

# Czas laby, ale zachowaj czujność!

Data publikacji: 3.07.2013 11:00

Wakacje to czas wypoczynku, szczególny okres dla całej rodziny. W lipcu i sierpniu wielu z nas wyjeżdża na urlop spędzając czas nad wodą, w górach czy w lesie. Część dzieci i młodzieży spędzając wakacje w domu wypełnia sobie czas zabawą w jego okolicy.

□

Czas odpoczynku nie może być jednak czasem wolnym od myślenia. Trzeba pamiętać o podstawowych zasadach bezpieczeństwa, które przypomina cieszyńska policja.

## JEŚLI CHODZI O DZIECI...

- należy im zapewnić maksimum opieki i zainteresowania, a także jak najczęściej samemu uczestniczyć w pozytywnym wypełnieniu ich czasu wolnego;
- należy ustalać i sprawdzać miejsca ich zabawy czy wypoczynku (przede wszystkim czy są bezpieczne), a także uczyć dzieci ostrożności przy zabawie w pobliżu wody, placu budowy, ruchliwych ulic, lasu, itp. niebezpiecznych miejsc;
- warto wiedzieć, z kim i gdzie Nasza pociecha idzie, bawi się i kiedy wróci;
- każde dziecko powinno znać zasady poruszania się po drodze pieszo czy rowerem, szczególnie jeśli jest w wieku pozwalającym na samodzielne się po niej poruszanie;
- każde dziecko powinno też znać ogólne zasady bezpieczeństwa dotyczące samodzielnego pobytu w domu i jego otoczeniu, a także w kontakcie z obcym psem – przeczytajcie dział „Bezpieczeństwo dzieci”;
- wysyłając dziecko na kolonie dobrze jest sprawdzać przygotowanie oferujących wyjazdy kolonijne (warunki pobytu, kwalifikacje opiekunów, zakres i rodzaj zajęć wypełniających czasu wypoczynku, itd.), a także zapewnić sobie stały kontakt z dzieckiem;

## MŁODZIEŻ

- powinna pamiętać o właściwym przygotowaniu i ostrożności przy wypoczynku w górach, w lesie czy nad wodą (patrz porady poniżej), a także zapewnieniu sobie bezpieczeństwa przy nocnych powrotach z dyskotek, zabaw, festynów, koncertów i innych imprez;
- wykazywać się ostrożnością w kontakcie z osobami obcymi, również rówieśnikami. Wszelkie propozycje wyjazdu w miejsce nieznane, fajnej zabawy czy niezapomnianych wrażeń muszą być dobrze przemyślane i sprawdzone. Dotyczy to również ofert pracy za granicą: polecamy dział „Handel ludźmi - jak nie stać się ofiarą”;
- pamiętać o zagrożeniach i konsekwencjach jakie niesie ze sobą sięganie po różnego rodzaju środki uzależniające (papierosy, alkohol, narkotyki, dopalacze czy inne niebezpieczne substancje).

Natomiast wszystkie nasze pociechy, bez względu na wiek, powinny umieć zachowywać się kulturalnie wobec siebie i otoczenia. Zachowania wulgarne, agresywne czy przemoc to nie są prawidłowe formy kontaktu międzyludzkiego, a wyrzucanie śmieci w inne miejsca, jak do tego wyznaczone, jest naruszeniem obowiązujących norm prawnych i społecznych.

Poza naszymi pociechami zagrożenia czyhają również na dorosłych. Dbając o bezpieczny wypoczynek nie zapominajmy także o sobie.