

W podróży (autem, autokarem, pociągiem, samolotem)

Samochód: należy zapinać pasy; nie należy rozpraszać rodzica głośnymi krzykami oraz rzucaniem przedmiotami; nie wolno przekraczać maksymalnej prędkości; wolno przejeżdżać tylko na zielonym świetle; dziecko powinno jeździć zawsze w foteliku, Dziecko nie może otwierać drzwi samochodu bez zgody kierowcy.

Autobus: należy zapinać pasy jeśli autobus, którym jedziemy jest w nie wyposażony; Nie należy oddalać się od opiekuna; nie można biegać po autobusie; trzeba trzymać się poręczy; zdejmować plecak wsiadając do autobusu – ułatwimy tym podróżowanie innym użytkownikom; nie wolno pić ze szklanych butelek w czasie jazdy – w razie gwałtownego hamowania nie zrobimy sobie krzywdy,

Pociąg: na dworcach kolejowych panuje tłok – dzieci nie chodzą bez opiekunów po pociągu, w zamieszaniu łatwo się zagubić; podczas wsiadania i wysiadania z pociągu należy być z opiekunem. Jeżeli ktoś obcy Cię zaczepia – zgłoś, to opiekunowi lub konduktorowi pociągu. Jeżeli, ktoś nieznamy częstuje Cię jedzeniem bądź pić nie przyjmuj bez zgody opiekuna;

Samolot: na lotniskach panuje zawsze tłok – nie oddalają się od opiekunów, ponieważ w zamieszaniu łatwo się zagubić; w samolocie zawsze słuchaj poleceń załogi; nie biegaj po samolocie; W przypadku sytuacji awaryjnej stosuj się do poleceń kapitana. Pamiętaj, że w czasie lotu może być głośno – samolot posiada duże silniki, które utrzymują samolot w powietrzu.

W każdej podróży przyda się telefon komórkowy z zapisanymi numerami alarmowymi:

112 – centrum powiadamiania ratunkowego,

997 – Policja,

998 – Straż Pożarna,

999 – Pogotowie ratunkowe

W książce adresowej telefonu wpisz kontakt **ICE**

ICE lub **I.C.E.** (ang. **In case of emergency**, pol. w nagłym wypadku) – skrót informujący ratowników, do kogo powinni zadzwonić w razie nagłego wypadku.

Gazetkę przygotowali uczestnicy zajęć dziennikarskich pod kierunkiem p. Mirosławy Kidały. Zapraszamy do współpracy!

Bez ostónek

Bezpieczne wakacje



Nr 116 czerwiec 2017
MDK im. J. Korczaka w Krakowie
os. Kalinowe 18
(www.mdkkorczak.pl)

Bezpieczne wakacje - prace dzieci



Bezpieczne wakacje

W górach

Wychodząc w góry, w miejscu pobytu zawsze zostawiamy wiadomość o trasie wycieczki i planowanej godzinie powrotu.

W plecaku powinien znaleźć się telefon komórkowy z naładowaną do pełna baterią i zapisanymi numerami Górskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego – **601 100 300** oraz numerem alarmowym **985**.

Zaplanuj dokładnie trasę i sprawdź lokalizację szałasów, schronów, koleb i leśniczówek – stanowią schronienie w przypadku nagłej zmiany pogody.

Podstawą ekwipunku zdobywcy gór jest wygodne obuwie. Przydadzą się też czapka, rękawiczki, szalik, zapasowe skarpety i płaszcz przeciwdeszczowy/wiatrochronny, wóź do plecaka podręczną apteczkę, latarkę i zapałki.

Zabierz nakrycie głowy. W górach łatwo o udar cieplny nawet w pochmurne dni. Wędrówka po halach i graniach wymaga siły, dlatego weź kilka kanapek i butelkę z wodą.

Nad morzem (nad wodą)

Kąp się tylko w miejscach dozwolonych – pod czujnym okiem ratownika.

Nie skacz do wody w miejscach do tego nieprzystosowanych- łatwo jest uderzyć głową w podwodną przeszkodę, ale wyleczyć złamany kręgosłup bardzo trudno.

Wchodząc do wody najpierw ochłódź ciało – ochronisz organizm przed szokiem termicznym. Przebywając na plaży chroń ciało kremem z odpowiednim filtrem – uchronisz się od poparzeń. Nakrycie głowy uchroni cię przed udarem słonecznym, a zapas wody i napojów przed odwodnieniem .

Na plaży może przydać się telefon komórkowy z zapisanym numerem alarmowym Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego **601 100 100** .

Kołysanie fal na łodzi, czy wodnym rowerze to dopiero jest zabawa! Zapamiętaj jednak – pod żadnym pozorem nie wolno zdejmować kapoka. Ratuje życie w razie nieprzewidzianej wywrotki.

W lesie

W lesie można aktywnie wypoczywać i obserwować naturę.

Oczywiście cały czas trzeba uważać, by się w nim nie zgubić. Załóż odpowiednie obuwie, zabezpiecz się przed kleszczami i komarami.

W lesie można spotkać ludzi, którzy w nim pracują i obserwować ich pracę.

Leśnik jest gospodarzem lasu. Dbą o drzewa i zwierzęta, które w nim mieszkają. Opiekuje się lasem. W lesie pracuje również osoba, która jest odpowiedzialna za spokój w lesie. To **strażnik leśny**. Pilnuje, aby nikt nie hałasował, nie śmiecił lub nie kradł drewna. Można za takie zachowanie zostać ukaranym mandatem.

W lesie można zbierać **owoce runa**, czyli grzyby i owoce leśne. Musisz być pewien, co zbierasz! Niektóre z nich mogą być chronione lub niejadalne.

Nigdy nie wybieraj się sam do lasu!