暑假温馨提示

亲爱的同学们：

夏日将至，假期来临。为切实增强同学们的安全防范意识，提升自我保护能力，确保度过一个平安、健康、充实、愉快的假期，现将有关暑期注意事项温馨提示如下：

**一、强化安全意识，筑牢安全防线**

请自觉学习安全知识，远离危险区域，严防煤气中毒、溺水、踩踏、火灾等意外事故。遵守交通法规，严禁无证驾驶、酒驾、飙车等行为。面对学习、生活、情感困惑，及时向辅导员或心理健康教育中心寻求帮助。

**二、做好夏季防疫，守护身心健康**

增强传染病防控意识，坚持“健康第一”理念，养成良好卫生习惯，科学佩戴口罩、勤洗手、常通风、适度锻炼。注意防暑降温，合理作息，积极接种疫苗，做好自我健康管理。

**三、警惕网络陷阱，守护信息安全**

合理安排上网时间，避免沉迷游戏、直播等网络平台，慎用陌生社交群体。理性发言，不信谣、不传谣。警惕网络诈骗，拒点陌生链接，不轻信陌生来电与转账请求，保护好个人隐私和财产安全。

**四、外出务必告知，保障出行安全**

假期出行务必告知家长行程与联系方式，确保通讯畅通。乘坐正规交通工具，不前往偏僻、危险区域，注意防盗、防骗、防伤害。

**五、规范留校生活，保障在校安全**

无特殊情况不予留校，暑期留校须征得家长和学校同意，并填写《暑假学生留校住宿申请表》。留校期间须遵守宿舍管理规定，妥善保管贵重物品，注意防火防盗；严禁违规用电、生火做饭，确保人身与财产安全。

**六、科学规划假期，提升综合素质**

假期是自我提升的良机。建议合理安排时间，注重英语学习和专业能力的拓展；积极参与社会实践，积累实战经验；通过阅读、线上课程等方式不断充实自我，拓宽视野、增长才干。

**七、“专转本”备考提醒，打好持久之战**

对计划参加“专转本”考试的同学，请充分利用假期黄金时间，制定科学复习计划，坚持每日4-6小时高质量学习，注重查漏补缺与模拟训练，劳逸结合，稳步推进备考节奏，争取实现升本目标。

同学们，愿你们在享受假期的同时，保持对知识的渴望、对目标的坚定，提升素养，涵养品格，不负韶华。

祝大家暑假快乐、健康平安、收获满满！

学生工作处

2025年6月5日