

## Bezpieczne wakacje



## Bezpieczne ferie

### ZASADY BEZPIECZNEGO SPĘDZANIA FERII ZIMOWYCH

Ferie zimowe to czas odpoczynku od nauki, to czas beztroskiej zabawy. Mamy nadzieję, że będzie biało, wesoło i radośnie. Przypominamy Wam o zasadach bezpiecznego zachowania się podczas zabaw zimowych oraz zamieszczamy kilka ważnych porad i wskazówek.

TWOJE ZDROWIE I BEZPIECZEŃSTWO SĄ NAJWAŻNIEJSZE, WIĘC:

1. Do uprawiania sportów zimowych wybieraj tylko bezpieczne miejsca!

2. Omijaj zamrożone jeziora, rzeki, stawy! Nigdy nie można być pewnym wytrzymałości tafli lodowej. Jeśli chcesz bezpiecznie jeździć na łyżwach, skorzystaj z przygotowanych lodowisk – miejsc do tego przeznaczonych.
3. Zjeżdżaj na sankach, nartach z gór, które znajdują się daleko od jezdni!
4. Podczas uprawiania sportów zimowych dbaj o bezpieczeństwo własne i innych!
5. Wychodząc na dwór pamiętaj o właściwym ubraniu!
6. W momencie, gdy wyczujesz, że twoje ubranie jest mokre udaj się do domu by je zmienić na suche!
7. W czasie zabaw śnieżkami nie wybieraj za cel ludzi, zwierząt, ani żadnych szklanych przedmiotów!
8. Najbezpieczniej jest bawić się pod opieką dorosłych, opiekunów.
9. Zawsze informuj rodziców/opiekunów gdzie i z kim będziesz przebywał!
10. Unikaj rozmów z obcymi ludźmi. Nie przyjmuj od nich prezentów, nie oddalaj się z nieznajomym.
11. W zimowe dni widoczność na drodze jest ograniczona i kierowcy potrzebują więcej czasu do zahamowania pojazdu. Na jezdnię wchodź uważnie i spokojnie, rozejrzyj się.
12. Spędzając ferie w domu pamiętaj o bezpiecznym posługiwaniu się urządzeniami elektrycznymi!
13. W czasie korzystania z Internetu pamiętaj, że nie każdy nowo poznany kolega ma zawsze dobre zamiary w stosunku do ciebie!
14. Jeśli jesteś sam w domu nie otwieraj drzwi obcym!
15. Pamiętaj o zdrowym odżywianiu, owoce i warzywa zawierają dużo witamin przydatnych w zimne dni!

**ZAPAMIĘTAJ TELEFONY ALARMOWE:**

POLICJA - 997

STRAŻ POŻARNA - 998

POGOTOWIE RATUNKOWE - 999

NUMER RATUNKOWY - 112

[Poradnik bezpiecznego wypoczynku](#)