***Drodzy uczniowie.***

Dobiega końca rok szkolny 2019/20.

To już nasze ostatnie spotkanie. Niestety nie możemy się spotkać osobiście, ale chcę Wam podziękować za współpracę. Jedni z Was kontaktowali się ze mną częściej inni rzadziej, ale wspólnymi siłami dotrwaliśmy do końca.

Życzę Wam udanych, wesołych i szczęśliwych wakacji!!!

Żeby były właśnie takie chcę Wam przypomnieć o kilku ważnych sprawach:

**10 zasad bezpiecznego wypoczynku, które należy znać i stosować:**

 1. **Kontakt z rodziną**  – zawsze należy informować rodziców/bliskich, gdzie się przebywa i z kim oraz mieć przy sobie naładowany telefon komórkowy, zwłaszcza podczas wypraw w góry.

 2. **Bezpieczne miejsca na zabawę** – niezależnie czy wypoczywamy nad wodą, w górach czy w mieście, bardzo ważne jest żeby wybierać miejsca strzeżone (baseny, kąpieliska), bezpieczne, oznakowane szlaki górskie, a w mieście spędzać czas na zabawie w specjalnie wyznaczonych miejscach oddalonych od ruchliwych ulic czy torów kolejowych.

 3. **Bezpieczeństwo w ruchu ulicznym** –  w przypadku wycieczek rowerowych, przejażdżek na rolkach, deskorolkach czy hulajnogach – należy pamiętać o specjalnie wyznaczonych do tego miejscach, ścieżkach rowerowych i zachować szczególną ostrożność poruszając się w pobliżu jezdni. Podróżując samochodem, zawsze zapinajmy pasy.

 4. **Bezpieczeństwo na drodze** – zawsze należy pamiętać o podstawowych zasadach bezpieczeństwa w ruchu drogowym. W mieście należy chodzić wyłącznie po chodniku, a poza miastem – poboczem, lewą stroną drogi. Przechodząc przez jezdnię, wybieramy tylko miejsca do tego wyznaczone, a przed wejściem na jezdnię uważnie rozglądamy się w obie strony i sprawdzamy, czy nie nadjeżdża jakiś pojazd. Pamiętajmy też o noszeniu odblasków!

 5. **Nie ufaj nieznajomym** – nigdy nie należy korzystać z propozycji podwiezienia przez nieznajomą osobę oraz nie przyjmować poczęstunków od przypadkowo poznanych osób.

 6. **Uwaga na ogień** –  ognisko należy rozpalać tylko w miejscach wyznaczonych, pod opieką osób dorosłych. Przebywając w domu, należy zachować szczególną ostrożność przy korzystaniu z urządzeń elektrycznych i gazowych.

 7. **Uwaga na słońce**  – przebywając  na słońcu należy zachować umiar, nosić  nakrycia głowy i okulary przeciwsłoneczne, a także stosować odpowiednie kremy z filtrami.

 8. **Czujnośći ostrożność**  – pamiętajmy o prawidłowych nawykach, takich jak:  przechowywanie portfela w wewnętrznych kieszeniach, trzymanie torebki przed sobą, unikanie tłoku (często sztucznie tworzonego przez kieszonkowców) oraz  informowanie  pracowników ochrony/osób dorosłych o pozostawionych bez właściciela czy podejrzanych pakunkach.

9. **Internet** – tutaj także nie należy ufać nieznajomym, umawiać się z nimi na spotkania czy podawać wrażliwych informacji, takich jak adres zamieszkania czy informacje o tym, czy jesteśmy sami w domu.

 10.**Telefony alarmowe** – warto zawsze mieć przy sobie, wpisane w telefon komórkowy, najważniejsze numery telefonów oraz kontakt do najbliższej osoby, zapisany jako ICE (ang. In case of emergency, pol. w nagłym wypadku) – w razie potrzeby ułatwi to szybki kontakt z właściwą osobą.

Gorąco pozdrawiam!!!

Paweł Czernecki