



暑期安全，超重要！

同学，“居家、出行、运动”注意咯...

中小·学生暑期安全提示 30 条

一、预防溺水事故

1. 不在河边、亲水平台、工地水塘等区域玩耍。
2. 不捡拾掉入河道等水域的物品。
3. 不在河道边危险地段洗东西、摸螺蛳、钓鱼虾等。
4. 不私自下水游泳。
5. 不在河道、湖泊等无安全设施、无救援人员的场所游泳。
6. 发现同伴溺水，应寻求成人帮助，不盲目施救。



每年 7~8 月暑假,是中小·学生意外伤害事故的高发期。为了积极预防,不断降低学生伤害事故发生率,小编特意从“防溺水事故、防交通事故、关注居家安全、注意社会安全和重视旅行安全”等五个方面,细分了 30 条中小·学生暑期安全提示..... 同学们,得牢牢记住哟!

同时,家长也应依法履行监护责任,营造出安全健康的居家环境,带领孩子亲近自然、锻炼身体、阅读名著,让孩子快乐地融入到各项社会实践活动中。

危
险



四、注意社会安全

19. 不去网吧、酒吧以及歌舞娱乐场所。
20. 不沉迷于网络和电子游戏。
21. 慎交网友,不与陌生网友见面,防范电信、网络诈骗。
22. 不吃路边摊食品和“三无”食品。
23. 不在工地、铁轨、高速公路等地追逐、玩耍、打闹。
24. 远离高压线、变压器等危险区域,远离人群拥挤场所。



五、重视旅行安全

25. 不去尚未开发、开放的景点旅游。
26. 选择正规、信誉好的旅行社旅游并签订旅游合同、购买相关保险。
27. 学习、掌握车辆、轮船、飞机遇险时的自我保护知识和处置常识。
28. 入住酒店时,了解消防逃生通道,索取酒店联系卡。
29. 了解、尊重旅游地风俗、禁忌。
30. 不在设有危险标志处停留,不在禁拍处拍照、摄影。

暑期“微整形”,选择国外、港澳台等地医师莫忘查看行医资质

暑假期间,“不开刀、见效快、恢复好”的微整形受到众多爱美学生族青睐。近年来,国外、港澳台等医师逐渐进入本市医疗美容市场,特别是聘请韩国医师的现象明显提升……因此,卫生行政部门相应加强了各类外国医师执业活动监管。日前,区卫计委监督所对区域内聘用外国医师执业的医疗机构进行了全面检查,内容涵盖外国医师在沪行医资质、病历处方是否规范、麻醉药品使用以及医疗技术开展情况等。

目前,本区的外国医师执业行为总体较规范。不过,区卫计委监督所提醒广大消费者,在选择外国医师诊疗时,千万别忘了查看其行医资格,主要是以下几个方面:

- 1、查看外国医师是否取得《外国医师短期行医许可证》。
- 2、查看外国医师的《外国医师短期行医许可证》是否在注册的有效期内。
- 3、查看外国医师实际从事的诊疗活动与《外国医师短期行医许可证》许可的执业范围是否相符合。
- 4、查看外国医师是否在注册的执业地点开展诊疗活动。

另,消费者若发现外国医师有违法行医现象,请拨打 962223 投诉电话。

挑战跑男,你敢吗?“撞球达人”暑期乐不停

抱着桶爆米花在电脑前看韩国跑男?挑战大神、能力者、一筐猪、槽智……参与各种奇葩竞技?光看不练,心痒痒?撕名牌,玩够大吗?赶紧来虹口,成为新主人公吧!

7 月 3 日 -11 日,韩国综艺秀 Running Man 大型游艺道具,首次登陆凯德龙之梦虹口南中庭! 500 积分即刻开启挑战模式,夺高分拿奖品!



7 月 4-5 日 14:00-17:00 撞球达人开启火拼模式,单人 & 双人赛等你来报名!

即日起发送:“撞球达人+单人/双人+姓名+手机号码”至凯德龙之梦虹口官方微信,便可报名参加挑战赛,赢取旅游千元基金。此外,报名成功并完成挑战者,还送观影券,免费换取当日电影票哦。



雷雨多发季,如何避免做“雷人”?

夏日来临,雷雨天气频繁,可别以为事不关己,其实每年此时均有不少被雷击的悲剧发生,据相关部门统计,我国因雷击造成的伤亡在 3000 至 4000 人/年,且这一数字仍持续上升。因而家长值得提高警惕,必须让孩子知道——

雷雨天 7 个不要做

1、不要在楼顶或树下避雨

不要继续在楼顶等建筑物顶部玩耍,不能进入孤立的棚屋、岗亭、大树下避雨,如万不得已,则须与树干保持 3 米距离,下蹲并双腿靠拢;

2、不要在水面和水边停留

在河里、湖泊、海滨游泳,或河边洗衣服、钓鱼、玩耍



等都非常危险;

3、不要快速移动

雷雨雨中最好不要奔跑,更不适宜开摩托车、骑自行车,在雷雨快速移动容易遭雷击;

4、不要靠近金属物体

雨中步行时,不能撑铁柄伞,手拿铁等金属类的玩具最好收起来;避雨的时候要观察周围是否有外露的水管、煤气管等金属物体或电力设备,不宜在铁栅栏、金属晒衣绳、架空金属体以及铁路轨道附近停留;

5、不要在雷雨天玩手机

雷雨天气,告诫孩子不能玩手机。尽量别拨打或接听电话,家里的座机也避免使用。避雷针只能保护建筑物,但对沿架空电线、电话线侵入的雷电波却无能为力。

6、不要在雷雨天脱鞋行走

雷雨天气赤脚行走或避雨,会加大被雷击的可能性。贪玩的孩子应该立即穿上鞋子,或者在脚底垫上塑料等绝缘体。

7、不要淋浴洗澡

行雷闪电时不宜淋浴洗澡,因水管与防雷接地相连。住高层的家庭,还需注意关闭门窗,预防雷电直击室内,防止侧击雷和球雷的侵入。告诫孩子千万别把头或手伸出户外,更不要用手触摸窗户的金属架。

如果刚好在户外雷区,请教孩子这样做:

当在户外看见闪电几秒钟内就听见雷声时,说明正处于靠近雷暴的危险环境中,这时应该停止一切行动,同时做以下事项。

- 1、严禁奔跑,不要张嘴,应立即双膝下蹲,双手抱膝,胸口紧贴膝盖,尽量低头。头部较之身体其他部位,最易遭到雷击;
- 2、应迅速躲入有防雷设施保护的建筑物内,或有金属顶的各种车辆及有金属壳体的船舱内;
- 3、雷电交加时,头、颈、手外有蚂蚁爬走感,头发竖起,说明将发生雷击,应赶紧趴在地上,并丢弃身上佩戴的金属饰品和发卡、项链等,可减少遭雷击的危险;
- 4、如果在户外看到高压线遭雷击断裂,因高压线断点附近存在跨步电压,身处附近的人绝对不要跑动,应双脚并拢跳离。



快把耳朵叫醒 音乐午茶 七月热袭

只需 10 元,就能在每周五、周六下午 14:00-15:00 享受一场视听盛宴,“音乐午茶”七月再次重磅来袭!你,准备好了吗?

七月演出一览表

7 月 3 日(周五)	女中音专场
7 月 4 日(周六)	女声重唱专场
7 月 10 日(周五)	钢琴专场
7 月 11 日(周六)	声乐专场
7 月 17 日(周五)	民族声乐专场
7 月 18 日(周六)	爵士乐专场
7 月 24 日(周五)	音乐剧“人生”专场
7 月 25 日(周六)	巴赫、爵士与即兴的对话

更多详情可关注微信公众号“M1907”获取最新演出信息,并进行预约!

问答——

Q:“音乐午茶”在哪里?

A: 别急,这就告诉你!

“音乐午茶”青年中心位于:辽宁路 46 号 D 栋【温馨提示】

1. 关注微信公众号“M1907”进行预约
2. 请注意核对自己所预约的演出场次及地点,提前做好准备,不要迟到哟~