

## Bezpieczne ferie

Witajcie Kochani!

Ferie to czas odpoczynku i dobrej zabawy. Sanki, łyżwy, narty, kuligi, wędrówki w góry, a nawet żeglarstwo lodowe to lista zimowych, aktywnych zajęć, które są bardzo przyjemne. Trzeba jednak zachować zdrowy rozsądek i odpowiedzialność aby uniknąć niebezpiecznych zdarzeń. Jeśli wychodzimy na sanki, łyżwy, a nawet spacer zimowy zawsze informujemy rodziców lub opiekunów z kim i gdzie idziemy. Bądźmy raczej w grupie z innymi rówieśnikami, unikając miejsc ustronnych i ciemnych. Nigdy nie oddalajmy się z osobami obcymi. Jeżdżąc na nartach i łyżwach zakładajmy kask. Pamiętajmy także o odpowiednim ubiorze. Ubierajmy się na tzw. cebulkę, wtedy bez problemu możemy zdjąć jedną warstwę ubrania, jeśli jest nam za ciepło.

---

1. Nie wchodzimy na zamrożnięte zbiorniki wodne.

Służby co roku ostrzegają, że nie możemy być bezpieczni na lodzie. Na jego wytrzymałość wpływa rodzaj wody oraz temperatura powietrza. Warto pamiętać, że lód nie jest tej samej grubości – na środku jeziora jest cieńszy niż na brzegach. Do jazdy na łyżwach nadają się tylko sztuczne zbiorniki – lodowiska.

2. Nie zjeżdżaj na sankach w pobliżu dróg i zbiorników wodnych.

Zima to czas trudnych warunków atmosferycznych – wcześniej zapada zmrok, jest pochmurno. Będąc blisko ulicy lub zbiornika wodnego możemy w porę ich nie zauważyć. Może dojść do niepotrzebnego wypadku.

3. Nie przebiegaj przez ulicę w niedozwolonych miejscach, a po zapadnięciu zmroku zawsze miej przy sobie odblask – dzięki temu będziesz bardziej widoczny.

Poruszajmy się chodnikami, a w ostateczności lewym poboczem drogi. Przez jezdnię przechodzimy wyłącznie w miejscach dozwolonych.

4. Nie strącaj sopli zwisających z dachów lub drzew.

Spadający sopel może stanowić poważne zagrożenie zdrowia a nawet życia.

Mam nadzieję, że poważnie potraktujecie te zasady, a wtedy miło i bezpiecznie spędzicie ferie zimowe, czego Wam serdecznie życzę.

Pielęgniarka – Ewa Kuźdub.