KOMENDA POWIATOWA POLICJI W KARTUZACH

https://kartuzy.policja.gov.pl/pm5/profilaktyka/bezpieczne-wakacje/51159,dok.html
2024-03-28, 20:42

Bezpieczne wakacje

Sezon letni to szczególny czas dla całej rodziny. Wiele osób lipcu i sierpniu wyjeżdża na urlop, a dzieci i młodzież spędzają wakacje na koloniach, obozach czy innych wyjazdach np. nad wodą czy w górach. Towarzyszące wypoczynkowi odprężenie sprawia, że często zapominamy o podstawowych zasadach bezpieczeństwa. Zwłaszcza, że to głównie rodzice są odpowiedzialni za bezpieczeństwo swoich pociech.

RODZICE:

- zapewnijcie dziecku maksimum opieki i zainteresowania;
- samemu uczestniczcie w pozytywnym wypełnieniu mu czas wolnego;
- wykształćcie w nim zdrowy styl życia - wolny od nałogów;
- sprawdźcie miejsce jego zabawy - czy jest bezpieczne;
- nauczcie dziecko nie brania nic od obcych (lizaków, cukierków, itp.);
- zabrońcie mu otwierania drzwi pod nieobecność domowników;
- zabrońcie oddalania się z nieznajomym, czy wsiadania do jego samochodu;
- dowiedzcie się gdzie Wasza pociecha idzie, z kim i kiedy wróci;
- nauczcie ostrożności przy zabawie w pobliżu wody, placu budowy, ruchliwych ulic, itp. niebezpiecznych miejsc; (w takich miejscach dzieci nie powinny się bawić)
- nauczcie dziecko poruszania się po drodze pieszo czy rowerem;
- zabrońcie mu chwalenia się innym co fajnego jest w domu;
- dowiedzcie się z kim ono przebywa podczas zabawy poza domem (wypytajcie o koleżanki, kolegów - co robią, gdzie mieszkają, czy mają w domu telefon);
- sprawdźcie także przygotowanie oferujących wyjazdy kolonijne (warunki pobytu, kwalifikacje opiekunów, zakres i rodzaj zajęć wypełniających czasu wypoczynku).

Przestrzegajcie swoje dziecko przed kontaktami z dzikimi zwierzętami, bezpańskimi psami, które choć miłe i spokojne mogą być niebezpieczne i np. dotkliwie pogryść czy zarazić wścieklizną. Uczcie dziecko, że nie wolno podchodzić do zwierzęcia, które nie ucieka przed nami, nie wolno go głaskać lub drażnić w jakikolwiek sposób. W razie kontaktu z psem zachowajcie spokój, nie uciekajcie, nie krzyczcie, nie patrzcie mu w oczy, nie wykonujcie szybkich ruchów. Jeżeli pies zaatakuje przyjmijcie postawę "żółwia". Kucnijcie, zwińcie się w kłębek chroniąc głowę, szyję i brzuch.
Chcąc więc zapewnić sobie bezpieczny wypoczynek należy zadbać także o siebie.

WYCHODZĄC Z DOMU

-dokładnie zamykajcie drzwi i okna; -informujcie pozostałych domowników czy znajomych - gdzie wychodzicie, z kim i kiedy wrócicie;
-jako trasę przemarszu wybierajcie miejsca dobrze oświetlone, ruchliwe - unikając bezludnych skrótów;
-ostrożnie podchodźcie do nowych znajomości - nie każdy może mieć dobre intencje;
-unikajcie jeżdżenia autostopem
-nie podchodźcie za blisko jeżli ktoś z auta pyta Was o drogę;
-rozważcie czy atrakcyjny strój nie będzie prowokował do napadu.

WYBIERAJĄC SIĘ W PODRÓŻ SAMOCHODEM

-przed wyruszeniem wypocznijcie, nie jedzcie obfitych posiłków i nie pijcie alkoholu, zwłaszcza kierowca;
-unikajcie prowadzenia samochodu w stanie napięcia nerwowego. W przypadku powstania takiej sytuacji w drodze lepiej się zatrzymać i chwilę odpocząć;
-w drodze nie zabierajcie autostopowiczów, czy osób przypadkowo poznanych podczas postoju;
-nie zatrzymujcie się w miejscach nieoświetlonych, zalesionych czy na pustkowiu;
-unikajcie pozostawiania auta na postoju bez nadzoru szczególnie, gdy bagaż widoczny jest przez jego szyby;
-dokładnie rozważcie próby zatrzymania przez innych użytkowników drogi, sygnalizujących np. usterkę swojego czy waszego auta - może to być próba napadu. Lepiej dojechać do najbliższej, większej stacji benzynowej i tam sprawdzić pojazd.
-parkując pojazd dokładnie go pozamykajcie i włączcie alarm, a. jeżli to możliwe najlepiej skorzystajcie z parkingu strzeżonego.

WYBIERAJĄC SIĘ W PODRÓŻ POCĄGIEM CZY AUTOBUSEM

-posiadane ze sobą dokumenty schowajcie w wewnętrznych kieszeniach ubrania;
-gotówkę rozdzielcie w kilka miejsc, pozostawiając równocześnie kilka drobnych monet na niewielkie zakupy albo bilety;
-będąc na peronie, czy przystanku obserwujcie dyskretnie osoby stojące w pobliżu, zwłaszcza jeżeli interesują się wyglądem i bagażem innych. Może to być złodziej typujący sobie lub kolegom ofiarę;
-lepiej wcześniej zaopatrzcie się w odpowiednią ilość biletów, unikając stania w kolejce przed kasą. Tym sposobem można uchronić się przed złodziejami kieszonkowymi czy bagażu - wykorzystującymi pośpiech i zdenerwowanie kupujących;
-poproście kogoś z rodziny o odprowadzenie na dworzec i pomoc we wsiadaniu do pociągu, zwłaszcza gdy zakup biletów nastąpi bezpośrednio przed wyjazdem;
-zwróćcie szczególną uwagę na swój bagaż podczas wsiadania i wysiadania. Zamieszanie w tym momencie to również jeden z dogodniejszych momentów do działania dla złodziei bagażu czy kieszonkowych. Lepiej odczekać moment ścisku i wsiąść czy opuścić pojazd swobodnie;
-wsiadając do pustego autobusu, czy pociągu zajmujcie miejsca przy kierowcy, drużynie konduktorskiej lub wśród grona budzących zaufanie pasażerów (np. rodziny z dziećmi czy osób starszych);
-zajmując miejsce posiadany bagaż pozostawiajcie pod ręką albo na widoku i zwracać na niego szczególną uwagę podczas ruchu podróżnych na stacjach, czy przystankach. Zdarzały się bowiem przypadki pomyłkowego zabrania bagażu przez współpasażerów;
-nie śpijcie w podróży, szczególnie gdy w pobliżu nie ma osób zaufanych np. z rodziny, które jednocześnie gwarantują, że nie zasną. Jeśli będzie taka możliwość lepiej zamknijcie się w przedziale. Do podróży nocnych lub kilkudniowych wybierajcie zamykaną kuszetkę;
-bezwzględnie nie spożywajcie alkoholu lub innych poczęstunków z przygodnie poznanymi osobami - zaśniecie i obudzicie się bez swoich rzeczy;
-rzeczy podręczne, potrzebne w podróży zapakujcie na wierzchu. Unikniecie okazywania zawartości walizki podczas ich wyszukiwania w jej wnętrzu;
-jeśli trzeba - zażyjcie sami lub podajcie dzieciom środki przeciwwymiotne. Złe samopoczucie wywołane "chorobą lokomocyjną" to straszna męczarnia osłabiająca naszą czujność, uwagę i siłę woli.

PODCZAS POBYTU NAD WODĄ

-pamiętaj, że nie wolno kąpać się w morzu, jeziorze, stawie czy rzece bez wiedzy, zgody i opieki osób dorosłych(rodziców /opiekunów)
-pamiętajcie, że najbezpieczniejsza kąpiel to ta w miejscach odpowiednio zorganizowanych i oznakowanych, będących pod nadzorem ratowników, czy funkcjonariuszy Policji Wodnej;
-bawiąc się w wodzie nie zakłócajcie wypoczynku i kąpieli innym;
-nie wrzucajcie też przedmiotów do wody;
-nigdy nie skaczcie do wody w miejscach nierozpoznanych;
-jeśli dzieci są w wodzie miejcie nad nimi ciągły nadzór, również gdy umieją pływać. Zwykłe zachłyśnięcie wodą może skończyć się utonięciem; Większość utonięć jest rezultatem braku wyobraźni: korzystania z kąpieli po wypiciu alkoholu, w miejscach zabronionych czy skakania do wody po opalaniu.
-Po kąpieli słonecznej należy najpierw się schłodzić zanim wejdziemy do wody

BĘDĄC W GÓRACH

-podczas wycieczek dostosujcie obuwie i ubiór do panujących warunków atmosferycznych zakładając, że pogoda może w każdej chwili się zmienić;
-słuchajcie prognoz pogodowych w radiu czy telewizji;
-wychodząc ze schroniska na szlak, poinformujcie o tym jego pracowników podając planowaną trasę przemarszu i przybliżoną godzinę powrotu. Zgłoście swój powrót;
-przed wyprawą zapoznajcie się z mapą terenu dobierając długość i trudność szlaku turystycznego do możliwości najsłabszych uczestników wycieczki;
-w górach również bądźcie ostrożni w kontaktach z osobami obcymi;
-jeśli macie ze sobą telefon komórkowy zaprogramujcie w nim numery najbliższych placówek GOPR;
-zawsze zabierajcie ze sobą podstawowy sprzęt pierwszej pomocy, zwłaszcza do opatrywania ran i usztywniania złamanych czy zwichniętych kończyn, a także latarkę i gwizdek do sygnalizacji miejsca pobytu;
-nie wspinajcie się po skałach bez asekuracji i odpowiedniego przygotowania a także sprzętu. Lepiej skorzystać z pomocy instruktora i w zaproponowanym przez niego terenie.

W górach karetka do nikogo może nie dojechać na miejsce wypadku a, a znalezienie kogoś jest tam bardzo trudne (nawet z powietrza). Uważajcie więc na siebie, bądźcie rozważni i wykorzystajcie do maksimum swoją wyobraźnię.