

Bezpieczne wakacje.

Obejrzyj filmiki:

<https://youtu.be/po2zhXlgk04>

<https://youtu.be/K-6T693WQKY>

**Wakacje to czas odpoczynku,
ale trzeba wypoczywać z zachowaniem zdrowego rozsądku.**

Pamiętaj przede wszystkim o bezpieczeństwie własnym i innych.

**Wypoczywamy głównie nad wodą (jeziorem, rzeką, morzem),
w lesie, w górach, na wsi i w domu (na podwórku) lub na działce.**

**Wszędzie tam, gdzie jesteś obowiązują zasady bezpieczeństwa, których trzeba
i warto przestrzegać.**

Telefon alarmowy (ratunkowy) **112 do wszystkich służb ratowniczych,
dostępny z komórki i telefonu stacjonarnego.**

Niedopuszczalne jest wołanie o ratunek dla żartu. Ktoś inny w tym czasie może rzeczywiście potrzebować pomocy!

Wzywając pomocy, przekaz służbom ratowniczym wszystkie informacje dotyczące:

- **gdzie** jesteś,
- **co** się stało,
- **ile** osób jest poszkodowanych,
- **jakich** obrażeń doznali poszkodowani (co im się stało),
- **kto** zawiadamia o wypadku (mówisz, kim jesteś).

997

Policja

998

Straż Pożarna

999

Pogotowie

Zapamiętaj!

Wypoczynek nad wodą:



1. Kap się w dozwolonych miejscach, najlepiej na kąpieliskach z ratownikiem.
2. Używaj kremów z filtrem – chroń się przed nadmiernym działaniem słońca: noś czapkę, chustkę, okulary przeciwsłoneczne z filtrem.

Wypoczynek w lesie:



1. Nie hałasuj, bo spłoszysz zwierzynę.
2. Nie niszczyć przyrody.
3. Spaceruj wyznaczonymi trasami (możesz posługiwać się mapą).
4. Nie rozpalaj ogniska.

Wypoczynek w górach:



1. Chodź po wyznaczonych szlakach.
2. Nie oddalaj się od grupy, przewodnika.
3. Ubierz się odpowiednio, zwłaszcza załóż wygodne obuwie .
4. Jeśli wybierasz się na dłuższą wędrowkę, weź ze sobą jedzenie i picie.

Wypoczynek na wsi :



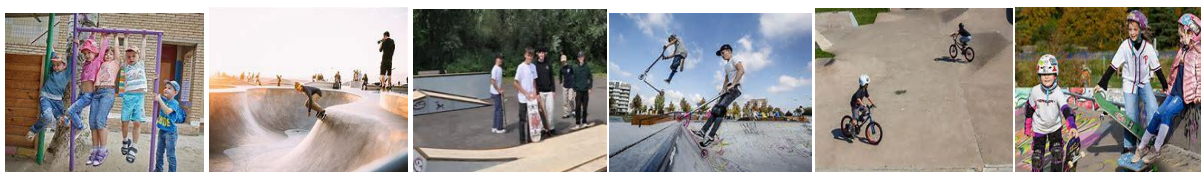
1. Poruszaj się po wiejskich drogach zgodnie z zasadami ruchu drogowego.
2. Do zwierząt w zagrodach i na polach podchodź z dużą ostrożnością.
3. Ostrożnie posługuj się narzędziami służącymi do prac na wsi: najlepiej pod kontrolą osób dorosłych.
4. Nie wchodzić na pola, po których jeżdżą maszyny rolnicze.

Wypoczynek na działce:



1. Na zjeżdżalniach i huśtawkach zachowuj ostrożność.
2. Nie oddalaj się od osób, z którymi przebywasz na działce (jeśli jesteś osobą nieletnią).
3. Nie zbliżaj się do rozpalonego grilla.
4. Zachowuj się kulturalnie.

Wypoczynek na podwórku (placu zabaw):



1. Na placach zabaw, czy skate parkach zachowuj się zgodnie z regulaminem obowiązującym w tych miejscach.
2. W sytuacjach, kiedy jest to wymagane- noś kask, nakolanniki, czy innego rodzaju ochraniacze.

Żywioty i zagrożenia pogodowe! Co warto wiedzieć?

W ostatnich latach obserwujemy zmiany klimatyczne na całym świecie. Nie możemy dłużej udawać, że wyładowania atmosferyczne nas nie dotyczą. Gwałtowne burze, wichury czy intensywne opady niemal zawsze oznaczają kłopoty.

Lato sprzyja częstym zawirowaniom pogodowym. Wakacyjne miesiące przyzwyczyły nas już do letnich burz i intensywnych opadów deszczu. Zdarzają się też potężne wichury, które potrafią w jednej chwili zamienić życie wielu ludzi w dramaty i spowodować nieodwracalne szkody w przyrodzie.

W starciu z siłą natury człowiek stoi na przegranej pozycji.

Czy można się uchronić przed gwałtownymi zdarzeniami w pogodzie?

Tego nikt nam nie zagwarantuje, ale można wykonać kilka czynności ograniczających ryzyko zagrożenia i zniszczenia:

- uprzątnąć balkon, taras, podwórko, ogród z przedmiotów, które może porwać wichura (leżaki, stoliki, łopaty, donice itp.),
- postawić samochód z dala od drzew i małej zabudowy, czy urządzeń, które po oderwaniu od ziemi mogłyby uszkodzić szyby lub karoserię.
- pozamykać okna i drzwi (nie zbliżać się do drzwi i okien),
- odłączyć od prądu urządzenia elektryczne (warto przygotować latarki i świece oraz zapalki),
- wyłączyć komórki (nawet - nie rozmawiać przez telefon) lub inne urządzenia, które mogą spowodować zagrożenie.

Nie wszystko, jednak, jesteśmy w stanie przewidzieć.

Silny wiatr? Burza? Trąba powietrzna? Słuchaj alertów, nie bagatelizuj ostrzeżeń!

Trąby powietrzne pojawiają się w Polsce od kwietnia do października. W tym czasie ze szczególną uwagą śledź alerty pogodowe. Nie lekceważ komunikatów od **Rządowego Centrum Bezpieczeństwa**, jeżeli ostrzegają przed zbliżającym się załamaniem pogody. Nie licz na to, że „burza przejdzie bokiem”. Lepiej być przygotowanym na najgorsze. Wiemy, że nie każda burza niesie takie zagrożenie i że czasem może być ich tak wiele, że nie dałoby się normalnie funkcjonować. Zachowaj rozsądek w sezonie burzowym, zwłaszcza, gdy pojawią się alerty (alarmy). Kiedy zauważysz, że robi się coraz ciemniej, nadchodzą czarne chmury i zaczyna mocniej wiać, jak najszybciej idź do domu lub innego budynku. Bezpieczny też będziesz w samochodzie, ale gdy jedziesz, to należy przerwać jazdę i poczekać, aż się uspokoi. Unikaj otwartych przestrzeni, latarni, słupów, drzew i zbiorników wodnych (woda przewodzi prąd). Jeśli zdarzy się, że jesteś na otwartej przestrzeni – znajdź miejsce, gdzie teren jest najbardziej obniżony, przykucnij trzymając nogi złączone, oplecione ramionami ze schowaną głową. Jeśli zdarzy się, że jesteś na wodzie, czym prędzej dopłyn do brzegu. W czasie silnej nawałnicy możesz położyć się na ziemi.

Skąd biorą się trąby powietrzne?

Takie zjawiska pogodowe to efekt nagłych wahań temperatury. Nawet zmiana o dwa, trzy stopnie może doprowadzić do powstania gwałtownie wirujących kolumn powietrza. W Polsce takie zjawiska pogodowe występują średnio od 8 do 14 razy w roku i z każdym latem jest ich coraz więcej. O tym jak niszczycielską moc ma silny wiatr świadczy m.in. nawałnica, która w 2017 roku przeszła przez Kaszuby. Siła wiatru jest tak ogromna, że przewraca zdrowe drzewa i zrywa dachy. Jeśli dojdzie do takiego zjawiska, przede wszystkim **chron się i bliskich**. Postaraj się zapewnić schronienie zwierzętom.

Śledź prognozy pogody!

Jeśli dzień zapowiada się bardzo burzowo, ułóż plany tak, by zapewnić sobie i bliskim maksymalne bezpieczeństwo. Nie przebywaj na placu zabaw, nie spaceruj, nie rób grilla itp.

Możesz ściągnąć sobie aplikacje pogodowe, które będą Cię ostrzegać przed zagrożeniami:

- **WeatherPro** - aplikacja pogodowa, która dopasowuje się do potrzeb użytkownika, gdyż to on sam decyduje, o jakich zjawiskach pogodowych chce otrzymywać ostrzeżenia.
- **Meteo ICM** - precyzyjna aplikacja, informująca o zmiennych warunkach pogodowych z dokładnością co do godziny.
- **Pogodynka ALERT-IMGW** - aplikacja wysyłająca oficjalne powiadomienia o gwałtownych zjawiskach pogodowych.

Co zrobić po przejściu żywiołu?

Gdy niebezpieczny żywioł już ustanie, w pierwszej kolejności zadbaj o rannych i poszkodowanych. Udziel im pierwszej pomocy, a w razie potrzeby sprowadź odpowiednie służby (telefon alarmowy **112** lub **999** Pogotowie Ratunkowe, **998** Straż Pożarna i **997** Policja).

Dopiero potem zorientuj się, jakie rzeczy zniszczył żywioł. Można zrobić zdjęcia zniszczeń telefonem. To na pewno ułatwi likwidację szkody. Rodzice lub opiekunowie będą wiedzieli, do kogo zadzwonić w tej sprawie.

PAMIĘTAJ! Jeżeli zauważysz iskrzenie, popalone przewody lub też poczujesz swąd spalonej instalacji, wezwij służby techniczne (**991** lub **112**). **Pod żadnym pozorem nie próbuj samodzielnie usuwać leżących lub zwisających przewodów lub jakichkolwiek innych elementów, które mogą powiększyć szkodę lub stanowić dla ciebie zagrożenie!**

PAMIĘTAJ! Tegoroczny wakacyjny wypoczynek w okresie walki z koronawirusem będzie wyglądał inaczej, niż zwykle. Stosuj się do wszelkich nakazów i zaleceń obowiązujących w czasie pandemii. Gdziekolwiek będziesz:

- zachowuj dystans (2m),
- pamiętaj o dezynfekcji i myciu rąk,
- noś maseczkę tam, gdzie jest ona wymagana,
- wietrz pomieszczenia (otwieraj okna),
- dbaj o czystość w pomieszczeniach publicznych,
- obserwuj, czy nie masz objawów choroby: gorączka, kaszel, duszności.