前言

前言

现在给你们讲第二个故事 :有一天,“隐患”和“安全” 在河里洗澡,“隐患”先洗完,穿上“安全”的衣服跑掉了。 “安全”洗完澡,发现衣服丢了,却不愿穿上“隐患”的衣服,

于是“安全”光着身体离开了。从此以后,人们总是看见披 着“安全”外衣的“隐患”,却不愿见到赤裸裸的“安全”。

往往最明白易懂的事情最容易被人忽略,就像赤裸裸 的安全一样。大学这座“象牙塔”,看似澄澈美好,但也并 不是“天下无贼”的世外桃源,社会中的不良分子对纯真 善良的同学们虎视眈眈。在这个人群密集的小社会中,潜 伏着各种各样披着“安全”外衣的“隐患”。我们好像总 容易那么一不留神,想着“我不过离开位置两三分钟而已, 应该不会......”却不曾料到自己的这种侥幸心理已给小偷 留下极好的机会,要知道一个惯犯两三分钟就足够从容作 案,满载而归了。我们大多数人就是在这种“应该不会那 么倒霉”的侥幸中,不幸“中奖”。

我们编写的这本小手册,主要是为了告诉大家,在我 们身边曾经发生过哪些安全问题,哪些安全隐患是可以防 御和避开的。在预防和面对侵犯时,我们如何将伤害和损 失降到最低。这本小册子包含了消防安全、财产安全(含 防盗、防骗知识)、预防外部滋扰、交通安全、游泳安全 和饮食安全等内容,为大家奉上丰富的安全知识和真实的 案例。希望大家看完这本《安全至上》秘籍,能够认真对

1

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

待赤裸裸的“安全”,能够提高自我防范和自我保护意识, 练就“火眼金睛”,识别在教室、宿舍、食堂、图书馆等处 潜藏的披着“安全”外衣的“隐患”,成功化险为夷,做到 人人安全!

2

目录

目录

一、消防安全篇 ⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯ 1 (一)常见消防安全隐患 ⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯ 1 (二)火灾应对和逃生自救常识⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯ 3 (三)灭火器的使用方法⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯ 6

二、财产安全篇⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯ 7 (一)防盗知识 ⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯ 7 ( 二 ) 防 骗 知 识 ⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯12

三、防滋扰知识篇⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯18 (一)外部滋扰的常见形式⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯18 (二)校内易发生滋扰的场所⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯18 (三)如何应对外部滋扰⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯19

四、交通安全知识篇⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯20 (一)骑车安全秘诀⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯20 (二)自驾出行安全知识⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯21 (三)走路也要守规矩⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯22 (四)乘车安全须知⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯23

1

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

(五)交通事故自救、互救方法⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯23

(六)校园出行安全案例⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯24 五、游泳安全篇⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯27 (一)游泳注意事项⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯27 (二)不宜游泳的情况⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯28 (三)如何防溺水⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯30 (四)常见溺水急救方法⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯31 六、饮食安全知识篇⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯32 (一)食物中毒的种类和主要特点⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯33 (二)食物中毒的常见症状与救护⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯34 附录 常用联系方式⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯ 36 后 记 ⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯⋯ 37

2

一、消防安全篇

一、消防安全篇

(一)常见消防安全隐患

1. 使用劣质插座,私拉、乱接电线。 2. 卧床吸烟、燃点蚊香和乱扔烟头。 3. 占用、堵塞疏散通道,

给逃生带来困难。
4. 在楼内焚烧杂物。
5. 携带易燃易爆物品进

入宿舍。
6. 使用劣质电器和大功

卧床点烟有危险

率电器(包括劣质充电器、 电吹风、电热水壶、电暖器、电磁炉、电热锅、电热毯 等)。

7. 使用酒精炉、蜡烛等明火器具。

宿舍焚烧是隐患

挑灯夜读

1

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

8. 擅自变动或不恰当使用电源设备,引起线路短路, 导致电线发热而引起火情。

9. 离开房间时不关电源等导致电器起火。
10. 设备损坏未及时维修更换。 【案例一】2015年4月2日清晨6时许,我校一学生宿舍

发生火灾,原因是前一天晚上学生使用完洗衣机后未及时 将插头拔开,断开电源。第二天早晨通电后瞬间电流过大, 造成电路短路起火,引燃洗衣机,所幸园区保安及时发现, 迅速将火势控制,否则后果不堪设想。

【案例二】2013年5月,正值我校春假之际,某学生早 起洗完头发,用电吹风吹干。未曾想才吹了一会儿便停电 了,于是便放下吹风机,前往园区门口的圈存机缴纳电费。 返回宿舍的途中偶遇同学,便又一起相约去食堂吃了早餐。 没想到回来就发现电吹风和插座都烧起来了,还引燃了旁 边的纸盒。幸好她并未惊慌,见火势不大立刻切断宿舍电 源,并使用干粉灭火器灭火。后经过调查,引发火灾的原 因是该生在宿舍断电后并未关闭电吹风开关,通电后电吹 风长时间工作而引起火灾。

温馨提示 :宿舍人群密 集,电路本身的负荷已经很 重,如果同学们为了自己的 一时方便而使用大功率电器, 很容易引发火灾,后果不堪 设想。

使用排插要小心

2

一、消防安全篇

在日常生活中我们要做到 :不乱拉、乱接电线,不使 用500W 以上的大功率电器。此外,使用台灯、充电器、 电脑等电器时要注意发热部位的散热。室内无人时,应关 掉电器的电源开关。让我们一起向违规电器说“不”!

《厦门大学嘉庚学院学生园区管理规定》第二十三条 规定 :“在学生宿舍内,除台灯、收放机、充电器、电脑、 电视机、饮水机、电风扇等常规电器外,严禁使用电热水 壶、电炉、电热杯、电热锅、电热棒、电熨斗等各种电加 热器具。一旦发现违纪者,有关部门有权利暂时没收所使 用的违章电器,并依据有关规定给予相应的纪律处分。私 自使用违章电器导致发生安全事故者,后果由违纪学生自 负,学校将视学生的责任和违纪情节对违纪者给予留校察 看或以上的纪律处分,并报送公安机关处理。”

 (二)火灾应对和逃生自救常识

遇到失火的情况,同学们要沉着冷静,切勿惊慌失措。 若火势较小时,可利用身边的东西灭火,如用盆接水浇泼 火源灭火 ;用棉制被单或毛毯在水中浸湿,从火源的上方 慢慢盖下,盖好后,再浇上少量的水 ;将扫帚蘸水,然后 拍火,同时向火中浇水效果更佳。如电器着火,应先切断 电源再进行扑灭。楼道、园区架空层等处均配备有干粉灭 火器以供紧急情况下使用。

当火势较大时,同学们需要沉着应对,通过一些逃生 自救方式来避免伤害。火灾发生应注意以下几点 :

1. 火灾发生时迅速逃生,不要贪恋财物。
2. 平时要了解和掌握火灾逃生的基本方法,熟悉逃

3

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上 生路线。

不要贪恋财物 熟悉逃生路线

3. 受到火势威胁时,要当机立断披上浸湿的衣物、 被褥等从安全出口逃生。当人员较多时,要有序快速地 逃生,避免发生踩踏事故。

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。

温馨提示 :湿毛巾折叠3次放在口鼻处能最有效地阻挡 烟尘的吸入。

平时保持楼道畅通

火灾逃离

4

一、消防安全篇

5. 假如身上着火,千万不要奔跑,可就地打滚或用 厚重的衣物压灭火苗。

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,如果门已 发热,千万不要开门,以防 大火蹿入室内 ;并用浸湿的 被褥、衣物等堵塞门缝,给 发烫的门浇水降温。

温馨提示 :如果宿舍起了 小火,不要立即开门,因为宿 舍本来是一个密闭空间,氧气浓度较低,开门时,突然涌入 的空气很可能起到助燃的作用。

8. 若逃生路线被大火封锁,要立即退回室内,使用 手电筒(夜间)或挥舞衣物等醒目物品、大声呼叫等方 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 管等逃生自救。也可用绳子或把床单、被套撕成条状连成 绳索,紧拴在窗框、铁栏杆或重物上,用毛巾、布条等保 护手心,顺绳滑下,或下到未着火的楼层脱离险境。

【案例】2011年8月,我校南光园区某宿舍发生一起火 灾,原因是该宿舍同学使用的插座与电器插头间接触不良, 在断续供电的情况下发生短路,高温引燃周围可燃物,过 火面积约2平方米,造成空调、电脑、生活用品等被烧毁,

给发烫的门浇水

5

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上 共计损失约2万元。

阳台呼救 安全逃生

温馨提示 :同学们千万不要在宿舍内使用明火或焚烧 物品,更不要躺在床上吸烟和乱扔烟头。同时大家也要注 意遵守校规,不能使用违规电器,一旦失火,后果是非常 严重的。

(三)灭火器的使用方法

1. 园区常用的灭火器

(1) 干粉灭火器 ;
(2) 二氧化碳灭火器 ;
(3) 室内消火栓。
2. 干粉灭火器、二氧化碳灭火器的使用方法
(1) 拿起灭火器,拔出保险销 ;
(2) 右手握住喷嘴胶管,左手压下阀门 ;
(3) 将喷嘴对准火焰根部左右摆动,由远及近,直至将

火扑灭。

6

二、财产安全篇

温馨提示 :使用灭火器时,要有良好的心理素质,遇 事不惊慌。火扑灭后要反复检查,防止“死灰复燃”。

二、财产安全篇

近年来,不法分子的犯罪手段逐渐增多,盗窃、欺诈 伎俩也在不断翻新,周边高校陆续发生了学生财物被盗、 被骗事件,主要原因是部分同学安全防范意识薄弱、对骗 局识别判断能力欠缺。所以,同学们平时要提高警惕,加 强安全防范意识。

(一)防盗知识

1. 常见的几种盗窃方式

1. (1)  趁人不备 :尤其容易发生在公共场所。
2. (2)  乘虚而入 :趁主人不在,房门抽屉未锁之时入室

行窃。

(3) 窗外钓鱼 :用竹竿等工具在窗外将室内他人的物品 钩走。

(4) 翻窗入室 :翻越没有牢固防范设施的窗户、气窗等 入室行窃。

(5) 撬门扭锁 :使用各种工具撬开门锁而入室行窃。

2. 宿舍防盗注意事项

对于大学生而言,最重要的是做好宿舍和教室等公共

7

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

场所的防盗,保护好自己和同学的财物。所以,同学们应 该注意 :

(1) 宿舍人员外出时,锁 好衣柜、断电、关好门窗。 经常进行安全检查,如果发 现门窗损坏,及时报告学校 相关部门修理。就寝前要关 好门窗,天热时也不能例外, 防止犯罪分子趁自己熟睡时 作案。

(2) 自己的物品要妥善保
管,在无人看管的情况下手 机不要充电,贵重物品要锁在保险柜里(学校给每位同学 都配备了保险柜,便于保存贵重物品),柜子钥匙不要乱 放。

(3) 不随便带陌生人到宿舍,对形迹可疑的陌生人、外 来的推销人员应提高警惕。

包包拉链要拉好

(4) 住低楼层的同学, 睡前将财物锁入抽屉,防 止被人钩走。

(5) 增 强 防 盗 技 巧, 在门窗旁放置容易发出声 响的东西。

(6) 住在南部生活区南 光园区的同学,出门时请

用好保险柜

8

二、财产安全篇

注意将与旁边宿舍共通的阳台门反锁。
(7) 住在北部生活区各园区的同学,出门时请务必用

上挂锁。

【案例一】2014年3月下旬,住在南区的2012级学生陈 某下课回到宿舍后发现400多元现金及银行卡被盗。后经调 查发现是隔壁宿舍同学朱某所为,朱某无意间瞥见陈某存 放财物的位置,还偶然得到了银行卡的密码,于是通过互 通的阳台行窃。

【案例二】2014年4月1日,2013级学生张某于14时确 认宿舍门上锁后安心离开。返回时发现门锁被撬,丢失笔 记本电脑一台(价值约5000元)。

温馨提示 :同学们,宿舍并非绝对安全。学校特地配 置了保险柜,大家一定要记得把自己的贵重物品存放在保 险柜里,有了安全保障才能“高枕无忧”。

3. 教室、食堂和图书馆等公共场所防盗

教室、食堂、图书馆、运动场,这些校园里同学们最 熟悉的公共场所,却成了校园失窃的高发地点。同学们应 注意 :

(1) 不要在公共场所给手机或其他贵重电子产品充电。 (2) 课间不要把钱包、手机等贵重物品放在课桌上。
(3) 离开教室、操场和图书馆等场所前要检查自己的东

西是否带全。
(4) 自行车停放后一定要及时上锁。

9

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

(5) 就餐及在图书馆学习时不要用书包占位,包不 离身。

(6) 在公共场所休息时如发现异常情况,及时将财物转 移到安全地带。

不要用贵重物品占位置

【案例一】2014年5月9日,2012级学生陈某将一台平 板电脑放置于公1某教室忘记带走,20分钟返回后发现平板 电脑丢失(价值约4000元)。

【案例二】2014年5月15日,2013级学生莫某于17时左 右将一白色帆布包放置于图书馆四楼后离开,包内有一部 手机和衣服、书等物品,18时回图书馆,发现包已遗失。

【案例三】2015年5月14日,2013级陈某上课回宿舍后 发现丢失一台价值8000元左右的佳能相机以及人民币400元。 【案例四】2015年5月26日,2013级洪某于20时20分至

30分在北区田径场跑步时将书包放在靠中门位置的围栏 旁,跑完后发现装有手机、学生证、学生卡、若干现金的 书包丢失。

10

二、财产安全篇

温馨提示 :校园本是一片净土,但并非“天下无贼”, 以上是我们特地截取的一些发生在校园内的典型案例。希 望大家引以为戒,在日常生活中提高警惕,以避免不必要 的损失。

4. 不幸被盗怎么办

(1) 及时报案。如发现宿舍被撬,门窗被破坏,宿 舍内箱子、抽屉的锁被撬坏就可断定宿舍已被盗,要第 一时间向学校保卫部门及所在公寓的管理人员报案,以 便能够提高找回失物的可能性。

(2) 保护好现场。如果案件发生在寝室内,要阻止 同学围观,更不能翻动室内的任何物品。对盗窃分子 可能留下痕迹的门柄、窗户、门框等也不能触摸,以 免把无关人员的指纹留在上面,给勘查现场带来不必 要的麻烦。

(3) 注意观察现场周围的可疑人员和可疑情况。由 于盗贼行窃时慌张,难免留下一些线索,或盗贼来不及 逃跑,有可能就躲藏在附近。

(4) 如实回答前来勘察和调查的人员提出的问题。 如被盗的时间、地点、发现被盗的情况,被盗物品的名 称、数量、特征、保管和存放地点等问题,向负责侦办 案件的人员提供线索,协助破案。

(5) 银行卡及有效证件被盗的处理。宿舍被盗后若 发现银行卡及有效证件丢失,应及时挂失,防止存款被 取走。

11

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

(二)防骗知识

1. 常见诈骗手法

现在社会上诈骗的案例层出不穷,诈骗方式种类繁多、 防不胜防,常见诈骗手法包括 :电话谎报伤病救急诈骗、 利用储蓄卡转账调包诈骗、网上招聘诈骗、冒充著名机构 人员诈骗、售卖假货诈骗、冒充大学生或办事人员借打手 机以乘人不备骗取手机、重病医药诈骗、假提款机诈骗、 网络购物诈骗、传销诈欺、网络交友诈骗、招揽旅游诈骗、 谎称丢包诈骗、手机短信中奖诈骗、推销诈骗、冒充学校 工作人员进行诈骗、克隆网站诈骗等。

2. 如何防止受骗

(1) 不要相信会有“天上掉馅饼的好事”,切勿产生贪 财之念。

(2) 遇陌生人搭讪要特别提高警惕。

(3) 不要随便将自己的个人信息 ( 如家庭成员的住址、 电话号码 ) 告诉陌生人。

(4) 将自己所在院系老师、同学的电话号码留给家长, 遇有紧急情况以便家长与学校取得联系。

(5) 择业时,应尽可能通过学校和政府组织的招聘会, 到人才市场与用人单位进行双向选择。网上招聘要特别小 心谨慎,以防被骗。

(6) 在公共场所如车站、码头、机场等处打电话时,注 意防范身边是否有人偷听。

(7) 不要随便将手机、银行储蓄卡等借给陌生人使用。

12

二、财产安全篇

(8) 到自动提款机取钱时,不要让其他在场的人看到你 所输入的密码。

(9) 要避免受骗,除不存贪念外,还应多吸收资讯以增 进常识,可借他人经验教训,引以为戒。

以下是我校学生遇到过的诈骗实例,同学们在遇到 涉及财物的事情上一定要三思而后行,谨防落入骗子的 圈套中。

(1) 冒充学校领导

【案例】2014年10月10日,2013级徐某到接到一通诈 骗电话,对方自称是院领导,需要用钱,让其汇款1万元。 温馨提示 :不要轻信陌生人打来的电话,谨防落入骗

子的圈套中。我校的各级教职员工绝不会向学生借钱或索 取各类财物。

(2) 电 话 或 手 机 短信中奖诈骗

【案例一】2014 年10月26日22时许, 2014级学生陈某接到 冒充天猫客服的诈骗 电话,被对方骗走存 款7000余元。

电话诈骗

温馨提示 :天上掉馅饼的好事情都得有个由头,中奖 也总得买张彩票,不可能莫名其妙地“馅饼”就砸在你头上 了。不要被钱迷惑了思路,不要轻信无故中奖。

13

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

【案例二】2014年4月3日,2012级李某接到同学王某 的电话,电话里王某开口借钱,语气着急又不告诉原因。 值班干部得知情况后致电王某辅导员,与李同学一起到南 门见到了王某。经过王某辅导员及李同学安抚劝导,王某 才道出接到一通称“邮包内有毒品”的诈骗电话,她惊慌 地把5400元先汇给了对方,现“规定时间”快到,仍未凑够 数,所以她才着急借钱。

温馨提示 :近年来,许多同学甚至公安局的工作人员 都接到过类似声称“包裹内发现毒品”、“因银行卡升级需 通过其他渠道转账”的电话,许多人在接到这样的电话时 感到很紧张,因而就特别容易落入骗子们的圈套。

(3) 招聘兼职、代刷信誉

【案例】2014年10月9日,某同学在宿舍内上网找兼 职时收到一个陌生 QQ 号发来的兼职信息,要高薪聘请 他在网上代刷信誉,并发给其一个链接网站,要他进去 买充值卡。他通过该链接网站分7笔共向对方转账9288元 人民币。

温馨提示 :警惕主动联系你的陌生人,天上不会掉馅 饼,切勿相信网络兼职。

(4) 网络故障要求退款

【案例】2014年10月9日,某同学在淘宝上购买商品后 不满意,要求退货退款,但因电脑操作退款多次未果,就 自己联系了一个淘宝客服。对方要求他用 ATM 取款机向

14

其转账5911元。

二、财产安全篇

温馨提示 :明辨真假,对客服也要提防。不要随便给 他人汇款。

(5) 网络故障重新下单类

【案例】2014年10月9日,某同学在南光宿舍上淘宝购 物时,一个冒充淘宝客服的人声称淘宝网站故障在维修, 发给他一个网址链接要其重新下订单,并叫该同学加他 QQ 号。该同学按照网址进行操作并添加对方 QQ,对方 要求远程监控,在获取该同学的网银验证码后,直接从他 的账号内转走10107元。

温馨提示 :认准官方工作人员,心里时刻注意提防他 人盗用自己钱财。

(6) 冒充亲朋好友或同学类

【案例】2014年12月,某同学接到其初中同学“江湖 救急”的电话,对方称情况紧急,要他向指定账户汇款, 但该同学汇款1000元后就联系不上对方了。

温馨提示 :亲朋好友需确认,借钱也要谨慎,防止被骗。

(7) 被警告信用卡恶意透支

【案例】2014年12月,某同学在宿舍内接到自称民生 银行的客服电话,声称其信用卡恶意透支,如果非本人操 作需要先将钱转到安全账户。该同学感到害怕便按对方的 指示操作,事后被骗3200元。

15

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上
温馨提示 :提高自我保护意识,牢记权威机关授权认

证的号码。

(8) 通过订票进行诈骗

根据同学们节假日出行以及回家返校的需求,目前也 出现了很多以订票为幌子的诈骗活动,主要有电子订票和 人工团体订票两类。

【案例】2014年7月13日,某同学在宿舍内收到一条短 信称飞往其故乡的飞机票有打折促销。该同学正好要订票, 随后便按照对方指示先在网上订票,并按对方要求在校区 ATM 机上操作,结果被诈骗1000元。

据警方通报,由于网上购票点良莠不齐,近些年来网 上低价机票诈骗案屡屡发生。为此,我们提醒全体同学,在 网上订票时务必提高警惕。据了解,目前通过网上订票实施 诈骗的方式主要有以下几种 :一是利用在网站论坛、QQ 群 上发布虚假信息,承诺能够买到市面上紧缺的部分航班机 票,利用同学们着急回家却买不到票的心理,强迫其接受先 汇款再拿票的交易方式 ;二是不法分子利用电子机票方便订 退票,依靠打印假行程单和真实订座记录骗取消费者的信 任,取得票款后,又利用时间差,电话取消订座,从而达 到诈骗旅客票款的目的 ;三是不法分子在网络上“克隆”正 规订票公司的网页,或非法侵入正规订票网站,以低于市 场价的折扣吸引旅客订票,当旅客按照其要求将银行账号 和密码输入,或将钱汇到其指定账户中后,就卷款逃走。

16

温馨提示 :

二、财产安全篇

第一,同学们在预订电子客票时,一定要通过正规 渠道订购。

第二,订票时,一定要走出“超低价机票”的心理误 区,切忌贪小便宜吃大亏。

第三,同学们在订购机票时务必索取电子客票行程 单,该单据由国家税务总局监制,不仅可作为报销凭证, 还可为旅客保存相关购票信息比如电子票号、订座编号 等,同学们可以通过拨打机票所在的航空公司订票电话 查询,或者通过机票上的电子票号登录中国民航信息网 查询所乘航班信息。

防骗谣

 丢包分钱是陷阱,天上不会掉馅饼。

 兜售抵押全都假,别听骗子说瞎话。

 家庭情况要保密,不明来电多警惕。

 贪图便宜要不得,千万不能换外币。

 短信诈骗花样多,不予理睬准没错。

 网络购物要小心,反复要钱是圈套。

 飞来大奖莫惊喜,让您掏钱洞无底。

 专利转让别轻信,全面验证多核实。

 汽车退税有猫腻,骗取存款是目的。

 看病消灾讲迷信,不要相信陌生人。

 买药看病到医院,保您平安不被骗。

 遇人向你借手机,始终留意别远离。

17

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上 三、防滋扰知识篇

滋扰主要是指对校园秩序的破坏扰乱,对大学生无端 挑衅、侵犯乃至伤害的行为。大学生必须提高警惕,预防 和制止外部滋扰,以保证学习和生活正常有序地进行。

 (一)外部滋扰的常见形式

1. 不法分子通过大学生进行交往,如发生矛盾或纠葛, 便有目的地入校寻衅滋事、伺机报复等。

2. 有的社会不法青年,在游泳、购物、看电影、观看 比赛,甚至走路等偶然场合,与大学生挑起矛盾,进而酿 成冲突。

3. 有的不法青年,专门尾随女同学或有目的地在各公 共场所寻找机会侮辱、骚扰、调戏女生,甚至对女同学动 手动脚,致使女生受到种种伤害。

4. 社会人员、犯罪团伙之间相互邀约斗殴滋事,从而 使围观或路过的大学生无端遭殃。

5. 外来人员与学生争抢活动场地,从而引发矛盾和 冲突。

6. 有的不法分子通过反复拨打电话,对学生进行骚扰。

 (二)校内易发生滋扰的场所

1. 体育运动场所,如运动场、溜冰场等。 2. 公共娱乐活动场所,如舞场、礼堂等。 3. 生活场所,如学生宿舍、食堂等。
4. 学习场所,如图书馆、学生教室等。

18

三、防滋扰知识篇

5. 行人稀少,环境阴暗偏僻的边角地带、小树林等处。

(三)如何应对外部滋扰

在校内外如果遇到滋扰,应注意把握以下几点 :

1. 提高警惕,做好准备,正确看待,慎重处置。面对 流氓滋扰,千万不要惊慌而要正确镇定对待。要问清缘由、 弄清是非,既不畏惧退缩、避而远之,也不冲动,而应晓 之以理,妥善处置。

2. 充分依靠组织和集体的力量,积极干预和制止犯罪 行为。如发现流氓滋扰事件,要及时向保卫部门报告。一 旦出现公开侮辱、殴打自己的同学等恶性事件,要敢于见 义勇为,挺身而出,予以制止并及时报案。

3. 注意策略,讲究效果,避免纠缠,防止事态扩大。 在许多场合,滋事者愚昧而盲目、固执而无赖,有时仅有挑 逗性的言语和动作,叫人可气可恼而又抓不到有效证据。因 此,一定要冷静,注意讲究策略和方法,正面对其劝告,不 要与其纠缠,及时脱离现场,避免受到伤害。

4. 自觉运用法律武器保护他人和自己。面对流氓滋扰 事件,既要坚持以说理为主,不要轻易动手,又要注意留 心观察、掌握证据,及时报案。

温馨提示 :

第一,夜间上厕所要格外小心。如果厕所照明设备 已坏,应带上手电筒,上厕所前先仔细查看一下。女生 更要提高安全意识。

第二,夜间如果有人敲门问讯,要问清是谁再开门。 如果发现有人想撬门砸窗闯进来,全室同学要一起呼

19

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

救,及时报警,做好齐心协力自救的准备。无论一人还 是多人在宿舍,当犯罪分子来侵害时,要保持冷静的态 度,做到临危不惧,遇事不乱。一方面呼救,另一方面 机智灵活寻求外援,设法脱身。

第三,周末或节假日,当其他同学回家,最好不要 独自一人住宿。回宿舍就寝时,要留心门窗是否敞开, 防止有犯罪分子潜伏伺机作案。如果遇异常情况,可请 同学陪同进入,以确保安全。

四、交通安全知识篇

“交通法规,生命之友”,只要人人遵守交通法规,就 能有效地预防交通事故,保障你和你的家庭幸福。

(一)骑车安全秘诀

自行车是同学们在校园出行时使用最多的交通工具, 它为我们短途出行提供许多方便。不过,不要以为骑自行 车是件很简单的事,骑车需要注意以下几点事项 :

1. 骑车前了解自行车的性能,确保自行车的车闸、车 铃等安全有效。

2. 熟悉和遵守道路交通法规,在规定的车道内骑车, 不抢道、不占道,不闯红灯或推行、绕行闯越红灯。

3. 骑车时集中精力,不打手机、不戴耳机听音乐,骑

20

四、交通安全知识篇

车时双手不离把,不攀扶其他车辆。
4. 在下坡或转弯前能够减速慢行,伸手示意。
5. 下坡骑车要慢行。
6. 不在市区或城镇道路上骑车带人,不违反规定载物。 7. 不牵引车辆或受其他车辆牵引。
8. 按规定停放车辆。
9. 不擅自在自行车上安装电动机、发动机。
10. 能够掌握不同天气的骑车特点,做到 :“顺风不

骑快车,逆风不低头猛踏,雾天控制车速,雨天提防行 人乱窜。”

(二)自驾出行安全知识

随着生活水平的提高,越来越多的人选择自驾出行, 自驾出行最重要的是行车安全。以下是一些安全自驾出行 的方法 :

1. 自驾出行的前提是能够熟练掌握车辆正确操作技能 和驾驶常识。

2. 熟悉和遵守 道路交通法规,开 车时不分心做其他 事如打电话等。

3. 在陌生路段 行驶时注意观察交 通状况,及时掌握 当地交通特点,不 开快车。

安全骑车

21

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

4. 出行前认真检查汽车性能,保证所需性能安全有效。 5. 挂好车辆牌照,随身携带驾照。
6. 不酒后驾驶。
温馨提示 :出行时请尽量选择公共交通,我们倡导低

碳、环保的生活理念。同学们在租用自驾车出行时,应该 选择正规的租车行,签约前要全面了解车辆性能,检查相 关的证件、保险等是否齐全,为出行减少不必要的麻烦。

(三)走路也要守规矩

随着马路上车辆的增多,带来的安全隐患也不断增多, 所以行人应该做到 :

1. 行人要走人行道,没有人行道时靠路边行走。

2. 过马路要注意来往车辆,从斑马线、天桥或地下通 道通过。

3. 通过有红绿灯的路口时,做到红灯停、绿灯行。 4. 不要图一时方便而走“捷径”,乱穿马路。
5. 不要在公路上追车、强

行拦车或抛物击车。
6. 不要在车前、车后急穿

公路。
7. 不要钻越、跨越人行护

栏或道路隔离设施。
8. 不要进入高架道路、高

速公路以及其他禁止行人 进入的道路。

自驾安全

22

四、交通安全知识篇

9. 不要擅自进入交通管制区域。

温馨提示 :以上这些行人安全常识看似非常小儿科, 可交通安全事故却多数发生在这些容易被忽视的“常识盲 区”。

(四)乘车安全须知

1. 乘车应在指定地点依次候车,待车停稳后,先下 后上。

2. 不要在车行道上招呼出租车。
3. 在车行道上,不要从车辆左侧车门上下车。
4. 在机动车行驶时,不要将身体任何部位伸出车外,

更不能跳车。
5. 做到文明乘车,不要向车外吐痰、投掷物品。
6. 不要妨碍驾驶员正常操作。
7. 禁止携带易燃、易爆等危险品乘车。
8. 乘坐货运机动车时,不要站立或坐在车厢栏板上。 9. 乘坐摩托车必须头戴安全头盔,不要倒坐或侧坐。 (五)交通事故自救、互救方法 乘客在乘坐交通工具(车辆、轮船、飞机)发生险情

或事故时,头脑要保持冷静,迅速判明情况,采取适当措 施,切忌惊慌失措。

1. 交通事故中的自救

(1) 车辆遇险时应双手紧紧抓住前排座位、扶杆或把 手,低下头,利用前排座椅靠背或两手臂保护头面部 ;若 遇翻车或坠车时,应迅速蹲下身体,紧紧抓住前排座位的

23

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

椅脚,身体尽量固定在两排座位之间,随车翻转 ;车辆在 行驶中发生事故时,乘客不要盲目跳车,应在车辆停下后 再陆续撤离。

(2) 飞机发生颠簸时,应立即系好安全带,遇到紧急情 况时,还应双手用力抓住前排座椅,尽量弯下身体,低下 头,防止受伤。

(3) 现场抢救的基本顺序是先呼救,再抢救。当发生交 通事故时,应迅速向公安、交通、医疗救护中心呼救 ;同 时向就近的工矿企业、部队、机关等单位紧急求援,也可 拦截过往车辆求救 ;遇伤员被挤压、夹嵌在事故车辆内时, 不要生拉硬拖,而应用机械拉开或切开车辆,再救出伤员。 伤员救出后,应立即对其进行必要的检查和急救,再转送 医院。

2. 交通事故的现场互救

一旦发生交通事故,现场抢救应遵循如下原则 :
(1) 先人后物。先抢救人员,后抢救财物。
(2) 先重后轻。先抢救重伤员,后抢救轻伤员。
(3) 先他人后自己。驾驶员、乘务员和党员干部等要积

极组织抢救乘客。

(六)校园出行安全案例

我校位于厦门湾南岸的招商局漳州开发区,近年来随 着漳州开发区各项工程建设步伐不断加快,我校周边机动 车通行量与日俱增,校外交通秩序和交通安全的压力不断 加大,近来校园周边已发生多起交通安全事故,以下案例 为涉及我校学生的交通安全事故。

24

四、交通安全知识篇

【案例一】2015年4月26日晚21时许,在主楼群三号楼 与二号楼之间的连廊处发生一起交通事故。2012级学生张 某从主二北侧连廊骑“小绿”出来,转弯时并未提前观察 路口两边的情况,加之单手骑车,车速过快,被一辆汽车 撞倒,所幸并无生命危险。

【案例二】2015年5月23日14时,2014级学生李某从宿 舍出门往北侧消防通道走向东侧时因下雨蹲身卷裤腿,被 单手撑伞骑电动车的送餐员从身后撞倒,脚部摩擦受伤。

以上两起事故的教训也足以为我们敲响校园交通安全 的警钟。学校历来十分重视各位同学的交通安全,并且对 此做了大量的工作,包括经常性的交通安全教育、积极联 系漳州开发区交警部门改善校区周边交通环境、设立“交 通协管员”进行交通监管,种种措施的目的都是为在校学 生创造安全的交通环境,最大程度保障同学们的生命安 全。但是我们也应看到目前校区所在的漳州开发区有包括 双鱼岛在内的多处基建项目同时施工,校区经漳州港往浮 宫方向道路多处为施工路段,道路两侧有多处开口路段供 工程车辆出入。同时该路段上有多处道路改造和施工项 目,路况较差,部分路段为单行,以上各种情况导致路况 非常复杂,存在很大的交通安全隐患,交通安全形势十分 严峻!

温馨提示 :为了进一步增强安全防范意识,消除安全 隐患,杜绝各类伤亡事故的发生,使安全工作进一步落实

25

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

到位,在此我们要求各位 同学做到以下几点 :

第一,鉴于目前校区 的道路安全状况,应选 择安全的公共交通工具出 行,减少或不要在校区附 近自驾车辆。

第二,自觉遵守交通
法规,积极维护交通秩 序,做到红灯停、绿灯行。穿越公路要走斑马线,不着 急、不猛跑,一让二看三通过。

第三,坚决拒绝乘坐黑摩的。拒绝乘坐包括报废车、 无证车辆、超载车辆以及货运车、机动三轮车、农用车 在内的非客运车辆。

第四,不论在校内还是校外骑自行车时,要严格遵

上后山摘杨梅很危险

隧道同行安全

26

五、游泳安全篇

守交通法规,做到不抢行、不逆行、不带人,不要双手 离把、扶身并行或曲折竞驶等。

第五,自驾出行时要遵守交通法规,校区周围减速 行驶。

第六,避免夜间在校内外人迹稀少的道路独自出行。

五、游泳安全篇

我校地处厦门湾南岸,校园不仅靠近海滩还有许多湖 泊、水库,存在溺水等安全隐患。为保障人身安全,同学 们应了解以下知识。

(一)游泳注意事项

1. 设有“禁止游泳”或“水深危险”等警告标语的水域 处,千万不可下水嬉戏。

2. 禁止到不明地形的自然水域(河流、水塘、水坑等) 游泳、嬉水,以免发生危险。

3. 身心情况欠佳时,疲倦、饱食、饥饿、生病、情绪 不好以及酗酒后均不宜游泳。

4. 潜水技术欠佳者,不可贸然潜入深水,以免发生生 命危险。

5. 从事任何水上活动时,均应穿上救生衣。 6. 不穿着牛仔裤或长裤下水。

27

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

7. 如果看见有人溺水,要大声呼救,未熟练掌握救生 技术者,不要妄自赴救。

8. 河流常有暗流漩涡。如果不明水底状况,贸然下水 或无视偌大水域隐藏的种种危险,恣意弄潮嬉水,很可能 要付出生命的代价。

9. 游泳后注意卫生和身体放松。游泳后,应立即用 软质干毛巾擦去身上水垢,滴上氯霉素或硼酸眼药水,排 出鼻腔分泌物,如若耳部进水,可采用“同侧跳”将水排 出。之后,再做几节放松体操及肤体按摩或在日光下小憩 15~20分钟,以避免肌群僵化和疲劳。

(二)不宜游泳的情况

游泳是磨炼人的意志、锻炼身体的良好方法,但遇有 下列情况不宜游泳。

1. 忌饭前饭后游泳

空腹游泳会影响食欲和消化功能,也会在游泳中发生 头昏乏力等意外情况 ;饱腹游泳亦会影响消化功能,还会 产生胃痉挛,甚至呕吐、腹痛。

2. 忌剧烈运动后游泳

剧烈运动后马上游泳,会使心脏加重负担,体温急剧 下降,会使抵抗力减弱,引起感冒、咽喉炎等。

3. 忌月经期游泳

月经期间游泳,病菌易进入子宫、输卵管等处,引起 感染,导致月经不调、经量过多、经期延长。

4. 忌在不熟悉的水域游泳

在天然水域游泳时,切忌贸然下水,凡水域周围和水

28

五、游泳安全篇

下情况复杂的都不宜下水游泳,以免发生意外。

5. 忌长时间暴晒游泳

长时间暴晒会产生晒斑,或引起急性皮炎,亦称日光 灼伤。为防止晒斑的发生,上岸后最好用伞遮阳,或到有 树荫的地方休息,或用浴巾在身上保护皮肤,或在身体裸 露处涂防晒霜。

6. 忌不做准备活动即游泳

水温通常总比体温低,因此,下水前必须做准备活动, 否则易导致身体不适。

7. 忌游泳后马上 进食

游泳后宜休息片刻 再进食,否则会突然增 加胃肠内的负担,久之 容易引起胃肠道疾病。

8. 忌游时过久

在水中停留过久,
体温热散大于热发,皮 肤会出现鸡皮疙瘩和寒战现象。游泳持续时间一般不应超 过1.5~2小时。

9. 忌有癫痫史患者游泳

癫痫患者在发作时有一瞬间意识失控,如果在游泳中 突然诱发,就难免出现生命危险。

10. 忌高血压患者游泳

特别是顽固性的高血压,药物难于控制,游泳有诱发

热身

29

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

中风的潜在危险,应绝对避免。

11. 忌心脏病者游泳

如先天性心脏病、严重冠心病、风湿性瓣膜病、较严 重心律失常等患者,对游泳应“敬而远之”。

12. 忌患中耳炎者游泳

无论是慢性还是急性中耳炎,若水进入发炎的中耳, 都会使病情加重,甚至可能诱发颅内感染等。

13. 忌某些皮肤病者游泳

如各类型的癣、过敏性皮肤病患者,游泳不仅诱发荨 麻疹、接触性皮炎,还会加重病情。

14. 忌酒后游泳

酒后游泳体内储备的葡萄糖大量消耗会出现低血糖。 另外,酒精会抑制肝脏的正常生理功能,妨碍体内葡萄糖 转化及储备,从而发生意外。

(三)如何防溺水

为了确保游泳安全,防止溺水事故的发生,必须做到 以下几点 :

1. 不要独自一人外出游泳,更不要到水域状况不好 或比较危险常发生溺水伤亡事故的地方去游泳。选择好 的游泳场所,对场所的环境,如该水域、浴场是否卫生, 水下是否平坦,有无暗流、杂草,水域的深浅等情况要 了解清楚。

2. 必须要有组织并在老师或熟悉水性的人的带领下去 游泳,以便互相照顾。如果集体组织外出游泳,下水前后 都要清点人数,并指定救生员做安全保护。

30

五、游泳安全篇

3. 要清楚自己的身体健康状况,平时四肢容易抽筋者 不宜参加游泳或不要到深水区游泳。要做好下水前的准备, 先活动身体,如水温太低应先在浅水处用水淋洗身体待适 应水温后下水游泳,镶有义齿的同学,应在下水前将义齿 取下,以防呛水时义齿落入食管或气管。

4. 对自己要有自知之明,下水后不能逞能,不要贸然 跳水和潜泳,更不能互相打闹,以免呛水和溺水,不要在 急流和漩涡处游泳,更不要酒后游泳。

5. 在游泳中如果突然觉得身体不舒服,如眩晕、恶心、 心慌、气短等,要立即上岸休息或呼救。

6. 在游泳中,若小腿或脚部抽筋,千万不要惊慌,可 用力蹬腿或做跳跃动作,或用力按摩、拉扯抽筋部位,同 时呼叫同伴救助。

7. 在游泳中遇到溺水事故时,现场急救刻不容缓,心 肺复苏最为重要。

(四)常见溺水急救方法

溺水是常见的意外,常见急救方法有以下几方面 :

1. 将伤员抬出水面后,就立即清除其口、鼻腔内的水、 泥及污物,用纱布(手帕)裹着手指将伤员舌头拉出口外, 解开衣扣、领口,以保持呼吸道通畅,然后抬起伤员的腰 腹部,使其背朝上、头下垂进行倒水。或者抱起伤员双腿, 将其腹部放在急救者肩上,快步奔跑使积水倒出,或急救 者取半跪位,将伤员的腹部放在急救者腿上,使其头部下 垂,并用手平压背部进行倒水。

2. 呼吸停止者应立即进行人工呼吸,一般以口对口

31

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

吹为佳,急救者位于伤员一侧,托起伤员下颌,捏住伤 员鼻子,深吸一口气后,往伤员嘴里缓缓吹气,待其胸 廓稍有抬起时,放松其鼻孔,并用一手压其胸部以助呼 气,反复有节律地(每分钟吹16~20次)进行,直至恢 复呼吸为止。

3. 心跳停止应先进行胸外心脏按压。

温馨提示 :我校地处南方地区,夏季温度较高,有些 同学缺乏安全知识或安全意识淡薄可能会去校区周围的水 库、海边等地游泳,悲剧时有发生。通过调查统计,在所 有溺水事故中,因野外游泳和水边嬉戏而导致的意外事故 占了很大比例。一些自然水域周边环境复杂,很有可能成 为溺水事故的高发地段。

希望同学们不要到校区各湖泊或周边的海域、水库等 水域游泳。如果你想在炎炎夏日通过游泳来消暑和健身, 其实很简单,校区恒温游泳馆完全可以满足同学们的需求。

六、饮食安全知识篇

食物是我们生存的最基本需求,饮食是我们每天都要 进行的活动。但近年来食品卫生安全恶性事件频发,在校 园中也出现过多起食物中毒事件。同学们在日常的饮食安 全问题上要格外注意。

32

六、饮食安全知识篇

 (一)食物中毒的种类和主要特点

1. 食用本身有毒的食物

如毒草、莽草、发芽的马铃薯、木薯、苦杏仁、河豚、 毒蚌等。

2. 化学性食物中毒

化学性食物中毒,主要指一些有毒的金属、非金属及 其化合物、农药和亚硝酸盐等化学物质污染食物而引起的 食物中毒。引起化学性食物中毒的原因,主要是误食有毒 化学物质,或食入被化学物质污染的食物所致。化学性食 物中毒的特征主要有以下几方面 :

(1) 发病快。潜伏期较短,多在数分钟至数小时,少数 也有超过一天的。

(2) 中毒程度严重,病程比细菌性毒素中毒长,发病率 和死亡率较高。

(3) 季节性和地区性均不明显,中毒食品无特异性, 多为误食或食入被化学物质污染的食品而引起,其偶然性 较大。

3. 细菌性食物中毒

细菌性食物中毒,是人们吃了含有大量活的细菌或细 菌毒素的食物而引起的食物中毒,是食物中毒中最常见的 一类。

这类食物中毒的特征主要有以下几方面 :

(1) 通常有明显的季节性,多发生于气温炎热的季节, 一般以5—10月份最多。一方面,由于较高的气温为细菌 繁殖创造了有利条件,另一方面,这一时期内人体防御

33

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

能力有所降低,易感性增高,因而常发生细菌性食物中 毒。

(2) 引起细菌性食物中毒的食品,主要是动物性食品, 如肉、鱼、奶和蛋类等 ;少数是植物性食品,如剩饭、糯 米凉糕、面类发酵食品等。

(3) 抵抗力降低的人,易发生细菌性食物中毒,发病率 较高,急性胃肠炎症较严重,但此类食物中毒病死率较低, 愈后良好。

 (二)食物中毒的常见症状与救护

1. 食物中毒常见症状

食物中毒多发生在气温较高的夏秋季,可见个别发病 也可见集体中毒(如发生在食堂及宴会上)。食物中毒者 最常见的症状是剧烈的呕吐、腹泻,同时伴有中上腹部疼 痛。食物中毒者常会因上吐下泻而出现脱水症状,如口干、 眼窝下陷、皮肤弹性消失、肢体冰凉、脉搏细弱、血压降 低等,最后可致休克。

2. 食物中毒的救护

(1) 必须给患者补充水分,有条件的可输入生理盐水。

(2) 症状轻者让其卧床休息。如果仅有胃部不适,多饮 温开水或稀释的盐水,然后手伸进咽部催吐。

(3) 若发觉中毒者有休克症状(如手足发凉、面色发青、 血压下降等),应立即使患者平卧,双下肢尽量抬高并速 请医生进行治疗。

(4) 若确定是误食本身有毒的食物,如河豚、毒蘑菇等

34

六、饮食安全知识篇

造成的食物中毒,尽早催吐效果较好,并急送医院抢救。 (5) 如果是集体中毒,救护工作要有条理。还应迅速通 知卫生检疫部门检疫。最好能保留吃剩下的食物,以利于

诊断、治疗或检疫。

【案例】2014级学生钟某在校区外吃了烧烤等小摊食 品后身体发生不良反应,出现腹泻、呕吐、发热等症状, 晚上被同学发现后送医院救治,医生诊断为因食用不卫生 食品引发肠胃炎,经救治后身体恢复。

温馨提示 :我校食堂菜品花色丰富,基本满足大家的 需求,且学校食堂有专人进行监督和管理,能够做到严格 控制、科学添加、使用规范,所以同学们应尽量选择在学 校的食堂用餐。

若大家发现有安
全隐患和食品安
全问题,可及时
反映,学校会及
时处理。相比较
而言,校区外的
食品则缺乏卫生
保障,尤其是
路边小摊和烧 烤等更是容易出问题。同学们在校外享受美食的时候,食 品卫生问题不能忽视,应选择新鲜、卫生的食品,不到没 有卫生许可证的小摊贩处购买食物。

注意饮食卫生

35

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上 附录 常用联系方式

学校总值班 : 6288000 校区保卫部 : 6288111 校区医务室 : 6288120 开发区医院 : 6895120 24小时物业维修 : 6288115/6288116

校园网维修中心 : 6288305
校区宾馆 : 6282801
报警电话 : 6895110 漳州港轮渡码头(滚装船): 6851050 厦门同益码头 : 0592-6018114 厦门旅游客运码头 : 0592-2985551 学校财务部(学费缴纳): 6288245

勤业1—2:6288378 勤业3—4:6288383 勤业5—7:6288408 博学1—3:6288316 映雪1—3:6288345 囊萤1—3:6288327 笃行1—2:6288339 芙蓉1—3:6288432 芙蓉4—5:6288433 丰庭1—2:6288081 丰庭3—5:6288082

丰庭6—9:6288083 丰庭10—12:6288762 凌云1:6288424 凌云2:6288430 凌云3:6288431 南安1—3:6288351 南安4—7:6288349 南光1—4:6288437 南光5—7:6288435 南光8—10:6288036 南光11—13:6288035

各园区值班室电话

校园卡中心 : 6288363 校区宾馆餐厅 : 6288264 漳州港码头 : 6856006

36

后记

后记

编创《我的大学——嘉庚学子成长手册》的想法由 来已久。“以学生为中心”是学校的核心办学理念,学 校坚持运用这一理念指导办学实践,推行“服务与管理” 并重的学生工作模式,全力营造因材施教、因势利导、 尊重个性、激发潜能的教育环境。2010 年春,在嘉庚学 院进入第七个发展年头之际,这一发展理念让我们工作 在学生第一线的思想政治工作者开始对学生培养的问题 进行深入的思考:怎样才能让学生从新生入学就调整好 心态,进入大学角色,丰满而充实地度过大学的每一天? 怎样才能引导每一位受教育的学生,让他们得到全面发 展?于是便有了编创《我的大学——嘉庚学子成长手册》 的想法。

一群年轻热情的工作狂,一群和学生共同成长的“80 后”,一群非专业的稚嫩写手,就这样在业余时间开始 思考,开始摸索着写作。《我的大学——嘉庚学子成长 手册》承载了我们追忆中的大学逝水流年“遗失的美好”, 寄托了我们恨不得跟唐僧一样掏心掏肺地和新生们碎碎 念,“劝君莫惜金缕衣,劝君惜取少年时”。写作中遇 到了重重的困难,但大家倔强地坚持着,从未退缩,因 为在我们眼中,《我的大学——嘉庚学子成长手册》早 已不是简单的文稿、图片,而是一个个鲜活感人的教育

37

我的大学— 嘉庚学子成长手册·安全至上

故事,故事的主人公有思政教育同行、老师、学生,也 有我们热情的家长。

《我的大学——嘉庚学子成长手册》历时一年的编 撰,在 2011 年 9 月首次印刷发行,发放至新生和家长手 中,同时也作为内部交流资料寄送给兄弟院校,均收到 不错的反馈,让我们全体编创人员倍感欣慰。手册的问 世,凝聚了各级领导和所有编创人员的辛勤汗水,也得 到了学生和家长的广泛支持。厦门大学嘉庚学院王瑞芳 院长,对手册的编创给予最大程度的支持,厦门大学嘉 庚学院党委张必华副书记亲自对手册编创工作进行指导。

2012 年至 2014 年,我们坚持不懈地修改完善,手 册由清华大学出版社三次正式出版刊印,分发给 2012 级、 2013 级、2014 级的新生及家长,反响良好。欣喜之余, 我们内心又不免忐忑,“书被催成墨未浓”,社会变化 和发展日新月异,高校学生的学习和成长也会不断出现 新情况和新问题,这就要求我们在今后要不断进行修订 和完善,以不负学生和家长期许。2015 年学工部姚祖婵 部长组织编创人员对《成长手册》进行全新的修订,增 加了新的分册,也删掉了部分不合时宜的内容,具体修 订工作的分工如下:

《大学之道》——郑育琛、李三伟; 《安全至上》——刘丰(保卫部)、李耿达、李超; 《规划我的未来》——赵文圳、付胜勇、郭艺伟; 《我的兴趣我做主》——刘丰(学工部)、王协; 《获奖秘籍》——张媚、刘丰(学工部);

38

后记

《红色警戒线》——刘丰(保卫部)、李耿达、李超; 《读书之乐》——崔宗雷; 《给心灵洗洗澡》——黄琨、郑文钰; 《医保全攻略》——刘国跃、王虹。 王协和李三伟对各分册进行了润色和统合。感谢心

理健康服务中心,为《给心灵洗洗澡》编撰工作付出的 辛劳;感谢教务部,对《读书之乐》推荐书目的收集和 整编;感谢保卫部,对《红色警戒线》分册的修改指正; 感谢实习与就业服务中心,对《规划我的未来》分册的 分享和交流;感谢学校传媒中心,为我们提供了大量的 图片支持;感谢艺术设计系的陈雅芬、辛潇潇、苏鑫、 鲁杰、张苹、陈丽敏、傅稼木、谢炳强、杨诗莹等同学, 为手册设计了精美生动的插图;姚福清、甘友成、林艺 华等师生亦对手册编创工作做出了贡献。最后特别感谢 厦门大学出版社对出版《我的大学——嘉庚学子成长手 册》给予的大力支持。

本次修订由于时间仓促,“墨池未尽书已成”,编 者水平有限,难免错漏,还请各位读者不吝赐教。《我 的大学——嘉庚学子成长手册》当树立“止于至善”的 奋斗目标,在大家的建言献策中,将一路“自强不息” 地成长!