# 青少年人防安全知识宣传教育活动方案

来源：网络 作者：梦醉花间 更新时间：2024-12-27

*第一篇：青少年人防安全知识宣传教育活动方案湖南省青少年人防安全知识宣传教育活动方案为加强青少年人防安全知识宣传教育，普及人防安全防护技能，提升全民安全意识，团省委、省教育厅、省人防办决定开展“三湘共志、防范未然，湖南省青少年人防安全知识宣...*

**第一篇：青少年人防安全知识宣传教育活动方案**

湖南省青少年人防安全知识

宣传教育活动方案

为加强青少年人防安全知识宣传教育，普及人防安全防护技能，提升全民安全意识，团省委、省教育厅、省人防办决定开展“三湘共志、防范未然，湖南省青少年人防安全知识宣传教育”活动，方案如下。

一、时间及地点

2024年5月至11月，湖南省各市（州）

二、主题

加强青少年人防安全知识宣传教育，提升全民安全意识

三、参加人员

邀请团省委、教育厅、省人民办领导约20人，选拔各市（州）优秀青少年代表约1000人和各市（州）优秀农民工子女代表约100人，共约1120人参加

四、主、协办单位

1.主办单位：

共青团湖南省委

湖南省教育厅

湖南省人民防空办公室

2.协办单位：

长沙广润文化传播有限公司

五、组织机构

1.顾问：（略）

2.组委会主任：（略）

3.组委会副主任：（略）

4.组委会成员：（略）

5.组委会办公室主任：（略）

办公室下设各工作组（略）

六、内容及安排

6.1、人防安全志愿队伍招募及年度活动

时间：5月15日至11月1日

地点： 湖南省重点高校、中学、小学

内容：

6.1.15月15—20日，面向社会招募并进行选拔，成立人防安全志愿者队伍，组织一次志愿者省级集中培训，参加培训的人员返回后，作为教员培训本地的志愿者队伍。

6.1.2志愿者队伍在活动期间以义务形式参与活动。

6.1.310月底评选出年度十佳志愿者，并在11月1日新中国人民防空创立60周年全省纪念日活动现场为年度十佳志愿者颁奖。

6.1.4邀请团省委、省教育厅、省人防办领导出席大会、颁奖仪式。

6.2、活动宣传

时间：5月15日至11月1日

内容：

6.2.1开辟专栏专题。省电台、电视台要发挥各自优势，开设：“青少年人防安全知识教育”专栏，主要报道学习实践活动的相关要求、进展情况、重要动态、有效做法、实践特色、典型经验和实际效果；并开设以下子栏目：“农民工子女访谈”，访谈对象为各中小学、青少年人防安全知识教育主要负责人；报道一些青年志愿者组织在学习实践活动中涌现出的先进典型；结合各中小学主题活动的特色，围绕各中小学在青少年人防安全知识教育工作方面的先进做法、经验以及取得的成效进行宣传报道。

《潇湘晨报》设立专栏围绕学习实践活动的总体目标、主要原则，紧扣要解决的突出问题，针对青少年人防安全知识教育的特点和要求，推出系列专访、专题、专版等。适时组织记者采访，对各个学习实践活动参学单位特色做法进行专访，报道各参学单位对青少年人防安全知识教育发展的新思路、新举措、新成效。

6.2.2开展征文活动。围绕“同在一片天，同有一个梦想”、“自护小能人”等主题，组织开展“关爱农民工子女大家谈”征文活动，引导广大社会人员围绕农民工子女人防安全知识教育进行讨论，并推出同名栏目刊播学习实践活动的心得体会、意见建议和理论文章、调研报告等优秀征文。

6.2.3做好综述报道。每一阶段结束后，刊播一篇综述文章，对前一阶段学习实践活动开展情况和取得的成效进行报道，2024年11月份全面总结回顾整个学习实践活动综述。

6.2.4对外宣传

充分发挥骨干记者和优秀通讯员作用，向省市主要媒体积极推荐报送我省关于青少年人防安全知识教育学习实践活动的好做法、好经验、好典型及精心策划制作的专题和采写的稿件，努力扩大宣传效果，以此塑造志愿者的良好形象，同时积极邀请个市媒体来濉深入采访报道我省学习实践活动的进展和成效，适时举行新闻发布会，对全省推介我省学习实践活动情况。

6.2.5网络宣传

深入学习青少年人防安全知识教育活动专题网站要全面系统的开展网络宣传，及时刊登学习实践活动的发展动态、重要文件等，对青少年人防安全知识教育学习实践活动进行动态报道，开展典型宣传，增强活动效果。

参加青少年人防安全知识教育学习实践活动的各乡镇、村、社区、学校、积极有效地组织开展形式多样的学习教育实践活动，充分利用网络体系广泛覆盖的优势，拓展学习教育实践活动形式，丰富学习实践活动内容，进一步把活动开展得有声有色、生动活泼、富有成效。

6.2.6社会宣传

参加青少年人防安全知识教育学习实践活动的各乡镇、村、社区、学校要利用宣传栏、阅报栏、黑板报、等载体，通过张贴标语、悬挂横幅等形式宣传学习实践活动，进一步扩大宣传覆盖面。

参加青少年人防安全知识教育学习实践活动的各地区、社区、学校要通过发放宣传手册、知识竞赛、征文演讲、建

言献策等形式进行宣传教育活动。

文化部门要精心编排一批有重要教育意义的文艺节目，深入乡、村、社区、学校巡回演出，营造浓厚氛围。

6.2.7简报宣传

参加青少年人防安全知识教育学习实践活动的各乡镇、村、社区、学校要不定期编写学习实践活动简报，及时准确传达团省委和省人防办有关指示精神和决策安排，深入反映每个阶段活动进展开展情况，总结推介学习实践活动中的好典型、好做法。积极报送工作信息，展示本乡镇本单位学习实践活动的新进展、新亮点、新特点、新成效。

6.3、“自护小能人”夏令营拓展活动

时间：2024年6月20日上午7：30——下午5：00； 地点：长沙人防工程基地

内容：为了进一步增强青少年在危险面前的自我保护意识，提高自护、自救，远离危险，防范伤害及互帮互助的能力。团省委、省教育厅、省人防办联合举办“青少年志愿者入社区、进校园人防安全知识教育——‘自护自救知识’夏令营拓展活动”。

6.4、“自护自救安全常识”竞赛活动

时间：2024年6月13日—23日

地点：各地州市大、中、小学校

内容：（1）竞赛形式为笔试，以水灾、火灾、地震、战争等灾害时的自救与互救方法为主题。本次竞赛试题为三部

分（第一部分单选题、第二部分多选题、第三部分：判断题）

（2）本次竞赛设一等奖10名，各奖200元；二等奖20名，各奖100元；三等奖30名，各奖50元

七、新闻宣传

邀请《潇湘晨报》、湖南交通频道承担外宣推广工作。

八、几点要求

1.要加强组织领导

各市（州）团委、教育局、人防办的领导要出席四大主题活动，相关业务部门要加强协调，认真做好组织参与工作，确保活动效果。

2.要做好安全保障工作

涉及人员集体易地参观的活动项目，活动前要做好应急预案，防止一切安全事故的发生，确保参加人员的生命财产安全。

省文明办

团省委

省交警总队

**第二篇：人防宣传教育进社区活动安排**

敦煌市人民防空办公室

关于人防宣传进社区活动方案

人民防空宣传教育是国防宣传教育工作的重要组成部

分，是全面推进人防事业又好又快发展的基础性工作。为进一步加强社区人防宣传教育，促进人防法律、法规等知识进社区，增强城市居民的国防观念和人防意识，提高防空、防灾救护能力，特制定敦煌市人防宣传教育进社区方案。

一、指导思想和总体目标

以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，认真贯彻落实科学发展观，积极加强人防（民防）宣传教育工作，逐步形成人防（民防）宣传教育的良好机制，切实提高全民的人防（民防）意识和知识技能。

二、教育内容

对广大市民侧重进行人防基本知识和技能的教育，使他们掌握防核武器、防化学武器、防生物武器的基本常识，以及防空疏散隐蔽、自救互救、制作简易防护器材和使用制式防护器材、辨别防空警报信号等知识。

三、活动安排

2、成立建设街道社区民防志愿者服务队。按照与市区专业救援队伍差别化建设的思路，以建设街道为试点，建设社区民防志愿者服务队，以提供简单、高效、便捷的救援和辅助救援为出发点，探索社区民防工作。

4、安排人防宣传巡回展。由市人防办制作人防、防灾

减灾等宣传展板70张，在各社区安排巡回展示。同时印制宣传资料2万份，通过各社区向住户发放，加强居民对人防的了解和认识。

5、设置人防宣传集中展示点。以北台社区、古城社区

为基地，选择合适位置设置人防宣传栏，作为敦煌市人防宣传展示的窗口。

7、组织北台社区、古城社区工作人员参与“5.12防灾减灾宣传周”、“9.18防空警报试鸣”等活动，增进社区干部职工对人防工作及防灾减灾知识的进一步了解，更好的提升社区干部职工宣传人防的积极性。

8、精心组织人防文艺宣传队汇演。积极引导社区加强

汇演节目排练，以多种多样的形式向社区群众宣传人防。

四、活动要求

人民防空的主体是人民群众，行之有效的人防宣传教

育，是一种国防观念和人防意识的强化，可以促使社会各界了解、关心和支持人防建设。各街道人防办要按照区人防办的统一部署抓好各项工作落实，确保宣传工作取得实效。

一是要切实做好人防宣传进社区工作的组织领导。本次宣传是全市范围人防宣传工作的一项重要活动，在人防宣传方面具有重要意义。结合本方案制定本街道的宣传计划，加强对社区的宣传，积极推进宣传工作深入开展。

二是要抓好任务落实。人民防空宣传教育是一项长期

性、社会性和群众性的工作，要将本方案各项活动落实到社区，加强对群众的组织发动，引导群众参与到人防建设中来，要采取有效措施，全面完成各项宣传任务，将人民防空宣传工作切实抓出成效。

三是要创出特色。要按照宣传方案，突出活动内容和形式的有机结合，力求达到活动内容丰富、宣传形式多样、社会各界参与广泛、宣传教育效果显著的目的。

五、组织领导

为扎实做好人防宣传教育进社区工作，市人防办成立人防宣传教育进社区工作领导小组，市人防办吴涛主任担任组长。要加大对人民防空宣传教育进社区工作的督促检查力度，并将该项工作列为今年考核的一项重要内容，对完成任务出色的单位和个人，进行表彰和奖励。

为进一步营造全社会关心支持人防（民防）改革发展的良好氛围，人防广大职工要积极行动起来，按照方案要求，扎实工作，确保各项活动的圆满完成，掀起一轮全社会关心支持人防工作的新浪潮。

**第三篇：安全知识宣传教育材料**

新甸南小

安全知识宣传教育材料

防火安全

消防安全20条

1．父母、师长要教育儿童养成不玩火的好习惯。任何单位不得组织未成年人扑救火灾。2．切莫乱扔烟头和火种。

3．室内装修装饰不宜采用易燃可燃材料。

4．消火栓关系公共安全，切勿损坏、圈占或埋压。5．爱护消防器材，掌握常用消防器材的使用方法。

6．切勿携带易燃易爆物品进入公共场所、乘坐公共交通工具。7．进入公共场所要注意观察消防标志，记住疏散方向。8．在任何情况下都要保持疏散通道畅通。

9．任何人发现危及公共消防安全的行为，都可向公安消防部门或值勤公安人员举报。10．生活用火要特别小心，火源附近不要放置可燃、易燃物品。

l1．发现煤气泄漏，速关阀门，打开门窗，切勿触动电器开关和使用明火。12．电器线路破旧老化要及时修理更换。

13．电路保险丝(片)熔断，切勿用铜线铁线代替。14．不能超负荷用电。

15．发现火灾速打报警电话 l19，消防队救火不收费。

16．了解火场情况的人，应及时将火场内被围人员及易燃易爆物品情况告诉消防人员。17．火灾袭来时要迅速疏散逃生，不要贪恋财物。

18．必须穿过浓烟逃生时，应尽量用浸湿的衣物被裹身体，捂住口鼻，贴近地面。19．身上着火，可就地打滚，或用厚重衣物覆盖压灭火苗。

20．大火封门无法逃生时，可用浸湿的被褥、衣物等堵塞门缝、泼水降温，呼救待援。

逃生自救常识

1、火灾袭来时要迅速逃生，不要贪恋财物。

2、家庭成员平时就要了解掌握火灾逃生的基本方法，熟悉几条逃生路线。

3、受到火势威胁时，要当机立断披上浸湿的衣物、被褥等向安全出口方向冲出去。

4、穿过浓烟逃生时，要尽量使身体贴近地面，并用湿毛巾捂住口鼻。

5、身上着火，千万不要奔跑，可就地打滚或用厚重衣物压灭火苗。

6、遇火灾不可乘坐电梯，要向安全出口方向逃生。

7、室外着火，门已发烫时，千万不要开门，以防大火窜入室内。要用浸湿的被褥、衣物等堵塞门窗，并泼水降温。

8、若所有逃生线路被大火封锁，要立即退回室内，用打手电筒、挥舞衣物、呼叫等方式向窗外发送求救信号，等待救援。

9、千万不要盲目跳楼，可利用疏散楼梯、阳台、排水管等逃生，或把床单、被套撕成条状连成绳索，紧栓在窗框、铁栏杆等固定物上，顺绳滑下，或下到未着火的楼层脱离险境。

防火常识

1、教育孩子不玩火，不玩弄电气设备。

2、不乱丢烟头，不躺在床上吸烟。

3、不乱接乱拉电线，电路熔断器切勿用铜、铁丝代替。

4、家中不可存放超过 0.5公升的汽油、酒精、天那水等易燃易爆物品。

5、明火照明时不离人，不要用明火照明寻找物品。

6、离家或睡觉前要检查用电器具是否断电，燃气阀门是否关闭，明火是否熄灭。

7、切勿在走廊、楼梯口等处堆放杂物，要保证通道和安全出口的畅通。

8、发现燃气泄漏，要迅速关闭气源阀门，打开门窗通风，切勿触动电器开关和使用明火，并迅速通知专业维修部门来处理。

9、不能随意倾倒液化气残液。

灭火常识

1、发现火灾迅速拨打火警电话119。报警时要讲清详细地址、起火部位、着火物质、火势大小、报警人姓名及电话号码，并派人到路口迎候消防车。

2、燃气罐着火，要用浸湿的被褥、衣物等捂盖灭火，并迅速关闭阀门。

3、家用电器或线路着火，要先切断电源，再用干粉或气体灭火器灭火，不可直接泼水灭火，以防触电或电器爆炸伤人。

4、救火时不要贸然开门窗，以免空气对流，加速火势蔓延。

干粉灭火器使用方法

1、使用前，先把灭火器摇动数次，使瓶内干粉松散；

2、拔下保险销，对准火焰根部压下压把喷射；

3、在灭火过程中，应始终保持直立状态，不得横卧或颠倒使用；

4、灭火后防止复燃。

预防交通安全

一、行走时应注意的交通安全：

同学们上学和放学的时候，正是一天中道路最拥挤的时候，人多车多，必须十分注意交通安全。

1、在道路中行走，要走人行道；没有人行道的道路，要靠路边行走。

2、集体外走时，最好有组织、有秩序的列队行走；结伴外出时，不要互相追逐、打闹、嬉戏；行走时要专心，注意周围情况，不要东张西望、边走边看书报或做其他事情。

3、在没有交通民警指挥的路段，要学会避让机动车辆，不与机动车辆争道抢行。

4、在雾、雨、雪天，最好穿着色彩鲜艳的衣服，以便于机动车司机尽早发现目标，提前采取安全措施。

二、怎样避免坠入下水管道竖井的危险？ 街道上设置有许多下水管道竖井（还有用于安装、检修煤气、通信、供水管线的竖井），在这些竖井的井盖损坏、丢失的情况下，常会发生行人坠入竖井的事故，造成人身伤亡。怎样才能避免这些危险呢？

1、在街道上行走或骑自行车，应精力集中，注意观察路面情况，夜晚路黑或路灯光线不足时更要加倍小心。

2、下雨时道路积水会漫过井口，所以行路时要格外注意，避免意外伤害。

3、发现井盖损坏、丢失，存在潜在危险的情况，可以报告巡逻民警或有关管理人员。

三、横穿马路应该注意什么？

横穿马路，可能遇到的危险因素会大大增加，应特别注意安全。

1、穿越马路要听从交通民警的指挥；要遵守交通规则，做到“绿灯行，红灯停”。

2、穿越马路，要走人行横道线；在有过街天桥和过街地道的路段，应自觉走过街，天桥和地下通道。

3、穿越马

路时，要走直线，不可迂回穿行；在没有人行横道的路段，应先看左边，再看右边，在确认没有机动车通过时才可以穿越马路。

4、不要翻越道路中央的安全护栏和隔离墩。

5、不要突然横穿马路，特别是马路对面有熟人、朋友呼唤，或者自己要乘坐的公共汽车已经进站，千万不能贸然行事，以免发生意外。

四、骑自行车要注意哪些安全事项？ 骑自行车外出比起走路，不安全的因素增加了，需要注意的安全事项如下：

1、要经常检修自行车，保修车况完好。车闹、车铃是否灵敏、正常，尤其重要。

2、骑自行车要在非机动车道路上靠右边行驶，不逆行；转弯时不抢行猛拐，要提前减慢速度，看清四周情况，以明确的手势示意后再转弯。

3、经过交叉路口，要减速慢行、注意来往的行人、车辆；不闯红灯，遇到红灯要停车等候，待绿灯亮了再继续前行。

4、骑车时不要双手撒把，不多人并骑，不互相攀扶，不互相信追逐、打闹。

5、骑车时不攀扶机动车辆，不载过重的东西，不骑车带人，不在骑车时戴耳机听广播。

6、学习、掌握基本的交通规则知识。

预防极端天气

极端天气来的快，破坏力强，极易对师生安全造成危险，为此，希望师生努力做到以下几点：

1、及时收看天气预报，注意天气变化，上、放学路途不要在路上逗留，尽早回到学校或回到家。如果天气恶化，可推迟上学或回家，并及时通知老师或家长。

2、在上学和放学途中，遇到暴雨、大风或雷电天气，要就近躲避，可以在附近的商店或居民家中暂避，千万不能逗留在空旷的地方，不要在大树下、户外广告牌、高压线避雨，并及时和家长或老师联系。

3、同学们要注意出行安全，注意和避让来往的车辆，千万不要与车辆争道，因为雨大、路滑，司机可能看不到我们或者来不及刹车，极易引发交通安全事故。要注意观察并远离道路周围的危险建筑、被风刮歪的大树。

4、天气不好时，课间休息要尽量留在课室，不要在户外逗留、追逐，不要在窗户或栏杆旁观望，不搞恶作剧。室外环境卫生打扫可以暂时停止。

5、学生上学后，班主任要清点好本班人数，对于没按时到校的学生要及时和家长联系，了解情况。

6、放学时一定要拔掉用电器电源，防止损伤电器；强调学生关好门窗，避免室内财物损失。

7、严格学校作息制度，准时放学，如有特殊留学生，必须与家长取得联系。如果放学时候，天气突然变坏，学校会根据情况调整时间，请老师们维持好学生放学的秩序。

8、极端天气过后，不要到洼地、危房、危墙处玩耍。在上、放学路上遇有倒的电线杆或有掉在地上的电线线头，千万不要靠近，防止触电，并尽早汇报老师或家长处理。

预防煤气中毒

煤气与人们的生活是息息相关的，避免中毒事故，是冬季安全工作的重要内容。煤气中毒也叫一氧化碳中毒，煤气是煤炭在没有充分燃烧时产生的，它是一种看不到闻不到的有毒气体。煤火不旺或快灭时，最容易产生煤气。

如何预防煤气中毒：

1、合理使用煤炉，装上烟筒并使其完整，正确安装风斗。

2、伸向窗外的部分要加上防风帽。

3、煤炉、烟筒一定要密封。架设在室内、用于通煤气的炉筒各接口处要顺向连接并保持一致，以防煤炭燃烧产生的液体倒流，影响通气、腐蚀炉具，而且这样安装也不利于通风。

4、煤炉通风口要直对门口方向，夜间用煤球封火时应适当留通风口，千万

不可封死所有通风的地方，用于封火的燃煤量也要适中。

5、白天用煤炉做饭时要打开窗户，让空气流通。

6、装有土暖气者检查管道穿过墙壁的地方，应该完全堵死，防止有害气体进入卧室。

7、睡觉前应该仔细检查煤炉盖是否盖严，风门是否关死。

8、切忌在没有烟囱的情况下在室内用煤、木炭、木柴、焦炭等可燃物取暖。

9、为了防止万一，可在家里安装1个换气扇。

最后，提醒大家注意取暖安全，在日常取暖过程中，一要“提高一个意识”，即自防意识，不存侥幸心理。二要“确保两个畅通”，即经常检查烟道，定期清理积碳，确保烟道畅通；室内要安装风斗等通风设备，确保空气流通。三要“做到三个严密”，即封火要严密，烟道密封要严密，烟道与炉具连接要严密，保证室内不泄漏煤气。四要“把好四道安全关”，即把好炉具关，使用符合《民用燃煤取暖炉具安全要求》标准的合格取暖炉具；把好烟道关，严防烟筒等烟道漏气；把好通风关，安装风斗等通风设施，保证室内空气流通；把好排烟关，烟道出口处要安装弯头或三通，防止因逆风造成煤气倒灌。

放电安全

一、安全用电常识

1、用电线路及电气设备绝缘必须良好，灯头、插座、开关等的带电部分绝对不能外露，以防触电。

2、不要乱拉乱接电线，以防触电或发生火灾。

3、不要站在潮湿的地面上移动带电物体或用潮湿抹布擦试带电的家用电器，以防触电。

4、保险丝选用要合理，切忌用铜丝、铝丝或铁丝代替，以防发生火灾。

5、所使用的家用电器如电冰箱、电冰柜、洗衣机等，应按产品使用要求，装有接地线的插座。

6、检修或调换灯头，即使开关断开，也切忌用手直接触及，以防触电。

7、如遇电器发生火灾，要先切断电源来抢救，切忌直接用水扑灭，以防触电。

8、发现有人触电，应先设法断开电源（如在高处触电，还要采取防止触电者跌落受伤的措施）然后进行急救。

二、发生电气火灾怎么办？ 1.立即切断电源。2.用灭火器把火扑灭，但电视机、电脑着火应用毛毯、棉被等物品扑灭火焰。3.无法切断电源时，应用不导电的灭火剂灭火，不要用水及泡沫灭火剂。4.迅速拨打 “119”报警电话。

【警示】 ● 电源尚未切断时，切勿把水浇到电气用具或开关上。● 如果电气用具或插头仍在着火，切勿用手碰及电气用具的开关。

冬季防冻安全知识

在冬天，做好防寒保暖工作显得十分必要。

一、防寒防冻小知识

1、在冬天应尽量减少洗脸的次数。洗脸时也不要使用过热的水，水温过高一方面会直接灼伤皮肤，另一方面也会把脸上的油脂冲洗干净，就起不到保护皮肤的作用了，容易造成皮肤干裂。另外，洗完脸后最好过半个小时以后再外出，这样能降低寒风对面部皮肤的伤害。

2、冬季嘴唇特别容易干裂，有的人喜欢用舌头舔嘴唇，用唾液来保持嘴唇 的湿润，可效果却是适得其反、越舔越干。这是因为唾液中含有粘稠的淀粉酶，留在嘴唇上的唾液水分蒸发完后，淀粉酶就会象一层糨糊一样留在嘴唇上，这样更加容易造成嘴唇干燥，甚至破裂出血。冬季保护嘴唇，最好还是使用润唇膏。

3、洗头时间有讲究，冬季洗头应该选择一天中温度较高得时候，切忌在睡 觉前洗头，因为一般用热水洗头后，头皮上的毛细血管扩张，机体向周围辐射热量增多。同时，洗头后头发是湿的，水分蒸发时会带走很多热量。在这个时候去睡觉，十分容易引发感冒。

4、穿衣不宜过紧。大家普遍认为，冬天保暖就应该把衣服穿多一点、穿紧 一点，其实这

是一种片面的认识。穿着衣物如果过紧，人体的血液循环会受到一定的阻碍，反而不利于保暖。比如鞋袜穿得过紧会导致脚部血流不畅，热量无法顺利到达脚部，脚反而觉得更冷了，长期这样，会导致冻疮发生。

5、搓搓揉揉防冻疮。寒冷天气，很多人的手、脚、脸部等地方会出现冻疮。治疗冻疮的简便方法，一是热熨法，用电吹风距皮肤20厘米左右对准患处，用热风徐徐吹拂5分钟，以加快皮肤血液循环。二是按摩法，就是挫热双手后对患处进行按摩，长期坚持，对治疗冻疮有不错的效果。另外，经常搓搓手，跺跺脚也可以有效的预防冻疮。

同学们，希望通过今天的冬季防冻常识讲座。要求大家认真学习安全常识，积极参加体育锻炼活动，熟知防冻常识，增强防冻意识。

防烫伤安全常识

1、接开水时要先把杯口对准龙头的出水口，再开龙头接水，最好是在带龙头的开水壶里接开水。如果杯口对不准的话，开水会溅出来烫伤人。

2、不要太勉强地使用装满开水的开水瓶。可请大人帮忙倒水。

3、开水装大半杯就可以了，装得太满的话，走动时水会泼洒出来。

4、端着很烫的杯子走路时，杯下可放一只杯托。端着杯托，就不怕烫了。

5、喝热水前，先试一试冷热，就不会被烫到了。

预防食物中毒

预防食物中毒，同学们应该主要做到以下几点：

1、养成良好的卫生习惯。饭前便后要洗手。不良的个人卫生习惯会把致病菌从人体带到食物上去。比如说，生吃瓜果要洗净，瓜果蔬菜在生长过程中不仅会沾染病菌、病毒、寄生虫卵，还有残留的农药、杀虫剂等，如果不清洗干净，不仅可能染上疾病，还可能造成农药中毒。

2、选择新鲜和安全的食品。购买食品时，要注意查看其感官性状，是否有腐败变质。尤其是对小食品，不要只看其花花绿绿的外表诱人，要查看其生产日期、保质期，是否有厂名、厂址、生产许可证号（QS号）等标识。不能买过期食品和没有厂名厂址的产品。否则，一旦出现质量问题无法追究。

3、食品在食用前要彻底清洁。生吃瓜果要洗净。瓜果蔬菜在生长过程中不仅会沾染病菌、病毒、寄生虫卵，还有残留的农药、杀虫剂等，如果不清洗干净，不仅可能染上疾病，还可能造成农药中毒。需加热的食物要加热彻底。如菜豆和豆浆含有皂甙等毒素，不彻底加热会引起中毒。

4、尽量不吃剩饭菜。如需食用，应彻底加热。剩饭菜，剩的甜点心、牛奶等都是细菌的良好培养基，不彻底加热会引起细菌性食物中毒。

5、不吃霉变的粮食、甘蔗、花生米（粒上有霉点），其中的霉菌毒素会引起中毒。

6、警惕误食有毒有害物质引起中毒。装有消毒剂、杀虫剂或鼠药的容器用后一定要妥善处理，防止用来喝水或误用而引起中毒。

7、不到没有卫生许可证的小摊贩处购买食物。

8、饮用符合卫生要求的饮用水。不喝生水或不洁净的水。最好是喝白开水。

9、提倡体育锻炼，增强机体免疫力，抵御细菌的侵袭。

只要从以上几个方面入手，认真学习食品卫生知识，掌握一些预防方法，提高自我卫生意识，就能最大限度减少食物中毒的风险度，从而预防食物中毒，保证我们的身体健康。

预防传染病知识

一、常见的传染病

1、流感（流行性感冒）

流行性感冒简称流感，由流感病毒引起的急性呼吸道传染病，具有很强的传染性，其发病率占传染病之首位。潜伏期1—3日，主要症状为发热、头痛、流涕、咽痛、干咳，全身肌肉、关节酸痛不适等，发热一般持续3—4天，也有表现为较重的肺炎或胃肠型流感。传染源主要是病人和隐性感染者，传染期为1周。传播途径以空气飞沫直接传播为主，也可通过被病毒污染的物品间接传播。人群对流感普遍易感。

2、流脑（流行性脑脊髓膜炎）

流行性脑脊髓膜炎简称流脑，它是由脑膜炎双球菌引起的急性呼吸道传染病，传染性较强。流脑发病初期类似感冒，流鼻涕、咳嗽、头痛、发热等。病菌进入脑脊液后，头痛加剧，嗜睡、颈部强直、有喷射样呕吐和昏迷休克等危重症状。传染源主要病人或带菌者，传播途径以空气飞沫直接传播为主，潜伏期一般为2—3天，最长的为一周。人群普遍易感，好发于小年龄段儿童。

3、麻疹

麻疹是由麻疹病毒引起的急性传染病，潜伏期8—12日，一般10天左右可治愈。典型的临床症状可概括为“三、三、三”，即前驱期3天：出疹前3天出现38度左右的中等度发热，伴有咳嗽、流涕、流泪、畏光，口腔颊粘膜出现灰白色小点（这是特点）；出疹期3天：病程第4-5天体温升高达40度左右，红色斑丘疹从头而始渐及躯干、上肢、下肢；恢复期3天：出疹3-4天后，体温逐渐恢复正常，皮疹开始消退，皮肤留有糖麸状脱屑及棕色色素沉着。麻疹是通过呼吸道飞沫途径传播，病人是唯一的传染源。患病后可获得持久免疫力，第二次发病者极少见。未患过麻疹又未接种过麻疹疫苗者普遍具有易感性，尤其是6个月~5岁幼儿发病率最高（占90%）。

4、水痘

水痘是传染性很强的疾病，由水痘——带状疱疹病毒引起的。水痘的典型临床表现是中低等发热，很快成批出现红色斑丘疹，迅速发展为清亮的卵园形的小水疱，24小时后水疱变浑浊，易破溃，然后从中心干缩，迅速结痂。临床上往往丘疹、水疱疹、结痂同时存在，呈向心性分布，即先躯干，继头面、四肢，而手足较少，且瘙痒感重。接受正规治疗后，如果没有并发感染，一般7-10天可治愈。传染源主要是病人。传播途径为呼吸道飞沫传染和接触了被水痘病毒污染的食具、玩具、被褥及毛巾等的接触传染。人群普遍易感，儿童多见。由于本病传染性强，患者必须早期隔离，直到全部皮疹干燥结痂为止。

5、流行性腮腺炎 俗称“乍腮”，由腮腺炎病毒引起的急性、全身性感染的传染病，一般2周左右可治愈。典型的临床症状是发热、耳下腮部、颌下漫肿疼痛，腮腺肿大的特点是以耳垂为中心向前、后、下方蔓延，可并发脑膜脑炎、急性胰腺炎等。传染源是腮腺炎病人或隐性感染者,病毒经过飞沫使健康人群受感染。多见于儿童及青少年，预后良好，病后有持久的免疫力。

6、风疹

风疹是一种由风疹病毒引起的急性呼吸道传染病，春季是风疹的高发季节。开始一般仅有低热及很轻的感冒症状。多在发病后１到２天出现皮疹，疹的形状及分布与麻疹相似，出疹迅速由面部开始发展到全身只需要１天的时间，发热即出疹，热退疹也退，这些是风疹的特点。枕后、耳后、颈部淋巴结肿大，也是本病常见的体征。风疹患者、带有风疹病毒却没发病的人和先天性风疹患者是此病的传染源。儿童及成人都可能得此病，发病前5天至7天和发病后3天至5天都有传染性，起病当天和前一天传染性最强。感染后基本上能获得永久保护。空气飞沫传播是风疹的主要传播途径，日常的密切接触也可传染。风疹无需要特殊治疗，诊断明确后，在家观察，做好皮肤、口腔的清洁护理，给以易消化富有营养的流食或半流食，注意安静休息。

7、结核病

结核病过去俗称“痨病”，是由结核杆菌主要经呼吸道传播引起的全身性慢性传染病，其中以肺结核最为常见，也可侵犯脑膜、肠道、肾脏、骨头、卵巢、子宫等器官。传播途

径：活动期的排菌（也就是痰涂片阳性或者痰培养阳性）肺结核病人是主要的传染源；结核病的传播途径有呼吸道、消化道和皮肤黏膜接触，但主要通过呼吸道传播。主要症状：结核病多为缓慢起病，长期伴有疲倦、午后低热、夜间盗汗、食欲不振、体重减轻、女性有月经紊乱等症状。严重的患者可有高热、畏寒、胸痛、呼吸困难、全身衰竭等表现。肺结核病人往往伴有咳嗽、咳痰，痰中可带血丝。结核杆菌侵犯脑膜、肠道、肾脏、骨头、卵巢、子宫等器官，可有头痛、呕吐、意识障碍、消瘦、腹泻与便秘交替，还可有血尿、脓尿、脾大、贫血以及妇科疾病的症状等。

二、预防措施

不同的传染病有不同的治疗方法，但基本的预防措施是相通的，我们只要注意以下几点，就能有效地减少疾病的发生和传播。

1、合理膳食，增加营养，要多饮水，摄入足够的维生素，宜多食些富含优质蛋白、糖类及微量元素的食物，如瘦肉、禽蛋、大枣、蜂蜜和新鲜蔬菜、水果等；积极参加体育锻炼，多到郊外、户外呼吸新鲜空气，每天慢跑、做操、打拳等，使身体气血畅通，筋骨舒展，增强体质。

2、不到人口密集、人员混杂、空气污染的场所去，如：农贸市场、个体饮食店、游艺活动室等；

3、勤洗手，并用流动水彻底清洗干净，包括不用污浊的毛巾擦手；

4、每天开窗通风，保持室内空气新鲜，尤其宿舍、电脑室、教室等；

5、合理安排好作息，做到生活有规律；注意不要过度疲劳，防止感冒，以免抗病力下降；

6、不食、不加工不清洁的食物，拒绝生吃各种海产品和肉食，及吃带皮水果，不喝生水。不随便 倒垃圾，不随便堆放垃圾，垃圾要分类并统一销毁。

7、注意个人卫生，不随便吐痰，打喷嚏；

8、发热或有其它不适及时就医；到医院就诊最好戴口罩，回宿舍后洗手，避免交叉感染；

9、避免接触传染病人，尽量不到传染病流行疫区；

10、传染病人用过的物品及房间适当消毒，如日光下晾晒衣被，房内门把手、桌面、地面用含氯消毒剂喷洒、擦拭。

传染病虽然种类繁多，但只要我们重视预防工作，做到早发现、早隔离、早诊断、早治疗，就可以有效地阻断传染病的流行与传播。

小学生乘坐校车安全知识

1.上车后按确定的座位就坐并系好安全带，听从随车照管人员，不随便走动，不大声喧哗，不将头、手伸出窗外。

2.车内不吃喝零食饮料，不乱涂乱写，不乱扔纸屑等杂物，保持车内整洁。3.爱护车内设施，损坏公物要照价赔偿。

4.严禁携带易燃、易爆、易腐蚀等危险品及容易伤及自己和他人身体的物品上车，带伞的要把伞尖朝下妥善安放。

5.同学之间互相关心、互相帮助，爱护幼小同学。不得有任何危害其他学生安全的行为。6.尊重司机，行车途中不得有任何干扰司机的行为。

7.接送点与家的途中靠右行，候车时不追逐打闹、嬉水玩耍，并注意各种安全隐患。下车过马路，必须等接送车辆驶离后，观察左右车辆，伺机安全通过。

8.家长按规定做到每次有家长或委托的成年人接送至候车点，并负责途中安全。如果因故未能乘上校车，应由负责接送的成年人直接安全送到学校。学生当天不乘坐校车，家长要及时通知学校相关人员。

**第四篇：人防活动方案**

2024年海口市庆祝人民防空62周年

系列宣传活动方案（提案）

近年来，我市人防指挥平台建设实现突破、政策法规不断完善、工程面积持续增长、指挥通信稳步推进、宣传教育深入开展、人防建设不断融入经济社会发展，人防事业步入了科学发展的“快车道”。

2024年是新中国人民防空工作62周年。为全面庆祝和纪念人民防空62周年，展示海口市人防62年所取得的显著成就，宣传人防政策法规，普及防空防灾知识，提高人民群众防空防灾能力，推进人防事业又好又快发展，围绕庆祝人民防空周年纪念，制定如下宣传活动方案。

一、指导思想

高举中国特色社会主义伟大旗帜，以邓小平理论和“三个代表”重要思想为指导，深入贯彻落实科学发展观，全面贯彻海南省第六次党代会的精神，紧紧围绕全市人防工作大局，从历史和现实、理论和实践、成就和经验相结合的高度，通过开展形式多样、各具特色、生动活泼的系列宣传活动，在全市唱响人防工作的时代旋律，进一步激励人民群众积极参与人防建设，为推动我市人防事业科学发展而奋斗。

二、主要内容

（一）大力宣传党的三代领导集体关于人防建设的重要思想，宣传胡锦涛主席关于人防建设的重要论述。纪念老一代无产阶级革命家和广大人民群众开展人民防空建设的实践和取得的丰功伟绩。

（二）大力宣传全市人防建设取得的重大成就，宣传人防先进单位、优秀人物。

（三）大力宣传党中央、国务院和中央军委关于人防建设的重大方针政策，宣传各级党委、政府、军事机关对人防工作做出的重大决策和部署。

（四）大力宣传人防发展的新趋势，宣传防空和防灾知识，提高人民群众应急能力。

三、活动内容

（一）制作海口市人防建设电视专题片

与海口电视台合作，联合制作反映62年来我市人防事业发展的电视专题片，集中展示建省20多年来我市人防改革发展成果，讴歌全市人防系统干部职工的先进事迹，宣传人民防空法律法规和党中央、国务院、中央军委关于人防建设的重大方针政策和部署，宣传战时防空、平时防灾基本知识。

（二）开设“科学发展看人防”电视栏目

拟在《海口电视台》开辟“科学发展看人防”专栏，集中半个月时间，采访政府、军分区领导，人防办领导，展示海口人防设施等。宣传全市人防建设发生的巨大变化和新形势下发展人防事业的举措，形成良好的板块联动宣传效应。

（三）“镜头里的人防”摄影比赛

面向全市干部、群众征集与人防有关的摄影作品，通过征集、评选，制作展板，网上发布、现场展示等形式，开展“镜头里的人防”摄影比赛活动。

（四）举办海口市人防建设成就图片巡展

以图片为主，文字为辅，图文并茂，制作人防宣传展板，展现全市人防建设发展成就，开展防空防灾知识教育，使人民群众对人防工作有全面的了解。在全市有关公共场所、社区开展巡展。

（五）举办社区“人防运动会”

举办以社区市民和中小学生参与的人防运动会，比赛项目包括救护接力、接力输水、火场逃生、紧急疏散演练等团体比赛项目和三角巾包扎、防毒面具穿戴、消防灭火等个人项目。通过举办运动会提高市民应对各种突发事件的自我防护知识和技能，提升社区应对突发事件的防护能力，最大程度保护自身及家人的安全。

（六）举行警报试鸣暨现场宣传活动

在10月29日上午举行警报试鸣暨现场宣传活动，选定市区主要商业广场举办人防现场宣传活动，内容包括海口市人防建设周年纪念成就图片展、“镜头里的人防”优秀摄影作品展、发放人防宣传资料，以及现场咨询等。

（七）举办庆祝人民防空周年纪念大型文艺晚会 编排以人防周年纪念为主题，反映防空防灾内容的歌舞、小品、戏剧、朗诵剧等文艺节目。同时，举行“镜头里的人防”摄影比赛 和人防运动会颁发。

人防系统可以结合自身实际，发挥自身优势，在各区各级组织、企事业单位遴选部分编创具有人防特点、地方特色的文艺节目，进行认真排练，选送1-2个节目参加演出。

四、工作要求

（一）突出思想内涵。围绕建设社会主义核心价值体系，增强国防观念和人防意识，深化和拓展宣传内容。通过宣传，引导全市人防干部群众正确认识国家安全形势，全面了解人民防空工作，提高防空防灾技能，增强全市人防干部职工的自尊心、自信心、自豪感。

（二）吸引群众参与。要坚持面向基层、面向群众，多运用群众喜闻乐见的方式方法，多搭建群众参与的载体和平台，广泛吸引群众参与，体现出“人民防空人民建，人民防空为人民”的本质要求。要充分利用“防灾减灾日”、“警报试鸣日”等重要时间节点，组织演出，开辟专栏，制作公益广告，发放宣传资料，把统一组织活动结合起来，立足社区、学校、企业、机关等基层单位，开展各具特色、生动活泼的宣传活动。

（三）注重地方特色。坚持从实际出发，结合人防行业特点和所服务对象的特点，遵循实际、实用、实效的原则，创造性设计谋划，机动灵活地组织实施，既体现宣传活动的共同特点，又体现我市自身的鲜明特色，既完成好“规定动作”，又创造性地开展“自选动作”，努力使宣传活动形成主题鲜明、生动活泼的局面。

（四）加强组织领导。增强政治意识，大局意识、责任意识，把宣传活动同本地本单位工作实际结合起来，摆上突出位置、列入重要日程，制订周密计划，精心组织实施。为加强对宣传活动的组织领导，有人防办牵头成立庆祝人民防空周年纪念宣传活动领导小组。负责活动的组织协调、指导，及时报送活动情况和有关资料。

**第五篇：安全生产宣传教育活动方案**

宣威市双河乡花月煤矿花月井

编制单位：花月煤矿花月井编制日期：安 全 生 产 宣 传 教 育 活 动 实 施 方 案

2024年5月13日

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！