BEZPIECZNE FERIE (PORADY)

**Rozpoczęły się ferie zimowe. Dla dzieci i młodzieży to wspaniały czas dla odpoczynku od obowiązków szkolnych i nauki, relaksu w domu i na świeżym powietrzu. Dla ich opiekunów to czas szczególnego zainteresowania się warunkami bezpieczeństwa tego wypoczynku. Co zrobić, żeby po feriach zostały tylko miłe wspomnienia?**

Zbiór rad, które mogą pomóc rodzicom i dzieciom spędzić bezpiecznie ferie.  
Oto kilka z nich:

* Nie zjeżdżajmy na sankach w pobliżu drogi oraz zbiorników wodnych;
* W czasie zjeżdżania zachowujmy bezpieczną odległość między sankami;
* Nie doczepiajmy sanek do samochodu;
* Rzucając się śniegiem nie łączmy miękkiego śniegu z kawałkami lodu czy kamieni oraz nie celujmy w twarz drugiej osoby;
* Na łyżwach jeźdźmy tylko w wyznaczonych miejscach, nie ślizgajmy się po lodzie na rzece lub stawie.
* Nie przebiegajmy przez ulicę, nie przechodźmy w miejscach niedozwolonych.
* Bądźmy widoczni na drodze.
* Nie strącajmy zwisających z dachów sopli.
* Pamiętajmy o zdrowym odżywianiu.
* Ubierajmy się odpowiednio do temperatury panującej na dworze.
* W wolnym czasie przebywajmy na świeżym powietrzu, dbajmy o aktywność fizyczną.
* Nie zapominajmy o podstawowych zasadach higieny.
* Unikajmy kontaktu z osobami chorymi.
* W przypadku wystąpienia objawów choroby zgłośmy się do lekarza.

  Jeżeli dzieci w czasie ferii pozostają w domu, to na czas nieobecności dorosłych domowników konieczne jest:

· zapewnienie opieki przez osoby zaufane,

· pozostawienie przy telefonie numerów do opiekunów lub osób zaufanych oraz numerów alarmowych: 997 - policja, 998 - straż pożarna, 999 - pogotowie ratunkowe,

· przekazanie zaufanym sąsiadom kluczy do domu na wypadek potrzeby udzielenia pomocy, np. otworzenia drzwi w przypadku pożaru lub wzywania pomocy przez dziecko z mieszkania,

· wyrobienie u dzieci nawyku zamykania drzwi od wewnątrz,

· bezwzględne zakazanie wpuszczania osób nieznajomych.   
  
  Należy dziecko nauczyć, aby :

· nie opowiadało o wyposażeniu domu, zasobach rodziny i ich stanie majątkowym,

· klucze do mieszkania nosiło zawsze dobrze zabezpieczone pod odzieżą i nie podawało nikomu adresu zamieszkania,

· nie ulegało namowom osób nieznajomych, aby wprowadzić je do mieszkania pod pozorem np. przekazania rodzicom rzeczy lub dokumentów,

· nie przebywało w miejscach grupowania się osób palących papierosy lub spożywających napoje alkoholowe,

· nie wsiadało do samochodów osób nieznajomych,

· nie nawiązywało kontaktów z osobami nieznajomymi proponującymi słodycze, poczęstunek w jakimś barze, spacer w miejsca ustronne lub zapraszającymi do swoich mieszkań,

· nie przyjmowało na przechowanie żadnych przedmiotów od osób nieznajomych (mogą pochodzić z przestępstwa).  
  
  **Pamiętajmy też, że zabawy w czasie zimowych ferii będą bezpieczne, gdy odbywać będą się na lodowiskach przyszkolnych czy osiedlowych oraz górkach specjalnie do tego przygotowanych. Akweny wodne, górki w okolicy dróg, przejazdów kolejowych, torowisk czy zbiorników wodnych są bardzo niebezpieczne. Pilnujmy, by nasze dzieci korzystały tylko z bezpiecznych, specjalnie przygotowanych i wydzielonych miejsc zabaw.**   
  
  Dziecko w czasie pobytu na zimowisku powinno czuć się swobodnie i bezpiecznie. Aby zapewnić mu te warunki, należy wyposażyć je w:

· kartę telefoniczną, ułatwiającą kontakt z rodzicami lub opiekunami,

· portfel na pieniądze najlepiej zawieszany na szyi lub na pasku,

· informację z danymi dziecka oraz adresem i numerem telefonu zimowiska,

· niezbędną ilość pieniędzy.  
  
  **Wyposażenie dzieci w wartościowe przedmioty, np.: telefony komórkowe, walkmany, złotą biżuterię, markową odzież i buty oraz znaczne sumy pieniędzy może narazić je na kradzież lub rozbój.**   
  
  Przed feriami przypominamy podstawowe zasady poruszania się pieszych po drogach w warunkach złej widoczności oraz gdy drogi są śliskie i zaśnieżone:

· należy mieć świadomość, że piesi o zmroku, a także w dzień, gdy pada deszcz lub śnieg, są przez kierowców gorzej dostrzegani,

· przechodzenie przez ulicę w czasie złej widoczności powinno być wykonywane przez dziecko ze szczególną ostrożnością, nawet na oznakowanym przejściu dla pieszych, czy przy zapalonym zielonym świetle dla ruchu pieszego.  
  
  **Dziecko w wieku do 15 lat, poruszające się po drodze po zmierzchu poza obszarem zabudowanym, jest obowiązane używać elementów odblaskowych w sposób widoczny dla innych uczestników ruchu.**

OPRACOWAŁA: PAULINA KWIATEK – BUŻ

24.01.2018 R.