

2023年学校控烟活动方案(大全5篇)

方案是从目的、要求、方式、方法、进度等都部署具体、周密，并有很强可操作性的计划。方案书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇方案呢？以下就是小编给大家讲解介绍的相关方案了，希望能够帮助到大家。

学校控烟活动方案篇一

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

各分会：

为庆祝第xxx个“三八”国际劳动妇女节的到来，根据《关于开展“巾帼言志——我们的新征程”庆祝“三八”国际劳动妇女节系列活动的通知（x教科文卫体工发〔2022〕x号）精神及有关要求，结合我校实际，现对相关工作通知如下：

一、活动主题

以“巾帼言志——我们的新征程”为主题，号召广大女职工建功“十四五”，踔厉奋发迎接党的二十大，及时挖掘、大力宣传我校女职工在奋力谱写学校高质量发展新篇章中的风采。

二、活动内容

（一）深化“巾帼心向

党建

功十四五奋进新时代——女职工在行动”立足岗位建功立

业□x月底至x月初，在我校开展省教科文卫体系统“五一巾帼标兵(岗)”推荐遴选活动，选树在本职岗位做出积极贡献的女职工先进典型，宣传好典型、发出好声音、汇聚正能量，激励我校女教职工以先进典型为榜样，立足新时代、担当新使命、彰显新作为。

(二) 积极开展维权服务，维护好女职工合法权益。关注女职工权益保护法律法规执行情况，做好法律服务、暖心关爱等维权服务工作；

x月至xx月期间，结合教职工体检工作，做好女职工“两癌”筛查工作，提高女职工劳动安全健康意识和能力；

组织发动全校职工积极参与全国女职工权益保护知识竞赛活动，提升活动影响力，营造关注、维护女职工权益的良好氛围。

(三) 组织丰富多彩的读书活动，做到“人人爱读书，家家有书香”，引导广大女职工共创高品质生活。充分发挥职工家庭读书会作用，持续推进女职工读书活动，充分发挥女教授等优秀女职工在领读、荐书方面的名家效应和示范带动作用，结合实际，积极组织参加线上线下的职工征文大赛、阅读分享、研讨交流等活动，进一步营造爱读书、多读书、读好书的良好氛围。

(四) 多渠道为职工搭建平台，进一步做好婚恋交友服务工作。认真贯彻落实《关于印发xx学院工会青年教职工婚恋工作实施方案的通知□□xx学院工字□20xx□x号)精神及有关要求，积极搭建平台，依托省教科文卫体工会“四季之恋”□xx工会app“婚恋活动”□xx中高端交友公众号“遇见美好”、联谊活动，为单身职工提供多元化、精准化和个性化的婚恋交友服务，不断将婚恋交友工作往深里走、往实里走、往心里走。

(五) 开展丰富多彩的女职工健康运动，倡导健康生活方式。

各分会、工作委员会、协会、社团根据学校疫情防控工作要求，结合工作特点和实际情况，以“我为冬奥增光彩”为主题广泛开展形式多样的健身运动；

积极组织参加xx市庆“三八”趣味运动会、乒乓球协会女职工乒乓球赛、职工瑜珈社展示活动，充分发挥健身运动在提高女职工身体素质和健康水平、促进女职工全面发展、丰富广大女职工精神文化生活方面的重要作用。

（六）开展“巾帼言志奋斗有我——讲述女职工故事”微视频征集活动。积极参加省教科文卫体工会关于微视频征集活动，组织开展“巾帼言志奋斗有我——讲述女职工故事”微视频征集活动，上报我校女职工在立足岗位建功立业、阻击新冠疫情、确保复工复产复学等工作中的优秀微视频，讲述我校女职工的精彩逐梦故事，彰显当代巾帼的青春底色和风采。

三、活动要求

（一）加强组织领导。各分会、协会、社团要高度重视此项工作，结合本分会的工作特点和实际情况开展活动；要把开展“三八”节庆祝活动与落实复工复产复学、维权关爱、读书活动、婚恋交友等各项工作相结合，激励女职工立足岗位、勇于担当、团结一心。

（二）做好宣传工作。各分会、协会、社团要严格落实疫情防控要求，充分运用广播、报刊、网络等传播手段开展活动，策划活动应具有女性特点和工会特色，做好新闻宣传。女工委继续做好为女职工致信送祝福，营造广大女职工以爱岗敬业、争创一流的精神投身学校高质量发展的舆论氛围。

（三）具体要求：

1. 为梳理和规划“三八”节活动有效开展，请各分会、协会、社团于x月x日前报送“三八”节活动简要方案。

2. 请各分会、协会、社团及时报送“三八”节特色庆祝活动总结

、图片和微视频。

(1) 活动总结要求：总结中明确本单位活动特色，有数据支撑。

(2) 图片要求：报送图片不超过x张，格式为jpg图片+简要文字说明（文字说明即为图片名），像素大于xxxm单独报送，注意不要添加在word文档里。

(3) 微视频要求：清晰度优良，时长x分钟以内，可采取抖音、短视频等形式，视频文件名为“xx分会+活动主题”。

(4) 邮件命名为xx分会“三八”节活动信息报送。

学校控烟活动方案篇二

手扶电梯

一、手扶电梯安全隐患

1、手扶梯安全隐患梯级与围裙板之间的缝隙

按照有关规范，围裙板与梯级、踏板间任何一侧的水平间隙不应大于4mm而孩子手指有7-8mm粗，手臂更粗，被夹进缝隙中是由于围裙板静止而梯级在运动，就会产生冲力将孩子的手指甚至手臂带入缝隙。此外，有些孩子乘扶梯时喜欢将脚靠在围裙板上，若不慎将鞋尖、鞋带或裤边卷入缝隙，

就会将脚也带进去。

2、梯级与地面接合处

梯级与地面接合处也有缝隙，这个缝隙出厂时，是符合国家规定的。但在运行一段时间后，如果维修不及时，缝隙可能会变大，鞋子底部就有可能被卷进去。

3、踏板与末端梳齿板间缝隙

孩子手指细小，平衡性不好，一旦趴倒在扶梯上，易造成伤害。

4、自动扶梯下面的扶手槽

扶手槽入口处包裹着十多条黑色橡胶带，而且和扶梯下面的按钮相连，当孩子的手伸入橡胶带后，触动了相连的按钮，所以自动扶梯就会立即停止。自动扶梯都有自动保护功能，当遇到阻碍物时会自动停止。但遇到阻碍物的阻力有一个值，当达到这个值时保护功能才会响应。

5、扶手与构筑物夹角

孩子好奇心强，对眼前的危险预计不足，当上行过程中把头部伸出扶梯向下看时，易导致意外发生。

二、乘坐手扶电梯需注意

1、安全乘坐手扶电梯，双脚站在一个台阶上，双脚并拢，手扶紧，不要倚靠。

2、家长最好让孩子站在自己的身体前方，年龄较小的孩子，家长抱着较合适。

不要让孩子单独乘扶梯，自动扶梯有时可能发生断裂或倒转，

缺齿的自动扶梯容易卡住小孩的手，乘扶梯要有家长看护，让孩子站在自己的身体前方。

对于年龄比较小的孩子在第一次乘扶梯前，家长要教会孩子第一步如何踏上扶梯，如果发现孩子不能契合扶梯的速度，还是由家长抱着比较好，人多走楼梯更安全。

3、尽量别穿洞洞鞋，长裙更需多谨慎

曾有人在某商业区做过多次模拟试验，当洞洞鞋靠近防夹装置，用力斜向下踩时，非常容易将脚夹紧扶梯，造成足部剪切事故。而且，材质很软的凉鞋，容易被卷入扶梯，而且卷入后，电梯的安全装置可能无法及时启动使电梯停运。同样穿长裙、长围巾的乘客，在乘用自动扶梯时，也应特别小心。

4、紧急按钮要知道

请大家特别注意自动扶梯出入口的“急停”按钮，当设备正常运行时，按压此按钮，乘客将在惯性作用下，向扶梯运行方向发生倾倒，极易造成坠落、踩踏事故，切勿随意进行此操作，但在紧急情况下，譬如扶手带、梳齿板发生夹人事故时，及时按压此按钮，可以有效的制停自动扶梯，保护生命。

5、携带过大行李时，使用无障碍电梯

不要携带过大的行李箱、轮椅、手推车或其他大件物品，而应使用升降式的无障碍电梯。家长们千万要记住，不可推着婴儿车直接上自动扶梯，一定要收好婴儿车，抱住婴儿才可上自动扶梯。

6、人太多的时候，不要坐扶梯

搭乘扶梯时一定不要挤上拥挤的扶梯，最好与上下台阶的其他乘客保持一到两个台阶的距离。遇到春运或者商场打折时，

乘坐自动扶梯一定要特别注意，因为挤压、冲撞很容易导致设备安全装置误动作，或造成人员坠落、剪切危险。这种特殊时期，最好的方法就是：远离扶梯，改走楼梯。

7、让孩子明白：电梯不是“玩具”

有些孩子把电梯当成玩具，喜欢在扶梯上来回跑动或者蹲坐在梯级踏板上。还有些孩子觉得好奇，不将头部、四肢伸出扶手装置以外，一不小心就受到障碍物、天花板、相邻的自动扶梯的撞击。家长们要告诉孩子这些做法十分危险，电梯并不是玩具。

垂直电梯

一、电梯的正确使用方法

1、呼叫电梯时，请勿同时将上行和下行方向按钮都按亮，以免造成无用的轿厢停靠，降低大楼电梯的总输送效率。同时这样也是为了避免安全装置错误动作，造成乘客被困在轿厢内，影响电梯正常运行。

2、看清电梯再迈腿。电梯有两层门，除了外面的一层厅门，里面还有一层轿厢门。不少人进出电梯时，因为顾着聊天、玩手机等，电梯厅门一打开看都不看就迈脚，一旦轿厢没有同步到达，将可能直接导致乘坐者掉入电梯井而丧命。

3、电梯门开启和关闭时，都切勿将手搭在门的边缘，以免影响关门动作甚至挤伤手指。带小孩时，应当用手拉紧或抱住小孩乘坐电梯。

4、乘坐电梯时应与电梯门保持一定距离。因为在电梯运行时，电梯门与井道相连，相对速度非常快，电梯门万一失灵，在门附近的乘客会相当危险。

5、不要在电梯里蹦跳。电梯轿厢上设置了很多安全保护开关，如果在轿厢内蹦跳，轿厢就会严重倾斜，有可能导致保护开关动作，使电梯进入保护状态。这种情况一旦发生，电梯会紧急停车，造成乘梯人员被困。

6、进门时很多人习惯用身体挡门，这一举动极有可能导致电梯门夹人事故的发生。当电梯门快要关闭时，千万不要强行冲进电梯，用身体阻止电梯门的关闭，尤其切忌一只脚在外，一只脚在内。

二、电梯遇险自救知识

被困电梯内：

1、如果突然被困在了电梯当中，千万不要慌张，可用电梯内的电话或对讲机向有关方面求救，或者拨打110求救，还可按下标盘上的警铃报警。

2、如不能立刻找到电梯技工，可请外面地人打电话叫消防员。消防员通常会把电梯绞上或绞下到最近地一层楼，然后打开门。就算停电，消防员也能用手动器，把电梯绞上绞下。

3、困在电梯里的人无法确认电梯的所在位置，因此不要强行扒门，这样会带来新的险情。

4、电梯顶部均设有安全窗，但是该安全窗仅供电梯维修人员使用，所以不要扒撬电梯轿厢上的安全窗，因为从这里爬出电梯会更加危险。

5、拍门叫喊，或脱下鞋子，用鞋拍门，发信号求救。如无人回应，需镇静等待，观察动静，保持体力，等待营救，不要不停呼喊等营救。

6、在深夜或周末被困在大厦地电梯里，就又可能几个小时甚

至几天也没有人走近电梯。在这种情况下，最安全地做法使保持镇定，伺机求援。注意倾听外面地动静，如有行人经过，设法引起他们地注意。如果不行，就等到上班时间再拍门呼救。

电梯下坠时：

电梯下坠时保护自己的最佳动作：

- 1、马上按下电梯内每一层楼的按键。因为当紧急电源启动时，电梯便会停止继续下坠。
- 2、如果电梯有手把，一只手紧握之。这样可助你固定你的所处位置，减低你因重心不稳而摔伤。
- 3、由头到背部紧贴电梯墙壁，令身子尽量紧贴电梯墙壁，利用电梯墙壁作为脊椎的防护。
- 4、弯曲膝盖。韧带是人骨中最具弹性的组织，这动作可借助韧带而不是骨头来承受压力。
- 5、把脚跟提起，就是垫起脚尖。电梯中人少的话最好要把两臂展开巴住扶手或电梯壁。

学校控烟活动方案篇三

掌握食品安全的基本知识有助于大学生更好地预防食品安全问题。一般来说，大学生应掌握以下的食品安全知识：

1食品的类型。

要明确食品所属于的类型，以便更具体地了解此类食品容易发生食品安全问题的情况。

2食品安全的具体标识。

大学生要认清质量安全标志、绿色食品标志和保健食品标志。

3预防食品安全问题的相关措施。

大学生要了解预防食品安全的措施，以便在日常生活中践行。

4发生食品安全问题之后的维权知识。

大学生不仅要学会预防食品安全问题，还要培养自己的维权意识，理应掌握维权知识。大学生可以根据《消费者权益保护法》和《食品安全法》的相关规定进行维权。

二、在日常生活中践行食品安全的理念

学生要在日常生活中践行食品安全的理念，这样才能有效达到预防食品安全问题的目的。

1尽量在学校饭堂里就餐。

有些大学生不喜欢食堂里的饭菜，就经常在外面就餐。但是相对于外面的餐厅，学校的饭堂对食品来源、安全有一套标准，工作人员也是经过培训上岗，一般很少出现食品安全问题。就算出现了问题，学校对学生的赔偿会有保障。因此，大学生为了自己的健康着想，应尽量在学校饭堂里就餐。

2在外就餐时要选择具备食品卫生许可证和工作经营证的餐厅。

在外就餐时一定要注意查看此餐厅是否具备食品卫生许可证和工作经营证，如不具备，就换另一家餐厅就餐，如果你还不放心的话，还可以让餐厅老板开一张发票，证明你在此餐厅就餐，发生争议时以此为维权依据。

3在零售店、超市购买食品时，一定要注意此类食品的相关信

息。

即使在零售店、超市购买食品，也有可能存在食品安全问题。

三、谨慎选购包装食品，认真查看包装标识，查看市场准入标志qs

查看基本标识，厂家厂址、电话、生产日期、保质期是否标示清楚、产品是否合格。

简介市场准入标志qs[]为了保护人们饮食卫生安全，国家质量监督检验检疫局自起，在全国范围内实施食品安全市场准入制度，对出厂食品，经过强制检验合格后，加贴市场准入标志，方便选购。

第一批必须标注qs的食品共5类，分别是小麦粉、大米、食用植物油、酱油、醋。

第二批必须标注qs标志的食品共分10类，主要包括肉制品、乳制品、饮料、调味品糖和味精、方便面、饼干、罐头食品、冷冻饮品、膨化食品及速冻米面制品。

第三批必须标注qs的食品共分13类，主要包括糖果制品、茶叶、葡萄酒及果酒、啤酒、黄酒、酱腌菜、蜜饯、炒货、蛋制品、可可制品、咖啡、水产加工品、淀粉及淀粉制品。

四、如何判别伪劣食品？

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。《伪劣食品防范“七字法”》，以通俗易懂易记的方式引导消费者强化食品安全自我防范，以期使伪劣食品因缺乏市场而退出市场。防范“七字法”：即防“艳、白、反、长、散、低、小”。

二防“白”。凡是食品呈不正常不自然的白色，十有会有漂白剂、增白剂、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，3℃贮藏的包装熟肉禽类产品采用巴氏杀菌的，保质期一般为7—30天。

四防“反”。就是防反自然生长的食物，如果食用过多可能对身体产生影响。

五防“小”。要提防小作坊式加工企业的产品，这类企业的食品平均抽样合格率最低，触目惊心的食品安全事件往往在这些企业出现。

六防“低”。“低”是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、酱菜等可能来自地下加工厂。

学校控烟活动方案篇四

下面是小编为大家整理的,供大家参考。

各分会：

为庆祝第xxx个“三八”国际劳动妇女节的到来，根据《关于开展“巾帼言志——我们的新征程”庆祝“三八”国际劳动妇女节系列活动的通知》（x教科文卫体工发〔2022〕x号）精神及有关要求，结合我校实际，现对相关工作通知如下：

一、活动主题

以“巾帼言志——我们的新征程”为主题，号召广大女职工建功“十四五”，踔厉奋发迎接党的二十大，及时挖掘、大力宣传我校女职工在奋力谱写学校高质量发展新篇章中的风采。

二、活动内容

（一）深化“巾帼心向党建功十四五奋进新时代——女职工在行动”立足岗位建功立业[x]月底至[x]月初，在我校开展省教科文卫体系统“五一巾帼标兵(岗)”推荐遴选活动，选树在本职岗位做出积极贡献的女职工先进典型，宣传好典型、发出好声音、汇聚正能量，激励我校女教职工以先进典型为榜样，立足新时代、担当新使命、彰显新作为。

（二）积极开展维权服务，维护好女职工合法权益。关注女职工权益保护法律法规执行情况，做好法律服务、暖心关爱等维权服务工作；

x月至xx月期间，结合教职工体检工作，做好女职工“两癌”筛查工作，提高女职工劳动安全健康意识和能力；组织发动全校职工积极参与全国女职工权益保护知识竞赛活动，提升活动影响力，营造关注、维护女职工权益的良好氛围。

（三）组织丰富多彩的读书活动，做到“人人爱读书，家家有书香”，引导广大女职工共创高品质生活。充分发挥职工家庭读书会作用，持续推进女职工读书活动，充分发挥女教授等优秀女职工在领读、荐书方面的名家效应和示范带动作用，结合实际，积极组织参加线上线下的职工征文大赛、阅读分享、研讨交流等活动，进一步营造爱读书、多读书、读好书的良好氛围。

（四）多渠道为职工搭建平台，进一步做好婚恋交友服务工作。认真贯彻落实《关于印发〈xx学院工会青年教职工婚恋工作实施方案〉的通知》（xx学院工字〔20xx〕x号）精神及有关要

求，积极搭建平台，依托省教科文卫体工会“四季之恋”□xx工会app“婚恋活动”□xx中高端交友公众号“遇见美好”、联谊活动，为单身职工提供多元化、精准化和个性化的婚恋交友服务，不断将婚恋交友工作往深里走、往实里走、往心里走。

（五）开展丰富多彩的女职工健康运动，倡导健康生活方式。各分会、工作委员会、协会、社团根据学校疫情防控工作要求，结合工作特点和实际情况，以“我为冬奥增光彩”为主题广泛开展形式多样的健身运动；积极组织参加xx市庆“三八”趣味运动会、乒乓球协会女职工乒乓球赛、职工瑜珈社展示活动，充分发挥健身运动在提高女职工身体素质和健康水平、促进女职工全面发展、丰富广大女职工精神文化生活方面的重要作用。

（六）开展“巾帼言志奋斗有我——讲述女职工故事”微视频征集活动。积极参加省教科文卫体工会关于微视频征集活动，组织开展“巾帼言志奋斗有我——讲述女职工故事”微视频征集活动，上报我校女职工在立足岗位建功立业、阻击新冠疫情、确保复工复产复学等工作中的优秀微视频，讲述我校女职工的精彩逐梦故事，彰显当代巾帼的青春底色和风采。

三、活动要求

（一）加强组织领导。各分会、协会、社团要高度重视此项工作，结合本分会的工作特点和实际情况开展活动；要把开展“三八”节庆祝活动与落实复工复产复学、维权关爱、读书活动、婚恋交友等各项工作相结合，激励女职工立足岗位、勇于担当、团结一心。

（二）做好宣传工作。各分会、协会、社团要严格落实疫情防控要求，充分运用广播、报刊、网络等传播手段开展活动，策划活动应具有女性特点和工会特色，做好新闻宣传。女工委继续做好为女职工致信送祝福，营造广大女职工以爱岗敬

业、争创一流的精神投身学校高质量发展的舆论氛围。

（三）具体要求：

1. 为梳理和规划“三八”节活动有效开展，请各分会、协会、社团于x月x日前报送“三八”节活动简要方案。

2. 请各分会、协会、社团及时报送“三八”节特色庆祝活动总结、图片和微视频。

（1）活动总结要求：总结中明确本单位活动特色，有数据支撑。

（2）图片要求：报送图片不超过x张，格式为jpg图片+简要文字说明（文字说明即为图片名），像素大于xxxm单独报送，注意不要添加在word文档里。

（3）微视频要求：清晰度优良，时长x分钟以内，可采取抖音、短视频等形式，视频文件名为“xx分会+活动主题”。

（4）邮件命名为xx分会“三八”节活动信息报送。

;

学校控烟活动方案篇五

1、食品本身有害有毒：如毒草、莽草、发芽的马铃薯、木薯、苦杏仁、河豚鱼、湟鱼、毒蚌等。

2、食品被有害有毒物污染，如化学毒物、有害生物污染。

3、不卫生的设备，容器或用具。

- 4、生熟食品交叉污染。
- 5、使用了腐败变质的原料。
- 6、剩余食物未重新加热。
- 7、误用有毒有害物。
- 8、不适当的贮存。
- 9、食品加工烹调不当。
- 10、个人卫生素质差。

二、食物中毒分类

1、微生物性食物中毒

1细菌性食物中毒，特点：以胃肠道症状为主，常伴有发热，其潜伏期相对于化学性的较大。

2真菌毒素与真菌食品中毒，特点：中毒发生主要通过被真菌污染的食品；用一般的烹调方法加热处理不能破坏食物中的真菌毒素；没有传染性和免疫性，真菌毒素，一般都是小分子化学物，对机体不产生抗体；真菌生长繁殖及产生毒素需要一定的温度和湿度，因此中毒往往有较明确的季节性和地区性。

2、化学性食物中毒，特点：发病与进食时间，食用量有关；；发病快，潜伏期短，多在数分钟至数小时；常有群体性，病人有相同的临床表现；中毒程度严重，病程长，发病充及死亡率高；季节性和地区性均不明显，中毒食物无特异性；剩余食品、呕吐物、血和尿等样品中可以检测出有关化学毒物；误食混有强毒的化学物质或食入被有毒化学物污染的食物；临床表现因毒性物质不同而多样化，一般不伴有发热。

三、禁止采购的食品

- 2、未经医学卫生检验或者检验不合格的肉类及其制品；
- 3、超过保质期或者不符合食品标签规定的定型包装食品；
- 4、其他不符合食品卫生标准和要求的食品。

四、为什么说剩菜应彻底加热后才能食用

各种剩菜应尽早放入冰箱冷藏，再食用时应彻底加热，这是消除微生物的最好办法，剩菜在贮存时微生物也许已经生长繁殖，因为适宜的贮存仅能减慢微生物的生长，并不能杀灭它们，所以剩菜应尽量当餐食用。彻底加热是指食品所有部位的温度至少达到70℃以上。通常情况下，这样可保证食品卫生质量。

但是新鲜蔬菜最好不隔夜、隔餐食用。各种叶菜尤其如此，如白菜中含有大量的硝酸盐，吃剩的白菜经过一夜后，由于细菌的作用，无毒的硝酸盐会转化为剧毒的亚硝酸盐。亚硝酸盐可使人体血液中的低铁血红蛋白氧化成高铁血红蛋白，引起头痛、头晕、恶心、呕吐、心慌等中毒症状，亚硝酸盐还是一种致癌物质。

五、为什么说有些手部不良的习惯动作具有潜在危险性

小学生食品安全知识

一、预防食物中毒，首先要讲究个人卫生，做到勤洗澡、勤洗衣服、勤剪指甲、勤理发，勤换床单和被盖。保持教室环境的清洁卫生，养成饭前便后洗手、不暴饮暴食的良好习惯。其次做到“六不吃”，不吃生冷食物、不吃不洁瓜果、不吃腐败变质食物、不吃未经高温处理的饭菜、不喝生水、不吃“三无”小零食。再就是要从食品标签上注意识别食品质

量，选择安全的食品是把住“病从口入”的第一关。

1、认识食物中毒特征：潜伏期短：一般食后几分钟到几个小时发病。胃肠道症状：腹泻、腹痛，有的伴随呕吐、发热。

2、提高自我救护意识：出现上述症状，应怀疑是否食物中毒，并及时到医院就诊，同时报告老师。

3、预防发生食物中毒：养成良好的卫生习惯，特别是饭前便后勤洗手，用除菌香皂，洗手液洗手。不吃生、冷、不清洁食物，不吃变质剩饭菜，少吃、不吃冷饮。

二、日常生活中，人们常有一些不卫生的饮食习惯和行为，但很多人对此尚未重视起来，这对身体健康十分不利。“病从口入”这句话讲的就是这个道理，要注意：

1、搞好饮食卫生，谨防病从口入，做到：洗干净你的手，水果要洗净削皮后食用，煮熟食物，尤其是水产品鱼、虾、贝类等要煮熟、煮透再吃，不喝生水。

2、注意个人卫生，饭前便后要洗手，勤剪指甲勤洗手。

4、暴露空气中的熟食一定要做好防传播疾病的媒介。

5、不随便吃野菜、野果。野菜、野果的种类很多，其中有的含有对人体有害的毒素，缺乏经验的人很难辨别清楚，只有不随便吃野菜、野果，才能避免中毒，确保安全。

6、不吃腐烂变质的食物。食物腐烂变质，就会味道变酸、变苦；散发出异味儿，这是因为细菌大量繁殖引起的，吃了这些食物会造成食物中毒。

7、不要到卫生条件差的饮食店就餐。不随意购买、食用街头小摊贩出售的劣质食品、饮料。这些劣质食品、饮料往往卫

生质量不合格，食用、饮用会危害健康。

9、如出现身体症状，尤其是剧烈的腹泻，呕吐，一定要到正规的医院就诊。

三、常见的饮食卫生误区如下：

1、好热闹喜聚餐：每当节假日，人们大多喜欢三三两两到餐馆“撮一顿”，或是亲朋好友在家聚餐，又热闹又便于交流感情。这样做不利于健康，不符合饮食卫生，特别是当前这一非常时期，最好实行分餐制。分餐的做法是对别人和自己生命健康的负责和尊重。

2、用白纸包食物：有些人喜欢用白纸包食品，因为白纸看上去好像干干净净的。可事实上，白纸在生产过程中，会加用许多漂白剂及带有腐蚀作用的化工原料，纸浆虽然经过冲洗过滤，仍含有不少化学成分，会污染食物。至于用报纸来包食品，则更不可取，因为印刷报纸时，会用许多油墨或其他有毒物质，对人体危害极大。

3、用酒消毒碗筷：一些人常用白酒来擦拭碗筷，以为这样可以达到消毒的目的。殊不知，医学上用于消毒的酒精度数为75度。