尊敬的家长：

您好！秋韵满庭，丹桂飘香。值此双节同庆之际，为切实保障全体学生假期安全与身心健康，做好假期各项安排，特此致信各位家长，携手守护孩子平安、充实度过假期！

双节放假&返校调课安排 01

放假时长：2026年9月25日（周五）—10月6日（周二），共计12天。

调课补课：10月7日（周三）、10月10日（周六）正常上课，2026年寒假放假时间顺延2天。

返校提醒：假期出行人流密集，请家长督促孩子提前规划行程、错峰往返、提前购票，按时返校。若因特殊情况无法准时返校，务必提前联系辅导员，履行正规请假手续。同时请家长全程掌握孩子假期行程，保持日常沟通，关注孩子身心状态。

假期六大安全温馨提醒 02

1. 离校自查，守住宿舍安全

提醒学生离校前整理好个人物品，贵重财物随身携带、妥善保管。离开寝室务必严格落实关电、关水、关门窗的三关检查，排除安全隐患，守护安全宿舍。

2. 严防溺水，坚守安全底线

提醒学生时刻牢记防溺水安全准则，严禁私自、结伴下水戏水游泳，远离江河、湖泊、水库、池塘等无安全保障的危险水域。若遇他人溺水，切勿盲目下水施救，优先呼救、报警，等待专业救援，掌握科学施救方式。

3. 文明出行，严守交通规则

提醒学生出行不闯红灯、不横穿马路、不翻越护栏、不边走边玩手机。选择正规交通工具，坚决拒乘超载、无牌无证、非法营运车辆。骑乘电动车务必规范佩戴头盔，遵守骑行规则。提前查看天气，恶劣天气减少外出，保障出行安全。

4. 谨慎上网，谨防电信诈骗

提醒学生提高反诈意识，不轻信陌生来电、不点不明链接，不泄露个人及家庭信息。坚决抵制刷单返利、校园贷、网络博彩等各类陷阱，任何转账汇款务必多方核实。引导学生文明上网、理性上网，不造谣、不信谣、不传谣，合理控制上网时长。

5. 留校自律，遵守校园规定

提醒学生假期留校需严格遵守学校管理制度，服从统一管理。严禁宿舍私拉乱接电线、使用违规电器、留宿外来人员。减少夜间单独外出，全程保持通讯畅通，遇突发情况第一时间向老师报备求助。

6. 暖心陪伴，关注心理健康

大学生正处于心理发展敏感期，心理健康状态易受学业压力、人际冲突、挫折事件等因素影响，容易产生情绪焦虑、生活迷茫等心理问题。请家长多陪伴、多沟通、多倾听，鼓励学生坚持运动、规律作息、积极生活。学校心理咨询室正常开放，如有学业、情绪、人际困扰，可通过官方渠道预约咨询。

家校同心，平安同行

学生的平安与成长，是我们共同的心愿。愿家校携手并肩，筑牢安全防护网，度过一个**平安、健康、充实、祥和**的双节假期！

皓月映山河，家国共安康。

衷心祝愿伟大祖国繁荣昌盛！

祝愿各位家长节日快乐、阖家团圆、万事顺遂！

福州职业技术大学学生工作处

2026年9月24日

END

来源 | 学生工作处

美编 | 陈怡珺

校对 | 张善艳

审核 | 朱荔

终审 | 张忠君

