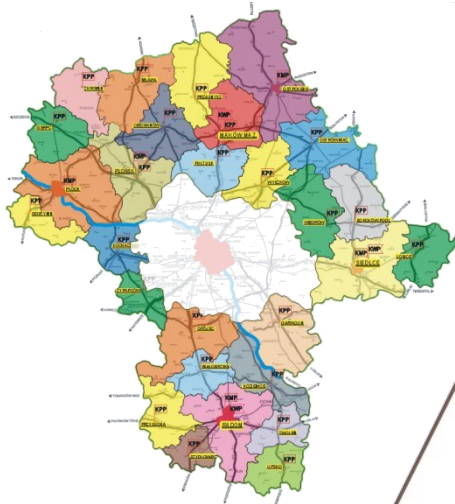


# BEZPIECZNE WAKACJE



# BEZPIECZNE WAKACJE



**Bezpieczeństwo**

w miejscu zamieszkania

przed i w trakcie podróży

podczas wypoczynku

# Bezpiecznie w miejscu zamieszkania



## Zagrożenia:

- Internet,
- nieznajomy,
- gaz, ogień,  
prąd elektryczny,  
woda.





# Bezpiecznie w domu

## ogień,

- w domu bardzo łatwo zaprószyć ogień, co może doprowadzić do pożaru i groźnych poparzeń



## prąd elektryczny,

- większość urządzeń znajdujących się w gospodarstwie domowym zasilana jest energią elektryczną, dlatego też należy zachować szczególną ostrożność podczas ich używania, bezpośredni kontakt z prądem elektrycznym może doprowadzić do groźnego porażenia i spowodować nieodwracalne kalectwo lub zgon

# Bezpiecznie w domu



## gaz,

- ulatnianie się gazu może spowodować groźne dla zdrowia, a nawet dla życia zatrucie organizmu każdego człowieka, ponadto może doprowadzić do wybuchu



## woda

- ciekący kran, niedokręcony zawór czy nieszczelny wąż do pralki, mogą spowodować zalanie całego mieszkania. Dlatego zawsze należy sprawdzać czy dobrze zakręciliśmy wodę.

# INTERNET



- W Internecie kryje się wiele zagrożeń.
- Internet to rzecz tworzona przez wiele osób, a jego istotą są kontakty między ludźmi.
- Korzystając z niego można poznać osoby, o podobnych zainteresowaniach, swoich rówieśników i innych użytkowników.
- Dzięki niemu możemy zawierać cenne znajomości z ludźmi, których w przeciwnym razie być może nigdy byśmy nie spotkali.

# Niebezpieczne kontakty z „nieznajomym”

- Czy to co piszą o sobie osoby spotkane w Sieci jest prawdą?
- Czy mamy pewność, że nasz internetowy znajomy jest osobą, za którą się podaje, szczególnie wtedy, kiedy znajomość internetowa staje się bliższa, a zwłaszcza, gdy ma się przenieść do prawdziwego świata!?
- Czy rodzice powinni wiedzieć o planowanym spotkaniu ze znajomym z Sieci, żeby móc zapewnić nam bezpieczeństwo?





## Gdzie szukać pomocy?

Jeżeli ktoś nęka dziecko w Sieci, wyśmiewa się z niego, wysyła obraźliwe e-maile, sms'y, zadaje na czacie, w mailu lub przez komunikator jakieś krępujące pytania, wypytuje o prywatne dane, nalega na spotkanie ...

### **Rozmowa z...**

- rodzicami, nauczycielem, albo inną zaufaną osobą dorosłą

### **Zgłoszenie przypadków nadużyć na...**

- Policję

### **Kontakt z np.:**

- [www.helpline.org.pl](http://www.helpline.org.pl), bezpłatny numer telefonu 0 800 100 100.
- FDN „Ogólnopolski telefonu zaufania dla dzieci i młodzieży 116 111”.
- Fundacja Kidprotect.





# Ucieczki małoletnich z domów

- W czasie wakacji młodzi ludzie uciekają z domów. Część rusza w Polskę, by zaznać "nieskrępowanej" wolności; inni uważają, że to dobry moment na rozpoczęcie samodzielnego życia.
- Najczęściej nie są pełnoletni, za to naiwni i łatwowierni.
- Część pokornie wróci do rodziny wraz z pierwszymi chłodami, części bez pomocy specjalistów nie uda się wyjść z opresji, o innych słuch zaginie.



# Prace polowe

- Każda pracująca maszyna stanowi potencjalne zagrożenie.
- Każdy kontakt ze zwierzętami gospodarczymi wiąże się z ryzykiem.
- Każda praca z chemicznymi środkami ochrony roślin niesie niebezpieczeństwo zatrucia.
- Nawet podczas obserwacji pracy rodziców lub przebywaniu w otoczeniu maszyn i zwierząt gospodarczych należy zachować szczególną ostrożność.
- Traktor można prowadzić tylko wtedy jeśli posiadamy prawo jazdy, czyli po ukończeniu 18 roku życia



# Prace polowe



**W wyniku wypalenia trawy dochodzi do wielu szkodliwych procesów, tj.:**

- ziemia wyjaławia się, zahamowany zostaje bardzo pożyteczny, naturalny rozkład resztek roślinnych oraz asymilacja azotu z powietrza,
- do atmosfery przedostaje się szereg związków chemicznych będących truciznami zarówno dla ludzi jak i zwierząt,
- niszczone są miejsca lęgowe oraz ginie wiele gatunków zwierząt gnieźdzących się na ziemi i w krzewach.

Należy pamiętać, że po zimie trawy są wysuszone i palą się bardzo szybko. W rozprzestrzenianiu ognia pomagają także powiewy wiatru. W przypadku gwałtownej zmiany jego kierunku, pożary bardzo często wymykają się spod kontroli i przenoszą na pobliskie lasy i zabudowania.



# Niebezpieczne zwierzęta



## JAK ZACHOWAĆ SIĘ W RAZIE ATAKU PSA?

### Agresywny pies wysyła znaki ostrzegawcze:

- ma zjeżoną sierść, położone uszy, sztywne nogi, uniesiony ogon,
- warczy, szczeka, pokazuje zęby, skacze dookoła osoby, którą osacza.

### Co wtedy zrobić?

- Stań, nie uciekaj.
- Nie patrz psu w oczy, nie okazuj strachu.
- Nie odwracaj się, zwłaszcza jeśli jest duży, bo gdy skoczy na Ciebie, może Cię przewrócić.
- Stań do psa bokiem, na lekko rozstawionych nogach. To pozwoli Ci utrzymać równowagę.
- Staraj się przyjąć pozycję zółwia. Ochronisz te części ciała, które zwykle gryzie pies.

# Niebezpieczne zwierzęta



## Tak przyjmuje się pozycję żółwia:

- spleć dłonie do wewnątrz,
- schowaj kciuki do środka,
- załóż ręce na kark,
- osłoń nimi także uszy,
- kucnij,
- przyciągnij głowę do kolan.
- Pies, zniechęcony taką postawą i brakiem reakcji ze strony ofiary, na ogół odchodzi.





# PIESZY W RUCHU DROGOWYM



## Pieszy w ruchu drogowym

**Dziecko w wieku  
do 7 lat może korzystać  
z drogi tylko pod opieką osoby,  
która osiągnęła wiek  
co najmniej 10 lat.**



## Pieszy w ruchu drogowym

**Pieszy w wieku do 15 lat, poruszając się po drodze po zmierzchu, poza obszarem zabudowanym, jest obowiązany używać elementów odblaskowych w sposób widoczny dla innych uczestników ruchu.**





## Pieszy w ruchu drogowym

**Pieszy jest obowiązany korzystać z chodnika lub drogi dla pieszych, a w razie ich braku – z lewego pobocza. Jeżeli nie ma pobocza lub czasowo nie można z niego korzystać, pieszy może korzystać z lewej strony jezdni, pod warunkiem zajmowania miejsca jak najbliżej jej krawędzi i **ustępowania miejsca** nadjeżdżającemu pojazdowi.**

# **ROWERZYŚCI**

kartę rowerową można uzyskać po ukończeniu 10 lat

**KARTA ROWEROWA**

**OŚWIETLENIE ROWERU**

**KASK OCHRONNY**

**KAMIZELKA ODBŁASKOWA**

# **ROWERZYŚCI**

kartę rowerową można uzyskać po ukończeniu 10 lat

**Kierujący rowerem jest obowiązany korzystać z drogi dla rowerów lub z drogi dla rowerów i pieszych.**

**Kierujący rowerem, korzystając z drogi dla rowerów i pieszych, jest obowiązany zachować szczególną ostrożność i ustępować miejsca pieszym.**

## ZNAKI SZCZEGÓLNE



**Rowerzyści i piesi korzystają z tej strony drogi którą wskazuje znak.**



**Piesi korzystają z całej szerokości drogi.  
Kierujący rowerami mają obowiązek  
ustąpić miejsca pieszym.**

# MOTOROWERZYŚCI



## Karta motorowerowa

można uzyskać po ukończeniu 13 lat

**KARTA MOTOROWEROWA**

**KASK OCHRONNY**

**UBEZPIECZENIE OC MOTOROWERU**

**OBOWIĄZKOWE WYPOSAŻENIE**

# MOTOROWERZYŚCI



## Kategoria AM

(uprawnia do kierowania motorowerami i lekkimi czterokołowcami - masa do 350 kg, prędkość do 45 km/h, silnik o pojemności do 50 cm<sup>3</sup>.)

**Osoba, która ukończyła 14 lat, a nie ukończyła 18 lat, może uzyskać prawo jazdy ww. kategorii jeżeli:**

- *odbyła szkolenie wymagane do uzyskania prawa jazdy danej kategorii;*
- *zdała egzamin państwowy wymagany do uzyskania prawa jazdy odpowiedniej kategorii;*
- *posiada pisemną zgodę rodzica lub opiekuna.*

**Przepis wchodzi w życie z dniem  
19 stycznia 2013 roku.**



## Bezpieczeństwo uczestników ruchu drogowego

# Podróżując pojazdem pamiętaj o:

- fotelikach lub specjalnych siedziskach dla dzieci;
- zapiętych pasach bezpieczeństwa;
- przerwach w długich podróżach;
- przestrzeganiu przepisów ruchu drogowego przez kierującego pojazdem.



**BEZPIECZNY WYPOCZYNEK  
NAD WODĄ**



# Zanim wejdiesz do wody:



- Kąp się zawsze pod okiem osób dorosłych najlepiej na strzeżonych plażach;

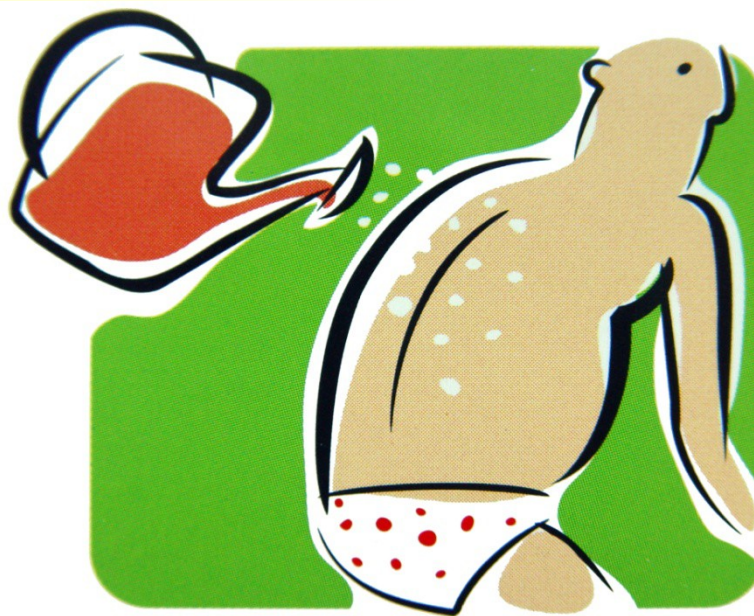


- Przed wejściem do wody sprawdź czy można się kąpać (biała flaga- można się kąpać, czerwona – zakaz kąpieli);

# Zanim wejdiesz do wody:



- Jeśli jesteś rozgrzany nie wskakuj raptownie do wody. Najlepiej najpierw trochę się zamocz;



- Jeśli niedawno jadłeś odczekaj trochę

# W wodzie:



- Zanurzaj się stopniowo;



- Nawet, jeśli dobrze pływasz nie wypływaj poza czerwone boje;

# W wodzie:



- Jeśli nie umiesz pływać – nie przekraczaj linii wyznaczonych przez żółte boje. Kap się tylko w miejscach, w których masz grunt pod nogami;



- Nie kap się, jeśli masz zmęczenie, lub jest ci zimno – wróć na brzeg;

# W wodzie:

- Nie kąp się nigdy w pobliżu ostróg. Nie chodź też po nich. Ostrogi są śliskie – łatwo można z nich spaść, są też obrośnięte przez małże – można się pokaleczyć.





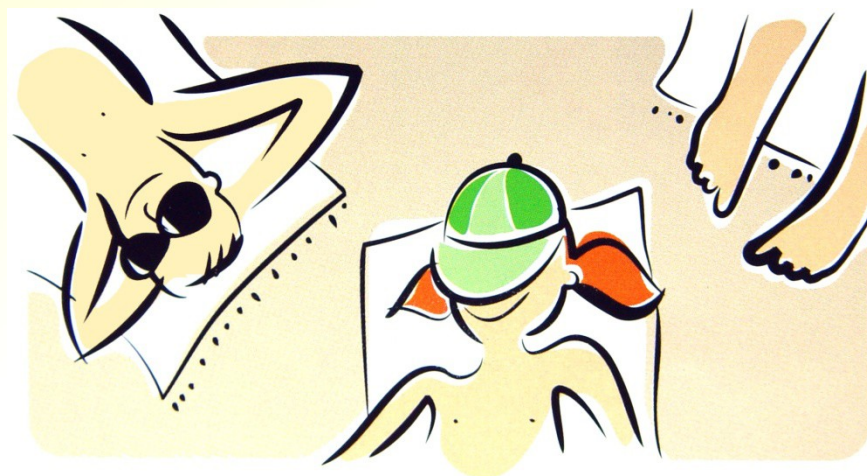
# W wodzie:

- Nie skacz do nieznannej wody. Zawsze wcześniej sprawdzaj głębokość i dno zbiornika.
- Korzystaj ze sprzętu wodnego (łódek, kajaków, żaglówek) zawsze w kapoku.
- Nie przeceniaj swoich umiejętności, nie daj się podpuszczać kolegom – możesz stracić siły i trudno będzie wrócić do brzegu.

# Po wyjściu z wody;



- Wytrzyj się ręcznikiem, odpocznij i zagrzej zanim znowu wejdiesz do wody.



- Opalaj się z umiarem, używaj kremów z filtrem UV. Noś coś na głowie i okulary przeciwsłoneczne

# NAJCZĘSTSZE PRZYCZYNY UTONIĘĆ

- Niepotrzebna brawura, przecenianie swoich sił i umiejętności pływackich
- Pływanie w stanie nietrzeźwym. Alkohol powoduje zaburzenia zmysłu równowagi i orientacji
- Brak umiejętności pływania
- Niedocenianie niebezpieczeństwa w wodzie



# NAJCZĘSTSZE PRZYCZYNY UTONIĘĆ

- Pływanie w miejscach zabronionych
- Skoki "na główkę" do wody nieznannej
- Pływanie obok statków, barek i łodzi motorowych, w pobliżu śluz i zapór wodnych
- Siadanie na rufie kajaku lub na burcie łodzi
- Nieumiejętność postępowania w przypadku wywrócenia się kajaku lub łodzi

# Uwaga na znaki



Biała flaga  
–  
można się kąpać



Czerwona flaga  
– **zakaz kąpieli**

# Uwaga na znaki



Kąpiel wzbroniona

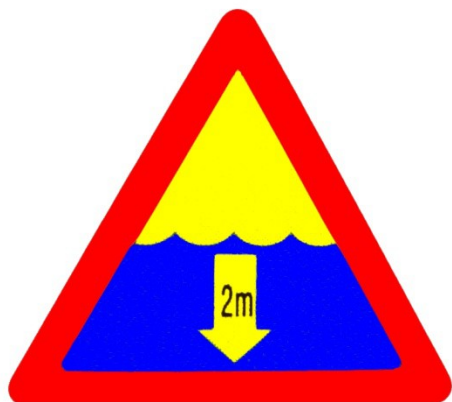


Skakanie do wody  
wzbronione

# Uwaga na znaki



Wiry



Niebezpieczna głębokość

# Niebezpieczeństwa skoków do wody



# Oznaczenie niebezpiecznych miejsc nad wodą

3  
8

W 2009 roku z inicjatywy Samorządu Województwa Mazowieckiego oraz Mazowieckiej Komendy Wojewódzkiej Policji rozpoczęto akcję oznaczania niebezpiecznych miejsc nad wodą.

Na Mazowszu aż 63 wskazane przez policję miejsca oznaczone są lub będą znakiem CZARNY PUNKT WODNY. Oznakowane będą głównie dzikie plaże, czyli punkty, w których do tej pory dochodziło do największej liczby utonięć. Przyczyną wypadków były głównie niebezpieczne wiry, ukształtowanie dna czy też zbyt brawura kąpielących.





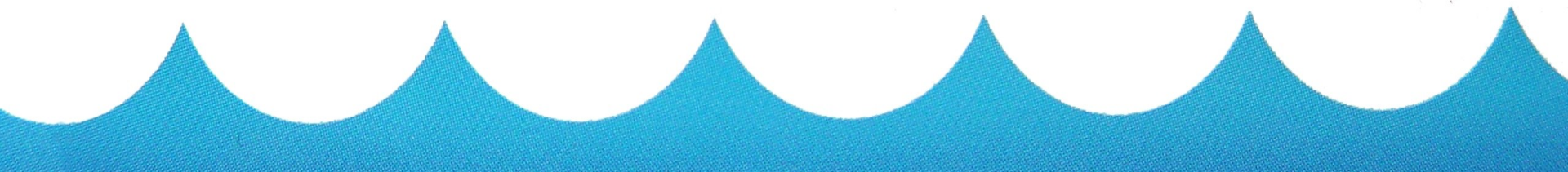
**GDY  
WZYWASZ  
POMOC**

# Pamiętaj !!!

- Podaj adres i opis miejsca zdarzenia (punkt odniesienia – most, przystań, itp.)
- Przedstaw się, i podaj numer, z którego dzwonicz
- Opisz stan ofiary wypadku



**NUMERY  
TELEFONÓW  
ALARMOWYCH**





Z TELEFONU  
KOMÓRKOWEGO

**112**

Pogotowie ratunkowe – 999

Straż Pożarna – 998

Policja – 997

WOPR – 0 601 100 100

# DZIĘKUJEMY ZA UWAGĘ



nadkom. Monika Sokołowska, asp. szt. Mirosław Guziński, st. kpt. Karol Kierzkowski, Michał Bęc