

„Bezpieczne wakacje”



Bezpieczne wakacje”

Wakacje to okres, w którym znajdujemy czas na zabawę, relaks i drobne szaleństwa. Jak powinniśmy postępować, aby wakacje zawsze kojarzyły nam się z samymi przyjemnościami? Wystarczy wykazać zdrowy rozsądek i pamiętać o kluczowych zasadach bezpieczeństwa. Poznaj 25 zasad bezpiecznych wakacji.

Oto najważniejsze zasady, którymi powinniśmy się kierować, aby bezpiecznie spędzić wakacje:

1. Zawsze informuj rodziców, gdzie i z kim przebywasz. Przekaż im także, o której godzinie zamierzasz wrócić.
2. Noś ze sobą numer telefonu do rodziców.
3. Pamiętaj o zasadach bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię – przechodź na pasach dla pieszych i na zielonym świetle.
4. Do zabawy wybieraj zawsze miejsca oddalone od jezdni.
5. Zawsze zapinaj pasy w samochodzie.
6. Nie rozmawiaj z obcymi.
7. Poinformuj rodziców, gdyby ktoś Cię zaczepiał.
8. Nie oddalaj się z nieznajomymi, nie wsiadaj z nimi do samochodu.
9. Nie bierz słodczy ani innych prezentów od obcych.
10. Pamiętaj o numerach alarmowych. W razie potrzeby dzwoń i wezwij pomoc.
11. Kąp się tylko w miejscach do tego przeznaczonych, na strzeżonych i bezpiecznych kąpieliskach.
12. Nie wchodź do wody bez opieki osoby dorosłej.
13. Nie pływaj w czasie burzy, mgły, gdy wieje porywisty wiatr.
14. Pamiętaj o ochronie przed słońcem. W czasie upałów pij dużo wody i zawsze noś nakrycie głowy. Przed wyjściem na zewnątrz posmaruj się kremem z filtrem.

15. Zadbaj o właściwy ubiór – strój z elementami odbłaskowymi, kask ochronny podczas jazdy na rowerze czy odpowiednie buty w czasie wycieczki w góry.
16. W górach nie wyruszaj w trasę, jeśli widzisz, że nadchodzi burza.
17. Szukaj bezpiecznego schronienia podczas burzy.
18. Podczas górskich wycieczek nie schodź ze szlaku.
19. Nie oddalaj się bez pytania od rodziców – w nowych miejscach łatwo się zgubić.
20. Po każdym wyjściu z miejsc zalesionych dokładnie sprawdź skórę na obecność kleszczy.
21. Uważaj na rośliny, na których się nie znasz. Niektóre jagody, liście czy grzyby są trujące.
22. Podczas spacerów po lesie stosuj preparaty odpędzające owady i kleszcze.
23. Nie rozpalaj ogniska w lesie.
24. Nie baw się z obcymi zwierzętami. Nawet przyjaźnie wyglądający pies czy kot może Cię ugryźć, gdy spróbujesz go pogłaskać.
25. Bądź rozsądny i zachowaj umiar we wszystkim, co robisz.



112 Alarmowy
998 Straż
997 Policja
999 Pogotowie

RCB | Rządowe Centrum Bezpieczeństwa

Burza – bądź bezpieczny

	nie wychodź z domu, jeśli to nie jest konieczne		unikaj otwartych przestrzeni
	zabezpiecz drzwi i okna oraz przedmioty na parapecie i balkonie		nie stój pod jednym w okolicy drzewem czy masztem
	odłącz od prądu sprzęt domowy		unikaj dotykania metalowych przedmiotów
	jeśli jedziesz autem, zjedź na parking z dala od drzew		jeśli pływasz, natychmiast wyjdź z wody i oddal się od brzegu
	w górach jak najszybciej zjedź ze szczytu		jeśli zauważysz niebezpieczne zdarzenie - zadzwoń po pomoc

Telefony alarmowe 112, 997

rcb.gov.pl

Wykonaj pracę plastyczną „Moje wakacje”