误食。

**消防安全**

1. 向孩子讲明火灾隐患，教育孩子不玩火，保管好火柴、打火机等物品，不让孩子接触；告诉孩子不乱动、乱拆电线、插座和电器设备，避免电伤害；

2. 严防电动车火灾，家长要注意不在公共门厅、疏散通道、楼梯间、安全出口等公共区域充电，不能将电池带回家充电；

3. 帮助孩子了解必要的消防安全知识，叮嘱孩子发现火情后，首先要确保自身安全，第一时间拨打119报警；

4. 外出游玩时，请关闭家中水电气总闸，及时清理阳台、楼道杂物，做好家庭防火安全工作；

5. 家长孩子外出游玩时，也要注意遵守景区防火规定，不在景区吸烟，不动用明火，不在山上野炊生火，防止引发火灾；

6. 提高孩子的自护自救能力，和孩子一起学习消防安全知识，进行消防演练，学会正确逃生。

**传染病预防**

季节交替之际，加之假期人员流动性加大，传染病传播风险增高，请各位家长密切关注有关传染病的信息，做好疾病预防的相关工作。

1. 提醒孩子要保持良好手卫生，饭前便后要洗手，咳嗽或打喷嚏时注意遮掩口鼻，尽量避免用手直接触摸口、鼻或眼睛；

2. 家长要注意室内通风，尽量避免带孩子到人群密集、通风不良的公共场所，必要时戴好口罩；

3. 监督孩子健康饮食，规律作息，保证充足睡眠，根据自身状况适度运动和锻炼，保持良好心态，提高个人免疫力和抵抗力；

4. 传染病高发期，请家长及时带孩子接种疫苗，建立防疫屏障。

**饮食安全**

1. 教育孩子注意饮食卫生，规律饮食，按时就餐，不暴饮暴食，保持个人卫生，饭前便后洗手；

2. 不购买过期、变质、有异味的食物和“三无”食品，不吃野生菌等高风险食物，不买无证摊点出售的食品，严防食物中毒；

3. 多饮白开水，拒绝喝生水，尽量少喝有色饮料，引导孩子多吃蔬菜水果，适量摄入肉类、蛋类和奶制品，确保营养全面均衡。

**网络安全**

1. 网络诈骗手法千变万化，但万变不离其宗，请各位家长和孩子牢记“三不一多”原则，“未知链接不点击，陌生来电不轻信，个人信息不透露，转账汇款多核实”；

2. 教育孩子警惕网络交友，不能随便加陌生人的联系方式，更不能与网友私下见面；

3. 为预防孩子沉迷网络，请家长与孩子约定好每天的上网时长，合理安排手机、电脑等电子产品使用时间，并做好表率，自己不沉迷于手机、电脑等电子产品；

4. 假期里，多陪伴孩子阅读课外读物、玩趣味智力游戏或参加户外活动等，转移孩子的注意力，不要让孩子一直沉溺在网络世界里；

5. 帮助孩子树立正确的消费观念和行为习惯，及时掌握孩子注册游戏账号充值缴费等信息，防范孩子打赏主播、游戏充值等行为。

**心理安全**

1. 放假期间，家长们要多多陪伴孩子，关注孩子的情绪、心理问题。如发现孩子情绪波动较大，要及时引导，让其不良情绪得到宣泄；

2. 提醒孩子合理安排好作息时间，每天有计划地完成假期任务，不突击、不拖拉；

3. 持续关注孩子的心理健康，理解和接纳孩子的情绪，建立良好的亲子沟通方式，营造温馨和谐的家庭氛围；

4. 给予孩子更多的关心，与孩子一起参与居家、户外活动，促进亲子关系和谐发展。

安全是假期里的第一守则，请各位家长朋友务必在百忙之中加强对孩子的安全监督力度，时时提醒孩子注意安全，一切以安全为重，让孩子度过一个安全、文明、快乐、祥和的假期！