



湖南交通工程学院
HUNAN INSTITUTE OF TRAFFIC ENGINEERING

湖南交通工程 2025 年国庆假期安全温馨提示

一、国庆放假时间

10月1日（周三）至8日（周三）放假调休，共8天。9月28日（周日）上10月7日（星期二）的课，10月11日（周六）上10月8日（星期三）的课。10月8日晚请按时参加主题班会。

国庆假期即将开启，无论是踏上旅途饱览山河，还是在家享受悠闲时光，安全都是幸福的前提，这份安全指南请收好，让我们平安过节！

二、离校前：做好检查，安心离校

离校前做好充分准备，是假期安全的第一步。

- 宿舍安全：**离开前，请务必关闭所有电源，拔下电器插头（如充电器、电脑等），认真检查水电设施，杜绝火灾隐患。锁好宿舍门窗，尤其是低楼层的房间。妥善保管贵重物品，建议随身携带或寄存他处，不要大量现金留在宿舍。
- 内务整理：**整理好个人物品，清理易腐坏的垃圾和室内杂物，保持宿舍整洁，防止滋生细菌和蚊虫。
- 到家报平安：**平安到家之后请第一时间告知辅导员情况。

三、旅途中：遵守交规，保护财物

无论选择何种交通方式，旅途中的安全都至关重要。

- 交通安全：**自觉遵守交通规则，乘坐合法营运的交通工具。不乘坐无牌无证、超载或车况不良的车辆。乘坐小汽车、大巴时系好安全带，乘坐电瓶车要戴好头盔。
- 财物安全：**在车站、服务区等人流密集场所，务必看管好个人行李和随身物品，确保行李不离开视线。不携带大量现金，优先使用银行卡或手机支付。
- 信息畅通：**出行途中保持个人手机畅通，建议随身携带充电宝。将行程信息及时告知家人或朋友，并按时报平安。

四、假期里：时刻警惕，乐享假期

假期是放松身心的好时机，但安全意识不能松懈。

- 警惕网络诈骗：**不随意点击陌生链接，不扫描来历不明的二维码；不轻易相信网上的中奖信息、兼职广告等，避免上当受骗。防范街头诈骗：不参与街头的“免费抽奖”“低价促销”等活动，不向陌生人透露个人银行卡信息和验证码；遇到可疑情况，及时向警方求助。保护个人信息：在社交媒体上谨慎发布个人行程、定位等信息，避免泄露个人隐私；妥善保管好身份证件、银行卡等重要证件，防止信息被盗用。
- 人身安全：**外出游玩时，避免前往未开发的“野景区”和地质灾害频发区域。不私自下水游泳，特别是不到无安全设施和救援人员的水域，严防溺水事故。
- 饮食健康：**注意饮食卫生，选择正规餐馆就餐。不购买和食用“三无”食品、过期食品，防止食物中毒。保持注意饮食卫生，选择正规餐馆就餐。不购买和食用“三无”食品、过期食品，防止食物中毒。保持规律作息，适度锻炼，增强免疫力。
- 文明上网：**不沉迷网络和电子游戏，注意规范网络言行，不信谣、不传谣，不泄露个人敏感信息。

五、留校期间：遵守规定，和谐共处

国庆留校期间，需牢记以下安全要点：

- 离校时务必锁好宿舍门窗，切断电源、关闭水源，贵重物品妥善存放。
- 留校期间遵守学校管理规定，不晚归、不夜不归宿，不私自留宿校外人员。
- 注意饮食安全，尽量在学校食堂就餐，避免购买来源不明的食品。
- 谨慎使用大功率电器，不私拉乱接电线，防范火灾风险。
- 保持通讯畅通，定期与家人、辅导员报备行程，遇紧急情况第一时间联系学校保卫处电话（07348815004）或辅导员，确保假期安全平稳。

六、外出旅行期间，牢记安全第一位

（一）旅行出行前

- 居家安全检查：**离家前，关闭所有电器电源，拔掉插头，防止电气火灾；检查燃气阀门是否关紧，杜绝燃气泄漏隐患；锁好门窗，确认防盗设施正常，贵重物品妥善保管。

2. **行程规划：**提前规划好出行路线、住宿安排，预订正规车票、机票和酒店。了解目的地天气情况，备好合适衣物和应急药品。

3. **证件物品整理：**检查身份证件、学生证、银行卡等重要证件是否齐全；收拾行李时，避免携带违禁物品，同时准备好常用物品和个人防护用品。

（二）旅行出行途中

- 公共交通出行：**选择正规客运车辆，不乘坐非法营运车辆；乘坐火车、飞机时，保管好随身行李，注意防范扒手；夜间出行尽量结伴而行，避免独自前往偏僻区域。
- 自驾出行：**出发前对车辆进行全面检查和保养，确保车辆性能良好；遵守交通规则，不超速、不疲劳驾驶、不酒驾；提前了解路况信息，合理规划行程，避免拥堵路段。
- 骑行与步行：**骑行共享单车或电动车要佩戴头盔，遵守交通信号灯和道路规则；步行时走人行道，过马路走斑马线，不横穿马路、不追逐打闹，注意避让过往车辆。

（三）游玩过程

- 景区游览：**选择正规开放的景区，提前了解景区的承载量和限流措施，避免人员过度拥挤；遵守景区规定，不随意进入未开发区域，不破坏自然环境和文物古迹。
- 参与活动：**参加游乐项目时，仔细阅读安全须知，严格按照工作人员的指导进行操作；对于高风险项目，根据自身身体状况量力而行，切勿冒险尝试。
- 文明旅游：**尊重当地风俗习惯和文化传统，不随地吐痰、不乱扔垃圾，保持良好个人形象和环境卫生。

（四）住宿休息

- 住宿选择：**优先选择信誉良好、设施齐全的酒店或民宿，通过正规平台预订，查看其他住客的评价；避免选择环境复杂、安全设施不完善的小旅馆。
- 入住检查：**入住后，检查房间门锁、窗户是否牢固，查看消防设施是否齐全；了解酒店的逃生通道和紧急出口位置，熟悉应急疏散流程。
- 隐私保护：**不轻易向陌生人透露个人信息和房间号，睡觉时锁好房门；发现可疑人员或情况，及时联系酒店工作人员或报警。

（五）外出就餐

- 选择就餐场所：**优先选择卫生条件好、证照齐全的餐厅就餐，避免在路边摊或卫生状况差的小店用餐；尽量选择清淡易消化的食物，避免食用生冷、油腻、辛辣等刺激性食物。
- 注意饮食卫生：**不吃未煮熟的食物，不食用变质、过期的食品；注意饮水安全，不喝生水，选择正规渠道购买的瓶装水或经过煮沸的开水。
- 节制饮食：**避免暴饮暴食，注意饮食规律；饮酒要适量，切勿过度饮酒，以免发生意外。

（六）应急准备

- 紧急联系方式：**记住当地的报警电话（110）、急救电话（120）、消防电话（119）等，遇到紧急情况及时拨打求助。
- 应急物品准备：**随身携带一些常用药品，如感冒药、退烧药、肠胃药、创可贴等，以备不时之需；准备好手电筒、充电宝等应急物品。
- 冷静应对突发情况：**遇到突发灾害或意外事件时，保持冷静，听从现场工作人员的指挥，按照应急疏散指示有序撤离；及时与家人、朋友取得联系，告知自己的情况。

七、紧急情况处理

- 如遇突发事件或紧急情况，请保持冷静，遇紧急情况第一时间联系学校保卫处电话（07348815004）或辅导员。
- 及时与家长、辅导员取得联系，说明情况。
- 注意心理健康安全，保持阳光向上大学生形象。

同学们，国庆假期是放松身心、享受生活的好时光，但安全问题不容忽视！希望大家牢记这份指南，度过一个平安、愉快、难忘的国庆假期！愿大家一路顺风，玩得开心！

