



珍爱生命 远离毒品

培养“三戒四算”禁毒理念

三 戒

一、戒不良场所。

青少年涉足酒吧、歌舞厅、迪厅、游戏厅等娱乐场所，最容易成为毒贩子引诱吸毒的目标。严格遵守中学生日常行为规范，不吸烟不饮酒、不去歌舞厅酒吧、游戏厅等娱乐场所。成年人进出歌舞厅、酒吧、洗浴场所要保持高度警觉，不要接受陌生人提供的香烟和饮料，避免因误食毒品而上瘾或遭到性侵犯。



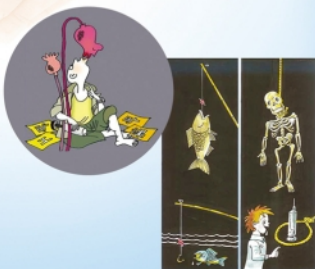
二、戒不良交友。

无论是在学校还是校外结交的朋友，无论是周围的同学还是社会上结交的朋友，只要在你交往甚密的人中有一个吸上毒，其他人往往容易受感染而吸毒。因此，坚决不与吸毒的人交友。



三、戒不良习惯。

毒贩们鼓吹“吸毒是时髦的，是有钱人的标志”这种极其荒唐的错误观念。而青少年关注潮流、追捧时尚，往往会被这种错误观念所左右。因此作为青少年在潮流面前要分清是非对错，重视培养自身良好的行为习惯，不要盲从。如果有人引诱、威胁你吸毒，你一定要态度坚决的拒绝他，决不尝试第一次。



四 算

一、算生命账

吸毒可使人的免疫力下降，容易感染各种疾病。严重的则丧失劳动能力，以致日渐衰竭而死亡。



二、算法律账

吸食、注射毒品处十日以上十五日以下拘留。可以并处二千元以下罚款。吸毒成瘾的，由公安机关责令其接受三年的社区戒毒，吸毒成瘾严重的，由公安机关作出强制隔离戒毒决定，强制隔离戒毒期限为两年。

三、算家庭账

吸毒导致家庭内部关系恶化，破坏周围邻里的和睦关系。吸毒还会影响人类的生育能力。父母吸毒对胎儿发育和儿童生长将造成严重影响。



四、算经济账

一个人染上毒瘾后几乎不能中止使用，而且用量越来越大，使吸毒者的财产源源不断的落入毒贩之手，换来的海洛因在烟雾中顷刻燃尽。



青岛市禁毒委员会办公室

红石崖街道办事处 致全街居民的一封信

尊敬的居民朋友：

溺水是造成中小學生意外死亡的第一杀手。春季以后，天气逐渐变热，溺水又将进入高发季，希望广大居民务必增强安全意识和监护意识，切实承担起监护责任，加强对孩子的教育和管理，特别是加强放学后、周末、节假日期间和孩子结伴外出游玩时的管理，经常进行预防溺水等安全教育，给孩子传授相关知识和技能，不断加强孩子安全意识和自我保护意识，提高孩子们的避险防灾和自救能力，严防意外事故的发生。

一、“六不”“四知道”要求：六不：1.教育孩子不私自下水游泳；2.不擅自与他人结伴游泳；3.不在无家长或教师带领的情况下游泳；4.不到无安全设施、无救援人员的水域游泳；5.不到不熟悉的水域游泳；6.不熟悉水性的学生不擅自下水施救。四知道：1.学生何时离家？2.到哪里去？3.与谁一起？4.何时回家？

二、告诉孩子溺水的常见原因：1.下水摸鱼；2.捡落入水中的物品；3.游泳时抽筋或在水中打闹；4.在水边玩耍不慎滑入沟坑；5.三五成群结伴游泳戏水打闹。

三、教给孩子预防溺水的办法：1.不要到河流、水库、积水深坑等水域沿岸玩耍；2.到正规游泳馆

并在成人帮助下学游泳；3.不去非游泳区游泳；4.不要完全依靠救生圈，不会游泳者不要到深水区；5.游泳前要做适当的准备活动，以防抽筋。

四、教会孩子溺水时的自救方法：1.不要慌张，发现周围有人时立即呼救；2.放松全身，让身体飘浮在水面上，将头部浮出水面，用脚踢水，减少体力丧失，等待救援；3.身体下沉时，可将手掌向下压；4.如果在水中突然抽筋，又无法靠岸时，立即求救。如周围无人，可深吸一口气潜入水中，伸直抽筋的那条腿，用手将脚趾向上扳，以解除抽筋。

尤其要教育孩子遇到同伴溺水时避免手拉手盲目施救，要智慧救援，立即寻求成人帮助。

学生安全工作需要居民朋友及各单位尽心尽力、密切配合、齐抓共管。让我们携起手来，共同为保障广大学生平安健康成长而努力。

祝居民朋友们平安、健康、快乐！

红石崖街道办事处
2020年7月1日

汛期来临 防汛自救小常识

暴雨来临时 如何防范

- 1.当暴雨来临时，注意关闭门窗，防止雨水扑入屋内，一旦屋内进水则需要立即关闭电源、煤气等设备。
- 2.注意街上的电力设施，如有电线滑落，应当立即远离。
- 3.不要走地下通道，不要在流水中行走，远离积水路段，注意躲避下水井盖。
- 4.暴雨中开车应打开雨雾灯，减速慢行，避开积水和塌方路段。
- 5.在山地如发现水流湍急、混浊及夹杂泥沙时，可能是山洪爆发的前兆，应离开溪涧或河道。
- 6.如住所可能出现严重水淹，应撤离居所，到安全地方暂避。
- 7.不要在暴雨天气进入山区旅游。在暴雨来临前，当尽快出山或到安全地躲避。

洪水爆发时 防备与自救

- 1.当接到洪水预报时，应提前备足食品、衣物、饮用水、生活用品和必要的医疗物品。
- 2.洪水来临前，如果需要安全转移，在离开家之前，要将煤气阀、电源总开关关闭。同时将房门关好。
- 3.根据自己所处的位置和条件，冷静选择最佳路线撤离，避免出现“人未走水先到”的被动局面；认清路标，明确撤离的路线和目的地，避免因为惊慌而走错路。
- 4.来不及转移时，要迅速找一些门板、桌椅、木床、大块的泡沫塑料等漂浮的材料扎成筏逃生。
- 5.如果已经被洪水包围，一定要设法与当地政府或救援部门取得联系。报告自己的方位和险情，积极寻求救援。
- 6.如果已经被卷入洪水中，一定要尽可能抓住固定的或者可以漂浮的物体。

遭遇泥石流 如何逃生

- 1.发现泥石流后，应设法从房屋中跑出来，跑到开阔地带，尽可能防止被埋压。
- 2.要立即向坚固的高地或泥石流的旁侧山坡跑去，不要在低凹处停留。
- 3.需要马上与泥石流呈垂直方向一边的山坡上面爬，爬得越高越好，跑得越快越好，绝对不能向泥石流的流动方向走。
- 4.注意不要上树躲避，不要停留在陡坡土层较厚的低凹处，也不要躲在滚石或者乱石后面。
- 5.选择平整的高地作为营地，尽可能避开有滚石和大量堆积物的山坡下面，不要在山谷和河沟底部扎营。