

## 寒假安全温馨提示：平安护航，快乐“充电”！

亲爱的民大学子们：

期末的钟声敲响收尾，期待已久的寒假终于来啦！无论是打包行囊奔赴家的团圆，还是选择留校静心“充电”，或是规划一场元气满满的旅行，安全永远是假期快乐值拉满的“前提条件”。为了让大家度过一个平安、健康、充实的寒假，这份超全超贴心的安全小贴士，请务必查收并牢记哦！

### 一、离校“收尾”别马虎，宿舍安全“锁”好户

离开宿舍前，记得当一次“安全巡检员”，把隐患统统清零！

1. “断电大作战”：电脑、充电器、台灯等所有电器务必拔插头，严禁留下“待机隐患”，坚决杜绝消防安全风险。

2. “门窗守卫战”：关好门窗并确认锁牢，尤其是阳台门和窗户，不给不法分子可乘之机；贵重物品尽量随身带走，不方便携带的要妥善藏匿，现金可别随意放在宿舍哦。

3. “整洁攻坚战”：清理宿舍内的生活垃圾，特别是易腐烂的食物，避免假期滋生细菌、产生异味；不在楼道、卫生间堆放杂物，确保安全通道畅通无阻。

### 二、出行路上“心”相伴，平安到家是关键

归乡或出行的旅途，每一步都要踩稳安全节奏！

1. “交通选正规”：通过官方渠道购买车票，坚决拒绝“黑车”“超载车”，乘坐网约车时要核对车辆信息，分享行程给家人或好友；骑行电动车务必佩戴安全头盔，遵守交通规则，不逆行、不闯红灯。

2. “财物看管好”：车站、车厢等人流密集区域，要时刻留意随身物品，背包尽量放在身前，手机、钱包等贵重物品不随意外露，不轻易将行李交给陌生人看管。

3. “通讯要畅通”：离校前务必把行程告知辅导员和家长，旅途中保持手机电量充足、信号畅通，遇到突发情况及时

联系家人或报警求助；冬季雨雪、大雾天气多发，出行前关注天气预报，恶劣天气尽量减少外出或调整行程。

4. “警惕陌生人”：不轻易相信陌生人的搭讪，不接受陌生人递来的饮料、食物，拒绝陌生人提出的“帮忙提包”“代买票”等请求，防人之心不可无哦。

### **三、居家“乐”无忧，安全细节记心头**

在家，舒适的环境更需要安全守护！

1. “用火用电用气安全”：不私拉乱接电线，不用湿手触碰电器；使用燃气热水器、燃气灶时保持通风，用完及时关闭阀门；冬季用煤火取暖的同学，要安装风斗或烟囱，定期检查是否畅通，谨防一氧化碳中毒，出现头晕、恶心等症状要立即开窗通风并就医。

2. “燃放烟花有规矩”：严格遵守当地烟花爆竹禁燃限放规定，不在燃气管道旁、高压线下、草坪上等危险区域燃放，燃放时远离人群，确保自身和他人安全。

3. “冰面危险别靠近”：冬季部分水域结冰，看似坚实实则暗藏风险，严禁到河流、湖泊、水库等自然水域的冰面行走、玩耍、滑冰；若想滑冰，选择正规溜冰场并佩戴好头盔、护膝等护具。

### **四、网络世界“眼”擦亮，防范诈骗不踩坑**

假期网购、兼职、娱乐增多，网络诈骗要警惕，牢记“三不原则”：不轻信、不透露、不转账！

1. “警惕常见诈骗”：拒绝“虚假订票”“网购退款”“高薪兼职”“中奖返利”等骗局，凡是要求提供银行卡号、密码、验证码的，一律挂断或拒绝；不点击不明链接，不下载陌生APP。

2. “保护个人信息”：不在社交媒体公开个人行程、家庭住址、身份证号等敏感信息，不浏览不良网站，不参与网络赌博，理性上网、文明发言。

3. “兼职选择要正规”：通过学校就业指导中心、正规招

聘网站寻找兼职，拒绝“无门槛高报酬”“缴纳押金”的兼职信息，谨防传销等非法组织诱骗。

### **五、身心健康“齐”守护，充实假期更精彩**

安全之外，身心健康也很重要，让假期既放松又有意义！

1. “规律作息不熬夜”：拒绝“昼夜颠倒”，合理安排作息時間，保证充足睡眠，适当进行体育锻炼，增强免疫力。

2. “食品安全要注意”：选择正规渠道购买食品，不买不吃“三无”产品和过期食品；合理膳食，不暴饮暴食，注意饮食卫生，勤洗手、勤消毒。

3. “心理调适有方法”：假期可以制定小目标，比如阅读好书、学习新技能、参与家务劳动或志愿活动，在充实中收获价值感；若感到孤单、焦虑等，及时与家人、朋友沟通，也可联系学校心理健康咨询中心寻求帮助。

### **六、紧急求助“码”住！关键电话记牢**

遇到紧急情况别慌张，这些电话能帮你！

- 报警电话：110
- 火警电话：119
- 急救电话：120
- 学校保卫处电话：0718-8434119

亲爱的同学们，安全无小事，责任大于天。希望大家把安全意识时刻放在心上，把安全常识落实到行动中，让这个寒假充满温暖与欢乐！

最后，预祝大家寒假愉快，新春安康，阖家幸福！

湖北民族大学保卫处

2026年1月4日