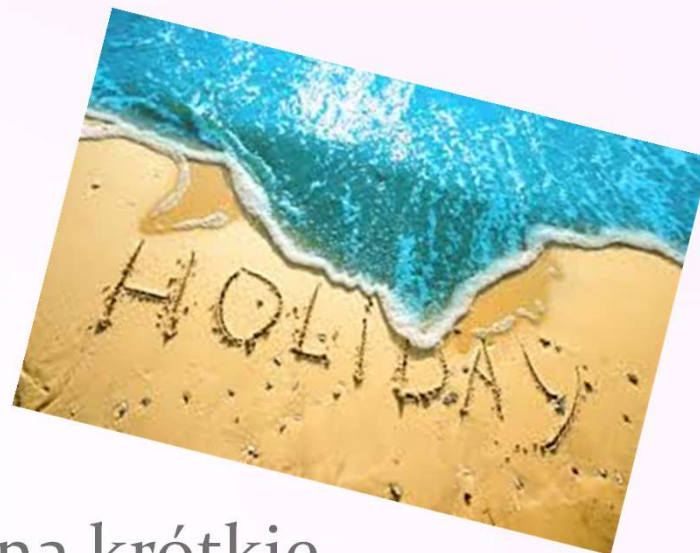


Bezpieczne wakacje

AUTORKA: GABRIELA SZYSZKA

Bezpieczne wakacje:



W wakacje wiele osób wyjeżdża na krótkie lub trochę dłuższe wyjazdy, sam, z rodziną, lub z przyjaciółmi. Opcji jest wiele ale na pewno którąś z nich wykorzystasz. Ważne jest więc by podczas letniego wypoczynku zachować ostrożność i bezpieczeństwo.

Przedstawię więc kilka porad jak przyjemnie i miło spędzić te wakacje.

Wakacje samemu – czyli kolonie i obozy

Podczas wakacji gdzie jedziemy bez znajomych nam osób i poznajemy nowe towarzystwo warto pamiętać, by:

- nie odłączać się od grupy
- nie niszczyć nie swoich rzeczy
- dokładnie słuchać poleceń opiekunów
- przestrzegać regulaminów



Wakacje nad wodą - zasady

- Przestrzegaj regulaminu kąpieliska.
- Stosuj się do zaleceń ratownika.
- Nie pływaj bezpośrednio po obiedzie czy kolacji. Odczekaj 2 godziny po posiłku.
- Pamiętaj, że dno w jeziorze lub morzu może gwałtownie się zmienić. Wypływając daleko nie masz pewności, jaka jest tam głębokość.
- Nie skacz „na główkę” do wody.



Wakacje w górach - zasady

- Przygotuj się fizycznie przed wyjazdem w góry.
- Planuj trasy stosownie do możliwości i doświadczenia wszystkich uczestników wycieczki.
- Przed wyjściem zapoznaj się z aktualnie panującymi warunkami i prognozą pogody.
- Samotne wychodzenie w góry jest niebezpieczne
- Jeśli to możliwe nie wychodź samotnie w góry, bezpieczniej iść w towarzystwie.



Wakacje w domu

Często na wakacjach oprócz wyjazdów spędzamy dużo czasu w domu. Warto więc pamiętać, jak należy się zachowywać, gdy rodzice wychodzą np. do pracy.

Gdy jesteś sam w domu

- Zawsze, gdy usłyszysz dzwonek lub pukanie do drzwi sprawdź, kto to. Wyjrzyj przez okno lub spójrz przez wizjer w drzwiach. Jeżeli jest to osoba, której nie znasz: **Nie otwieraj drzwi!!!**
- Przygotuj kartkę z najważniejszymi numerami telefonów, pod które możesz zadzwonić w razie potrzeby. Jeżeli nie masz w domu telefonu, a coś Ci zagraża – zaalarmuj sąsiadów!



KONIEC

DZIĘKUJĘ ZA UWAGĘ I ŻYCZĘ
MIŁYCH ORAZ BEZPIECZNYCH
WAKACJI!