



BEZPIECZNE I ZDROWE FERIE ZIMOWE



Happy



Winter!



Opracowała: Anna Świderek, pedagog





Już od najbliższego poniedziałku wszystkie dzieci w naszym województwie rozpoczną dwutygodniowy wypoczynek.

Pamiętajcie,
aby zabawy na śniegu i lodzie
zawsze były dla was
bezpieczne.



FERIE ZIMOWE...



Ferie są po to, abyś
odpoczywał, bawił się,
realizował swoje
zainteresowania, na
które w okresie nauki
często brakuje Ci czasu.



AKTYWNI ZIMĄ...

W wolnym czasie przebywaj na świeżym powietrzu, dbaj o aktywność fizyczną!

- **Pozwoli Ci to zdrowo i radośnie spędzić czas zabaw na świeżym powietrzu w okresie ferii zimowych.**



Jeśli zostaniesz w domu sam...

PAMIĘTAJ!

Dla własnego bezpieczeństwa zamknij drzwi od wewnątrz.

W czasie nieobecności rodziców lub opiekunów

nie wpuszczaj nikogo do mieszkania,

bez względu na to, za kogo się podaje

(np.: policjanta, listonosza czy znajomego rodziców).



JEŚLI BĘDZIESZ SIĘ BAWIŁ POZA DOMEM...



Zabawa na śniegu, zjazdy z górki, jazda na nartach czy łyżwach oraz inne szaleństwa na śniegu mogą sprawić wiele radości i wzmocnić naszą kondycję fizyczną.

Pamiętaj jednak,
że podstawą, jak zwykle, jest zdrowy rozsądek i ostrożność!



- **Nie zjeżdżaj na sankach w pobliżu drogi oraz zbiorników wodnych!**

- **W czasie zjeżdżania zachowuj bezpieczną odległość między sankami!**



ZABAWY Z SANKAMI...



- **Rzucając się śniegiem, nie łącz miękkiego śniegu z kawałkami lodu czy kamieni, nigdy nie celuj w twarz drugiej osoby!**



Nie rzucaj śnieżkami w pieszych i przejeżdżające pojazdy – może to spowodować wypadek!

ZABAWY ŚNIEGIEM...





ZIMA I ŁYŻWY...

**NA ŁYŻWACH JEŹDZIMY
TYLKO W WYZNACZONYCH
MIEJSCACH.**

**NIGDY NIE ŚLIZGAJ SIĘ PO LODZIE,
NA RZECE, JEZIORZE LUB STAWIE!!!**





Wychodząc bawić się na powietrze, ubieraj się stosownie do pogody, tak aby nadmiernie nie wychłodzić swojego organizmu.

Idąc na górkę, czy dłuższy spacer w zimowej aurze warto się zaopatrzyć w ciepły napój w termosie

Ubieraj się odpowiednio do temperatury
panującej na dworze!





Pamiętaj!!!

Baw się tylko w miejscach przeznaczonych do zabawy

W RAZIE NIEBEZPIECZEŃSTWA UŻYWAJ NUMERÓW ALARMOWYCH

Telefony alarmowe:

Policja 997 **Pogotowie Ratownkowe 999**

Straż Pożarna 998

112 Europejski numer alarmowy

Adresy internetowe współorganizatorów:

- www.misport.gov.pl
- www.wypoczynek.men.gov.pl
- www.msw.gov.pl
- www.wopr.pl
- www.polskieszlakiwodne.pl
- www.policja.pl
- www.pot.gov.pl
- www.bezpiecznizszkola.men.gov.pl



**TEN SIĘ ZIMĄ WESOŁO BAWI,
KTO BAWI SIĘ BEZPIECZNIE!**



Przedszkola



PAMIĘTAJ!

Tylko umiar, zdrowy rozsądek
i ostrożność pozwolą Ci cieszyć
się zimową aurą oraz spędzić ferie
zimowe bezpiecznie.





**ŻYCZĘ WAM UDANYCH I BEZPIECZNYCH FERII:
BAWCIE SIĘ DOBRZE I ODPOCZYWAJCIE**

