**2022年寒假假期致全体同学的一封信**

亲爱的研究生们：

岁月不居，时节如流。经过一个学期充实紧张的学习生活，同学们期待已久的寒假即将来临。我们在此向同学们致以新年的问候和诚挚的祝福！按照目前学校放假及开学安排，2022年1月17日（星期一）至2月25日（星期五）为学生寒假时间，为了让同学们度过一个平安、愉快、充实、幸福的假期，在大家踏上归途之际，特做如下提示：

**一、科学防疫，度健康假期**

目前是疫情防控的关键时期。当前，国外疫情仍在持续肆虐蔓延，国内疫情防控压力持续加大，国内多地先后出现了本土确诊病例或无症状感染者，截至2021年12月28日09时，全国疫情高风险地区2个，中风险地区增至168个。北京近期暂无中高风险地区，但是奥密克戎变异株的出现增加了疫情防控的不确定性。同时，随着春节假期的到来，人员流动和聚集规模将会十分庞大，疫情传播风险持续存在，疫情防控形势严峻复杂。

近期，北京市召开新冠疫情防控工作新闻发布会，对首都防控政策作出了调整。学校党委高度重视，充分认识目前疫情形势，慎终如始、绝不松懈，坚持常态化防控和应急处置相结合，继续从严从紧、科学精准扎实做好学校的疫情防控工作，从严从紧落实各项防控要求，确保师生员工生命安全和身体健康。

在此，为保障大家的健康和安全，请同学们阅读并遵守学校寒假期间的疫情防控要求：

1.请同学们根据放假通知，合理安排行程，在离校前根据学院的要求，及时与辅导员报备行程信息，履行离校手续，不要拖延或瞒报。要提前了解目的地的疫情防控政策，提前做好核酸检测等准备。在开学前关注学校相关安排，及时购买好返程票，安全有序离校，平安准时返校。

2.寒假期间同学们要配合学校做好个人健康监测，要如实报告如所在地风险等级变化、所在地管控等级变化、本人或家人疫情关联情况等有关健康信息。如有特殊情况及时上报，以便学校可以及时了解情况，并根据实际情况提供帮助。

3.寒假期间留校的同学们要自觉遵守学校疫情防控各项举措，服从学校组织安排。要坚持非必要不出校，在校内坚持戴口罩，做好个人防护。若有离京需求或京内请假外出超过3天，应及时向辅导员报备并履行请假手续，返回校园时按照寒假期间学生返校的条件和流程（详见下列提示5）返校。如由于北京疫情形势变化等原因，同学们有防疫必须物资需求或其他困难，可以及时求助辅导员老师，学校一直是大家坚强的后盾！

4.离校的同学们在返乡途中要时刻将防疫挂在心上，在返乡前提前准备口罩、手部消毒液等个人防护用品。乘坐公共交通时，要全程佩戴口罩，尽量提前开通公交、地铁等移动支付，为减少不必要的接触，尽量与其他乘客保持一定距离，打喷嚏用纸巾或者手肘遮挡口鼻，勿用手直接接触口、鼻、眼等部位。保持手部卫生，减少与其他物品接触，接触后要及时洗手或用免洗洗手液、消毒湿巾擦手，要妥善保存旅行票据及行程信息，以便日后备查。

5.寒假期间，为了保障留校同学们的健康安全，原则上同学们不要提前返校。如果有特殊原因确需返校，请及时与辅导员沟通报备，在学院审批通过后方可返校。请大家注意，**返京返校时需严格执行北京市相关规定，若14日内曾旅居有1例以上本土病例所在县（市、区、旗）或陆路边境口岸所在县（市、区、旗）的同学，请暂缓进返京，并根据当地防疫政策进行健康观察。连续14天以上在京低风险地区旅居的同学需持“北京健康宝”绿码、校园一卡通即可入校。从京外返校的同学需持48小时内核酸检测阴性证明、“北京健康宝”绿码及校园一卡通方可入校。**春季学期开学学生集中返校的返校标准和流程另行通知。

6.寒假期间同学们要减少非必要聚集，避免前往人员密集和通风不良的场所，尽量减少聚会、聚餐等聚集性活动，提倡公筷制、分餐制、咳嗽打喷嚏时注意遮挡等良好卫生习惯，不接触、不购买和食用野生动物。要合理安排行程，减少不必要出行，原则上不要前往境外和国内中高风险地区旅游、探亲。确有必要需要外出时，同学们要记得备足口罩、手消等防疫物品，做好外出个人防护。在乘坐公共交通工具、电梯以及去往商场超市、医院等人员密集封闭拥挤场所时一定要记得佩戴口罩。

7.寒假期间同学们要严格遵守旅居地疫情防控要求，服从所在地政府部门管理和安排，主动配合做好各项防控措施。若出现发热、干咳、乏力等症状，要及早到就近的医疗机构就诊，并如实上报年级辅导员。应主动关注疫情形势，如有与公布的新冠肺炎确诊病例行程一致、健康码异常、收到卫健部门协查通知或个人出现发热等健康异常等情况，要保持冷静，第一时间主动向社区和居住单位报告，并及时告知辅导员老师，配合社区和学校做好相关处置工作。同时，同学们要坚持“不信谣，不传谣”，与身边亲朋一起，保持理性，不听信、传播小道消息，用平和的心态和丰富的知识，展现当代大学生的风采，做好“流言终结者”。

**二、确保安全，度平安假期**

1.注重财产安全：同学们回家前要妥善保管好个人贵重物品，关闭宿舍内电器和电源，锁好门窗，不要留下安全隐患。在回家、返校的旅途上记得注意保护自己的财产安全，注意防盗防诈骗，增强防范意识，以免上当受骗。

2.注重交通安全：在路途中需要将“安全第一”常挂在心，注意交通安全，尽量选择结伴出行。选择安全的出行方式，为保护自身安全，同学们要做到不乘坐超载、超员客车，不乘坐非法运输车辆，雨雪天气尽量选择公共交通工具。遵守道路交通安全法律法规，过马路时勿看手机、带耳机，不酒后开车，不疲劳驾驶。

3.注重人身安全：春节期间文明、安全燃放烟花爆竹，注意人身安全。考虑到疫情仍然严峻，尽量不要到人流聚集的地方参加大型群体活动，以防止拥挤踩踏事件发生。出行的同学可以提前关注天气预报，以及时应对雨雪霜冻等极端天气。

4.注重留校安全：假期留校同学需要注意用电安全，冬天天气干燥，为防止发生火灾，大家要自觉遵守学校相关规定，不要私拉电线，不要使用明火和大功率电器，宿舍离人须断电。电火无情，一定不要心存侥幸。

5.注重饮食作息：假期要合理用餐，不要暴饮暴食。注意饮食卫生，以防止食物中毒及肠道感染病。预防疾病传染，生病要及时就医，防止贻误治病时机。

6.注重及时上报：提高遇到重要或紧急事件的报告意识，一旦发生突发、意外事件，同学们需要第一时间与地方相关部门联系，第一时间与学院辅导员联系，做到报告及时、信息准确，以便地方管理部门或学校能及时提供有效帮助。

**三、劳逸结合，度充实假期**

1.留点时间陪伴家人：爆竹声中又是新的一年，父母鬓角的白发又多了些许。同学们应该更加珍惜陪伴父母亲人的时光，多替父母做点力所能及的家务，与父母多照一张合影，留下阖家团圆的美好时光印记，跟父母讲讲学校里的趣事，帮忙准备春节年货。让忙碌一年的他们多歇一歇，感恩他们辛苦的养育和无私的爱。

2.留点时间调整自己：假期中同学们可以静下心来认真回顾一学期来所学知识，查漏补缺，为新学年和新学期做好规划，树立全新的学习、生活目标，保持良好的生活节奏和习惯。按照学校关于选课的时间安排与相应要求，合理部署自己的时间。

3.留点时间给自己充电：假期是同学们放松身心、开拓视野的好机会。大家可以选择多看几本书，感受文字的智慧与魅力，给自己的前进蓄足更多的能量。也可以利用网络学习和娱乐，但要注意身心健康，同时要记得注意网络安全，讲究网络道德，文明上网，不造谣、不传谣，合理安排娱乐时间，避免沉迷于网络游戏，浪费自己的青春年华。

4.留点时间强身健体：寒假期间正是好习惯养成的最佳时期，同学们应该抓住假期时间，充分锻炼好自己的身体，每天锻炼一小时，养成良好的体魄，提高自身免疫力，可以有效抵抗一些疾病，为以后的学习留下良好的身体基础。

**四、平安往返，度圆满假期**

根据学校目前放假及开学安排，**我校2022年寒假学生放假时间为2022年1月17日（星期一）至2月25日（星期五），新学期注册时间为2月27、28日（星期六、日），3月1日（星期一）正式上课。**请同学们根据放假通知，合理安排行程，及时填报寒假去向信息登记表单，及时购买好返程票，安全有序离校，平安准时返校。如确有特殊情况不能按期返校，请及时与辅导员、班主任做好沟通，并办理好请假手续。

同学们，寒假期间若遇北京市疫情防控等级调整或其他突发情况，学校将及时动态调整疫情防控相关举措，希望同学们能够及时关注学校、学院的官方通知，坚持个人防护不放松、不懈怠，安全意识牢记心间，度过一个安全健康、快乐幸福、有所收获的假期！

研究生工作部

2022年1月7日