

企业/机构致谢

- 本课程由【拜耳（中国）有限公司】授权提供，选自拜耳云支教系列课程。在此，特别致谢拜耳对“云支教”助学计划的支持，以及对乡村儿童教育发展所做出的贡献。

《健康安全每一天》

云支教全国标准课程1.0版



讲师介绍

黎老师
《雨季人身安全》



玲玲老师
《食品安全与卫生》



“木子”老师
《校园与交通安全》



雨季人身安全-黎老师



雨季常见的自然灾害



雨季常见的安全隐患

自然灾害

- 山体滑坡和泥石流：在雨季，山区容易发生山体滑坡，对人身安全构成威胁。
- 洪水：骤雨可能导致河流泛滥，造成洪水风险。

交通安全

- 山区道路狭窄且曲折，在靠近道路时可能面临车辆经过的风险。

高处坠落

- 在山崖、悬崖等高处玩耍，存在摔落的危险。

迷路和失联

- 山区地形复杂，在外游玩时容易迷路，尤其是在缺乏明确标识或导航的情况下。

安全知识技能培养

逃生与求救
交通安全
高处安全
迷路应对



食品安全与卫生-玲玲老师

什么是食品安全？

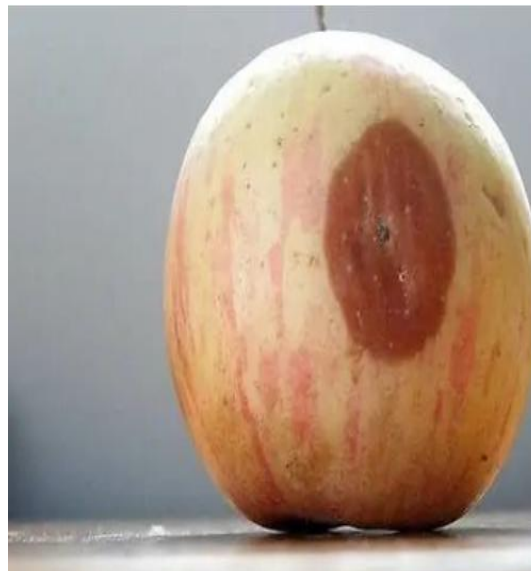
食品安全是指保持我们的食物干净和安全可食用。
吃安全的食物有助于我们的身体健康，防止肚子痛或其他疾病。

图中哪些食物“坏掉了”？

发霉



发霉, 变色



包装胀气

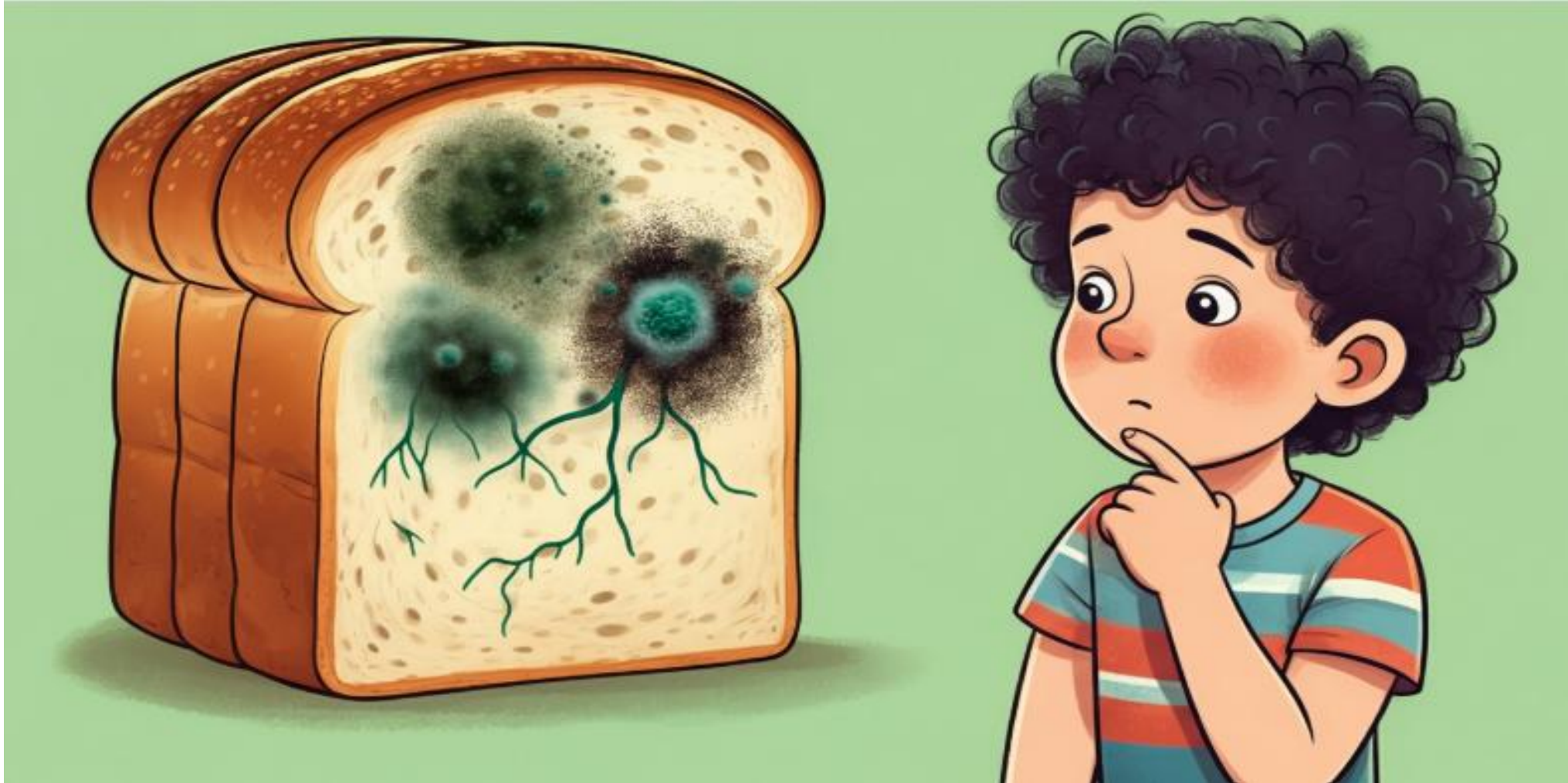


发霉的食物为什么不能吃?



丁格镇

发霉的食物上通常主要存在霉菌，
霉菌有菌丝。



发霉的食物上除了霉菌,也可能伴随有害细菌的生长,包括:

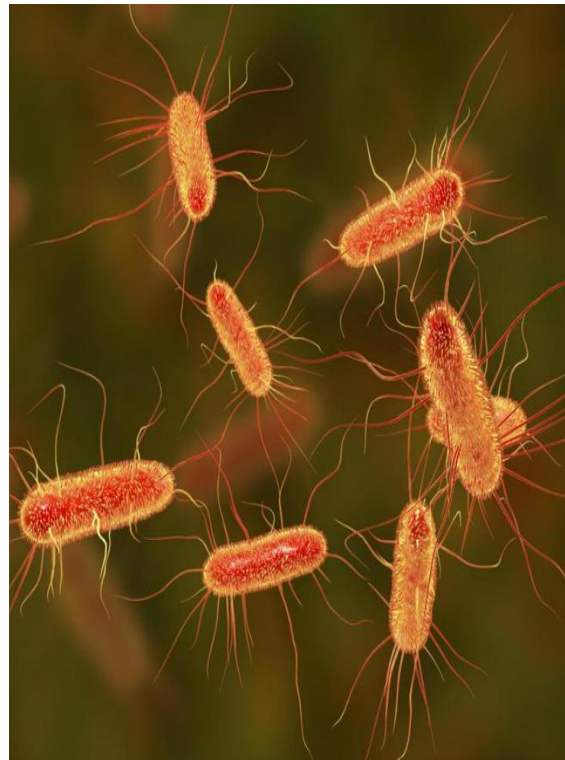
沙门氏菌

主要出现在生肉和鸡等。



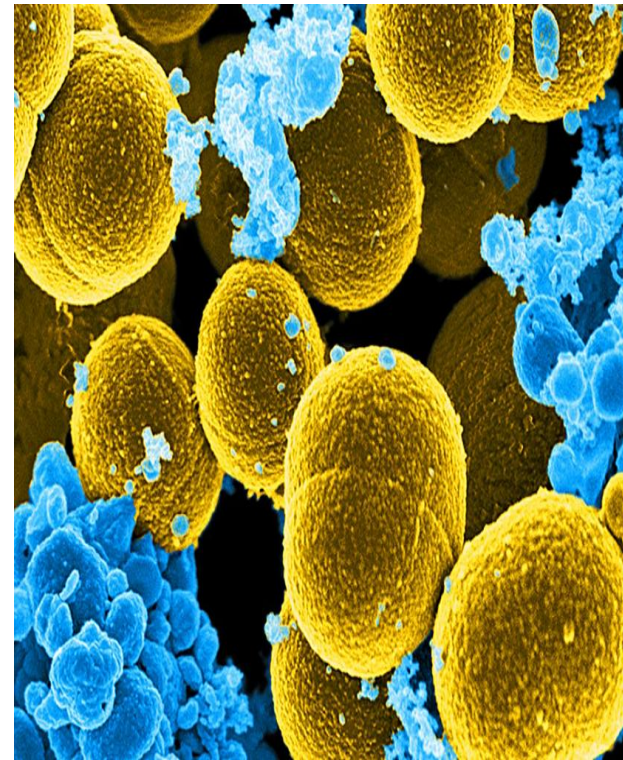
大肠杆菌

主要出现在生肉,奶,以及生蔬菜,未清洗的水果中。



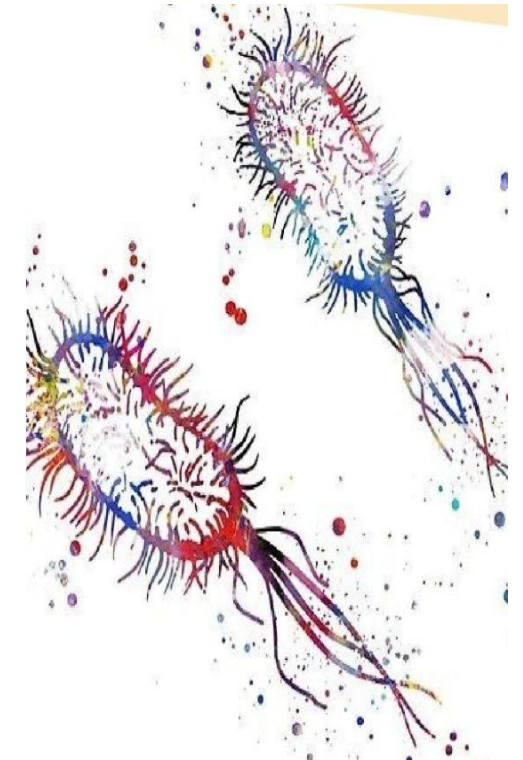
金黄色葡萄球菌

熟肉,乳制品,蛋类。



李斯特菌

在冷藏条件下生长,常见于发霉乳制品。



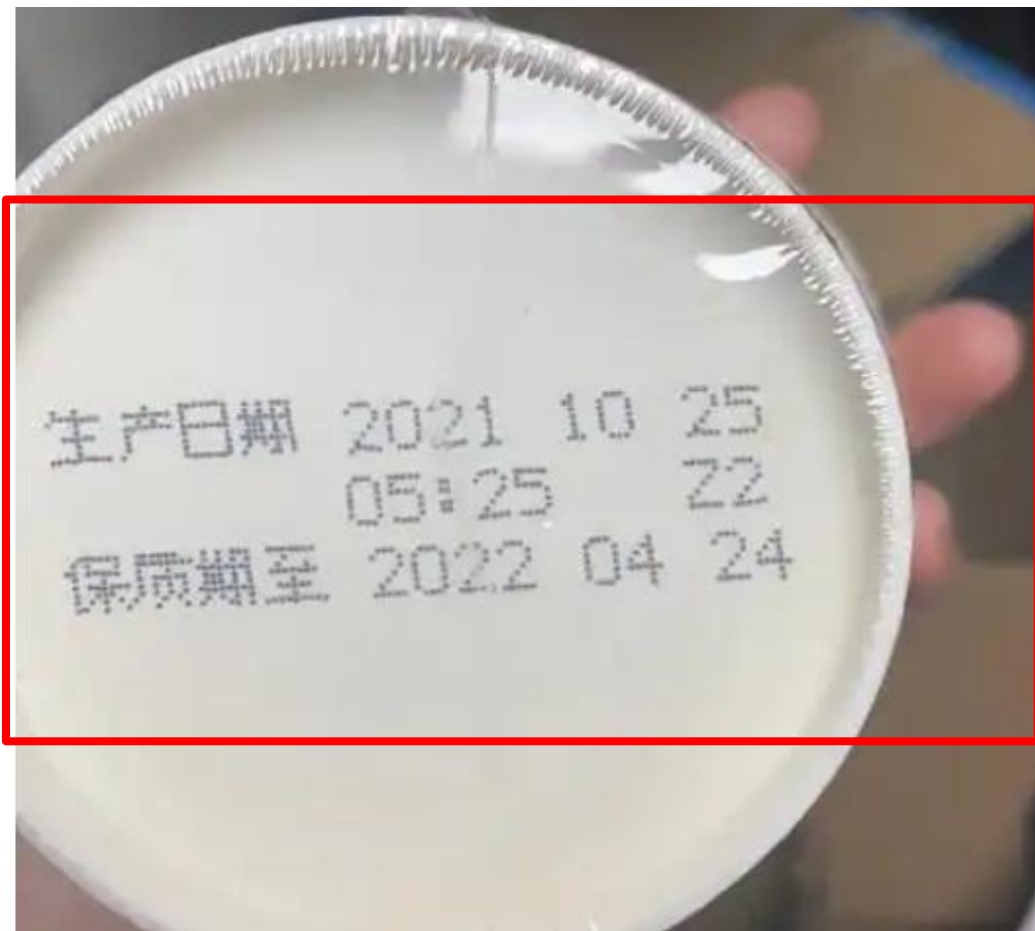
过期但未发霉的食物为什么不建议吃

- **营养成分下降**
- **细菌生长**
- **变质风险**

即使没有明显的霉变，过期食品中仍可能滋生有害细菌。

某些食品在过期后导致味道和质地变差。

如何判断产品过期与否？



营养成分表

项目	每100mL
能量	207 kJ
蛋白质	3.6g
脂肪	3.5g
碳水化合物	5.0g
钠	58 mg
钙	120 mg

配 料	生牛乳
产品类型	全脂灭菌乳
产品标准号	GB 25190
保 质 期	6个月
贮存条件	常温密闭保存
生产日期	见包装喷码
生产厂商及产地	具体见喷码前两位代码

食品安全标志

QS”是食品“质量安全”(Quality Safety)的英文缩写，带有“QS”标志的产品就代表着经过国家的批准，所有的食品生产企业必须经过强制性的检验，合格且在最小销售单元的食品包装上标注食品生产许可证编号，并加印食品质量安全市场准入标志(“QS”标志)后才能出厂销售。没有食品质量安全市场准入标志的，不得出厂。

在无污染的生态环境中种植及全过程标准化生产或加工的农产品，严格控制其有毒有害物质含量使之符合国家健康安全食品标准，并经专门机构认定，许可使用绿色食品标志的食品。

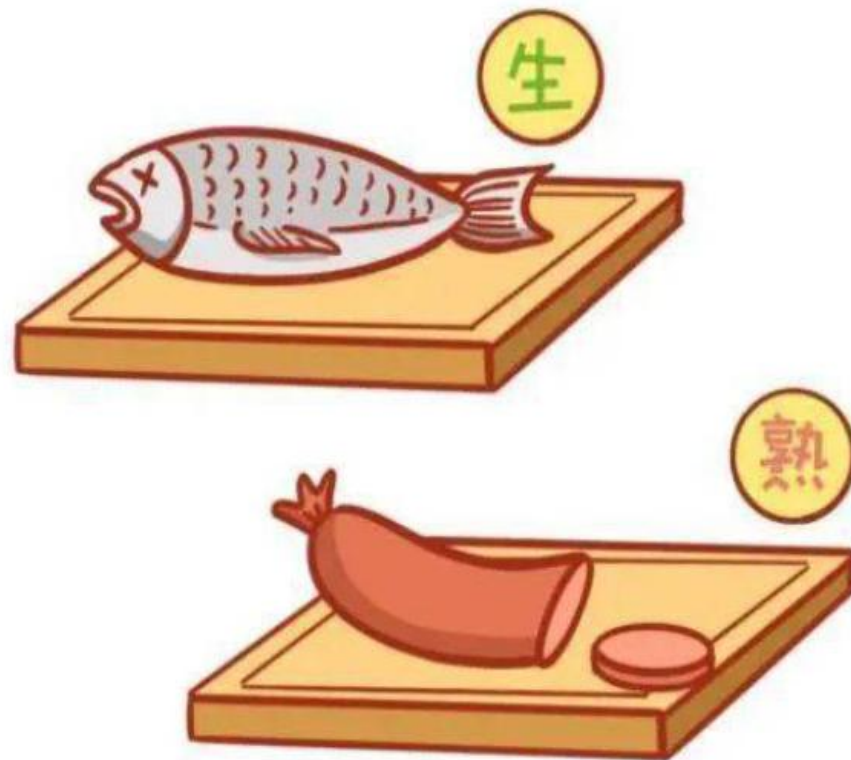
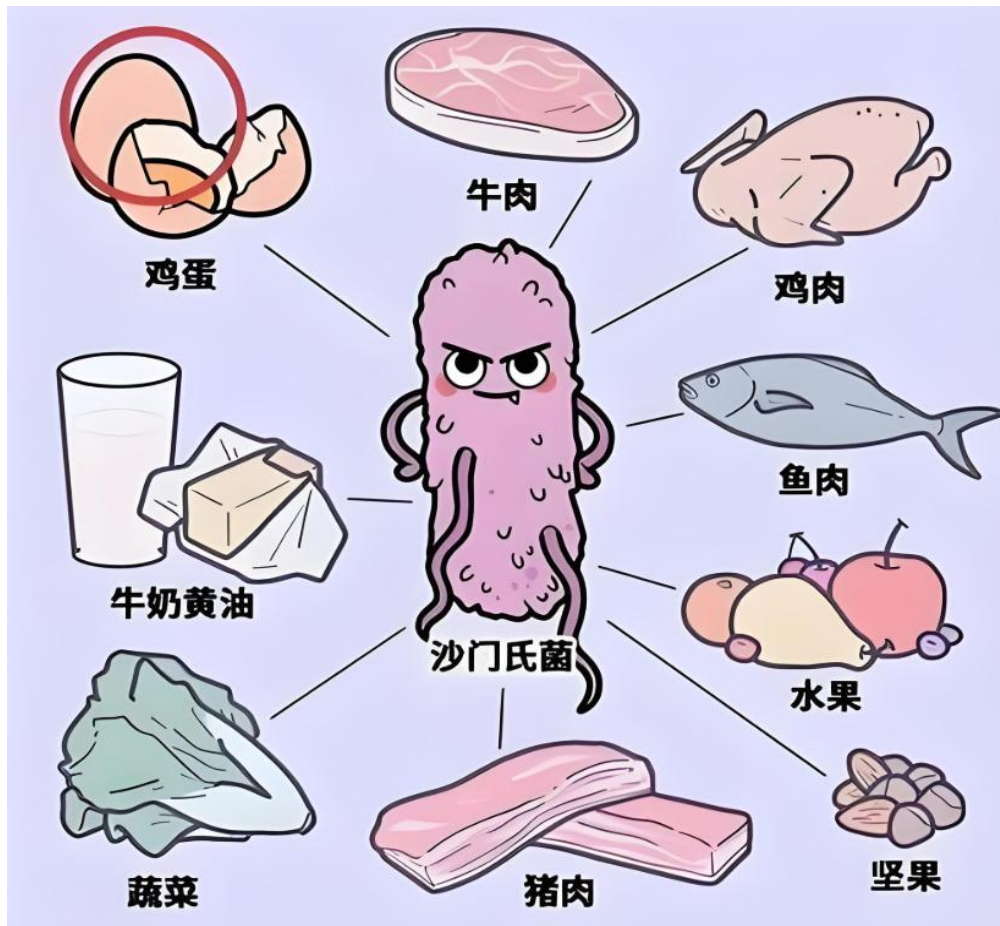


没有煮熟的食物可以吃吗

存在细菌和寄生虫。

生或未煮熟的食物（尤其是肉类、禽类、鱼类和蛋类）可能含有有害的细菌（如沙门氏菌、大肠杆菌）或寄生虫（如弓形虫、旋毛虫）。

生肉和熟食可以用同一个砧板吗？



生熟食品要分开

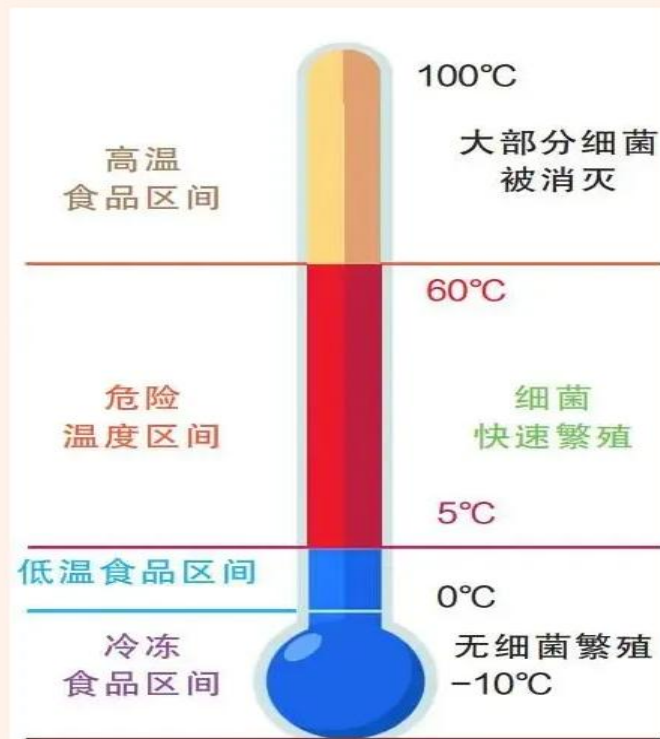
没吃完的饭菜该怎么处理呢？

及时放入冰箱！



不建议饭凉了再放冰箱

在 5°C ~ 60°C 时，细菌的活动是最猖獗最快速的，因此 5°C ~ 60°C 也被称为食物的“危险温度区”。



食品安全四要点

- 保持清洁：饭前便后洗手，水果要洗干净
- 生熟分开：生肉和熟食用不同砧板
- 煮熟食物：没有煮熟会有细菌！
- 安全温度：饭菜及时放入冰箱！

知识问答!

1. 苹果有点烂，挖掉坏的部分还能吃?

-不能! 霉菌会扩散

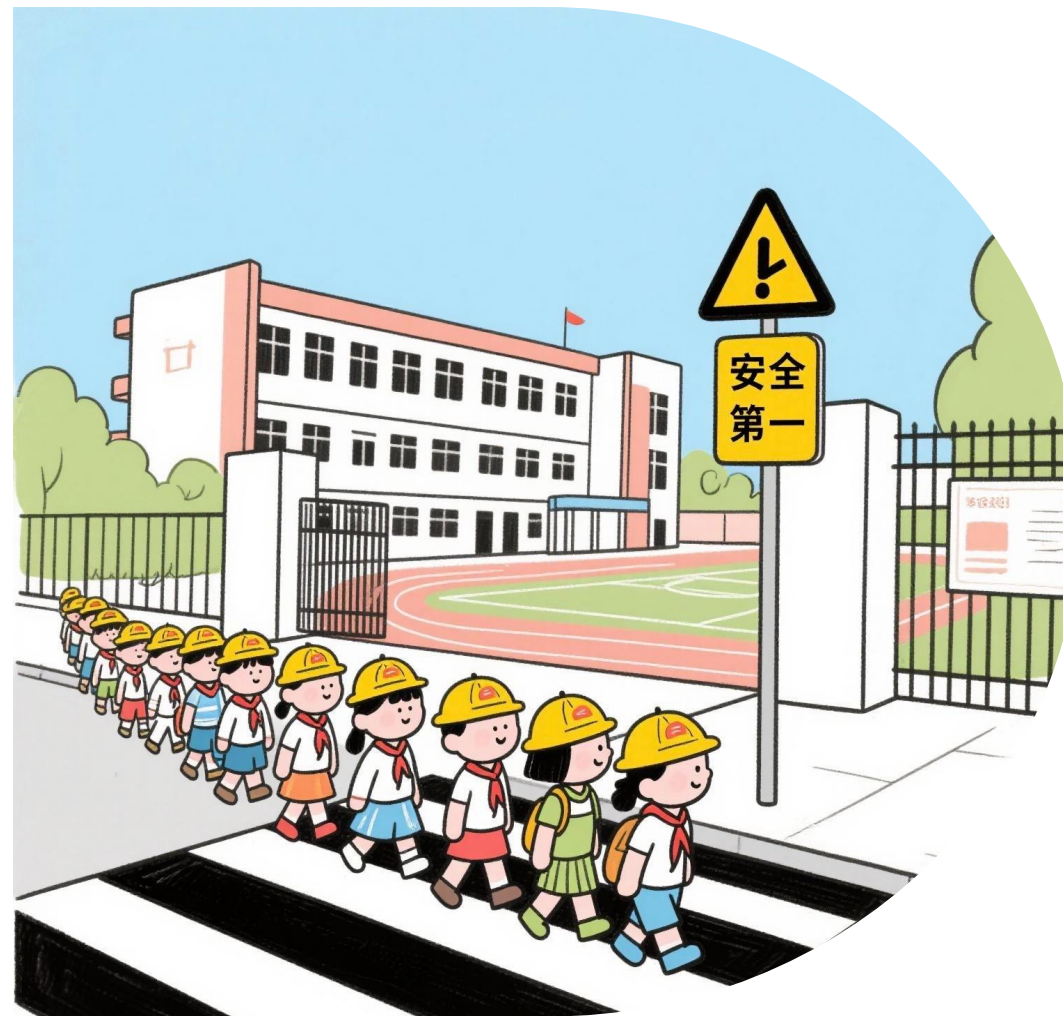
2. 妈妈用同一个砧板切了西瓜和生肉，马上吃西瓜安全吗?

-不安全! 要洗干净

3. 小明吃完饭以后把剩饭放在桌子上，下次吃安全吗?

-不安全! 一定放进冰箱里面，下次加热吃

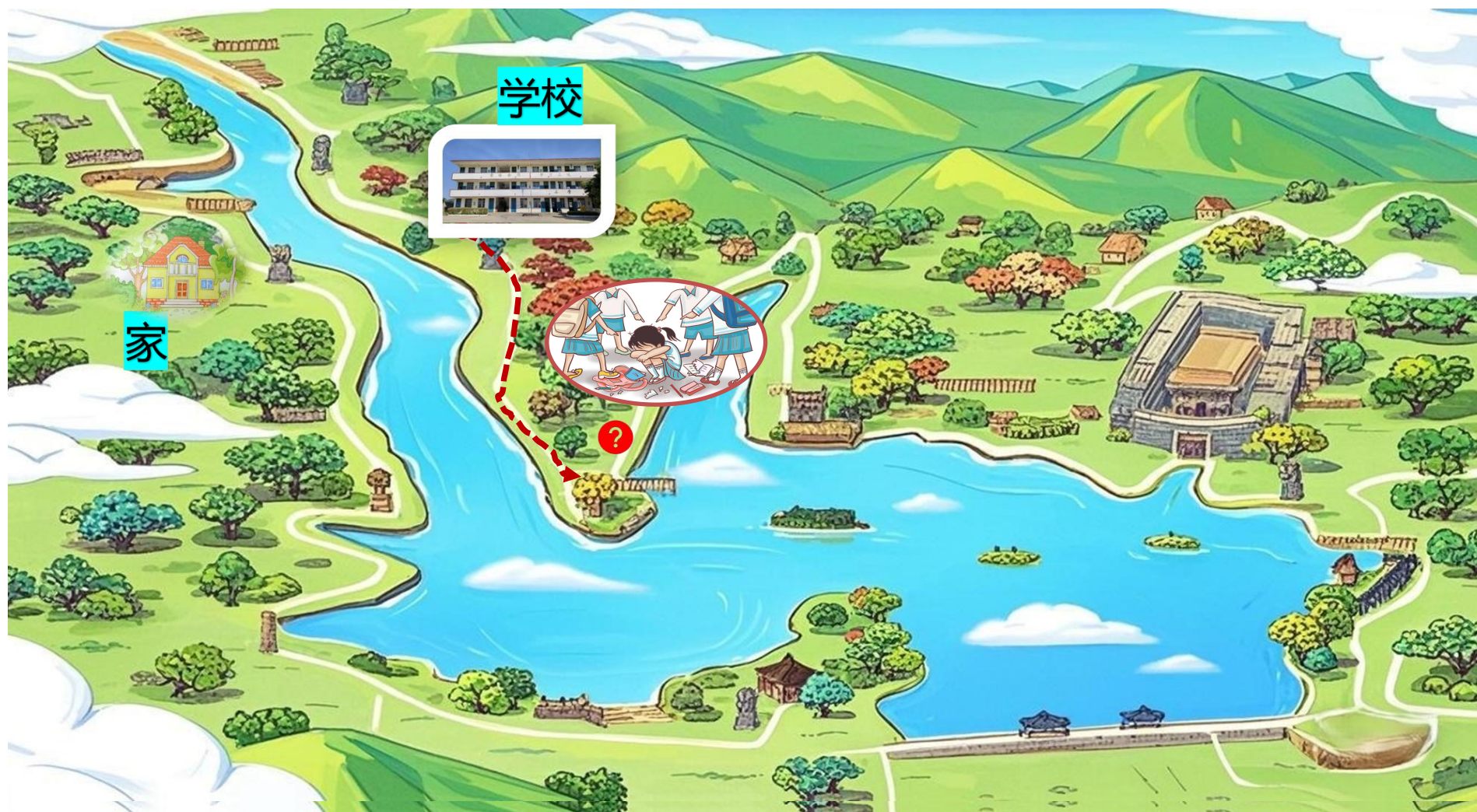
校园与交通安全- “木子” 老师



校园与交通安全-“木子”老师



校园与交通安全-“木子”老师



qī líng
欺凌

不用刻板印象看欺凌

- 辱骂、敲诈勒索、恐吓排挤
 - 散播谣言、起侮辱性绰号
 - 财物被损坏、隐私被公开
- 这些行为都是欺凌！



对校园欺凌
说“不”



校园与交通安全



校园与交通安全



交通安全

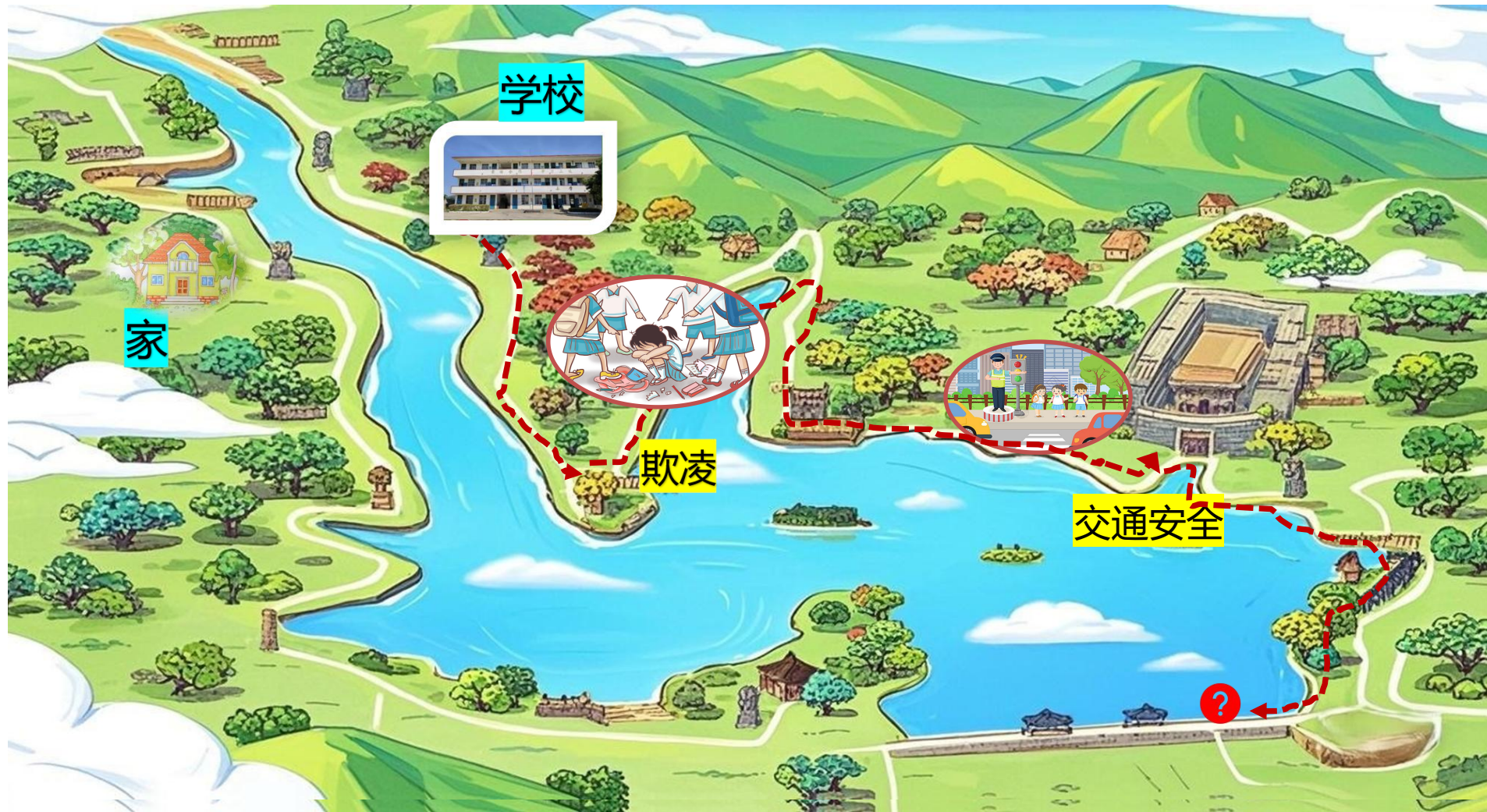


不翻越护栏

校园与交通安全



校园与交通安全



校园与交通安全



校园与交通安全

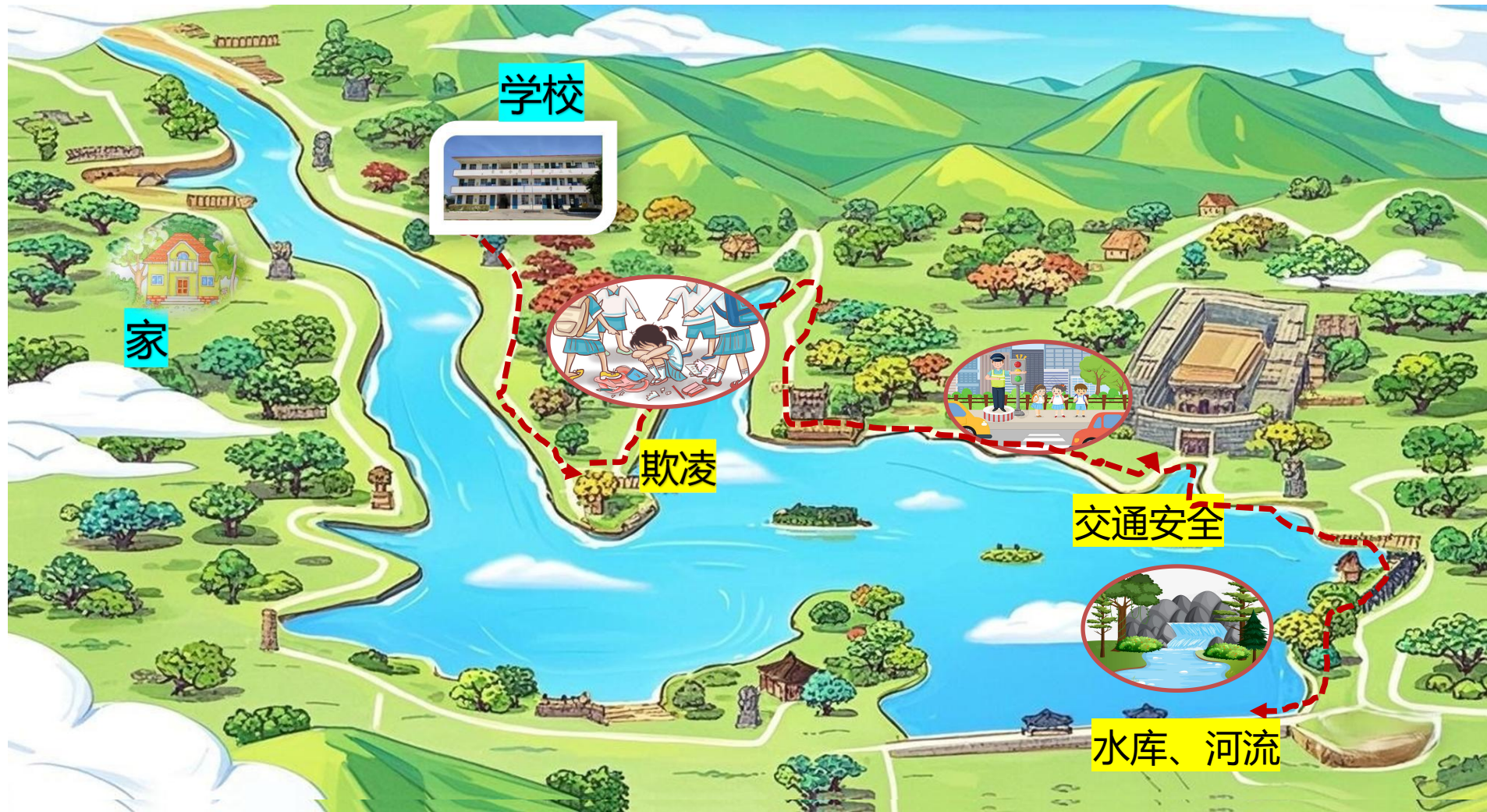


珍爱生命，谨防溺水

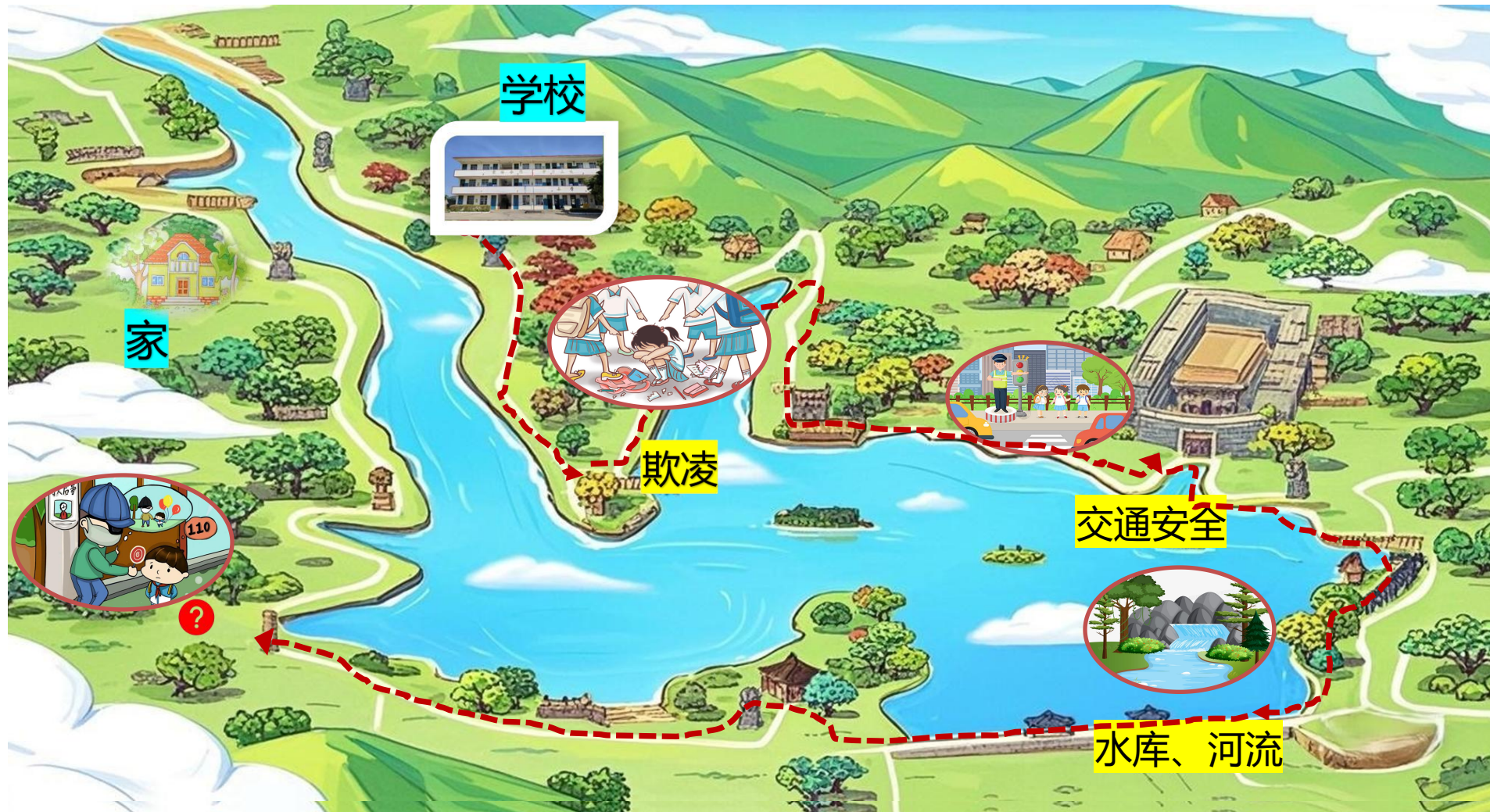
预防是最好的救援
切记远离危险水域



校园与交通安全



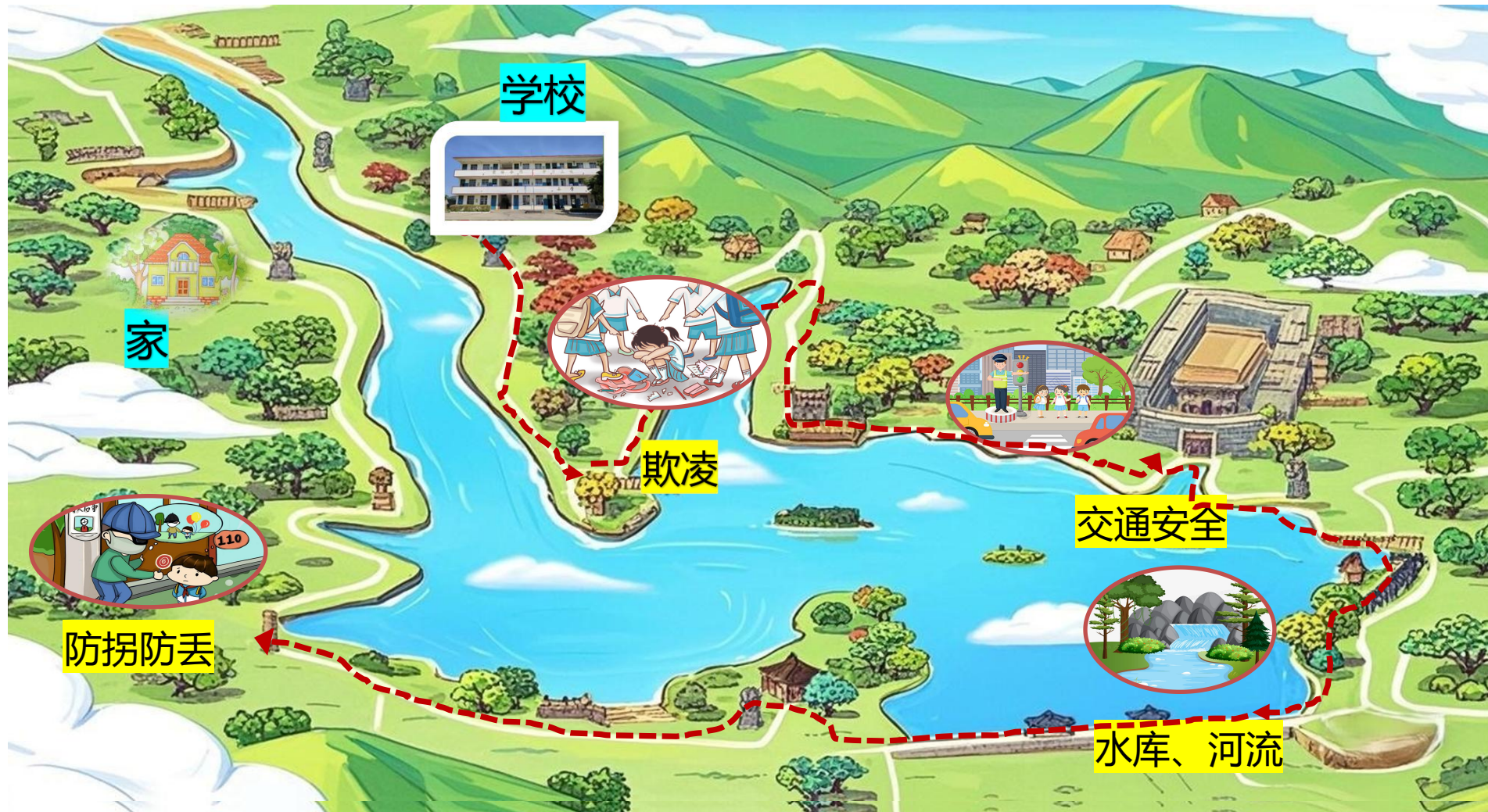
校园与交通安全



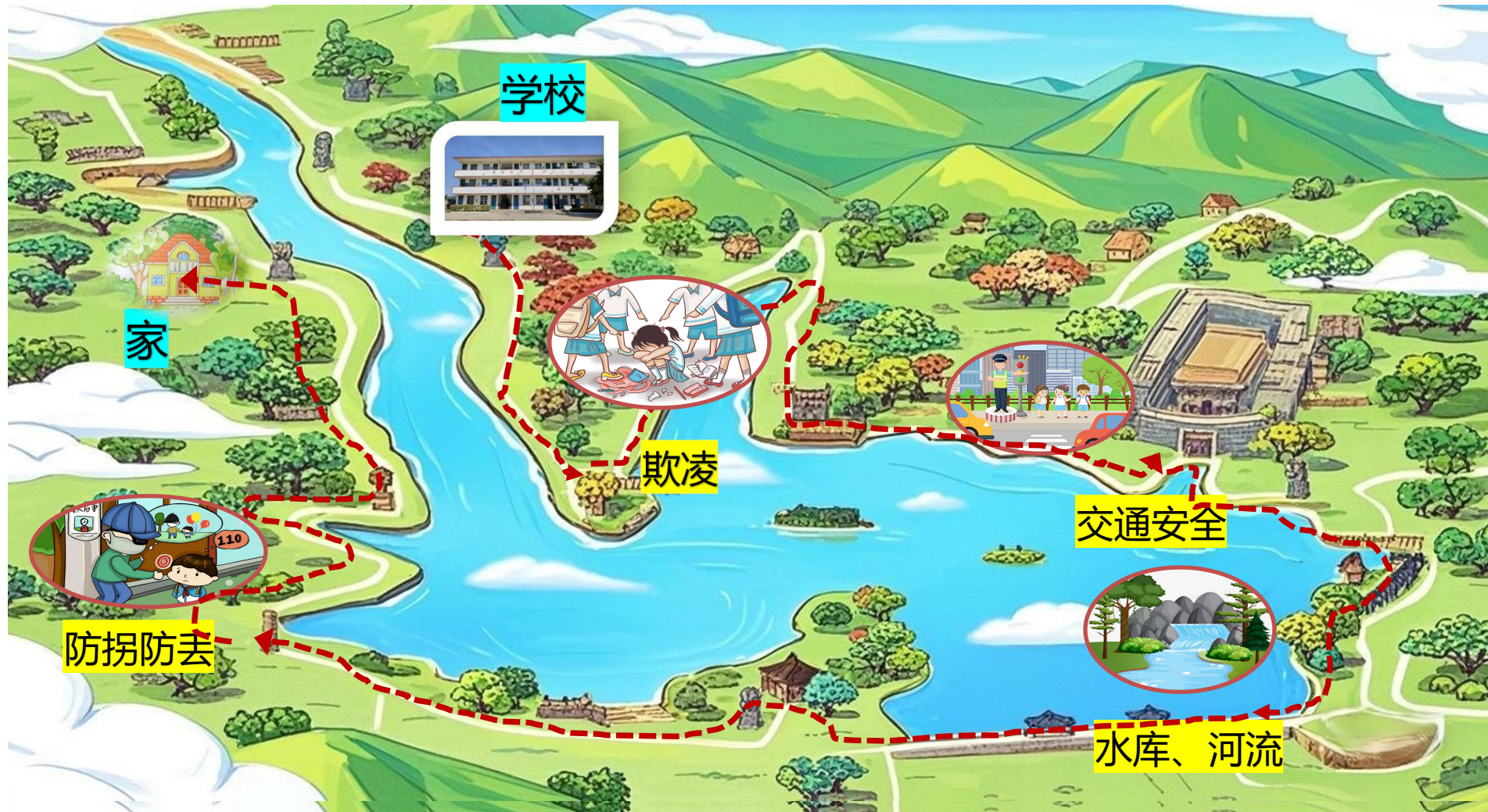
校园与交通安全



校园与交通安全



校园与交通安全



课程总结回顾



《雨季人身安全》

- 远离积水区域
- 穿亮色衣服，使用人行道，注意来往车辆
- 避免攀爬高处
- 识别标志，寻求帮助



《食品安全与卫生》

- 食品安全四要点
- 识别食品的保质期和安全标志
- 保持卫生习惯，健康饮食



《校园与交通安全》

- 对霸凌说“不”
- 遵守交通安全
- 远离危险水域
- 防拐防丢，有困难找“制服”叔叔或阿姨

版权声明

- 本课程由【拜耳（中国）有限公司】授权提供，选自拜耳云支教系列课程。在此，特别致谢拜耳对“云支教”助学计划的支持，以及对乡村儿童教育发展所做出的贡献。
- 本课程仅用于有爱有未来大学生志愿者及企业志愿者，针对乡村学校开展教育帮扶项目；同时，支持乡村学校用于开展课程教学。
- 未经授权许可，对课程内容进行摘取、复制、传播、修改、出租、售卖，或以其他方式进行处理及衍生其他作品的行为，均构成侵权。
- 任何企业、机构和个人，不得将本课程应用于商业用途。

有爱有未来企业志愿行动
2026年3月16日



云支教助学计划 Online Education Volunteer Project

为响应“乡村振兴”战略，有爱有未来企业志愿行动联合多家专业机构于2018年发起“云支教助学计划”，以“互联网+教育扶贫”的创新模式，为企业志愿服务和大学生助学支教提供可持续的教学直播平台，帮助乡村中小学校接触更多优质教育资源，助力乡村教育发展。

截至2025年，共有来自26家企业员工志愿者，391所高校大学生志愿者响应“云支教助学计划”，覆盖中国31个省市的626所乡村学校，累计开展支教课时数量为35,158课时，204,500名乡村学生直接受益。



有爱有未来企业志愿行动 Share the Care Volunteer Organization

有爱有未来创立于2006年，是国内领先的企业志愿服务项目平台和枢纽机构，服务于FESCO系统数万家中外企业和数百万白领员工。有爱有未来以教育、环境、健康、艺术作为志愿服务的主要工作方向，聚焦联合国可持续发展目标（SDGs）、企业社会责任（CSR）、ESG环境责任等相关议题，积极响应国家乡村教育振兴、双碳行动、健康中国等政策倡导，持续开展形式多样的企业志愿服务项目，公益资源网络覆盖全国。

截至目前，有爱有未来已发动超过300家中外企业，在中国31个省市的626所乡村学校开展超过900项/次公益项目和志愿服务活动，参与企业员工及高校大学生志愿者超过161万人次，超过136万名乡村师生受益。

联系我们

Ms. Alina Wang王公佑
Office: 8610-82193926
Mobile: 135 2057 6052
Email: alina_wang@youthimpact.cn





让每个孩子都能拥有更好的教育机会

有爱有未来企业志愿行动

中国北京市海淀区中关村南大街2号数码大厦A座3207室

www.sharethecare.cn