**关于寒假疫情防控工作致学生家长一封信**

尊敬的家长朋友们:

你们好!

新冠肺炎疫情流行加速，我国本土疫情呈零星散发和局部聚集性疫情交织叠加态势，防控形势严峻复杂。春节期间，境外回国人员增多，境内人员流动性大，聚集性活动特别是室内活动多，进口冷链食品和货物物流增大，将加大疫情传播风险。为科学防范疫情，确保广大师生及家长的身体健康和生命安全，特向广大学生及家长提出疫情防控几点建议，帮助大家度过一个安全、健康、祥和、愉快的寒假。

**1.强化假期外出管理。**寒假期间要减少不必要的出行，坚决不出境，非必要不离省。如确有需要外出的学生，需严格落实逐级审批报告制度，提前向班主任申报行程，主动配合当地疾控中心防控指挥要求。如从中高风险地区返清，必须按县防控指挥部要求采取隔离措施。鼓励广大家长学生留清过年，不前往疫情中高风险地区。春节期间，减少聚餐人数、减少走亲访友、缩短聚会聚餐时间，提倡网络拜年。

**2.做好学生健康监测。**寒假期间家长要关注孩子的健康状况，若出现发热、咳嗽、呕吐、腹泻等症状，及时到定点医疗机构就诊，就诊途中全程佩戴口罩，尽量避免乘坐公共交通工具。开学前14天学生实施自我健康监测，家长为孩子每天测量体温，并如实填写健康监测台帐。寒假期间学生如若出现异常情况要及时向班主任报告，不带病上课，不隐瞒、谎报病情。

**3.增强个人防护意识。**养成良好的卫生习惯和生活方式，外出戴口罩、勤洗手、常通风、一米线、少聚集、公筷制、分餐制，咳嗽打喷嚏时注意遮挡等卫生习惯和健康的生活方式。家长要注意多病共防，时刻关注孩子的健康状况，防范流感、诺如病毒、肺结核、水痘等冬季常见传染病的发生。

**4.注意饮食卫生安全。**购买海产品、禽畜等冷链食品时一定到正规商家，尽量避免用手直接接触。处理生熟食品的菜板、菜刀及容器要分开，避免交叉污染。食物烧熟煮透，确保食品安全。家长要培养孩子养成健康的饮食习惯，不去路边摊等缺乏卫生条件的地方就餐、不吃三无食品。在外就餐时,注意做好防护,减少就餐时间,使用公勺公筷。家庭私人聚会聚餐等应控制在10人以下，有流感等症状尽量不参加。尽量不前往人员聚集场所尤其是密闭场所。

**5.提升学生体质健康。**家长要教育和引导孩子合理安排假期作息时间，加强体育锻炼，坚持户外活动，增强学生体质。要合理膳食，均衡营养。保证睡眠充足，合理营养，生活有规律，注意保暖，适度体育锻炼。控制使用手机、平板等电子产品使用的时间。

**6.关注学生心理健康。**疫情期间因外出机会减少，家长要多关注孩子的心理健康，倡导家长陪同孩子一起读书交流，指导孩子做力所能及的家务劳动，安排好家庭亲子活动，让孩子始终保持积极向上的良好心态。

**7.关注疫情信息。**及时了解国内外疫情相关信息，正确认识国内外疫情发展态势，学习权威科普疫情防控知识，提高自我防护意识和能力，减少感染病毒风险，做到不懈怠、不信谣、不传谣，消除恐慌，争做卫生健康文明的传播者。

**8.做好假期计划。**请家长和同学们密切关注班级钉钉群和微信群，及时了解放假、开学等最新安排。寒假期间，请家长指导帮助学生合理制定学习、生活计划。家长在督促学生完成学校规定的寒假作业外，应引导学生参加力所能及的家务劳动，教会孩子一些基本的生活劳动技能及方法，培养他们形成尊重劳动、热爱劳动的良好习惯。积极参加有益于身心健康的音体美活动，过一个丰富的寒假。

同学们，家长们:健康的春节才是幸福的春节，安全的假期才是快乐的假期。保护好自己，就是对家人、对社会负责。大家携起手来，怀着必胜的信心，万众一心，群防群控，共同努力，落实好疫情防控常态化各项措施，冬去春来，我们依然相约在来年春天的校园里!

 清流一中

2021年2月4日