

KOMENDA POWIATOWA POLICJI W BRZEZINACH

<http://brzeziny.policja.gov.pl/ebr/prewencja/bezpieczne-porady/bezpieczne-wakacje/3819,Bezpieczne-wakacje.html>
2023-06-10, 15:34

BEZPIECZNE WAKACJE

Letnie wakacje bardzo często łączą się z wyjazdami poza miejsce zamieszkania. W tym czasie korzystamy z różnych form wypoczynku - zorganizowanych obozów, kolonii, wczasów czy wyjazdów indywidualnych. Aby letni wypoczynek był dla wszystkich spokojny i bezpieczny warto skorzystać z porad, którymi jak co roku dzielą się policjanci. Wybieramy odpowiednią ofertę - Wybierając obóz, kolonię czy wczasy rodzinne radzimy skorzystać ze sprawdzonych i polecanych biur podróży. Biuro powinno być zarejestrowane w Polskiej Izbie Turystyki, posiadać zezwolenie na organizowanie imprez turystycznych wydane przez wojewodę i gwarancje ubezpieczeniowe. Okazania tych dokumentów możemy żądać w przypadku jakichkolwiek wątpliwości.

Bezpieczna podróż - Wybierając się na wypoczynek powinniśmy szczególnie zadbać o bezpieczeństwo w podróży. Poruszając się własnym środkiem transportu pamiętajmy o sprawdzeniu stanu technicznego pojazdu i usunięciu nawet najdrobniejszych usterek. Za kierownicę siadaj trzeźwy i wypoczęty. Na postój wybierajmy miejsca zaludnione i dobrze oświetlone. Wsiadając z samochodu należy zabrać ze sobą wszystkie wartościowe przedmioty, drogą odzież i dokumenty, zamknąć auto i uruchomić urządzenie alarmowe. W trakcie podróży możemy być narażeni na kradzież samochodu metodą na stłuczkę lub na wypadek - złodzieje aranżują taką sytuację i starają się wykorzystać emocje swojej ofiary -. w takim przypadku nie należy opuszczać pojazdu, lecz telefonicznie powiadomić służby ratownicze lub skierować się do najbliższej jednostki Policji. Jeżeli decydujemy się na wyjście z auta pamiętajmy, że należy je zamknąć i uaktywnić alarm . Korzystając z pociągów czy autobusów dalekobieżnych unikajmy sztucznego tłoku i pilnujmy bagażu szczególnie przy wsiadaniu i wysiadaniu. Do podróży załóżmy wygodną i skromną odzież. Pamiętajmy, aby nie rozmawiać z przygodnie poznanymi ludźmi i nie przyjmować poczęstunków od współpasażerów. W pociągu opuszczając przedział zawsze zabierajmy ze sobą pieniądze i dokumenty. O każdej „podejrzanej” sytuacji powinniśmy powiadomić obsługę pociągu.

Zabezpiecz mieszkanie - Nie opowiadaj wszystkim wkoło, że planujesz dłuższy wyjazd. Na automatycznej sekretarce telefonu nie zostawiaj wiadomości typu „wyjechaliśmy z miasta, wracamy wtedy i wtedy”. Klucze do mieszkania przekaż krewnemu lub zaufanemu sąsiadowi, poproś by zbierał ulotki reklamowe spod Twoich drzwi, wieczorem zaś zapalił światło i otworzył okno. Nie zostawiaj kluczy pod wycieraczką! Cenne przedmioty, dzieła sztuki czy wyroby jubilerskie i gotówkę zdeponuj w sejfie lub oddaj na przechowanie zaufanej osobie. Przed wyjazdem zamknij zawór wodny i gazowy aby uniknąć ewentualnej awarii.

Wakacje w miejscu zamieszkania - Bardzo często mamy do czynienia z sytuacją, że dzieci spędzają wakacje w miejscu zamieszkania i pozostają przez kilka lub kilkanaście godzin bez opieki pracujących rodziców. Pouchmy nasze pociechy, aby pod żadnym pozorem nie wpuszczały obcych ludzi do domu. Dziecko powinno mieć kontakt telefoniczny z rodzicami i informować ich o każdym istniejącym zagrożeniu. Na placach zabaw, w parkach czy skwerach dzieci powinny bawić się w grupie najlepiej pod okiem dorosłej osoby. Należy „uczulić” dziecko, że nie wolno mu rozmawiać z obcymi ani oddalać się w ich towarzystwie.

Wytłumaczmy naszej latorośli, aby unikała niebezpiecznych miejsc - bunkry, glinianki czy kąpiele w miejscach niedozwolonych mogą być bardzo „ zdradliwe”, a zabawa może zakończyć się utratą zdrowia czy życia.

Rodzice nastolatków, które wybierają się na wypoczynek w grupie młodzieży powinni dokładnie wiedzieć gdzie i z kim wybiera się młoda osoba. Starajmy się poznać współuczestników wyjazdu i utrzymujmy z synem lub córką stały kontakt telefoniczny.

Kąpiele - Aby kąpać się bezpiecznie korzystajmy jedynie z miejsc do tego przeznaczonych. Są nimi z całą pewnością baseny miejskie, ze ściśle określonymi głębokościami wody, zabezpieczone przez wykwalifikowanych ratowników. Za bezpieczne mogą być także uważane stawy, jeziora, zalewy i rzeki z wydzielonymi miejscami do kąpieli gdzie opiekę nad pływającymi sprawują ratownicy WOPR-u. Największą liczbę kontuzji zakończonych trwałymi urazami głowy i kręgosłupa a często utonięciem spotykamy w przypadku skoków do płytkiej wody. W czasie zabaw w wodzie absolutnie niedopuszczalne jest podtapianie, przytrzymywanie głowy kolegi pod wodą, popychanie, wrzucanie do wody tych, którzy nie mają ochoty na kąpiel, czy namawianie i prowokowanie słabiej pływających do wypraw na głęboką

wodę. Do wody wchodzimy najwcześniej po 30 minutach od zjedzenia posiłku. Aby uniknąć tzw. wstrząsu termicznego należy stopniowo obniżyć temperaturę ciała i zbliżyć ją do temperatury wody. Przypominamy również o obowiązku zakładania kapoków w czasie pływania kajakami, łódkami i rowerami wodnymi. Co robimy widząc, że ktoś tonie? Do wody skaczemy tylko kiedy głębokość jest na tyle mała, że dotykamy swobodnie nogami dna. Należy niezwłocznie powiadomić kogoś dorosłego. Tonącemu można podać z brzegu kij, tyczkę czy wiosło , rzucić koło ratunkowe. Ratownicy są specjalnie szkoleni i oprócz tego, że potrafią doskonale pływać znają chwyt ratownicze. Brak umiejętności ratowania tonących skutkuje najczęściej ofiarami wśród osób usiłujących udzielić topielcowi pomocy.
(KWP Łódź)