

## **25 ZASAD BEZPIECZNYCH WAKACJI**

Wakacje to okres, w którym znajdujemy czas na zabawę, relaks i drobne szaleństwa.

Nie mamy obowiązków związanych ze szkołą i nauką, możemy więc bez ograniczeń planować najróżniejsze przygody, w których będziemy brać udział. Jednak wszyscy musimy pamiętać, że dobra zabawa nie zwalnia nas z obowiązku dbania o swoje i innych bezpieczeństwo. Jak powinniśmy postępować, aby wakacje zawsze kojarzyły nam się z samymi przyjemnościami? Wystarczy wykazać zdrowy rozsądek i pamiętać o kluczowych zasadach bezpieczeństwa.

Oto najważniejsze zasady, którymi powinniśmy się kierować, aby bezpiecznie spędzić wakacje:

- 1.** W związku z pandemią wirusa COVID-19 zobowiązani jesteśmy przede wszystkim przestrzegać **WSZYSTKICH** zaleceń Ministerstwa Zdrowia.
- 2.** Zawsze informuj rodziców, gdzie i z kim przebywasz. Przestrzegaj czasu jaki dostałeś od rodziców na pobyt poza domem.
- 3.** Noś ze sobą numer telefonu do rodziców.
- 4.** Pamiętaj o zasadach bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię.
- 5.** Do zabawy zawsze wybieraj miejsca oddalone od jezdni.
- 6.** Zawsze zapinaj pasy w samochodzie.
- 7.** Nie rozmawiaj z obcymi.
- 8.** Poinformuj rodziców, gdyby ktoś Cię zaczepiał.
- 9.** Nie oddalaj się z nieznajomymi, nie wsiadaj z nimi do samochodu.
- 10.** Nie bierz słodczy ani innych prezentów od obcych.
- 11.** Pamiętaj o numerach alarmowych. W razie potrzeby dzwoń i wezwij pomoc.
- 12.** Kąp się tylko w miejscach do tego przeznaczonych, na strzeżonych i bezpiecznych kąpieliskach.
- 13.** Nie wchodź do wody bez opieki osoby dorosłej.
- 14.** Nie pływaj w czasie burzy, mgły, gdy wieje porywisty wiatr.

15. 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.
16. Zadbaj o właściwy ubiór – strój z elementami odbłaskowymi, kask ochronny podczas jazdy na rowerze, czy odpowiednie buty w czasie wycieczki w góry.
17. W górach nie wyruszaj w trasę, jeśli widzisz, że nadchodzi burza.
18. Podczas górskich wycieczek nie schodź ze szlaku.
19. Nie oddalaj się bez pytania od rodziców – w nowych miejscach łatwo się zgubić.
20. Po każdym wyjściu z miejsc zalesionych sprawdź skórę na obecność kleszczy.
21. Uważaj na rośliny, na których się nie znasz. Niektóre jagody, liście czy grzyby są trujące.
22. Podczas spacerów po lesie stosuj preparaty odpędzające owady i kleszcze.
23. Nie rozpalaj ogniska w lesie.
24. Nie baw się z obcymi zwierzętami. Nawet przyjaźnie wyglądający pies lub kot może Cię ugryźć, gdy spróbujesz go pogłaskać.
25. Bądź rozsądny i zachowaj umiar we wszystkim, co robisz.

Aby lepiej zapamiętać zasady bezpieczeństwa na koniec kilka z nich w bardziej humorystyczny sposób:

1. Numer 112 znamy i w razie potrzeby go wybieramy.
2. Jeśli kogoś nie znamy, na pewno z nim nie rozmawiamy.
3. Gdy na plaży przebywamy, od mamy się nie oddalamy.
4. W górach po szlaku chodzimy, wtedy nie zabłądzimy.
5. Gdy na słońcu przebywamy, czapkę lub kapelusz zakładamy.