



BEZPIECZNE WAKACJE – porady dla rodziców i uczniów

Okres wakacji – to czas, na który czekają nie tylko dzieci, ale i również nauczyciele. Po dziesięciu miesiącach pracy nadchodzi tak oczekiwany przez wszystkich uczniów czas wakacji. Uczniowie czują swobodę i cieszą się, że mają ponad dwa miesiące na odpoczynek i wspaniałą letnią zabawę - często do późnych godzin nocnych. Niestety nie wszystkie miejsca, w których dzieci się bawią są bezpiecznym miejscem do zabawy i spędzania wolnego czasu. Rodzice nie zawsze są w stanie skontrolować jak poza domem ich pociechy korzystają z wolnego czasu. Najbardziej niebezpieczne w ruchu drogowym są miesiące ciepłe, letnie: od maja do września, głównie jednak miesiące wakacyjne tj. czerwiec, lipiec i sierpień.

Dzieci podczas zabaw zapominają o zachowaniu podstawowych zasad bezpieczeństwa. To właśnie podczas wakacji rośnie liczba tragicznych wypadków, których można by uniknąć, uświadamiając dzieci o grożących im niebezpieczeństwach i w miarę możliwości zabezpieczyć je przed nimi. Bardzo ważną i istotną sprawą jest zabezpieczenie dziecka w elementy odblaskowe widoczne z dużej odległości, co daje kierowcy samochodu czas na odpowiednie wyminięcie pieszego i zmniejszenie prędkości. W ten sposób możemy uniknąć tragicznego w skutkach wypadku - potrącenia. Na drogach obowiązuje zasada ograniczonego zaufania, jednak dzieci nie potrafią w pełni ocenić tego, co dzieje się na drodze. Przechodząc przez ulicę lub jezdnię za każdym razem narażone są na niebezpieczeństwo. Zachowanie dzieci i młodzieży jest bardzo często spontaniczne. Bawiąc się nawet w pobliżu ulicy zapominają o wszystkim; jeśli grają w piłkę i chcą ją odzyskać, przebiegają na drugą stronę jezdni nie zważając na nic. Większość wypadków zdarza się na drogach pozawiejskich i to dość

często na prostych odcinkach, a w miastach - na przejściach dla pieszych, przystankach komunikacji publicznej, skrzyżowaniach.

Do najczęstszych przyczyn wypadków należą:
spontaniczne nagłe wtargnięcie na jezdnię;

brak opieki nad dzieckiem, które znajduje się na drodze;

zabawy na ulicach i poboczach dróg;

oraz wyjścia zza stojących pojazdów np. przystanków autobusowych.

Oto kilka cennych rad i uwag jak spędzić bezpiecznie wakacje:

1. Rower i wrotki, piłka Pamiętaj, jezdnia to nie plac zabaw! Zachowaj na niej wyjątkową ostrożność!!! Należy korzystać ze ścieżek rowerowych !!! Nie pożyczaj roweru nieznajomym !!! Zakładaj kask rowerowy na głowę !!! Podczas przechodzenia przez jezdnię, korzystaj z przejść dla pieszych !!! Graj w piłkę daleko od ulicy !!! Uważaj na jezdni biegnąc po piłkę !!!

2. Nad wodą

Kąpiemy się tylko w miejscach oznakowanych i wyznaczonych do kąpielii !!!

Nigdy nie skacz do wody w miejscach, których nie znasz dna !!!

Słuchaj poleceń ratownika !!!

Kąp się w miejscach dozwolonych tylko pod opieką rodziców !!!

W wodzie bądź ostrożny, nie utrudniaj kąpielii innym !!! Dbaj o jej czystość plaży !!!

Przestrzegaj regulaminu kąpieliska !!!

 **3. W górach Zawsze idź szlakiem wyznaczonym !!!**

Słuchaj się opiekuna !!!

Nie zbaczaj ze szlaku !!!

Nie wyruszaj w góry podczas burzy !!!

Dbając o swoje bezpieczeństwo:

Do zabawy wybieraj miejsca bezpieczne, oddalone od jezdni;

Dbaj o środowisko - nie wyrzucaj śmieci i nie zaśmiecaj otoczenia;

Rozpalaj ogniska tylko w miejscach do tego przeznaczonych i pod opieką dorosłych;

Zawsze mów opiekunom lub rodzicom dokąd wychodzisz, po zmroku nie wychodź bez opieki osoby dorosłej;

Jeśli jesteś sam w domu, nie otwieraj drzwi obcym;

Nie korzystaj z propozycji podjazd lub jazdy samochodem (lub spaceru) z nieznajomymi;

Nie podchodź i nie zaczepiaj obcego psa, nie dotykaj go, nawet jeśli wydaje się być łagodny.

Rodzice i opiekunowie dzieci:

Zawsze bądźcie czujni i interesujcie się czym wasze dziecko się bawi, z kim i gdzie. Kontrolujcie jego czas wolny oraz rozmawiajcie z nim jak najwięcej.

Zdrowie, życie i bezpieczeństwo dzieci jest najwyższą wartością, o którą powinniśmy się troszczyć wszyscy!!!

ZAGROŻENIA MŁODZIEŻY PODCZAS WYPOCZYNKU

Okres letniego wypoczynku to czas, w którym młodzież

korzysta z wolnego czasu i uczestniczy w różnego rodzaju wyjazdach wspólnie z rodzicami. Okres ten sprzyja nawiązywaniu nowych kontaktów i znajomości, poznawaniu nowych kolegów i koleżanek. Letni wypoczynek i wakacyjna atmosfera, to z jednej strony wiele radości i zabawy, ale z drugiej strony istnieje szereg zagrożeń, na które szczególnie w tym okresie należy zwracać uwagę.

NARKOTYKI

Podczas wakacji dzieci i młodzież zagrożona jest szczególnie możliwością skorzystania ze środków odurzających, narkotyków lub innych podobnie działających substancji, które wywołują negatywne konsekwencje w sferze zdrowia i psychiki młodego człowieka. W okresie letniego wypoczynku istnieje duże ryzyko skorzystania przez młodego człowieka z wymienionych używek. Dzieci i młodzież nawiązują nowe kontakty i znajomości, wymieniają się doświadczeniami i często zdarzają się sytuacje inicjacji narkotykowej. Należy wskazać, że w obrocie środki odurzające, psychotropowe lub inne podobne środki są udostępniane wbrew prawu.

Z zagadnieniem środków odurzających związane są tzw.

Z zagadnieniem środków odurzających związane są tzw. pigułki gwałtu, które mogą zostać dorzucone do napoju podczas spotkania towarzyskiego.

Spożywający napój nie zdaje sobie sprawy, że na skutek wypicia napoju zawierającego taki środek może stracić na pewien czas kontrolę nad swoim zachowaniem. W czasie gdy wbrew woli osoby wyłączona zostaje kontrola nad samym sobą może dojść do wielu czynności zabronionych prawem, takich jak

gwałt lub inne czynności o charakterze seksualnym wykonane wbrew woli osoby, którą poddano działaniom tego środka. Mając na uwadze tego rodzaju zagrożenie należy przedsięwziąć wszelkie czynności ostrożności, w szczególności nie pić napojów otrzymanych od osób, których nie znamy, kupować napoje w butelkach, które będą otwarte na naszych oczach lub samodzielnie.

Ponadto na spotkanie należy wybierać się w kilka osób, które wzajemnie kontrolują siebie i obserwują sytuację. Problem ten wskazuje także na inne zagrożenie - kontakty z osobami nieznanymi, poznawanymi podczas spotkań towarzyskich np. na dyskotece. Należy pamiętać, że nie każda osoba poznana, pomimo z pozoru braku zagrożenia, kieruje się w stosunku do młodego człowieka dobrymi intencjami. Często zdarza się tak, że przyszły sprawca czynu zabronionego ma zaplanowany od samego początku poznania pomysł na popełnienie w stosunku do dziecka przestępstwa. Należy unikać kontaktów z nieznajomymi osobami.

INTERNET

Kolejną kwestią związaną z zagrożeniami dla młodzieży, jest możliwość popełnianie przestępstw w cyberprzestrzeni za pomocą Internetu.

Wakacje są okresem, w którym dzieci i młodzież posiada wiele wolnego czasu, który niekoniecznie spędzany jest na wyjazdach, ale często spędzany jest przed komputerem - w Internecie. Pozornie Internet zapewnia anonimowość osobom korzystającym z tej formy komunikacji. Zatem może dojść do nawiązania kontaktu z osobą, która zamierza popełnić przestępstwo na szkodę młodej osoby.

Internet jest źródłem informacji, niemniej należy pamiętać, że w sieci nie wszystkie treści są bezpieczne dla młodzieży. Możliwość prawnie nieograniczonego komunikowania się na całym świecie stwarza wielkie ryzyko, osoba korzystająca może być zagrożona popełnieniem na jej szkodę przestępstw na tle seksualnym, ale także innych przestępstw.

ALKOHOL

Okres letniego wypoczynku to także czas „inicjacji alkoholowej”.

Młodzież i dzieci aby dorównać starszym rówieśnikom, często będąc w ich obecności sięgają po raz pierwszy po alkohol, nie zdając sobie sprawy ze skutków działania tej używki. Użycie alkoholu przez osobę małoletnią może spowodować wyłączenie możliwości kierowania swoim zachowaniem przez osobę będącą pod wpływem alkoholu. Osoba taka może stać się ofiarą przestępstwa o podłożu seksualnym, stać się „łatwą” ofiarą kradzieży lub też ofiarą lub sprawcą wypadku komunikacyjnego.

WYPOCZYNEKNAD WODĄ I W GÓRACH

Czas letniego wypoczynku jest okresem, w którym młodzież doświadcza nowych wrażeń, przemieszcza się ze stałego miejsca zamieszkania, nierzadko w odległe miejsca np. nad morze, jezioro czy w góry. Podczas wypraw nad wodę, należy pamiętać, że kąpiel jest dozwolona w miejscach wyraźnie wyznaczonych, w których mamy potwierdzenie, że na plaży są ratownicy. Nie należy korzystać z kąpielisk nie strzeżonych, o których nie mamy żadnej wiedzy. Podczas wypraw w góry należy pamiętać, że powinniśmy poruszać się tylko po wyznaczonych trasach w grupie osób, najlepiej z przewodnikiem. Nie należy udawać się na wycieczki samodzielnie i na niewyznaczone trasy. Powinniśmy zadbać o posiadanie przy sobie telefonu.