

Bezpieczeństwo podczas zimowego wypoczynku

Niezależnie od tego, czy uczniowie będą wyjeżdżać na zorganizowany wypoczynek, spędzą ferie w domu lub na półkoloniach, ważne jest zachowanie podstawowych zasad i przepisów bezpieczeństwa. Dotyczą one zarówno przemieszczania się, jak również różnych form aktywności i odpoczynku.

- **Bezpieczne zabawy i aktywności na świeżym powietrzu**

Dzieciom w zimowych zabawach powinni towarzyszyć dorośli opiekunowie. Do zabaw i aktywności na świeżym powietrzu należy wybierać tylko bezpieczne, najlepiej specjalnie wyznaczone do tego miejsca. Nie wolno zjeżdżać na sankach w pobliżu drogi ani przywiązywać ich do samochodu czy ciągnika rolniczego. Zorganizowanie w ten sposób kuligu na drogach publicznych jest nie tylko niezgodne z przepisami, ale przede wszystkim jest niebezpieczne dla jego uczestników.

Rodzice i opiekunowie powinni również zwracać uwagę na bezpieczeństwo dzieci wybierających się na spacer, szczególnie w warunkach ograniczonej widoczności. Warto przypomnieć podstawowe zasady poruszania się po drogach oraz wyposażyć najmłodszych w elementy odblaskowe.

- **Kontrola środków transportu**

O przeprowadzenie kontroli do Wojewódzkiego Inspektoratu Transportu Drogowego mogą zwrócić się organizatorzy wypoczynku oraz rodzice i opiekunowie dzieci. Kontrole są prowadzone zarówno w punktach kontrolnych, w miarę możliwości w miejscu wyjazdu autokaru, jak i na głównych szlakach komunikacyjnych. Na stronie [Bezpieczny autobus](#) rodzice mogą sprawdzić m.in., czy pojazd, którym dzieci pojadą na wypoczynek, ma aktualne badania techniczne i polisę ubezpieczeniową.

- **Zaplanowane indywidualne wyjazdy**

Rodzice, którzy udają się z dziećmi na wypoczynek własnym środkiem transportu, powinni przed podróżą sprawdzić stan techniczny pojazdu oraz jego wyposażenie. Warto pamiętać, że podstawą bezpiecznej podróży jest bezpieczna prędkość. Ważna jest również odpowiednia kondycja psychofizyczna kierowcy.

W CZASIE FERII DBAJ O ZDROWIE:

- ✓ Pamiętaj o tym, aby twój sen był wystarczająco długi, nie spędzaj czasu w nocy w internecie.
- ✓ Pamiętaj o wietrzeniu pomieszczeń, w którym przebywasz.
- ✓ Odżywiaj się zdrowo, pamiętaj żeby twoje posiłki były urozmaicone, spożywaj warzywa i owoce.
- ✓ Zadbaj o ruch na świeżym powietrzu, uprawiaj bezpiecznie sporty, które lubisz.
- ✓ Zawsze ubieraj się adekwatnie do pogody. Podczas mrozu zabezpieczaj twarz kremem ochronnym.
- ✓ Pamiętaj o higienie - często myj ręce ciepłą wodą i mydłem.

Planując zimowy odpoczynek, warto zapoznać się z informacjami przygotowanymi przez różne służby i instytucje publiczne.

Na stronie internetowej www.wypoczynek.mein.gov.pl na bieżąco publikowane są informacje o numerach wydanych zaświadczeń, danych organizatora, liczbie uczestników oraz terminie i lokalizacji wypoczynku.

Zachęcamy do zapoznania się z „Poradnikiem bezpiecznego wypoczynku”. Publikacja prezentuje aktualne informacje dla organizatorów, rodziców i uczestników wypoczynku. Informacje zawarte w publikacji ułatwią rodzicom odpowiednie przygotowanie swoich dzieci do wypoczynku zimowego oraz umożliwią zdobycie niezbędnej wiedzy dotyczącej szeroko pojętego bezpieczeństwa.

Polecamy serwisy internetowe

1. Serwis www.bezpiecznyautobus.gov.pl - wpisując numer rejestracyjny pojazdu, rodzice otrzymują bezpłatną informację o tym, czy autokar, który zawiezie dziecko na wakacje, posiada aktualne badania techniczne oraz polisę ubezpieczeniową.

2. [Informacje o systemie powiadamiania ratunkowego na stronie Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji](#). Przypominamy, że 112 to bezpłatny, dostępny na terenie całej Unii Europejskiej numer alarmowy - zarówno dla telefonów stacjonarnych, jak i komórkowych. Pamiętajmy, że zgłoszenie pod numer alarmowy 112 można wybrać także w telefonie nieposiadającym karty SIM.

3. [Informacje dla podróżujących przygotowane przez polskie placówki dyplomatyczne przy współpracy z Ministerstwem Spraw Zagranicznych](#). W profilach poszczególnych krajów znajdują się wytyczne lub ostrzeżenia dla podróżujących.

4. Rejestracja wyjazdu za granicę przez bezpłatny serwis [„Odyseusz”](#). Dzięki niej służby konsularne wiedzą o pobycie jednostki na terenie danego państwa. W razie konieczności mogą one skontaktować się z podróżującymi albo zapewnić potrzebną pomoc. Planując wyjazd zagraniczny, pamiętajmy, by zaopatrzyć się w adresy oraz numery telefonów dyżurnych do polskich placówek dyplomatycznych i konsularnych. Takie wytyczne obowiązują przede wszystkim organizatorów wypoczynku, kierowników wycieczek, wychowawców i opiekunów dzieci i młodzieży.