

Bezpieczne Ferie Zimowe 2016

ZASADY O KTÓRYCH WARTO PAMIĘTAĆ PODCZAS FERII ZIMOWYCH



- Twoi opiekunowie muszą wiedzieć gdzie idziesz i o której godzinie wrócisz
- Noszenie w widocznym miejscu kluczy oraz wartościowych przedmiotów może skusić potencjalnego złodzieja
- Rozmawianie z obcymi osobami może być niebezpieczne
- Poruszaj się bezpiecznie po drogach
- Nie należy nikomu podawać swojego adresu zamieszkania, nazwiska czy nr telefonu
- Jeśli ktoś próbuje Cię skrzywdzić, wołaj głośno o pomoc

BEZPIECZEŃSTWO NA ŚNIEGU I LODZIE

- do zjeżdżania na sankach wybieraj miejsca oddalone od ruchu samochodowego
- nigdy nie zjeżdżaj sankami leżąc na nich
- nie stój blisko zjeżdżających saneczkarzy i nie zastawiaj ścieżki zjazdu
- teren do zjazdu należy oczyścić z krzaków, kamieni i nierówności
- upewnij się, że Twoje sanki nie mają połamanych szczebli bądź wystających śrub. Jeśli mają, koniecznie poproś opiekuna o naprawę
- nie doczepiaj sanek do samochodu
- ślizgaj się na placach przeznaczonych na ślizgawki i lodowiska, unikaj zamrzniętych stawów, jezior, gdyż lód może być niewystarczająco wytrzymały, co grozi bardzo poważnym wypadkiem
- przebywając na lodowisku nie należy trzymać rąk w kieszeni
- nie rzucaj śnieżkami w samochody i zwierzęta
- nie rzucaj śnieżkami, gdy znajduje się w nich jakiś ciężki bądź niebezpieczny przedmiot (np. kamień)



Bezpieczne Ferie Zimowe 2016

BEZPIECZNE ZIMOWISKO

Wyjazd z kolegami na obóz to doskonała okazja do nawiązania nowych znajomości i świetnej zabawy. By te wspomnienia miały swój urok zadбай o to, by nic złego nie przydarzyło Ci się w trakcie zimowiska:

- ustal z rodzicami godzinę, o której będą do Ciebie dzwonić każdego dnia bądź Ty do Nich
- zawsze uważnie słuchaj poleceń opiekunów
- nie oddalaj się od grupy podczas wycieczek
- nie noś przy sobie wartościowych rzeczy – komórki, pieniędzy, MP3...



TELEFONY ALARMOWE

STRAŻ POŻARNA - 998

POLICJA- 997

POGOTOWIE RATUNKOWE - 999

EUROPEJSKI NUMER ALARMOWY – 112

Bezpieczne Ferie Zimowe 2016

ZASADY POSTĘPOWANIA W RAZIE ZAŁAMANIA LODU



- w takim przypadku wzywaj pomocy, połóż się płasko na wodzie, rozłóż szeroko ręce i próbuj wpełznąć na lód. Staraj się poruszać w kierunku brzegu leżąc na lodzie
- osobie, która znalazła się w wodzie podaj kij lub szalik i szybko wyciągnij ją na powierzchnię (zrób tak, jeśli jesteś silniejszy od tej osoby, jeśli nie – jak najszybciej zawołaj osobę dorosłą)

ODMROŻENIE

- delikatnie masuj odmrożone miejsca, ogrzewając je stopniowo. Odmrożoną część ciała można ogrzać w ciepłej (nie gorącej) kąpieli
- przemoczone ubrania należy zdjąć, a ciało wytrzeć do sucha i okryć



ZŁAMANIA

- nie poruszaj złamaną kończyną
- nie próbuj jej nastawiać
- należy unieruchomić dwa sąsiednie stawy, wykorzystując do tego np. kijki narciarskie, kawałek drewna, szalik