

BEZPIECZNE WAKACJE



Poradnik dla dzieci, młodzieży i rodziców

Zbliżają się wakacje – czas radości, podróży i odpoczynku! Pamiętajmy jednak, by wakacje były bezpieczne, a wspomnienia – tylko dobre. Poznaj zasady, które pomogą Ci cieszyć się latem bez ryzyka.

DLA DZIECI I MŁODZIEŻY:

Na plaży i nad wodą:

- Kąp się tylko w miejscach strzeżonych – tam, gdzie są ratownicy.
- Zawsze słuchaj dorosłych i nie oddalaj się bez ich zgody.
- Nie wskakuj do wody „na główkę” – możesz się poważnie zranić.
- Noś czapkę lub kapelusz, pij dużo wody.

Na rowerze i hulajnodze:

- Zakładaj kask – zawsze!
- Poruszaj się tylko po wyznaczonych trasach i ścieżkach rowerowych.
- Przestrzegaj zasad ruchu drogowego.

Na podwórku i w lesie:

- Nie rozpalaj ognisk bez zgody dorosłych.
- Uważaj na kleszcze – noś długie spodnie i używaj repelentów.
- Nie dotykaj nieznanych roślin i zwierząt.

NUMERY ALARMOWE:

-  112 – Numer alarmowy
-  998 – Straż Pożarna
-  999 – Pogotowie Ratunkowe
-  997 – Policja



DLA RODZICÓW:

Bezpieczeństwo to priorytet:

- Ustal z dziećmi zasady zachowania się podczas wyjazdów i zabawy na dworze.
- Naucz dzieci podstawowych numerów alarmowych: 112 (lub 999, 998, 997).
- Przypomnij dziecku, by nigdy nie wsiadało do obcych samochodów i nie rozmawiało z nieznajomymi.

Kontrola i kontakt:

- Dziecko powinno zawsze mieć przy sobie kartkę z numerem do opiekuna.
- Naucz dziecko, jak wezwać pomoc w razie potrzeby.

