



Bezpieczeństwo dzieci podczas wakacji Porady dla młodszych uczniów



Lato to czas zabawy i upragnionych atrakcji, na które dzieci czekają cały rok. Dla rodziców to jednak wyzwanie, by nie tylko sprawić im radość, lecz przede wszystkim zapewnić bezpieczny wypoczynek. Warto porozmawiać z dziećmi, by zwrócić ich uwagę na zagrożenia podczas wypoczynku, aby po powrocie do szkoły miały tylko dobre wspomnienia. Dzieci powinny przyswoić sobie kilka podstawowych zasad, które pozwolą im spędzić lato bezpiecznie oraz poradzić sobie w trakcie zaistnienia nieprzewidzianych sytuacji.

Oto najważniejsze zasady, którymi dzieci powinny kierować, aby bezpiecznie spędzić wakacje:

- Zawsze informuj rodziców, gdzie i z kim przebywasz. Przekaż im także, o której godzinie zamierzasz wrócić.
- Noś ze sobą numer telefonu do rodziców.
- Pamiętaj o zasadach bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię – przechodź na pasach dla pieszych lub w bezpiecznym miejscu (nie na zakrętach) rozglądając się w lewo, prawo i jeszcze raz w lewo.
- Do zabawy wybieraj zawsze miejsca oddalone od jezdni.
- Zawsze zapinaj pasy w samochodzie.
- Nie rozmawiaj z obcymi.
- Poinformuj rodziców, gdyby ktoś Cię zaczepiał.
- Nie oddalaj się z nieznajomymi, nie wsiadaj z nimi do samochodu.

- Nie bierz słodczy ani innych prezentów od obcych.
- Pamiętaj o numerach alarmowych. W razie potrzeby dzwoń i wezwij pomoc.
- Kąp się tylko w miejscach do tego przeznaczonych, na strzeżonych i bezpiecznych kąpieliskach w obecności rodziców.
- Nie wchodź do wody bez opieki osoby dorosłej.
- Nie pływaj w czasie burzy, mgły, gdy wieje porywisty wiatr.
- 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.
- Zadbaj o właściwy ubiór – strój z elementami odbłaskowymi, kask ochronny podczas jazdy na rowerze czy odpowiednie buty w czasie wycieczki w góry.
- W górach nie wyruszaj w trasę, jeśli widzisz, że nadchodzi burza.
- Szukaj bezpiecznego schronienia podczas burzy.
- Podczas górskich wycieczek nie schodź ze szlaku.
- Nie oddalaj się bez pytania od rodziców – w nowych miejscach łatwo się zgubić.
- Po każdym wyjściu z miejsc zalesionych dokładnie sprawdź skórę na obecność kleszczy.
- Uważaj na rośliny, na których się nie znasz. Niektóre jagody, liście czy grzyby są trujące.
- Podczas spacerów po lesie stosuj preparaty odpędzające owady i kleszcze.
- Nie rozpalaj ogniska w lesie.
- Nie baw się z obcymi zwierzętami. Nawet przyjaźnie wyglądający pies czy kot może Cię ugryźć, gdy spróbujesz go pogłaskać.
- Bądź rozsądny i zachowaj umiar we wszystkim, co robisz.

Bezpiecznych wakacji !