

## Bezpieczne wakacje

Wakacje to czas zabawy, odpoczynku i nowych wrażeń. Korzystając z wakacyjnych przyjemności, nie zapominaj jednak o swoim bezpieczeństwie. Zwracaj uwagę na zagrożenia podczas wypoczynku, aby po powrocie do szkoły mieć tylko dobre wspomnienia. Przyswój sobie kilka podstawowych zasad, które pozwolą Ci spędzić lato bezpiecznie oraz poradzić sobie w trakcie zaistnienia nieprzewidzianych sytuacji. Jeśli stosujesz podobne reguły - to bardzo dobrze, po prostu je sobie przypomnisz.

Wakacje 2020 będą dodatkowo inne niż zwykle, bo wszyscy, musimy nauczyć się nowych zasad bezpieczeństwa i wyrobić sobie nawyki, które pomogą nam ochronić się przed koronawirusem.

Ogranicz zagrożenia i skorzystaj z powyższych rad:

- Rozważnie korzystaj ze wszystkich przyjemności, jakich dostarczają wakacje!
  - Zawsze informuj swoich rodziców o tym - gdzie i z kim przebywasz!
  - Na zabawy wybieraj jedynie bezpieczne miejsca – z dala od jezdni, torów kolejowych, wykopów...
  - Jeżdżąc na rowerze, rolkach, hulajnodze czy desce – nie traktuj jezdni jak placu zabaw! Zawsze miej na głowie kask ochronny!
  - Kąp się jedynie w miejscach do tego wyznaczonych – strzeżonych kąpieliskach pod opieką ratowników lub osób dorosłych !
  - Zawsze stosuj się do regulaminu kąpieliska i poleceń ratowników, opiekuna obiektu czy policjantów!
  - Bawiąc się w wodzie nie zakłócaj wypoczynku i kąpeli innym, przede wszystkim nie krzycz, nie popychaj innych!
  - Nie wrzucaj przedmiotów do wody!
  - Nigdy nie skacz do wody w miejscach nierozpoznanych!
  - Bądź ostrożny wobec zwierząt – nawet najbardziej łagodne bywają niebezpieczne!
  - Nie korzystaj z propozycji przejażdżki lub spaceru z nieznajomym!
  - Pozostając samodzielnie w mieszkaniu – ostrożnie obchodźcie się z urządzeniami elektrycznymi i gazowymi
  - Nigdy nie baw się ogniem – ognisko należy rozpałać w miejscach wyznaczonych, zawsze w obecności osób dorosłych!
  - Zawsze mów "NIE", gdy nie zgadzasz się z szalonymi pomysłami i propozycjami swoich kolegów , koleżanek!
  - Zawsze dbaj o środowisko naturalne - nie niszczy i nie zaśmiecaj otoczenia, w którym przebywasz!
  - Zawsze pamiętaj, że pewność siebie i lekkomyślność nie wróżą nic dobrego!
- A w związku z pandemią:
- Zachowuj odstęp co najmniej 1,5 metra od innych osób!
  - Unikaj kontaktu z osobami, które kaszlą albo mają gorączkę!
  - Często myj ręce wodą z mydłem albo przemywaj specjalnymi płynami ,żelami!
  - Nie dotykaj oczu, ust ani nosa!
  - Jeśli masz maseczkę nie dotykaj maseczki ochronnej, a po jej zdjęciu umyj ręce (maseczkę jednorazową trzeba od razu wyrzucić!

**Zarówno kiedy poczujesz się zagrożony, nie wahaj się zwrócić o pomoc. Proś najpierw o pomoc bliskich dorosłych - np. rodziców , dziadków, innych bliskich, wychowawców na wyjazdach grupowych.**

**Pamiętaj o numerze alarmowym 112 pod który możesz zadzwonić zawsze, gdy potrzebujesz pomocy.**

Życzę miło, bezpiecznie spędzonych wakacji.

Pedagog szkolny.