

Drodzy Uczniowie!



bezpieczne wakacje.pl

to mogą być wakacje Twojego życia

<https://bezpiecznewakacje.pl/>

Wakacje to przede wszystkim czas zabawy i odpoczynku. Każdy z nas ma swój pomysł i sposób na spędzenie wolnego czasu.

Ważne jednak, by w każdym miejscu pamiętać o bezpieczeństwie i zachowaniu odpowiedniej ostrożności.

Jak powinniśmy postępować, aby wakacje zawsze kojarzyły nam się z samymi przyjemnościami? Wystarczy wykazać zdrowy rozsądek i pamiętać o kluczowych zasadach bezpieczeństwa.

Oto najważniejsze zasady, którymi powinniśmy się kierować, aby bezpiecznie spędzić wakacje:

1. Zawsze informuj rodziców, gdzie i z kim przebywasz. Przekaż im także, o której godzinie zamierzasz wrócić.
2. Noś ze sobą numer telefonu do rodziców.
3. Pamiętaj o zasadach bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię – przechodź na pasach dla pieszych i na zielonym świetle.
4. Do zabawy wybieraj zawsze miejsca oddalone od jezdni.
5. Zawsze zapinaj pasy w samochodzie.
6. Nie rozmawiaj z obcymi.
7. Poinformuj rodziców, gdyby ktoś Cię zaczepiał.
8. Nie oddalaj się z nieznanymi, nie wsiadaj z nimi do samochodu.
9. Nie bierz słodyczy, ani innych prezentów od obcych.

10. Pamiętaj o numerach alarmowych. W razie potrzeby dzwoń i wezwij pomoc.
11. Kąp się tylko w miejscach do tego przeznaczonych, na strzeżonych i bezpiecznych kąpieliskach.
12. Nie wchodź do wody bez opieki osoby dorosłej.
13. Nie pływaj w czasie burzy, mgły, gdy wieje porywisty wiatr.
14. Pamiętaj o ochronie przed słońcem. W czasie upałów pij dużo wody i zawsze noś nakrycie głowy. Przed wyjściem na zewnątrz posmaruj się kremem z filtrem.
15. Zadbaj o właściwy ubiór – strój z elementami odbłaskowymi, kask ochronny podczas jazdy na rowerze czy odpowiednie buty w czasie wycieczki w góry.
16. W górach nie wyruszaj w trasę, jeśli widzisz, że nadchodzi burza.
17. Szukaj bezpiecznego schronienia podczas burzy.
18. Podczas górskich wycieczek nie schodź ze szlaku.
19. Nie oddalaj się bez pytania od rodziców – w nowych miejscach łatwo się zgubić.
20. Po każdym wyjściu z miejsc zalesionych dokładnie sprawdź skórę na obecność kleszczy.
21. Uważaj na rośliny, na których się nie znasz. Niektóre jagody, liście czy grzyby są trujące.
22. Podczas spacerów po lesie stosuj preparaty odpędzające owady i kleszcze.
23. Nie rozpalaj ogniska w lesie.
24. Nie baw się z obcymi zwierzętami. Nawet przyjaźnie wyglądający pies czy kot może Cię ugryźć, gdy spróbujesz go pogłaskać.
25. Bądź rozsądny i zachowaj umiar we wszystkim, co robisz.

KONIECZNIE ZAPOZNAJ SIĘ ZE STRONĄ:

bezpieczne wakacje.pl
to mogą być wakacje Twojego życia

<https://bezpiecznewakacje.pl/>



Dekalog bezpiecznego zachowania podczas pandemii koronawirusa:

1. Często myj ręce.
2. Podczas powitania unikaj uścisków i podawania dłoni.
3. Unikaj płatności gotówką, korzystaj z kart płatniczych.
4. Unikaj dotykania oczu, nosa i ust.
5. Regularnie myj lub dezynfekuj powierzchnie dotykowe.
6. Regularnie dezynfekuj swój telefon i nie korzystaj z niego podczas spożywania posiłków.
7. Zachowaj bezpieczną odległość od rozmówcy.
8. Stosuj zasady ochrony podczas kichania i kaszlu.
9. Odżywiaj się zdrowo i pamiętaj o nawodnieniu organizmu.
10. Korzystaj ze sprawdzonych źródeł wiedzy o koronawirusie.

Dziękuję bardzo wszystkim uczniom klas I-III, dzieciom z oddziałów przedszkolnych oraz wychowawcom za całoroczną współpracę.

Szczególne podziękowania kieruję do uczniów klasy III, którzy od przyszłego roku szkolnego nie będą już w naszych szeregach. Trzecioklasistom życzę pomyślności oraz samych sukcesów w kolejnym etapie edukacyjnym!

Miłego i bezpiecznego wypoczynku życzy opiekun Małego Samorządu Uczniowskiego.

pani Alina Tomaszewska