

中华传统美德

中华传统美德
崇高精神



信是儒家实现仁这个道德原则的重要条件之一，又是其道德修养的内容之一。孔子及其弟子提出信，是要求人们按照礼的规定互守信。君子有大道，必忠信以得之，骄泰以失之。儒家把信作为立国、治国的根本。信作为儒家的伦理范畴，意为诚实，讲信用，不虚伪。

中华传统美德
崇高精神



孝是中华传统文化提倡的行为，孝就是子女对父母的一种善行和美德，是家庭中晚辈在处理与长辈的关系时应该具有的道德品质，是一种稳定伦常关系的表现。身体发肤，受之父母，不敢毁伤，孝之始也；立身行道，扬名於后世，以显父母，孝之终也。夫孝，始於事亲，中於事君，终於立身。

中华传统美德

中华传统美德
崇高精神



礼节五礼指吉、凶、军、宾、嘉。忠信，礼之本也；义理，礼之文也。无本不立，无文不行。礼是一个人为人处事的根本。也是为人的一个标准。礼制，指全社会的等级制度和伦理秩序。礼仪，指具体的礼节仪式。礼貌，指个人在待人接物时所表现出来的道德修养。



中华传统美德
崇高精神



智指的是辨是非、明善恶和知己识人，即智谋之力。智作为中华传统美德的基本要素之一，很早就出现在文字记载里。具有普遍意义的新的道德概念和价值取向，一度成为对人们思想道德和文明素质最基本的要求之一。



中华传统美德

中华传统美德
崇高精神

仁

中国



仁代表天、人、地三才。仁字从二不从三，即要化掉人心，只怀天地心，以天性善良、地德忠厚的心来为人处事，即有博爱心、包容心，自会产生仁爱之心。这是个人自我提升之道。夫仁者，己欲立而立人，己欲达而达人，己所不欲，勿施于人。

中华传统美德
崇高精神

义

中国



义是中国华夏一种含义极广的道德范畴。义谓天下合宜之理，道谓天下通行之路。本指公正、合理而应当做的。孔子讲杀身以成仁。《论语·卫灵公》，孟子讲舍生而取义。孔子的侧重点在仁，孟子则将仁与义广泛地联系起来，共同成为道德行为的最高准则。



国家电网
STATE GRID

全民国家安全教育日灯箱片汇编

STATE GRID
CORPORATION OF CHINA

安全月系列活动——预防艾滋

什么叫艾滋病?

艾滋病是一种由艾滋病病毒(HIV)侵入人体后破坏人体免疫功能,使人体发生多种不可治愈的感染和肿瘤,最终导致感染者死亡的严重传染病。艾滋病全称为“获得性免疫缺陷综合征”(Acquired Immune Deficiency Syndrome, 英文缩写“AIDS”)



艾滋病的临床表现

HIV感染后,是开始的数年或10余年可无任何临床表现。一旦发展为艾滋病,病人就可以出现各种临床表现。一般初期的症状如同普通感冒、流感样。可有全身疲乏无力、食欲减退、发热等。随着病情的加重,症状日渐增多,如皮疹、黏膜出现白念珠菌感染、出现单纯疱疹、带状疱疹、紫斑、血瘤、贫血斑等;以后渐渐侵犯内脏器官,出现原因不明的持续性发热,可长达3~4个月;还可出现咳嗽、气促、呼吸困难、持续性腹泻、便血、肝脾肿大、并发恶性肿瘤等。临床症状复杂多变,但每个患者并非上述所有症状全部出现。侵犯肺部时常出现呼吸困难、胸痛、咳嗽等;侵犯肾脏可引起持续性腰痛、腹痛、消瘦无力等;还可侵犯神经系统和心血管系统。

一般症状

持续发热、盗汗、乏力、淋巴结肿大

呼吸道症状

长期咳嗽、胸痛、呼吸困难、产热、盗汗等

消化道症状

长期腹泻、便血、肝脾肿大、恶性肿瘤等

感染艾滋病的三大途径

艾滋病病毒主要存在于艾滋病病毒感染者和病人的血液、精液、阴道分泌物、乳汁和伤口渗出液中。艾滋病主要有性、血液、母婴三条传播途径。凡感染艾滋病病毒感染的人都具有传染性。

性 艾滋病病毒可以通过性交,在男、女之间和男性之间传播。性传播越多,感染的危险越大。

母婴 感染了艾滋病病毒的妇女在怀孕、分娩和哺乳时,会把病毒传给胎儿。

血液 共用注射器吸毒、输入被艾滋病病毒污染的血和血液制品、使用未经严格消毒的针头、注射器、拔牙、美容等侵入人体的器械等可能感染艾滋病。

预防艾滋病的国策

农民和城镇经济困难人员中的艾滋病病人可得到免费的抗病毒治疗药物;
所有自愿接受艾滋病咨询检测的人员可得到免费的咨询和抗体检测检测服务;
对艾滋病患者的孤儿实行免费上学;
对感染艾滋病的妇女提供免费母婴阻断药物和婴儿检测试剂;
对生活困难的艾滋病患者给予必要的生活救济,积极扶持有生产能力的患者参加生产活动。

如何预防艾滋病

- (一) 洁身自爱、遵守性道德是预防经性接触感染艾滋病和性病的根本措施;
- (二) 正确使用质量合格的安全套(避孕套),及早治疗并治愈性病可大大减少感染和传播艾滋病、性病的危险;
- (三) 共用注射器静脉吸毒是感染和传播艾滋病的高危行为,要拒绝毒品,珍爱生命;
- (四) 避免不必要的注射、输血和使用血液制品,必要时使用经艾滋病病毒抗体检测合格的血液或血液制品,并使用一次性注射器或经过严格消毒的器具。

HIV感染者要经过数年,甚至长达10年或更长的潜伏期后才会发展成艾滋病病人。因机体抵抗力极度下降会出现多种感染,如带状疱疹、口腔霉菌感染、肺结核,特殊病原微生物引起的肺炎、肺炎、脑炎、念珠菌、肺孢子菌等多种病原体引起的严重感染等,后期常发生恶性肿瘤,并发生长期消耗,以至全身衰竭死亡。



安全月系列活动——安全用电

一般用电常识

1. 学习并严格遵守规章制度。
2. 不得擅自移动或破坏安全用电警示标志、围栏等安全设施。
3. 非电工人员不得修理、拆装电气设备。
4. 电线上不能晾衣物，晾衣物的铁丝也不能靠近电线。
5. 不要用湿手接触带电设备，不要用湿布擦抹带电设备。
6. 定期检查电气设备和导线。
7. 不要私拉乱接电线，对金属外壳的电器都要采用接地保护。
8. 要在总闸前安装漏电保护器。
9. 发生电气火灾时，必须先断电，后灭火！



防止触电十戒

一戒将电气设备电源线直接插入插座内；二戒拔插头时拉扯连接插头的软线；三戒用湿手触摸开关和电器外壳；四戒走近断落在地上的电线；五戒易燃易爆场所的电气设备未做到整体防爆；六戒带负荷断电；七戒使用过期或未检验的绝缘工具；八戒用手或金属物直接去拉触电者；九戒在锅炉、金属容器内或特别潮湿的场所，使用超过 12 伏的电压；十戒超负荷用电。

触电急救



①判断意识：判断触电者有无知觉，无呼吸，但心脏有跳动时，应立即采用人工呼吸的方法急救。

②呼救求援：发现有人触电应迅速切断电源，立即采用相应措施，送往医院。在送往医院的途中，触电者若呼吸心脏都停止，要用人工呼吸和心脏挤压法同时进行。

③放置仰卧位：伤员仰卧平地上，张口困难吹鼻孔，揭开领口松衣裳，五秒一次吹正常。

④打开气道路：操作者要胖侧卧，一手抬高触电者下颌，使其口张开。

⑤判断呼吸：触摸颈动脉，观察有无咳嗽和其他运动，用 5-10 秒判断有无心跳。

⑥人工吹两口气：对成人是吹气 2S 停 3S 5S 一次。成年人每分钟 12-16 次，对儿童是每分钟吹气 18-24 次。触电者嘴不能掰开时，可进行口对鼻吹气，但要用一只手封住嘴以免漏气。

⑦急救者的双掌掌根置于触电者胸骨下 1/3 处，按压时，急救者双肩应在胸骨上方，垂直向下压，按压与放松时间应相等。每分钟按压频率为 60-70 次，胸骨下陷 3-4 厘米。

安全月系列活动——地震自救

地震口诀

平房避震有讲究，是跑是留两可求，
因地制宜做决断，错过时机诸事休。
强震颠簸站立难，就近躲避最明见，
床下桌下小开间，伏而待定保安全。
震时火灾易发生，伏在地上要镇静，
沾湿毛巾口鼻捂，弯腰匍匐逆风行。
震时火灾易发生，伏在地上要镇静，
沾湿毛巾口鼻捂，弯腰匍匐逆风行。
震时开车太可怕，感觉有震快停下，
赶紧就地来躲避，千万别在高桥下。
震后别急往家跑，余震发生不可少，
万一赶上强余震，加重伤害受不了。

发生破坏性地震应急行动

- ★住平房的居民遇到级别较大地震时，如室外空旷，应迅速跑到屋外躲避。尽量避开高大建筑物、立交桥，远离高压线及化学、煤气等工厂或设施；来不及跑时可躲在桌下、床下及坚固的家具旁，并用毛巾或衣物捂住口鼻防尘、防烟。
- ★住在楼房的居民，应选择厨房、卫生间等开间小的空间避震；也可以躲在内墙根、墙角、坚固的家具旁等容易形成三角空间的地方；要远离外墙、门窗和阳台；不要使用电梯，更不能跳楼。尽快关闭电源、火源。
- ★正在海边游玩时，应迅速远离海边，以防地震引起海啸。
- ★正在教室上课、工作场所工作、公共场所活动时，应迅速包头、闭眼，在讲台、课桌、工作台和办公家具下边等地方躲避。
- ★正在野外活动时，应尽量避开山脚、陡崖，以防滚石和滑坡；如遇山崩，要向远离滚石前进方向的两侧方向跑。
- ★驾车行驶时，应迅速躲开立交桥、陡崖、电线杆等，并尽快选择空旷处立即停车。
- ★身体遭到地震伤害时，应设法清除压在身上的物体，尽可能用湿毛巾等捂住口鼻防尘、防烟；用石块或铁器等敲击物体与外界联系，不要大声呼救，注意保存体力；设法用砖石等支撑上方不稳的重物，保护自己的生存空间。



安全月系列活动——电信诈骗

什么是电信诈骗？

电信诈骗是指通过电话、网络和短信方式，编造虚假信息，设置骗局，对受害人实施远程、非接触式诈骗，诱使受害人打款或转账的犯罪行为。通常冒充他人及仿冒各种合法外衣和形式或伪造形式以达到欺骗的目的，如冒充公检法，冒充商家公司厂家，国家机关工作人员，银行工作人员，各类机构工作人员，伪造和冒充招工，刷单，贷款，手机定位，招嫖等各种形式进行诈骗。



电信诈骗的特点：

- ☆ 犯罪活动的蔓延性比较大，发展很迅速。
- ☆ 信息诈骗手段翻新速度很快。
- ☆ 团伙作案，反侦查能力非常强。
- ☆ 跨国跨境犯罪比较突出。

电信诈骗的共同规律

公安机关破获的无数诈骗案件有一个共同的规律，诈骗犯说出一朵花来，无论花言巧语，无论手法如何翻新，最后都会落到一个点上，就是犯罪分子都要受害人的银行卡、密码和账号，无论骗术是什么最后都会落到这一点上，因为他就是要钱嘛。所以在此我也要提醒广大网友、广大群众，在日常工作生活中，千万不要轻信那种来历不明的电话、短信，千万不要轻易透露自己的身份和银行卡的信息，如果你有疑问的话，你要及时打电话给公安机关，哪怕向你的亲友、记者以及比较有见识的人询问一下、了解一下、核实一下。



电信诈骗的主要手段

- ☆ 冒充社保、医保、银行、电信等工作人员。
- ☆ 冒充公检法、邮政工作人员。
- ☆ 以销售廉价飞机票、火车票及违禁物品为诱饵进行诈骗。
- ☆ 冒充熟人进行诈骗。
- ☆ 利用中大奖进行诈骗。
- ☆ 利用无抵押贷款进行诈骗。
- ☆ 利用虚假广告信息进行诈骗。
- ☆ 利用高薪招聘进行诈骗。
- ☆ 虚构汽车、房屋、教育退税进行诈骗。
- ☆ 利用银行卡消费进行诈骗。
- ☆ 冒充黑社会敲诈实施诈骗。
- ☆ 虚构绑架、出车祸诈骗。
- ☆ 利用汇款信息进行诈骗。
- ☆ 利用虚假彩票信息进行诈骗。
- ☆ 利用虚假股票信息进行诈骗。
- ☆ QQ聊天冒充好友借款诈骗。
- ☆ 虚构重金求子、婚介等诈骗。
- ☆ 神医迷信诈骗。



如何防范电信诈骗

根据公安部有关发布信息，防范电信诈骗，社会公众应注意提高防范意识，做到不轻信来历不明的电话和信息。要及时挂掉电话，不回复短信，不给诈骗分子进一步布设圈套的机会。筑牢自己的心理防线，无论什么情况，都不向对方透露自己及家人的身份信息、存款、银行卡等情况。要学习了解银行卡常识，保证自己银行卡内资金安全，绝不向陌生人汇款、转账。万一上当受骗或听到亲戚朋友被骗，请立即向公安机关报案，可直接拨打110，并提供骗子的账号和联系电话等详细情况，以便公安机关开展侦查破案，挽回损失。

遇到电信诈骗怎么办

遇到电信诈骗后，应该立即采用如下方式解决：

- 第一，收集被诈骗的证据，然后去当地公安局报警处理。
- 第二，协助公安局去银行冻结对方银行卡，防止对方转移该笔财产。
- 第三，如果公安不予立案的话，可以直接去法院申请诉财产保全，冻结该银行卡开内容的存款，然后提起民事诉讼，要求返还。



安全月系列活动——防火防盗

寝室失火逃生小技巧



1、若宿舍内着火，应及时报告宿舍值班员，值班员应迅速报警，并按照疏散预案组织学生干部开展人员疏散，打开所有安全出口，保证疏散通道畅通。迅速利用水、灭火器，先扑蔓延火，把火势阻止在一定区域内，然后组织力量彻底消灭。

2、若发现火势已突破着火房间，在楼道内蔓延，应向地面、墙面泼水控制火势蔓延，争取人员疏散时间。

3、电气类火灾，要用干粉灭火器扑救，切忌使用水或泡沫灭火器灭火。

4、人员疏散时，疏散组应维持好疏散秩序，防止拥挤踩踏。在疏散过程中，要注意用毛巾、手帕、餐巾、床单布等捂住口、鼻，有组织的向安全出口疏散。当有人捆烟火区时，救助人员应在搞好个人防护的同时，对被捆人员用浸过水的毛巾、床单等捂住口、鼻。用背、抱、抬方法救出或先营救到窗口、阳台等处，以待救援。

5、学生一旦发现着火，应立即报告值班人员或向邻近宿舍人员告急。走出房间后必须紧闭房门，以防火势蔓延。听到发生火灾和紧急疏散的指示时，要冷静、迅速的按照疏散预案疏散。脱离危险后，严禁“重返”切勿为财物失掉脱险的时机。



6、在烟雾中逃生时，要用湿毛巾捂严口、鼻，身体呈弯腰状向出口逃奔。如果被烟火包围，应迅速关闭房门，用水浸湿毛巾、床单等物堵塞门缝，防止烟火进入，以待救援。待援时，要在窗口晃动手电筒或衣物并发出求救信号，以便消防人员及时救助。

防盗小技巧



防盗顺口溜

入室盗窃让人恼，罪犯得逞人受扰；防范措施要多搞，几点建议请记好：单元门窗要关牢，睡前检查莫草草；家中现金要放少，贵重物品别好找；防盗门窗能防蚊，一盏明灯开到晓；异常动静醒得了，加意保护小和老；发现罪犯让他跑，报警电话打得早；抓人也要使技巧，第一要务把命保；邻里互助要做好，看到生人用眼扫；他要自称找老赵，咱就提问把他考；可疑人员别放掉，势单力薄把人招；齐心协力把劲铆，共创和谐事不小。

预防扒窃

1. 合理背、挎包：包要背、挎在胸前及侧身前，不要背、挎在背后及侧身后。
2. 合理放钱、物：钱及贵重物品要放内口袋，不要放外口袋；要放上衣袋，不要放下口袋。
3. 拥挤时要提高警惕：在车站、码头等人群拥挤的场合要提高警惕，手贴紧身上的钱和贵重物品并观察身边的可疑人员。



安全月系列活动——交通安全

交通安全常识

指挥灯信号绿灯亮时,准许行人通行;黄灯亮时,不准行人通行,但已进入人行道的行人,可以继续通行;红灯亮时,不准行人、行走、步行外出时要注意行走在人行道内,在没有人行道的地方要靠路边行走。横过马路时须走过街天桥或地下通道,没有天桥和地下通道的路要仔细观看两侧,小心行走。



交通安全小儿歌

走路要走人行道,过路要走横行道,
红灯停,绿灯行,来往车辆仔细瞧,
车行道上不玩耍,人行护栏不跨越,
上下车辆不争抢,乘车文明要做到,
身体不向窗外探,上车扶手抓抓牢,
身背书包不闲逛,轻易别理陌生人,
流浪小狗有疾病,不要和它来玩耍。

过马路注意事项

1. 不准在车辆监控时或车辆停着的车后突然横穿马路,也不要走在路中突然回头走。这些会导致驾驶员措手不及,判断失误,导致交通事故。
2. 行人须在人行道内行走,没有人行道时靠路边(距路边缘线1米处以内)行走,并注意前后车辆。
3. 横过车行道,必须走人行横道。没有人行横道的,须事先看清左右来往车辆,待车辆驶过后直行通过,不要追逐、猛跑。
4. 晴天过公路,如有灰尘应回避一下,但不要盲目抬上风;雨雪天气,打伞、穿雨衣不要遮挡视线,停止与车辆碰撞。

六要、六不要

- | | |
|-------------------------|-------------------------------------|
| 1. 乘坐车要系好安全带。 | 1. 不无证驾驶摩托车、汽车。 |
| 2. 乘坐摩托车、电动车要戴好安全头盔。 | 2. 不驾驶超标电动车。 |
| 3. 横穿道路要走斑马线。 | 3. 不驾驶自行车、电动车载人。 |
| 4. 走路要走人行道。 | 4. 不在机动车道内停车。 |
| 5. 骑车要走非机动车道内。 | 5. 不乘坐超员车辆。 |
| 6. 自觉做到红灯停、绿灯行、黄灯亮时不抢行。 | 6. 不乘坐低速货车、三轮摩托、拖拉机,以及报废的、有安全隐患的车辆。 |

保护自己从“头”开始

“一盔一带”是指安全带和安全头盔,那么你知道骑电动车也应该戴安全头盔吗?

电动自行车已经走进千家万户成为大家出行的方便之选,而戴上安全头盔是为了更多人可以平安回家。

3月17日下午《太原市电动自行车管理条例(修正案)(草案)》立法听证会在太原市公安局交通警察支队举行。

在佩戴安全头盔方面:鼓励电动自行车驾驶人佩戴安全头盔”的规定,修改为:“电动自行车驾乘人员应当佩戴安全头盔;鼓励电动自行车驾驶人采取加装定位装置或其他安全措施保护人身和财产安全。”同时增加“驾乘人员未按规定佩戴安全头盔的,由公安机关交通管理部门处二十元罚款”的规定。



安全月系列活动——预防溺水

溺水后的正确施救方法



1. 迅速救上岸：最好从背部将落水者头部托起，或从上面拉起其胸部，使其面部露出水面，然后将其拖上岸。

2. 清除口鼻堵塞物：让溺水者头朝下，撬开其牙齿，用手指清除口腔和鼻腔内杂物。

3. 倒出呼吸道内积水：救人者半跪，顶住溺水者的腹部，让溺水者头朝下拍背。

4. 人工呼吸：对呼吸及心跳微弱或心跳刚刚停止的溺水者，迅速进行人工呼吸，同时做胸外心脏按压。

5. 吸氧：现场有医疗条件，可对溺水者注射强心药物及吸氧。条件不足的用手或针刺溺水者的人中等穴位。

6. 脱下外套：如果溺水者身上穿着外套，要尽早脱下，湿漉漉的外套会带走身体热能，产生低温伤害。

牢记“七个不”原则

- 1— 不私自下水游泳
- 2— 不擅自与他人结伴下水游泳
- 3— 不在无家长监护的情况下下水游泳
- 4— 不到无设施和救援人员水域游泳
- 5— 不到不熟悉水情的水域游泳
- 6— 不到河边嬉戏玩耍
- 7— 不盲目、擅自下水施救



牢记防溺水措施“六不准”

- 1、不准私自下水游泳；
- 2、不准擅自与他人结伴游泳；
- 3、不准在无家长或老师带队的情况下游泳；
- 4、不准到不熟悉的水域游泳；
- 5、不准到无安全设施、救护人员的水域游泳；
- 6、不准不会水性的学生擅自下水施救。

外面
水库

池塘
水坝

深水
潭处

积水
坑处

安全月系列活动——食品安全

食品安全“四个最严”

最严谨的标准。
最严格的监管。
最严厉的处罚。
最严肃的问责。



食品安全十二条守则

1. 尽量选择正规的商店、超市和管理规范的农贸市场去购买食品。
2. 尽量选择有品牌、有信誉、取得相关认证的食品企业的产品。
3. 不买腐败霉烂变质或过保质期的食品，慎重购买接近保质期的食品。
4. 不买比正常价格过于便宜的食品，以防上当受骗。
5. 不买不吃有毒有害的食品；如河豚鱼、毒蘑菇、果子狸等。
6. 不买来历不明的死物。
7. 不买畸形的和与正常食品有明显色彩差异的鱼、蛋、瓜、果、禽、畜等。
8. 不买来源可疑的反季节的水果蔬菜等。
9. 不宜多吃国家卫生部提醒的以下10种食物：松花蛋、臭豆腐、味精、方便面、葵花籽、菠菜、猪肝、烤牛羊肉、腌菜、油条。
10. 购买时查看食品的包装、标签和认证标志，看有无注册和条形码，查看生产日期和保质期。对怀疑有问题的食品，宁可不买不吃。购买后要开发票。
11. 买回的食品应按要求进行严格的清洗、制作和保存。
12. 厨房以及厨房内的设施、用具要按要求进行清洁管理。

选购绿色食品，要注意“五看”

一看标识 二看标志 三看颜色 四看防伪 五看包装

选购食品“八要”“八不要”

食品安全“八要”

- ◆尽量到正规的证照齐全、超市和规范的农贸市场去购买食品；
- ◆要尽量选择有品牌、有信誉、取得相关认证的食品企业的产品；
- ◆购买食品时要查看食品的包装、标签和认证标志，看有无注册和条形码，查看生产日期和保质期。对怀疑有问题的食品宁可不买、不吃。购买后要索要发票；
- ◆直接食用的瓜果应用洁净的水彻底清洗并尽可能去皮；
- ◆进食前或便后应将双手洗净；
- ◆在进食过程中如发现感官性状异常，应立即停止进食；
- ◆厨房及餐具要及时消毒，保持清洁；
- ◆进食后出现不适，要及时去医院就诊并向有关部门举报。

食品安全“八不要”

- ◆不买无厂名厂址和保质期等标识不全的定型食品；
- ◆不买比正常价格过于便宜的食品，以防上当受骗；
- ◆不买、不吃有毒、有害食品，如河豚鱼等；
- ◆不买来历不明的已死亡的畜禽产品及水产品；
- ◆不买畸形的和与正常食品有明显色彩差异的鱼、蛋、禽、畜等；
- ◆不光顾无证无照的流动摊点和卫生条件不佳的饮食店；
- ◆不食用在室温条件下放置超过2小时的熟食和剩菜食品；
- ◆不饮用不洁净的水或者未煮沸的自来水。

如何判断伪劣食品？

伪劣食品犹如过街老鼠，人人喊打。但人们在日常购物时却难以识别。防范“七字法”：即防“地、白、长、反、小、低、散”。

一防“地”对颜色过于艳丽的食品要提防，要考虑到是不是在添加剂色素上有问题。

二防“白”凡是食品，呈现不正常不自然的白色，十有八九会有漂白剂面粉处理剂等化学品的危害。

三防“长”尽量少吃保质期过长的食品。

四防“反”就是反自然生长的食物，如果食用过多可能会对身体产生影响。

五防“小”要提防小作坊式加工企业的产品，触目惊心的食品安全事件往往在这些企业出现。

六防“低”指在价格上明显低于一般价格水平的食品，价格太低的食品大多有“猫腻”。

七防“散”散就是散装食品，有些集贸市场销售的散装豆制品、散装熟食、蔬菜等可能来自地下加工厂。

食物中毒的特点

食物中毒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、眼窝凹陷、皮肤弹性消失、肢体冰凉、脉搏细弱、血压降低等，最严重可致休克。

提高食品安全意识 创造幸福美好生活

安全月系列活动——校园欺凌

校园欺凌

任何形式的欺凌行为都是不可接受的，因为欺凌不但对“受害者”造成伤害外，而且对“欺凌者”和“旁观者”同样造成伤害。“欺凌者”由于长期欺负别人，内心得到极大满足，以自我为中心，对同学缺少同情心，而“旁观者”会因为帮不到受害者而感到内疚、不安，甚至惶恐。

“校园欺凌”对受害者的伤害也不可小视，受欺凌的学生通常在身体上和心灵上受到双重创伤，并且容易留下阴影长期难以平复。同时“校园欺凌”也会影响到学校的整体纪律和风气。所以，学校须正视并加以制止和预防欺凌事件的发生。并且同学和家长的努力也非常重要的。

校园欺凌的主要行为

肢体欺凌：推撞、拳打脚踢以及抢夺财物等，是容易察觉欺凌形式。

言语欺凌：当众嘲笑、辱骂以及替别人取侮辱性绰号等，是不容易察觉的欺凌形式。

社交欺凌：孤立、以及令其身边没有朋友等，是不容易察觉的欺凌形式。

网络欺凌：在网络发表对受害者不利的网络言论、曝光隐私以及对受害者的照片进行恶搞等，是容易察觉欺凌形式。



遭遇校园欺凌怎么办

- 沉着冷静，采取迂回战术，尽可能拖延时间。
- 人身安全永远是第一位，不要去激怒对方，必要时，向路人、同学、老师呼救求助。
- 顺从对方的话去说，从其言语中找出可插入话题，缓解气氛，分散对方注意力，同时获取信任，为自己争取时间。
- 上学和放学尽可能结伴而行。
- 穿戴用品尽量低调，不要过于招摇。不主动与同学发生冲突，一旦发生及时找老师解决。
- 必要时反抗，不必要时托延时间，并找他人求助

如何预防校园欺凌



在学校不主动与同学发生冲突，发生冲突立即找老师解决。

不要沉迷于网络，要慎重择友，多交益友，不交损友。

老师、家长给予学生更多关爱，注重和学生的沟通与交流，教育学生不要采用

不要采用打骂等极端行为。

进行预防教育，教育学生平常待人接物，文明有礼，引导学生学会分辨事情的对错曲直，不以暴制暴，当然还要教会学生自我保护的方法。

强化国家安全意识

筑牢国家防线

★ 总体国家安全观五要素

以人民安全为宗旨

以政治安全为根本

以经济安全为基础

以促进国际安全为依托

以军事、文化、社会安全为保障

★ 总体国家安全观的十个重视

既重视外部安全 又重视内部安全

既重视国土安全 又重视国民安全

既重视传统安全 又重视非传统安全

既重视发展问题 又重视安全问题

既重视自身安全 又重视共同安全

★ 国家安全法五大亮点

- 1 综合性、全局性、基础性的国家安全法
- 2 维护国家经济安全
- 3 确保文化安全
- 4 维护国家网络空间主权
- 5 为太空、深海和极地等新型领域国家安全提供法律支撑

★ 危害国家安全的行为

- 1、阴谋颠覆政府，分裂国家，推翻社会主义制度的行为。
- 2、参加境外各种间谍组织，或者接受间谍组织或代理人的任务的行为。
- 3、窃取、刺探、收买、非法提供国家秘密的行为。
- 4、策动、勾引、收买国家工作人员叛变或者将防地设施、武器装备交付他国或敌方的行为。
- 5、进行危害国家安全的其他破坏活动的行为。

强化国家安全意识

筑牢国家安全防线

★ 国家安全的十一大核心构成

“十三五”规划纲要提出，要深入贯彻总体国家安全观，实施国家安全战略。要制定实施政治、国土、经济、社会、资源、网络科技、文化、军事、核、生态等重点领域国家安全政策，保障国家政权主权安全，防范化解经济安全风险，加强国家安全法治建设。防范化解经济安全风险，加强国家建设。

开展全民国家安全教育日活动，对培养和增强全民自觉投身国家安全责任感使命感，夯实和筑牢国家安全的群众基础，形成和汇聚维护国家安全的强大合力无疑具有十分重大而深远的意义，防范化解经济安全风险，加强国家安全法治建设，是应对国家安全的需要。



★ 网络空间主权概念

网络空间主权管辖权是：主权国家对本国网络加以管理的权力，比如通过设置准入许可限制未被授权的网站接入到网络中，对不服从管理的网站立刻停止服务，对网络空间和网络生态加强整顿等等。

网络空间主权独立权是：本国的网络可以独立运行，无须受制于别国。目前，全球绝大多数顶级服务器都在美国境内，理论上，只要美国在根服务器上屏蔽该国家域名，就能让这个国家的顶级域名网站在网络上瞬间“消失”。在这个意义上，美国具有全球独一无二的制网权，有能力威慑他国的网络边疆和网络主权。各国的网络还无法实现独立存在。

网络空间主权防卫权是：国家具有对外来网络攻击和威胁进行防卫的权力。前面提到，全球13台域名根服务器中美国掌握10台，在这种情况下，就要针对根域名服务器被攻击、关停等紧急情况作出积极的预判和应对。目前，一些国家自主研发服务器，就是很好的防卫能力建设，一旦根服务器被关停，还能实现本国内部网络联通。

网络空间主权平等权是：各国的网络之间可以平等地进行互联互通，不分高低贵贱。平等权要确保各国对网络系统具有平等的管理权，保证一国对本国互联网的管理不会伤及其他国家。现有的互联网相互依赖过强，互联网强势国家所制定的政策往往也会使弱势国家被迫接受。

筑牢国家安全防线

如何履行国家安全义务



根据《国家安全法》第77条规定，公民和组织应当履行下列维护国家安全的义务：

- ◆一是遵守宪法、法律法规关于国家安全的有关规定；
- ◆二是及时报告危害国家安全活动的线索；
- ◆三是如实提供所知悉的涉及危害国家安全活动的证据；
- ◆四是为国家安全工作提供便利条件或者其他协助；
- ◆五是向国家安全机关、公安机关和有关军事机关提供必要的支持和协助；
- ◆六是保守所知悉的国家秘密；
- ◆七是法律、行政法规规定的其它义务；
- ◆八是任何个人和组织不得有危害国家安全的行为，不得向危害国家安全的个人或者组织提供任何形式的资助或者协助。

同时,根据《国家安全法》第78条规定,机关、人民团体、企业事业组织和其他社会组织应当对本单位的人员进行维护国家安全的教育,动员、组织本单位的人员防范、制止危害国家安全的行为。根据第79条规定,企业事业组织根据国家安全工作的要求,应当配合有关部门采取相关安全措施。

国家安全的核心是什么

政治安全和国防安全是国家安全的核心。没有政治安全和国防安全,就根本不可能有国家安全。政治安全是指国家的政治制度和政治形势保持稳定,不受国内外敌对势力的破坏和颠覆。国防安全是指国家的领土、领海和领空安全,不受外来军事威胁或侵犯。

——全民国家安全教育日——

五 伪装诈骗

一般骗子会通过附近的人/摇一摇的渠道伪装成高富帅或白富美，与你搭讪，首先骗取你的感情信任，从而进一步以借钱，资金紧张，医院等为由骗取钱财。



八 招聘诈骗

骗子会通过发布优越的待遇来吸引待业中的人士，以各种报名费和佣金为由实施诈骗，待缴费后骗子就人间蒸发了。



六 点赞诈骗



点赞诈骗就是商家发布点赞信息但需要填写姓名和手机号码，一旦所征集的信息数量够多，这种网站和公众号就会自动消失，目的事套取更多人的真实信息进行诈骗。

九 “爱心传递” 诈骗



骗子一般会以虚构的寻人和扶困的帖子以“爱心传递”的方式发在微信中疯传，引发不少善良的网民转发，实则帖内所留的联系方式大多数为外地号码，打过去不是吸费电话就是电信诈骗。

七 假公众号诈骗

骗子会在微信平台上取类似“xx官方”或取相似的公众号名称，让人误以为这是官方的微信公众号，然后进行诈骗。



心中无贪念

骗局远身边



——全民国家安全教育日——

教你识别九大微信诈骗手法

国家安全是安邦定国的重要基石。随着互联网的发展，网络安全已成为国家安全的重要组成部分。习近平总书记多次提到“没有网络安全就没有国家安全”。如何保障公众健康上网，有效识别谣言信息侵害，守护网络安全防线，已成为国家关心的重要问题。4月15日是全民国家安全教育日，在全民国家安全教育日6周年之际，特别推出“安全小常识”专题，手把手教您安全小窍门，助您练就一双“火眼金睛”，防范一步到位，把牢安全关，平安每一天。

微信中的好友基本都是熟人，很容易让人信任。在某种程度上成了不法分子的诈骗工具，且微信作为网络通信工具，存在虚拟性和不真实性，在发生金钱往来时，应保持相对的警惕性。

一 代购诈骗

骗子一般会以“低价代购”，“海外代购”为诱饵，待付款后，骗子以商品被海关扣下，要加缴关税等理由让你加钱，在一次付款后，骗子消失了，钱货两空。



二 “克隆”头像诈骗

骗子一般都是盗取了好友的账号，之后下载其好友中其他人的微信头像，然后把昵称改成一样，屏蔽所有人查看朋友圈，最后冒充好友进行诈骗。



三 二维码诈骗



骗子以低于市场的价格为诱饵，但需要通过指定的二维码或客户端购买，骗取消费者进行二维码扫描，实则藏有木马病毒。一旦安装，木马就会盗取银行卡账号和密码等其它个人隐私。

四 刷单诈骗

关于刷单诈骗，用一句话来总结，所有刷单都是诈骗。



全民国家安全教育日 | 8大电话诈骗骗局大揭底

日常生活中，你是否会经常接到类似的陌生人来电，说着一些你未曾听过却又与你息息相关的事情。很多网民只要一感兴趣，跟着对方的节奏走，很可能就陷入了电话诈骗分子精心编织的诈骗网络。全民国家安全教育日活动来临，带大家认识一下几类常见的电话类诈骗。

“注销贷款账户”诈骗

诈骗分子通过非法获取的消费者信息，谎称消费者“如有网贷记录会影响个人征信”，取得消费者信任后，假借注销原有的网络借贷记录之名，诱骗消费者在新的各个网贷平台进行贷款，并将贷款转入骗子控制的指定“账号”。



以社保卡、医保卡问题为由实施诈骗

冒充社保局、医保局工作人员撒网式致电播放录音，称事主社保卡、医保卡发生异常，需要冻结，并提示事主拨打所谓的公安局或检察院电话以协助调查。所谓的公、检部门工作人员则要求事主将银行存款转至“安全帐户”进行保护。



补助、救助、助学金诈骗

不法分子冒充民政、残联、税务等单位工作人员，向残疾人员、困难群众、学生家长、购房购车者打电话、发短信，谎称可以领取补助金、救助金、助学金等，要其提供银行卡号，然后以资金到账查询为由，指令其在自动取款机上进入英文界面操作，将钱转走。



冒充公检法诈骗

骗子冒充公安、检察院或者法院等工作人员以涉嫌违法犯罪为由，要求被害人将资金转入“安全账户”。为了体现真实性，骗子甚至还会制作假的司法文书，以达到操控被害人的目的。



立木为信

春秋战国时，秦国的商鞅在秦孝公的支持下主持变法。

当时处于战争频繁、人心惶惶之际，为了树立威信，推进改革，商鞅下令在都城南门外立一根三丈长的木头，并当众许下诺言：谁能把这根木头搬到北门，赏金十两。围观的人不相信如此轻而易举的事能得到如此高的赏赐，结果没人肯出手一试。于是，商鞅将赏金提高到50金。重赏之下必有勇夫，终于有人站起将木头扛到了北门。商鞅立即赏了他五十金。商鞅这一举动，在百姓心中树立起了威信，而商鞅接下来的变法就很快在秦国推广开了。新法使秦国渐渐强盛，最终统一了中国。

而同样在商鞅“立木为信”的地方，在早它400年以前，却曾发生过一场令人啼笑皆非的“烽火戏诸侯”的闹剧。



诚实守信

一诺千金

秦末有个叫季布的人，一向说话算数，信誉非常高，许多人都同他建立起了浓厚的友情。当时甚至流传着这样的谚语：“得黄金百斤，不如得季布一诺。”（这就是成语“一诺千金”的由来）后来，他得罪了汉高祖刘邦，被悬赏捉拿。结果他的旧日的朋友不仅不被重金所惑，而且冒着灭九族的危险来保护他，缠使他免遭祸殃。

一个人诚实有信，自然得道多助，能获得大家的尊重和友谊。反过来，如果贪图一时的安逸或小便宜，而失信于朋友，表面上是得到了“实惠”。但为了这点实惠他毁了自己的声誉而声誉相比于物质是重要得多的。所以，失信于朋友，无异于失去了西瓜捡芝麻，得不偿失的。



中华传统美德

HONGYANGDAODEFENGXIAN



4.3.1



国网
国家电网
STATE GRID

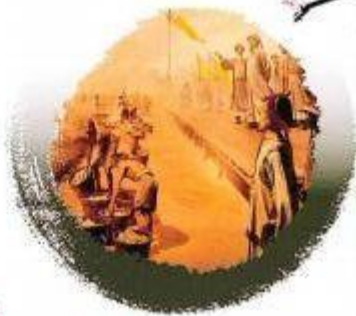
传统文化进校园系列资料

STATE GRID
CORPORATION OF CHINA

虎门销烟

“天下兴亡，匹夫有责。”这是明清之际爱国学者顾炎武的名言。爱国主义在不同的历史时期会有不同的理解和实践，每个时代都有自己的爱国爱民的志士和民族英雄。

林则徐是清朝后期一位著名的民族英雄。他任湖广总督期间，由于清政府腐败，英国强盗把一种叫鸦片的毒品，源源不断的偷运进中国，毒害中国百姓。林则徐应对这一切，十分焦急。他多次向皇帝上书，陈述鸦片的危害。道光皇帝理解了林则徐的推荐，任命林则徐为钦差大臣，负责禁烟。1839年3月，林则徐来到广州，禁烟运动迅速展开。6月3日，人们把缴获的鸦片全部投进销烟池。顷刻间，鸦片全部销毁。林则徐为国家 and 民族做了一件大好事。虎门销烟的壮举，给英国侵略者以沉重的打击，揭开了中国人民反帝斗争的第一页。



爱国爱民

《妇好》

商朝的武功以商高宗武丁时代最盛，武丁通过一连串战争将商朝的版图扩大了数倍，而为武丁带兵东征西讨的大将就是他的王后妇好。甲骨文记载，有一年夏天，北方边境发生战争，双方相持不下，就在这时，妇好自告奋勇，要求率兵前往保卫国家。武丁犹豫不决，占卜后才决定派妇好起兵，结果大胜。此后，武丁让她担任统帅。

从此她东征西讨，打败了周围二十多个方国，那时作战，出动的人数都不多，一般也就上千人，和大规模械斗差不多，但是根据记载妇好攻打羌方的时候一次带兵就有一万三千多人。也就是说占都城十分之一的军队都交给她了。

妇好是中国历史有据可查的第一位女性军事统帅，同时也是一位杰出的女政治家。她不仅能够率领军队东征西讨为武丁拓展疆土，而且还主持着武丁朝的各种祭祀活动。她为了国家，不惧危难挺身而出，出兵救国的精神让人抚掌称叹，她不仅仅是华夏民族的骄傲，更是女子楷模。



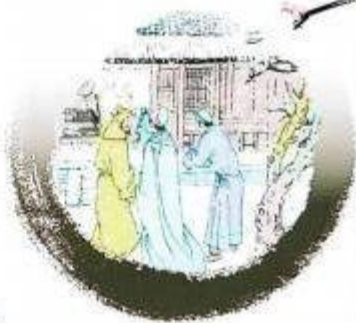
中华传统美德

HONGYANGDAO DEFENG FAN

浅谈雷锋精神

50多年前，一场意外事故，雷锋同志不幸倒地牺牲，但雷锋精神闪亮矗立。人们一提起雷锋，就想到他的奉献精神。

其实，雷锋不是扁平的，而是立体的；雷锋精神不是单一的，而是丰富的。雷锋是一名士兵，驾驶员是雷锋的本职工作，而做好事只是其“业余爱好”。人们往往盯住一个存善心、行善举的雷锋，而往往忽略了一个工作称职、有着极高职业素养和职业道德的雷锋。雷锋的岗位是平凡的，但他“干一行爱一行、专一行精一行”，在平凡的岗位上做出了不平凡的业绩。他不把工作当成负担，而是当做了一种快乐，有快乐、全心投入，才能深入其中，积极创新。据报道，雷锋当年驾驶的卡车很破旧，是连队出了名的“耗油大王”，但经过他精心维修保养，竟成为节油标兵车。



爱岗敬业

抓紧时间向党工作

“文革”期间，有一次，周总理连续工作了三个昼夜，当天晚上又安排了七个会，累得病又犯了，疼痛难忍，就站起来用椅背顶住腹部，继续耐心地听大家汇报。参加会议的同志请总理坐下，总理低声说：“我不能坐，一坐下就会睡着了。”总理所在的党支部看到总理的身体十分虚弱，便以支部的名义作了一个决议，要总理增加休息时间。可是，对这个决议，总理往往执行得不好。大家又写了一张告示，贴到总理的门上，要他严格执行支部决议，注意休息。总理看后笑着说：“我老了，剩下的时间不多了，要更加抓紧时间向党工作。”



中华传统美德

HONGYANGDAODEFENGXIAN



中华传统美德

中华传统美德
崇高精神



慈爱、仁慈，三国两晋李密《陈情表》生孩六月，慈父见背。对父母的孝敬奉养，先秦庄子《庄子·渔父》事亲则慈孝。上慈下孝是中华民族的传统美德，在我国悄然步入老龄化的时候，这一美德更应大大发扬，让更多家庭营造和谐美好的亲情关系。



中华传统美德
崇高精神



和为贵，是儒家倡导的道德实践的原则。出自《论语·学而》礼之用，和为贵。就是说，礼的作用，贵在能够和顺。按照礼来处理一切事情，就是要人和人之间的各种关系都能够恰到好处，都能够调解适当，使彼此都能融洽，也是国家级工艺美术员朱子旺的一个作品。



中华传统美德

中华传统美德
崇高精神



中华民族是一个极具坚忍力的民族，隐忍、谦让是自古以来就有的传统美德。儒家的内圣、道家的守柔、佛家的慈悲，都具有忍的内涵。忍一时风平浪静，退一步海阔天空，有所忍才能有所成。《尚书》中周成王告诫君陈说：必有忍，其乃有济，有容，德乃大。



中华传统美德
崇高精神



古文探源《唐韵》云久切，《集韵》《韵会》《正韵》云九切，音有。《说文》：同志为友。《礼·儒行》：儒有合志同方，营道同术，立则乐，相下不厌，久不相见，闻流言不信，其行本方立义，同而进，不同而退。其交友有如此者。



中华传统美德

中华传统美德
崇高精神

谨



谨，本义为谨慎，小心，引申为郑重、恭敬地等意思。谨字有言，口为祸福之门，言语的谨慎尤为重要。《弟子规》上说：见未真勿轻言，知未的勿轻传。历史上著名的子贡状告颜回偷窃败节的事例，幸亏孔子知道颜回为人的品行，并去了解事情原委，才揭出原来是尘土落入粥中，颜回取出后不忍丢弃就吃下去的真相。我们对于事实往往并不了解，特别是不能掌握全局和行事者的存心，因此不可轻易议论他人。



中华传统美德
崇高精神

俭



人与金联合起来，表示在人前人后都言行一致、厉行节约的人。生活上自我约束，从不放纵的人。节省、节约。说明当着众人的面节约财物，背着众人却铺张浪费，这就不叫俭。所谓俭，一定是人前人后都能做到节约的人。



中华传统美德

中华传统美德
崇高精神

敬



敬为尊崇敬重。《诗·周南·葛覃序》：服浣濯之衣，尊敬师傅。汉荀悦《汉纪·景帝纪》：高年者，人所尊敬；鳏寡孤独者，人所哀怜也。元刘壎《隐居通议·理学三》：此则惟知尊敬乡贤，而不自觉其缺之过也。



中华传统美德
崇高精神

恕



每个人通过对自己的心的观察，知道自己喜欢什么，不喜欢什么，进而据此推断他人会喜欢什么，不喜欢什么。因为自己喜欢什么，而成全别人的喜欢，这就叫恕。为其一部分含义，也就是己欲立而立人，己欲达而达人。因为自己不喜欢什么，而知道别人也不喜欢什么，因而不愿意将这些别人不喜欢的事情强加到别人身上，这就是恕。



中华传统美德

中华传统美德
崇高精神



勤劳是华夏子孙的传统美德。我们的劳动精神，代代传承，离不开对中国传统劳动观念的创造性转化和创新性发展。同时劳动的范畴和内涵也随时代变迁而不断延展，树立正确的劳动价值观，弘扬劳动精神，创造美好生活是当下国人的精神追求，也是中国人建立文化自信的一个历史基点。



中华传统美德
崇高精神



勇者无惧，敢想、敢干、敢说、敢为，并开拓、创新、承担、坚持，自强不息、英勇顽强、百折不挠，正所谓有志者事竟成。勇是仁爱、智慧和勇气的结合。当困难和挑战来临之时，它使我们能坦然处之，无所畏惧。



中华传统美德

中华传统美德
崇高精神



廉的本意是指器物的棱角和堂前的边角，因为有棱角，所以不易触犯，有边角，则方正不斜。用于人则指正直，不贪暴，廉洁。有廉洁的人，无论见到什么，不起贪求之心，没有想占便宜的心，而养成大公无私的精神。古今有很多廉洁奉公的仁人志士，孔子说廉：政者正也。

中华传统美德
崇高精神



耻，耻者为人之本性，本性纯善而无私，所谓人之良心，但是羞恶之心人皆有之，人有了羞恶之心才能知耻，知耻之人做事光明正大，不知耻者心身不端正，穿露体装，奇形怪装，男不男女不女，男女不避嫌而发生许多丑闻，败坏门风之事，则为不知耻而造成也。以上就是五伦八德之简解，为人应该遵守为人之道，人道完成而可达天道矣。

中华传统美德

中华传统美德
崇高精神

悌



悌，儒家的伦理范畴，现指敬爱兄长，顺从兄长。目的在于维护下级对上级的服从。本意为怜爱，专指作为兄长的哥哥爱护尚是幼小的弟弟。悌作为兄长怜爱兄弟。体现了人与人之间的良善关系。常与孝并列，称为孝悌。儒家非常重视孝悌，把它看作是实行仁的根本条件。



中华传统美德
崇高精神

忠



忠，所谓忠者，真心诚意做事，合法合理，竭尽心力至公无私，所报无谎，所言无虚，做事不怕人见，不怕人耻笑，不作亏心事光明正大，可以对天地对神祇，对国家对社会，对父母兄弟妻子，对自己良心无亏者就是忠也。忠是忠于事业，尽忠职守，忠于国家。

