



ZASADY BEZPIECZNEGO WYPOCZYNKU ZIMĄ



Kilka ważnych słów dla dzieci i rodziców

Ferie to okres kiedy młodzież w wolnym od szkoły czasie nie zawsze pamięta o bezpiecznym zachowaniu dlatego też zamieszczamy kilka wskazówek, które mogą pomóc rodzicom i dzieciom spędzić ferie bezpiecznie. Oto kilka z nich:

1. Nie zjeżdżajmy na sankach w pobliżu drogi oraz zbiorników wodnych.
2. W czasie zjeżdżania zachowujemy bezpieczną odległość między sankami.
3. Nie doczepiamy sanek do samochodu.
4. Rzucając się śniegiem nie łączmy miękkiego śniegu z kawałkami lodu czy kamieni oraz nie celujemy w twarz drugiej osoby.
5. Na łyżwach jeździmy tylko w wyznaczonych miejscach, nie ślizgajmy się po lodzie na rzece lub stawie.
6. Nie przebiegajmy przez ulicę, nie przechodźmy w miejscach niedozwolonych.
7. Bądźmy widoczni na drodze.
8. Nie strącamy zwisających z dachów sopli.
9. Pamiętajmy o zdrowym odżywianiu.
10. Ubierajmy się odpowiednio do temperatury panującej na dworze.
11. W wolnym czasie przebywajmy na świeżym powietrzu, dbajmy o aktywność fizyczną.
12. Nie zapominajmy o podstawowych zasadach higieny.
13. Unikajmy kontaktu z osobami chorymi.
14. W przypadku wystąpienia objawów choroby zgłośmy się do lekarza.

Ponadto:

- Rodzice młodzieży powinni zwrócić szczególną uwagę na potencjalną możliwość eksperymentowania ich dzieci z wszelkimi używkami, w tym z dopalaczami, zagrażającymi zdrowiu i życiu.
- W przypadku udziału dziecka w wyjazdach zorganizowanych, zachęca się, aby rodzice wnikliwie zapoznali się z ofertą organizatora - rejestracja w kuratorium, wyżywienie, kwalifikacje kadry, zabezpieczenie opieki medycznej. Ponadto nie można zapomnieć o przekazaniu organizatorowi ważnych informacji dotyczących dziecka tj. przyjmowane leki, alergie itp. Ważne jest również by rodzic dokładnie wypełnił kartę kwalifikacyjną uczestnika wycieczki - dokładne dane adresowe, telefony kontaktowe.